



PER CONTATTI E PUBBLICITÀ: Tel. 347.8521307 - direzioneilfaro@gmail.com - www.ilfaroinrete.it

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



Investimenti immobiliari ad alto rendimento in USA



Vai a pag 13

Foto di Fabrizio Vinti

Attualità

pag 4,5,7,15,18,26,42,51

Eventi

pag 12,42,44,47,53,60

Cultura e Arte

pag 33,48

Il Faro dei Vigili del Fuoco

pag 38,39,40

SPECIALE BUONGUSTAIO da pag 52 a pag 63

Medicina e Benessere

pag 22,23,24,25,29,30,32,37

I Professionisti

pag 2,6, 16,19,20,34,35,43,49

I Professionisti della casa

pag 10,11,13,14

GIORNALE E PORTALE INTERNET

SOCIAL E APP

UFFICIO STAMPA

EVENTI

MANIFESTAZIONI CITTADINE

IN OLTRE 15 CIRCUITI DI BUSINESS NETWORKING

PUBBLICITÀ COMPLETA NEL CIRCUITO DEL FARO 2024



LA RUBRICA LEGALE

Sì all'amministratore di sostegno per l'ex marito troppo prodigo con l'amante



Avv. Daria Colica e Avv. Valeria Zuccarello

tel. +39 347 9368029 - +39 339 2001966 - Vedi Rubrica sul Portale www.ilfaroinrete.it

La **Corte di Cassazione**, con una sentenza recentissima, **ha ritenuto ammissibile la richiesta giudiziaria della moglie separata e titolare di un assegno di mantenimento di nomina di un amministratore di sostegno per l'ex marito eccessivamente generoso con la sua amante**. Pertanto il principio di

massima conseguente alla predetta sentenza rende possibile per la moglie separata o divorziata titolare di un assegno di mantenimento per sé o per i propri figli, adire il Giudice tutelare competente al fine di ottenere la nomina di un amministratore di sostegno per l'ex marito laddove questi abbia fatto sparire il proprio patrimonio o lo abbia dilapidato con l'amante venendo così meno ai propri obblighi familiari, anche nel caso in cui lo stesso fosse esente da patologie psichiche.



La recente sentenza della Corte di Cassazione prende le mosse dal concetto di "prodigalità" già definito dalla **Corte europea dei diritti dell'Uomo** affermando che: «Se una persona è libera di disporre del proprio patrimonio, anche in misura larga e ampia, assottigliando ciò

di cui legittimamente dispone, non può però ridursi nella condizione in cui, non solo non sia più in grado di assicurare i doveri di solidarietà già posti a suo carico (l'aiuto all'ex coniuge), ma finanche quelli in favore della propria persona, altrimenti costretta a far ricorso agli strumenti di aiuto pubblico da richiedersi a dispetto delle proprie capacità di vita dignitosa». Un tale tipo di prodigalità configura infatti autonoma causa di inabilitazione, indipendentemente da una sua derivazione da specifica malattia o comunque infermità laddove si traduca in libere scelte di vita, ricollegabili a motivi futili (per esempio frivolezza, vanità, ostentazione del lusso o a dispetto dei vincoli di solidarietà familiare).

Nel caso specifico analizzato dalla Corte di cassazione, l'uomo aveva decisamente intaccato il suo patrimonio avendo venduto beni per oltre 1 milione e 200mila euro i cui proventi in parte erano spariti misteriosamente.

Lo strumento dell'amministrazione di sostegno, introdotto dalla legge n. 6/2004 e previsto dal codice Civile all'art. 414 implica una valutazione da parte di un'autorità giudiziaria- il Giudice Tutelare, basata sull'analisi della documentazione fornita e su un incontro diretto con la persona coinvolta.

Aggiunge la Cassazione, infine, che la libertà di gestire il proprio patrimonio incontra dei limiti includendo sì il diritto di ridurre i propri beni ma non al punto di non poter più adempiere ai doveri di solidarietà verso l'ex coniuge o di provvedere ai propri bisogni.

La Corte interviene anche nell'interesse della collettività, avvertendo che questa non può assumersi la responsabilità di coloro che, pur disponendo di mezzi adeguati, si trovano in difficoltà economica a causa di una generosità irragionevole e oltre le loro possibilità, ritenendo ingiusto ed impossibile fornire ad un soggetto benestante aiuti pubblici per garantirgli una vita dignitosa.

BONUS PUBBLICITÀ SUI GIORNALI 2023 - ILLUMINA LA TUA ATTIVITÀ CON IL FARO

Editrice, Direttrice responsabile e Business Networker

Valentina Tacchi Tel 347 8521307 direzioneilfaro@gmail.com www.ilfaroinrete.it

Coordinatori editoriali: Lia Albonico, Giorgio Bottari

Redazione: Maria Teresa Accardo, Marzia Ciacci, Daria Colica, Simona Consoni, Aurora Felici, Alessandro de Filippis, Ilaria De Martini, Maria Ferrara, Giorgia Fidato, Matteo Martinelli, Alessandro Mistretta, Elvira Paracini, Andrea Oliva, Massimo Marzi, Alejandro Masatti, Giuseppe Rotundo, Federico Siracusa, Maria Teresa Sangiorgi, Lorenza Tacchi, Valeria Zuccarello. **Illustratore digitale:** Riccardo Cristofanilli Tel. +39 377 706 1111

Studio legale: Avv. Daria Colica e Valeria Zuccarello Tel 347 9368029

Grafica: Eleonora De Martini, Ilaria De Martini **Stampa:** Tipolitografia Spedim Tel 06 9486045

Comunicazione portale ilfaroinrete.it e Pubbliche relazioni con i Vigili del Fuoco:

Lia Albonico lia.albonico@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 **Redazione:** Via Laurentina, 565

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

Seguici sui social facebook e instagram /ilfaroinrete

Diventa nostro SOSTENITORE aiutaci ad illuminare IBAN: IT86J0623003216000041163868

Che bello crescere insieme!



Seguo la luce del Faro da oltre 18 anni, direttamente, da quella Lanterna di regia che segue l'andamento delle maree.

Ho visto arrivare naviganti, barche guidate da grandi marinai attendere il loro raccolto con pazienza e dedizione nel loro lavoro. Ho seguito caravelle piene di amici ed ho allontanato pirati.

Ho visto cambiare il mondo

del lavoro con le sue trasformazioni digitali. Là su quelle onde, la "barca di carta del Faro" procede sempre veloce, dinamica, con i suoi acceleratori che seguono correnti diverse.

E' impermeabile, perchè non è fatta di pura carta ma di cuori e se si bagna, sa come trasformarsi e rinnovarsi. Al di là del grande Universo di Internet e dei Social dove naviga, raggiunge poi anche il porto, la sua grande Community, tra Roccaforti amiche, Circuiti di Business Networking ed Eventi privati e cittadini.

Il Faro ha puntato sempre sulle relazioni e sulle sinergie vere. Così ha perseguito un'Economia Circolare, condividendo valore e valori. Quando viene protetto e tenuto stretto, ne sono nate le collaborazioni migliori, autentiche, quelle fondate sull'aiuto reciproco, sulla crescita comune e non da interessi, di qualsiasi origine, unidirezionali.

Sono quei momenti che la luce del Faro dona la sua luce più forte, quella che poi si sente dentro e che rimane.

Da quella Lanterna ho visto donare sorrisi ed energie. Ho capito quanto sia importante cogliere l'intelligenza emotiva delle persone, quella che ti permette non solo di creare empatia con loro, di poter Comunicare veramente, ma anche di stimare chi sa gestire le emozioni, senza vedere commettere quei "passi falsi" che poi è difficile recuperare.

Le persone che ottengono i risultati migliori in tutti i campi sono proprio quelle più connesse, con relazioni personali e professionali mature e sviluppate bene nel tempo con intelligenza.

Si arriva al punto nella nostra vita dove si può scegliere, il meglio e ciò che è giusto per noi. Credo anche che solo ciò che sia

profondamente simile, con un'etica condivisibile, con valori positivi, possa rimanere insieme in modo vero e felice. Si procede così verso obiettivi comuni. *"Che bello crescere insieme!"*

Qualcosa si perde nell'abisso, naturalmente. Altro rimane di vedetta, al riflesso della luna, tra i ricordi.

La vita ti porta a decidere come e con chi vuoi condividere il vento, il tepore del sole, le reti da raccogliere e quell'onda dove stringersi. Nell'instabilità della nostra epoca, ritorna incalzante il valore delle relazioni umane, professionali e del valore del Tempo, anche per un vero Networking professionale, per essere pronti a cogliere le opportunità insieme ed anticipare gli eventi.

C'è poi quel momento che serve a scandire il silenzio del tempo ed ascoltare. Così ci si sente e si vede oltre... Valentina Tacchi



ILLUMINA LA TUA ATTIVITÀ CON IL FARO

www.ilfaroinrete.it

**Alcuni dei Circuiti
del Giornale Il Faro**

**565 IL SALOTTO CULTURALE
DELL'EUR**



....Oltre alla piacevole presenza ad Eventi presso altri Circuiti come quelli del Rotary Club, dell'Accademia internazionale Mauriziana, della Camera e del Senato, del Comune di Roma, dell'Ambasciata del Messico e di diverse Associazioni...ed ogni mese, presso Eventi privati, pubblici e manifestazioni cittadine!

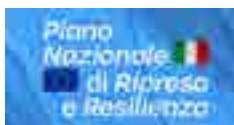
Per info. Tel 347 8521307

Il Faro



Elena Presti presenta il nuovo CD "Tu Sorrisa"

Decreto PNRR



E' entrato in vigore il Decreto PNRR 2024, convertito in Legge, per l'attuazione del Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza. Alcuni punti chiave:

Fondi extra per ridimensionamento scolastico - Aumento del limite di spesa per consentire ai dirigenti scolastici delle scuole oggetto di accorpamento di chiedere l'esonero o il semi-esonero dall'insegnamento per attività amministrative e organizzative. Obiettivo è ridimensionare il numero di alunni per classe e rivedere le norme sul dimensionamento degli edifici scolastici.

Scuole infanzia - graduatorie comunali

- Stabilite misure urgenti per garantire la continuità dei servizi educativi e scolastici comunali per l'infanzia.
- Utilizzo delle graduatorie comunali del personale scolastico educativo e ausiliario fino all'anno scolastico 2026/2027, anche in deroga ai requisiti di titolo di studio previsti

Semplificazione accesso facoltà di medicina - i candidati stranieri che hanno già sostenuto la prova di ammissione ai corsi di laurea magistrale a ciclo unico in medicina, odontoiatria e protesi dentaria e medicina veterinaria per l'anno accademico 2023/2024 possono presentare domanda per l'inserimento nella graduatoria nazionale per l'iscrizione ai corsi nell'anno accademico 2024/2025, senza ripetere la prova di ammissione.

Assunzioni nei Policlinici Universitari - è consentito stipulare contratti di lavoro a tempo determinato. Devono essere della durata massima di 4 anni, non rinnovabili, con personale medico o sanitario laureato assunto dal SSN, senza più dover rispettare il limite del 2% dell'organico.

Contratti di collaborazione con professionisti ed esperti

- Possono essere rinnovati o prorogati più di una volta, purché rispetti-

no il termine di attuazione del progetto e le risorse assegnate.

- La norma non si applica ai contratti di lavoro a tempo determinato o di somministrazione, i quali possono essere rinnovati o prorogati solo una volta.

Stabilizzazione precari SSN - la norma estende il termine per le assunzioni a tempo indeterminato per la stabilizzazione del personale fino al 31 dicembre 2025,

Magistrati - possibilità di ricorrere ad applicazioni extra distrettuali di magistrati per la riduzione dell'arretrato civile - validità fino al 30 giugno 2026.

Proroga incarichi ai pensionati - incarichi retribuiti di lavoro autonomo a persone in quiescenza fino al 31 dicembre 2026 per i soggetti con esperienza e competenze professionali nella programmazione, gestione, monitoraggio e controllo dei fondi pubblici

Proroga assunzioni per la tutela del territorio - esteso al 31 ottobre 2025 la possibilità per alcune PA di assumere personale con contratti di lavoro a tempo determinato o altre forme di lavoro flessibile, con una comprovata esperienza e professionalità rilevanti per la natura degli interventi

Medici specializzandi - scade il 31 dicembre 2026 la facoltà di assumere medici specializzandi con contratto a tempo determinato e parziale, per esigenze formative.

Proroga finanziamenti agevolati per le imprese agricole - possibilità di utilizzare i finanziamenti agevolati a favore delle imprese agricole ed agroindustriali colpite dal sisma del 2012 nelle regioni Emilia-Romagna, Lombardia e Veneto fino al 31 dicembre 2025.

Associazioni pro vita nei consultori - anche le Regioni, nei consultori, possono prevedere la collaborazione con soggetti del terzo settore esperti nel sostegno alla maternità. *Lia Albonico*



Non vendiamo oggetti, regaliamo emozioni!



Specializzati nella vendita, anche online, di **complementi di arredo e articoli da regalo** e **BOMBONIERE** per tutti gli eventi, dall'**oggettistica di design** ai **complementi per la tavola**.

Siamo rivenditori dei migliori brand del settore: Sia Home Fashion, Rogaska Cristalli, Edg, Baci Milano, Versace, Rosenthal e tanti altri...

Per la tua **lista nozze**, un **regalo importante** o un **pensiero originale e di gusto** vieni a trovarci in negozio in zona EUR oppure acquista direttamente nel nostro sito di shop online, la nostra fantasia nel proporre le più originali idee regalo è al tuo servizio.



www.elmarhome.com

Eur, in arrivo 2,6 milioni: dal PNRR una chance per la valorizzazione del patrimonio artistico del quartiere



Punto di incontro tra storia, cultura e business, l'Eur di Roma è un centro vitale per l'evoluzione urbana e il progresso economico della Capitale. Un segnale in tal senso arriva dall'ultima novità in tema di PNRR: investimenti dal valore di 2.645.000 euro, previsti nella Missione 1 (grandi eventi turistici) di Caput mundi-Next Generation EU, volti a riqualificare il quartiere. Gli inter-

venti si dividono in tre aree.

- 1. "La città condivisa"** - Rientrano opere di restauro dal valore di 950.000 euro. Le facciate in travertino degli edifici dell'Eur, infatti, mostrano da tempo segni di deterioramento che incrementano il pericolo di distacchi e cadute di frammenti. I lavori si concentreranno principalmente sul ripristino e sulla messa in sicurezza delle lastre di pietra delle facciate. Tra gli edifici coinvolti c'è il Palazzo dei Congressi che, con la Nuvola, è un fulcro vitale per l'attività congressuale e eventi della città.
- 2. "Roma 4.0"** - Le attività prevedono la pianificazione di visite guidate tramite un'app dedicata, dal valore di 95.000 euro. Inoltre, sono previsti interventi per la digitalizzazione del patrimonio di immagini storiche e progetti architettonici, dal valore di 150.000 euro. La valorizzazione dei siti turistici più periferici e la digitalizzazione dei servizi culturali, del resto, sono obiettivi centrali del Pnrr.
- 3. "#Amanotesa"** - Si tratta di un progetto su sostenibilità e inclusione, dal valore di 1.450.000 euro, presso la Cittadella dello



Sport. Le attività mirano a rinnovare il centro sportivo "Mariner" per ospitare competizioni paralimpiche di canoa, canottaggio e vela nel Parco Centrale del Lago, che verrà trasformato in un hub privilegiato con un pontile specializzato per migliorare l'accessibilità, uno scivolo, aree di stoccaggio, spogliatoi e servizi igienici progettati per rispondere alle necessità delle persone con disabilità.

La delibera, già approvata dalla Giunta Capitolina, verrà siglata nelle prossime settimane da Roma Capitale ed Eur Spa, che eseguirà tecnicamente gli interventi. Le risorse, invece, saranno erogate dal Ministero del Turismo direttamente alla Sovrintendenza Capitolina ai Beni Culturali, che è il soggetto attuatore. Secondo quanto si legge sul sito di Roma Capitale, le gare dei primi tre progetti saranno aggiudicate entro il 31 dicembre 2024. Entro il 31 marzo 2025, invece, dovrà essere approvata la gara per il progetto della Cittadella dello Sport. *Alessandro Gian Maria Ferri*



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

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

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

FEDERICO SIRACUSA

DOTTORE
COMMERCIALISTA
E REVISORE LEGALE



ATTIVITÀ PROFESSIONALE

Sono stato Presidente del Collegio dei Revisori contabili di un'Azienda Speciale della Camera di Commercio, Industria e Artigianato di Firenze e della Camera di Commercio di Roma, su designazione del Ministro dello Sviluppo Economico.

Revisore contabile, su designazione del Ministro della Salute, di due importanti aziende ospedaliere.

In passato ho anche ricoperto l'incarico di membro del

Collegio sindacale di un Fondo Pensione e di una importante Società cooperativa. Relatore in alcuni convegni per la formazione professionale dell'Ordine dei Dottori Commercialisti di Roma.

ATTIVITÀ ISTITUZIONALE

Sono stato Vice Presidente del Consiglio del Municipio XII (ora IX) di Roma e Membro delle Commissioni Ambiente e Commercio del Municipio.

Via delle Montagne Rocciose, 68 | 00144 Roma
☎ 06 5068 4161 | ✉ federico.siracusa68@gmail.com

Il Giubileo salva i trasporti della Capitale: in arrivo treni "bellissimi e fiammanti"

"Bellissimi e fiammanti": i nuovi treni della Capitale saranno così. A dirlo Eugenio Patanè, assessore alla mobilità di Roma, che ha mostrato dei rendering dei nuovi mezzi in arrivo a dicembre 2024



nella Capitale. A fargli eco il Sindaco Gualtieri, che su X ha parlato di "un bellissimo nuovo look".

Lo stesso Gualtieri, del resto, aveva promesso ai romani che il Giubileo – che porterà,

secondo le stime, 30 milioni di pellegrini nella Capitale – avrebbe comportato "un salto di qualità significativo" per il trasporto pubblico. Gli interventi, oltre al restauro di vecchi convogli, prevedono l'introduzione di nuovi treni - 12 per la Linea B e 2 per la Linea A. Dopo questo primo lotto, ne arriveranno ulteriori 16, volti a rendere le linee della metropolitana più efficienti. Inoltre, già dal mese di giugno, grazie al rientro di diversi convogli dalla revisione generale, la Linea B potrà contare su 18-20 mezzi.

"Avere più treni - sottolinea Gualtieri - significa maggiore frequenza e regolarità per un servizio fondamentale per i cittadini che per troppi anni è stato trascurato". L'obiettivo è ambizioso: rendere il trasporto pubblico di Roma all'altezza delle grandi capitali europee.

Alessandro Gian Maria Ferri

L'obbligo per le imprese dell'Assicurazione contro le catastrofi naturali



Il 78% delle imprese in Italia operano in zone a rischio sismico oppure idrogeologico (fragilità del territorio). Per questo la Legge di Bilancio 2024 ha introdotto l'obbligo per le imprese di dotarsi entro il 31 Dicembre 2024 di coperture assicurative

contro le catastrofi naturali. Nel seguito qualche chiarimento.

Chi riguarda? Tutte le imprese con sede in Italia o stabile organizzazione nel nostro Paese.

Cosa si intende per catastrofi naturali? I rischi consistono in alluvioni e frane, incendi e terremoti.

Cosa deve essere assicurato? L'obbligo riguarda fabbricati, terreni, impianti e macchinari.

Quali sono i vantaggi per le imprese che si assicurano? Oltre alla copertura dai rischi e al rimborso dei danni subiti per tali eventi, questo tipo di assicurazione avrà premi calmierati essendo l'obbligo per tutte, e le compagnie avranno l'obbligo assicurativo per i richiedenti.

Che succede se l'impresa non si assicura? In caso di non osservanza all'obbligo normativo, l'impresa potrà essere esclusa da contributi, sovvenzioni e agevolazioni; e non si avrà alcun rimborso pubblico per danni subiti da calamità naturali.

Giorgio G. Bottari

Ing. Giorgio Gaetano Bottari

Consulente Assicurativo e
Previdenziale
Progetti Assicurativi su Misura
Servizi di Brokeraggio

Cell +39 335 7740722
giorgio.bottari@tiscali.it
skype: giorgio.g.bottari



- Specialista nella Valutazione del Rischio
- Analisi e Confronto Soluzioni Assicurative
- Soluzioni specifiche per le Aziende e Studi Professionali
- Assicurazioni Multirischi per le Imprese
- Coperture specifiche per Professionisti
- Globali Fabbricati dei Condomini
- Consulenza Assicurativa Amministratori Condominiali
- Copertura dei rischi Bonus per l'Edilizia
- Consulente per la Casa e la Famiglia
- Coperture per la Salute
- Long Term Care (LTC)
- Infortuni Singole e di Gruppo
- Fideiussioni e Cauzioni.

AXA produzioni

Distribuzione prodotti detergenza e materiale consumabile

Pulizie uffici e case vacanze
Pulizie a fondo post cantiere
Noleggio biancheria
Sanificazioni

DAVID SPUGNINI
3898771212

Via D. Purificato, 290
00125 Roma
info@axaproduzioni.com

INFORMAZIONI BANDI



Francesca Sperzagni
TRIBUTARISTA
Via Salaria 290, Roma - 338/6821387 -
francescasperzagni@virgilio.it

Bando INAIL 2024

Possono accedere al contributo del 65% le imprese di tutto il territorio nazionale che appartengono ai settori del: • Commercio, • Industria, • Artigianato, • Agricoltura, • Enti senza fini di lucro, terzo settore, cioè, organizzazioni di volontariato, associazioni di promozione sociale, enti filantropici, imprese sociali, ecc.

Misura del contributo: 65% a fondo perduto:

Importo minimo del contributo = 5.000 euro, massimo 130.000 euro



Ambito n. 1 Investimenti in attrezzature e macchinari nuovi

Ambito n. 2 Riduzione Movimenti Manuali dei carichi

Ambito n. 3 RIMOZIONE AMIANTO: Smaltimento Eternit (include le spese di rifacimento del tetto).

Bando On

Si rivolge alle micro e piccole imprese, composte in prevalenza da giovani, tra i 18 e i 35 anni, o da donne di tutte le età, su tutto il territorio nazionale. Accedono al finanziamento le imprese costituite entro i 5 anni precedenti con regole e modalità differenti a seconda che si tratti imprese costituite da non più di 3 anni o da imprese costituite da almeno 3 anni e da non più di 5. Anche le persone fisiche possono presentare domanda di finanziamento, con l'impegno di costituire la società dopo l'eventuale ammissione alle agevolazioni. Le imprese possono richiedere il finanziamento per realizzare nuove iniziative o ampliare, diversificare o trasformare le attività esistenti. La copertura delle spese ammissibili può arrivare al 90% da rimborsare in 10 anni. Non sono richieste garanzie in caso di finanziamenti inferiori a 250 mila euro. È sempre richiesta l'ipoteca per i progetti di investimento che prevedono l'acquisto di un immobile. I piani di impresa devono essere avviati successivamente alla presentazione della domanda e devono essere conclusi entro 24 mesi dalla data di stipula del contratto di finanziamento. Alcuni esempi di spese del piano d'impresa: Opere murarie e assimilate (30% investimento ammissibile); Macchinari, impianti e attrezzature; Programmi informatici e servizi per l'ICT; Brevetti, licenze e marchi; Consulenze specialistiche (5% investimento ammissibile); Spese connesse alla stipula del contratto di finanziamento e Spese per la costituzione della società.

Bandi per il turismo province di Frosinone e Latina

Contributi a fondo perduto per il settore del turismo, agenzie viaggi, strutture ricettive alberghiere ed extra-alberghiere, inclusi gli agriturismi, anche per spese di pubblicità e promozione del territorio, per la salute e sicurezza e sistemi informatici HW e SW.

Elezioni europee

Sabato 8 e domenica 9 giugno 2024 si terranno in Italia le Elezioni europee. Si andrà alle urne per eleggere 76 (dei 720 totali) deputati del Parlamento europeo che



vengono scelti direttamente dai cittadini ogni 5 anni. Per votare bisogna essere cittadini italiani maggiorenni, per essere eletti aver compiuto 25 anni. È possibile votare e candidarsi anche

se residenti in un diverso Paese Ue. Dato il sistema proporzionale, non sono previste alleanze o coalizioni: ogni partito corre per sé. Il ruolo dei parlamentari europei è quello di garantire il funzionamento democratico delle istituzioni dell'UE e rappresentare gli interessi dei cittadini nel processo legislativo europeo.

La Missione sarà garantire una competizione elettorale libera ed equa. "Il voto del 2024 sarà uno degli eventi più importanti nella storia della nostra Unione, gli europei avranno la possibilità di far sentire la propria voce su questioni fondamentali come il nostro sostegno all'Ucraina, le ambizioni climatiche - ha dichiarato la Presidente della Commissione UE, Ursula von der - o sulla strada da prendere per il completamento della nostra Unione e l'ingresso di nuovi membri".

Flash ad intermittenza sull'Unione europea

L'Unione Europea è sempre al lavoro per migliorare la nostra vita pubblica e privata. Ecco le ultime news dall'UE: **Approvate nuove norme sulla lotta alla violenza contro le donne.** Per la prima volta approvata una norma sulla lotta alla violenza contro le donne. I Paesi membri dovranno applicare leggi più decise su cyberviolenza, una migliore assistenza per le vittime e misure per prevenire lo stupro. Vietate le mutilazioni dei genitali femminili, il matrimonio forzato e nuove linee guida per i reati commessi online, come la divulgazione di informazioni private e il cyberflashing.

Finanziamenti dell'UE per idee innovative per affrontare la disoccupazione di lunga durata.

L'UE cerca nuovi approcci per affrontare la disoccupazione e ha lanciato un invito a presentare proposte. 23 i milioni di euro per aiutare i Paesi dell'UE ad affrontare questo problema. Il finanziamento aiuterà anche le persone a trovare la via del ritorno nel mercato del lavoro.

Aperte le candidature per il programma giovani giornalisti Youth4Regions 2024.

Gli aspiranti giornalisti possono candidarsi al programma per seguire sessioni di formazione, ricevere tutoraggio da giornalisti esperti e lavorare nella sala stampa dell'UE per una settimana nell'ottobre 2024.

Marchio del patrimonio europeo assegnato a sette nuovi siti.

La Commissione ha annunciato i vincitori del marchio del patrimonio europeo per il 2023. Il marchio evidenzia i siti che hanno svolto un ruolo fondamentale nel plasmare la storia condivisa del nostro continente ed è stato istituito per promuovere un senso di appartenenza e identità tra gli europei. Tra i siti vincitori uno è italiano: Sant'Anna di Stazzema vicino Lucca. **Matteo Martinelli**

Mandatario elettorale Fabrizio Matturo

Elezioni Europee
8-9 giugno 2024

***Barra il simbolo
della Lega***



scrivi
BORDONI

Si può votare così in tutti i comuni di
Lazio, Marche, Toscana, Umbria

In Europa con Davide Bordoni

Segretario regionale della Lega nel Lazio, consigliere del vicepresidente del consiglio dei ministri Matteo Salvini, **Davide Bordoni** ha ricoperto diversi incarichi politici e istituzionali. L'impegno di Davide Bordoni in politica inizia nel 2001, quando a soli 28 anni diventa Presidente del XI municipio di Roma (ex XIII). Più volte consigliere capitolino, e Assessore alle Attività produttive, Lavoro e Litorali di Roma Capitale con le deleghe Politiche del Commercio e dell'Artigianato. Inoltre, vicepresidente del Distretto Audiovisivo e ICT di Roma, patrocinato da Roma Capitale, Unione degli Industriali e delle Imprese di Roma e dalla Camera di Commercio.

 **PER UNA NUOVA EUROPA**  La nuova Europa dei popoli ha tre pilastri: sovranità, identità e democrazia. Costruiamo insieme un grande continente fatto di popoli liberi che vogliono prosperare e vivere in pace.

 **PIU' LAVORO**  Il benessere non si crea con i sussidi o calando burocraticamente dall'alto il salario minimo, ma con più lavoro, buoni stipendi e meno tasse.

 **IN DIFESA DELLA CASA**  Gli italiani sono un popolo di proprietari di casa. Difenderemo il diritto a ristrutturare casa, rivalutando il valore delle nostre abitazioni!

 **UN VERO SVILUPPO SOSTENIBILE**  L'ambiente non si difende vietando il diesel e imponendo le auto elettriche ma creando sviluppo e facendo innovazione. Senza sviluppo non c'è sostenibilità.

 **LA BUONA POLITICA PARTE DAI TERRITORI**  Gran parte della legislazione Italiana è di natura europea: saper amministrare un territorio, dunque, è fondamentale per ottenere risultati concreti a Bruxelles.

Elezioni europee - sabato 8 e domenica 9 giugno 2024

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



Barra il simbolo della Lega e scrivi

BORDONI



L'INTERVISTA

Intervista ad Alessio Arcangeli, titolare di Menlight Una Sicurezza ed un Benessere per le Aziende ed i lavoratori

Alessio sei arrivato ad un bel successo con Menlight, al traguardo dei 3 anni dalla nascita del tuo brand. Quali sono i vostri servizi?

 Menlight offre tutti i servizi a 360 gradi sulla Sicurezza del lavoro. Sono quelli necessari ad ogni azienda che ha almeno un dipendente, più tutti gli altri di specificità. Innanzitutto, la parte di valutazione del rischio, la consulenza sulla Sicurezza D.Lgs 81/08, la nomina e incarico come RSPP, il servizio di sorveglianza sanitaria, medicina del lavoro e tutta la parte della formazione, a partire dal RSPP fino all'RLS, corsi antincendio e primo soccorso. Inoltre, Qualità e Certificazioni Iso, GDPR e Privacy. Un sistema di gestione della sicurezza sul lavoro, efficace e certificata, così da poter aderire anche alla scontistica sul premio INAIL per aderire a dei bandi di gara. Più tutela significa anche più Risparmio ed un recupero delle risorse finanziarie.

Presto ci sarà anche una bellissima Novità di Menlight....

Ho iniziato a sviluppare un Software che si chiamerà "Menlight Spaces" che servirà ad aiutare le Aziende a non perdersi i documenti, una sorta di database, un sistema di gestione dove saranno inseriti ed organizzati tutti i documenti come se ci fosse un'ispezione. Si potranno scaricare quando si ha necessità, anche più volte. Oltre ad essere un Contenitore diventerà un "Remember" per le scadenze ed anche per la Formazione, le visite mediche e gli appuntamenti. Dietro al Software (qui sta anche l'innovazione) ci sarà l'impronta di Menlight con l'assistenza e la disponibilità dei nostri valori aggiunti!

Menlight è proprio quella luce e leggerezza che servono per la crescita delle Aziende...

Spesso l'azienda vede la Sicurezza non come un'opportunità ma solo come un obbligo. Luce e leggerezza perché attraverso il nostro modus operandi, attraverso la nostra formazione, intendiamo alleggerire l'azienda. Menlight è composto, infatti, da "Men" consapevolezza e mente dell'uomo e "Light" come luce sulle opportunità e come leggerezza. La sicurezza è fondamentale. Per questo è importante affidarsi a noi, per stare tranquilli!

L'altra innovazione è la nuova figura professionale del Light Mentor. In cosa consiste?

Il Light Mentor è quella figura che farà da ponte tra il datore di lavoro e lo stesso R.S.P.P. (Responsabile del Servizio Protezione e Prevenzione), all'interno degli organici aziendali come figura esterna competente. Coordina persone ed attività per essere sempre in linea con le normative e gli aggiornamenti, oltre a verificare le diverse opportunità ed alleggerire così gli impegni aziendali. Utile anche per i clienti dei commercialisti e dei consulenti del lavoro.

Hai anche un altro obiettivo quest'anno che punta sempre a lavorare sulla persona, sul lavoratore?

Mi piacerebbe occuparmi come formatore della Sicurezza BSS, Sicurezza Comportamentale, cioè lavorare sui comportamenti già ottimali delle persone, portandole ad eccellere più che avere timore della sanzione. Lavorare in sicurezza creando cultura nel lavoratore e nella azienda. **Valentina Tacchi**



GESTIONALE CONDIVISO Space

Menlight Space è il nostro Software di gestione digitale per condividere informazioni, schede tecniche, livelli e step formativi, appuntamenti, processi e aggiornamenti.

Utile per monitorare gli stati di avanzamento delle attività delle aziende che scelgono di portare avanti il percorso "Menlight Program" - Programma Azienda Sicura e di inserire al proprio interno, come collaborazione esterna, la nostra figura di Light Mentor per il coordinamento di queste attività.



La sicurezza è l'**INVISIBILE** che **ESISTE**

I SERVIZI

- **Incarico RSPP**
- **Sicurezza sul lavoro**
- **Formazione D.LGS 81/08 e attrezzature**
- **GDPR e Privacy**
- **Certificazione ISO e Qualità**
- **Formazione finanziata**

Guidiamo le aziende verso il loro migliore benessere, attraverso la gestione di attività, la programmazione e l'erogazione di corsi di formazione dedicati alla sicurezza, alla crescita professionale e personale delle risorse interne.



Contatti: Via di Vigna Girelli, 74 - 00148 Roma - Tel. 333.4743087
info@menlight.it - www.menlight.it

“Porta aperta per chi porta, e chi non porta, parta” direbbero i toscani sull’uscio di casa ma tra i territori intensificati dal turismo degli affitti brevi qualcosa sta cambiando e le porte di alcune città sembrano accingersi alla chiusura

A Roma, porte spalancate per la consegna della Bolla d’Indizione nella Basilica di San Pietro in Vaticano



Dott. Luigi Cacciatore

ARCHITETTO

Via Gualtiero Castellini, 12 00197 Roma (RM, Parioli)

Tel 06/952.134.99 - www.lcarchitetto.it

Mentre Venezia si appresta a sperimentare nuove forme turistiche “a porte socchiuse”, tassando gli avventori del week end in fila lungo le banchine intenti ad ammuccinarsi sui battelli, il TAR Toscana

prende tempo per sciogliere le riserve sulle decisioni del ricorso presentato contro la nota delibera urbanistica del Nardella, adottata lo scorso ottobre per maggioranza di voti, in favore - anche qui - della chiusura battenti per gli affitti brevi nel fiorentino sito UNESCO.

A Napoli, dove il Manfredi ingegnere, e sindaco, combatte i processi di gentrificazione proponendo delibere tese ad affermare quella preziosa unicità urbana che la città, indiscutibilmente, può vantare, una casa su due (o quasi) - così ci segnalano gli operatori di mercato locale - viene compravenduta a titolo d’investimento per il settore extra-alberghiero, favorendo così l’incremento di quella selvaggia turistificazione di quar-

tieri tanto (apparentemente) odiata dai rami di una certa sinistra quanto bramata dalle esponenti caste dei property managers.

Varcata i confini, lo spazio si dilata in quel Lazio incantato dagli antichi tesori romani: ci si lascia contaminare senza troppe attenzioni dai processi di mutamento fisico e di ri-composizione sociale delle aree urbane, ove i Governanti, impegnati nell’approvazione di nuovi impianti normativi volti a ricondizionare il volto dell’immobiliare locale, aprono i portoni dei loro ridenti territori; dalla Tuscia al Reatino, dal Frusinate ai litorali pontini si avverte una forte corrente d’aria.

Nella Roma del Faro c’è spazio per tutti, anche per chi non vede la luce ma può solo sentire: una musica proviene dal fiume, dei ragazzi ballano sulle note di *jubel*.

Amo quel brano.

Decido di seguirli, stavolta, per ballare anch’io.

Scopri di più



RES
real estate services

Ing. Iacopo Romi

La Nostra consulenza per la Tua Casa



**VALUTAZIONI IMMOBILI GRATUITE,
COMMERCIALIZZAZIONE PER
VENDITA ED AFFITTI IMMOBILI
RESIDENZIALI E COMMERCIALI**

CONTATTI

349.5807247

info@realestateservices.it

via P.Barison n.42 - Roma



AEREC: flash di business Networking ed incontri conviviali

L'AEREC (Accademia Europea per le Relazioni Economiche e Culturali) favorisce lo scambio di idee e di progetti di business, promuovendo incontri, convegni e missioni in Italia e all'estero, agevolando contatti con istituzioni politiche, diplomatiche, finanziarie e culturali a livello internazionale. Nata nel 1981, è impegnata da anni, con il suo Presidente Ernesto Carpentieri, anche in progetti

umanitari che persegue attraverso l'Organizzazione Umanitaria Internazionale "Missione Futuro Onlus". L'Accademia è diventata un punto di riferimento per tanti professionisti e imprenditori che intendono ampliare i propri orizzonti anche oltre i confini nazionali, annoverando tra i propri membri personaggi di alto profilo culturale, umano, scientifico e professionale.



LUCA TOMEI
TLMF Solution

+39 351 5911 982
info@TLMFSOLUTION.com

TLMFSolution
www.tlmfsolution.com

Consulente di PMI, PA e privati per innovazione tecnologica, digital solution e digital marketing, restart post Covid, GDPR (Privacy), noleggi operativi, in certificazione Apple Connettività efficientamento energetico.

L'INTERVISTA

Intervista ad Isabella Morrone di OPISAS sul Mercato Immobiliare Statunitense



In un'intervista esclusiva con **Isabella Morrone, Sales Representative di OPISAS, "Tota Pulchra"** ha esplorato le profondità del mercato immobiliare USA e il distintivo contributo dell'azienda in questo settore dinamico. Con anni di esperienza, Morrone offre preziose intuizioni sugli aspetti unici che rendono OPISAS un leader nel campo.

Puoi dirci qualcosa in più su OPISAS

e la sua missione? OPISAS è un attore globale nel mercato immobiliare statunitense, attivo dal 2008. La nostra missione è rendere l'investimento immobiliare negli USA accessibile a un ampio spettro di investitori: dal piccolo risparmiatore agli investitori più strutturati. Cerchiamo di aprire porte che erano precedentemente riservate ai grandi fondi di investimento. Per scoprire di più su di noi, approfondire la nostra offerta e il mercato immobiliare statunitense vi invitiamo a visitare la nostra pagina video.



Qual è il fattore che distingue OPISAS dai suoi competitor? La nostra differenza fondamentale è il nostro approccio come investitori diretti e non solo intermediari. Investiamo personalmente negli immobili che offriamo ai nostri clienti, assicurandoci che ogni proprietà superi rigidi controlli di qualità. Questo approccio ci permette di guardare alle nostre offerte con una visione a lungo termine, fornendo un servizio personalizzato che inizia dalla fase preacquisto e si estende ben oltre la gestione dell'investimento.

Perché investire negli Stati Uniti è considerato così vantaggioso?

Gli USA offrono un mercato unico per via della sua popolazione in crescita e dell'offerta limitata di immobili, creando un ambiente favorevole agli investimenti. Inoltre, la cultura dell'affitto e la trasparenza del mercato immobiliare sono fattori che attraggono investitori da tutto il mondo. La situazione attuale, inclusa la debolezza temporanea del dollaro, presenta un'opportunità di valore per gli investitori internazionali.

Cosa rende il 2024 un anno ideale per gli investimenti negli Stati Uniti? La combinazione della debolezza del dollaro, i tassi dei mutui elevati che favoriscono gli acquisti in contanti e l'attesa della riduzione dei tassi di interesse rende il 2024 un anno particolarmente vantaggioso per entrare nel mercato. Oltre alle plusvalenze previste



dalla rivendita degli immobili, queste condizioni pongono le basi per investimenti estremamente fruttuosi.

Posso chiederti di descrivere il percorso di investimento con OPISAS? Il nostro percorso di investimento inizia con la fase di consulenza prevendita, passando poi per l'assistenza negli aspetti burocratici dell'acquisto, fino alla gestione dell'immobile e alla realizzazione dell'exit strategy. In ciascuna fase, offriamo un'assistenza personalizzata e completa, garantendo che i nostri clienti mantengano il pieno controllo dei loro investimenti.

Hai degli esempi di successo che puoi condividere? Certamente. Per esempio, un condo-apartment a Orlando, Florida, acquistato a \$105.000 nel 2016 e rivenduto a \$166.500 nel 2022, ha generato una plusvalenza significativa. Un altro esempio, è una single family a Detroit, Michigan, acquistata a \$78.000 nel 2020 e rivenduta a \$101.000 nel 2023. Questi casi dimostrano le potenziali plusvalenze che i nostri clienti possono realizzare investendo con noi.

Grazie, Isabella, per aver condiviso queste preziose intuizioni con noi. È stato un piacere. Spero che queste informazioni siano utili per i vostri lettori che considerano l'investimento immobiliare negli USA. Per ulteriori domande, sono a disposizione.

Questa intervista offre una panoramica fondamentale sulle opportunità di investimento nel mercato immobiliare statunitense, sottolineando l'approccio unico e i servizi personalizzati che OPISAS fornisce ai suoi clienti.



Per ulteriori domande o approfondimenti contattare Isabella Morrone Sales Representative cell. 347 9187465
isabella@opisas.com

Con FRANDI ristruttururi il tuo appartamento con il massimo della qualità ed il giusto prezzo



Frandi

Arredo Casa, dai pavimenti ai rivestimenti, Arredo Bagno, Ceramiche Rivendita Edile, Camini, stufe, Condizionatori e Climatizzatori

Frandi Case è una società nata per lo sviluppo di progetti d'investimento edilizio. Commercializza materiali per l'edilizia, facendo di quest'attività il settore ad oggi più importante del proprio portafoglio. I settori principali dell'attività sono la rivendita dei materiali edili in zona (completata da ferramenta e termoidraulica) ed il settore delle ceramiche e arredo bagno. L'attività di rivendita di materiali edili è presente in zona da più di trent'anni e, nel corso degli anni, ha acquisito un portafoglio clienti importante ed un network di fornitori che permette oggi al punto vendita di offrire materiali di alta qualità al giusto prezzo.

Frandi aderisce al network **Ascom edil**, l'Associazione di rivendite edili di Roma ed a gruppi più ampi, a livello nazionale, collegati con Confcommercio. Promuove la sua attività nel rispetto del codice etico e delle linee guida operative riportate nel



Manifesto della Distribuzione Edile. Aderisce, inoltre, al gruppo REA, che raccoglie gran parte delle rivendite edili del centro Italia e al gruppo Edilizia Roma Ovest.

Il commercio Edile: materiali edili in zona

L'attività di rivendita di materiali per l'edilizia si è sviluppata a partire dagli anni '80/'90 nella zona della Piana del Sole, vicino a Ponte Galeria. Nel corso del

tempo ha contribuito allo sviluppo della zona con la commercializzazione di materiali per l'edilizia di vario genere, arricchendo nel tempo i vari settori: termoidraulica, ferramenta, elettrica per finire con le ceramiche e l'arredo bagno, con l'allestimento di una sala mostra per le vendite ai privati.

La rivendita di ceramiche

Successivamente, si è sviluppata un'attività di rivendita di ceramiche e complementi d'arredo per il bagno che, grazie all'acquisto diretto dal network dei maggiori fornitori italiani del settore ed al contenimento dei costi, è riuscita ad assumere dimensioni importanti offrendo prodotti di assoluta qualità a prezzi da outlet.

Via Eugenio Villoresi, 64

00148, Roma (RM) - Tel: (+39) 06 6500 4980

info@frandi.net



naZIONALE, collegati con Confcommercio. Promuove la sua attività nel rispetto del codice etico e delle linee guida operative riportate nel

RISTRUTTURAZIONI
ARREDO & MATERIALE EDILE

Frandi

[HTTPS://FRANDI.CASA/](https://frandi.casa/)

RIFERIMENTO SU ROMA E LITORALE PER RISTRUTTURAZIONI, FORNITURA DI MATERIALE EDILE, ARREDO BAGNO E ARREDO CASA

INCREDIBILI SCONTI FINO AL 50%
 su pavimenti, rivestimenti e articoli sanitari di alta qualità.

Ti regaliamo un condizionatore a pompa di calore freddo/caldo se scegli di ristrutturare con noi.

@FRANDI.NET

Via Eugenio Villoresi, 64 - 00148 Roma
 (+39) 0665004980 info@frandi.net

COLORIFICIO

SCOPRI I NOSTRI PRODOTTI E SERVIZI

Via Ossianese, 335/A
 (all'angolo fra Via San Paolo)
 tel. 06.59.40.15.40

Via S. Ottaviano, 1/7
 (all'angolo fra Via Marconi)
 tel. 06.55.62.041

La Casa del Futuro: tecnologia al servizio dell'Ambiente e del Benessere



L'abitare del futuro si unirà armonicamente alla sostenibilità ambientale e al benessere degli abitanti in una visione innovativa e accattivante. Le pareti rivestite con materiali fotovoltaici adattabili trasformeranno l'energia solare in elettricità pulita per l'intera casa, mentre la tecnologia elettrocromica offrirà un controllo istantaneo della trasparenza, garantendo privacy e illuminazione ottimale. Il sistema di domotica avanzata, guidato dall'intelligenza artificiale, consentirà anche un



FABRIZIO VINTI

AZIENDALE | IMMOBILIARE | HOME STAGING
PHOTO TOUR | CERIMONIE

+39 348 040 6088

www.shootingtimerome.com

fabrizio.vinti@gmail.com

V. Saturnia, 37

00183 Roma

controllo intuitivo di luci, temperatura e sicurezza. Dispositivi elettronici, inclusi sistemi di intrattenimento con musica e programmi TV personalizzati in base all'umore dell'abitante, potranno essere gestiti con un semplice tocco, sia da dentro che da fuori casa. Specchi intelligenti nelle stanze da letto monitoreranno addirittura la salute della pelle con consigli personalizzati per il benessere. I pavimenti sfrutteranno poi l'energia cinetica per alimentare gli apparecchi elettrici, riducendo i consumi energetici, mentre tessuti intelligenti regoleranno la temperatura e l'umidità nelle camere da letto per un sonno confortevole. La cucina diventerà un laboratorio culinario automatizzato, grazie all'intelligenza artificiale e agli ingredienti freschi provenienti da giardini verticali integrati. Un frigorifero intelligente gestirà così gli alimenti e suggerirà le ricette, riducendo gli sprechi e garantendo la freschezza.

Questa visione non è solo un sogno, ma una prospettiva reale di un futuro sostenibile, dove la tecnologia e l'intelligenza artificiale potranno essere al servizio dell'ambiente e del benessere, ispirando il più possibile un modo di vivere in armonia con la natura.

Alessandro Mistretta



ROMA EUR

Piazza B. V. del Carmelo, 1A

Tel. 06 97603111 ☎ 380 7927649

romaeur.mercatinousato.com

Mercatino dell'usato Eur

aperto 7 giorni su 7

9.30/19.30

orario continuato

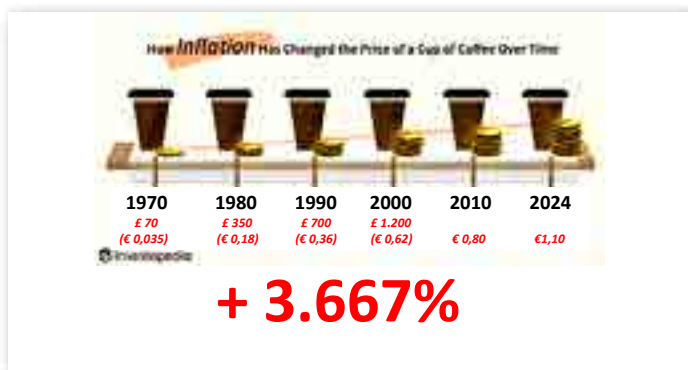
La consulente patrimoniale: propensione al Risparmio Come hanno fatto i nostri genitori?

Dopo il boom del secolo scorso c'è stato un forte rallentamento dell'economia, e di certo oggi è difficile accantonare risparmi. Ma siamo certi che prima non lo fosse? Certo il potere d'acquisto del denaro si è ridotto per effetto di inflazione, mancato adeguamento dei salari e sicuramente del passaggio all'Euro. Ma ciò che 70 anni fa era molto diverso è soprattutto la propensione al risparmio. Mio padre mi racconta di quando appena sposati lui e la mamma acquistassero poco più che il latte per noi bimbe, entrambi agli inizi della carriera lavorativa. Delle entrate mensili, una volta detratte le spese fisse, quelle necessarie per la sussistenza e per una pizza, il resto veniva messo da parte; e quando i pochi spiccioli iniziali diventavano un gruzzolo sufficiente venivano investiti, in BTP o buoni fruttiferi, che avevano all'epoca una loro ottima ragion d'essere, mentre oggi altri strumenti risultano più adatti a cogliere le innumerevoli opportunità del mercato. Oggi quelle percepite come "necessità" sono decisamente di più, lo stile di vita è cambiato e molte cose pur non indispensabili per la sopravvivenza risultano tuttavia inalienabili. E oggi, esattamente come allora, senza un'attenta gestione della contabilità familiare risulta impossibile creare quel tesoretto che è la base del futuro patrimonio, dell'anticipo per l'acquisto della casa

o del mantenimento del proprio tenore di vita in pensione. E se steste pensando che del domani non v'è certezza, sappiate che i nostri genitori avevano nel 1960 un'aspettativa di vita di 68 anni, mentre oggi essa è di 83. Dunque domani potremmo non esserci, ma se disgraziatamente ci arriviamo sarà bene averci pensato per tempo! **Loredana Ferrara**



No, non è sufficiente. Esiste purtroppo quest'ombra scura che incombe sui nostri risparmi che si chiama Inflazione. Ne abbiamo sentito molto parlare negli ultimi due anni in seguito agli straordinari eventi susseguitisi con il Covid e la guerra, ma negli anni precedenti essa era ugualmente presente, quando in piccola quando in grande misura, riducendo in maniera impercettibile ma inesorabile il valore dei nostri risparmi anno dopo anno.



Vuol dire, ancora, che negli ultimi 70 anni il prezzo del caffè è passato dall'equivalente di 3 centesimi ad 1,10 euro, aumentando del 3.667%!



E' importante una continuativa e metodica attività di risparmio. I nostri genitori, ricorderete, ad inizio mese suddividevano lo stipendio in questo modo: quota destinata al mutuo, quota spese correnti (cibo, utenze, igiene), quota pizza del sabato sera. Tolate le spese obbligate, quelle necessarie e un po' di relax per la famiglia, il resto veniva accantonato, su quelli che erano gli strumenti disponibili all'epoca. È dunque sufficiente questo per mettersi al riparo da un crollo del proprio tenore di vita?

LOREDANA FERRARA

CONSULENTE FINANZIARIA & PATRIMONIALE

Specializzata in
MATERIA PREVIDENZIALE

Contatti

[in /loredana-ferrara-consulente-finanziaria](https://www.linkedin.com/in/loredana-ferrara-consulente-finanziaria)
Loredana.Ferrara1981@gmail.com
+39 348 0586469



La soddisfazione lavorativa



Giuseppe Rotundo
Direttore Generale | IN-LIRE SpA SB
(+39) 348-8914517
giuseppe.rotundo@in-lire.com (+39)
02-80012395
Sede operativa: via Laurentina, 565,
00143 Roma - www.in-lire.com

Tanti ne parlano, molti la sognano, tutti la vogliono. È la soddisfazione sul luogo di lavoro. Come si misura?

Cosa distingue una persona lavorativamente soddisfatta da chi non lo è? E quanto questo può influenzare le performance generali di un'intera organizzazione? Le dimensioni che caratterizzano e possono influenzare una sensazione positiva a lavoro sono diverse: la natura del lavoro che si svolge, le capacità dei supervisori, gli aspetti retributivi, le opportunità di sviluppo e crescita, la relazione con i colleghi. La ricerca ha rilevato che i livelli medi di soddisfazione lavorativa sono cresciuti costantemente dal 2008 al 2018. Ma la drammatica parentesi pandemica, che ci ha travolti ad inizio 2020, ha pericolosamente invertito la tendenza, al punto che oggi, solo la metà dei lavoratori dichiara di essere soddisfatta sul proprio posto di lavoro. Ovviamente la relazione tra appagamento dei dipendenti e loro produttività è molto forte. Dipendenti più bilanciati, rispetto alle varie caratteristiche della loro professione, coincidono molto spesso con dipendenti più produttivi. Qualità dei prodotti, tasso di innovazione, soddisfazione dei clienti serviti dall'azienda, turnover dei dipendenti, fenomeno dell'assenteismo, sono tutte conseguenze dirette, positive o negative, di quanto si è felici a lavoro. È dunque fondamentale che i manager si interessino ai comportamenti dei loro dipendenti, poiché possono essere un campanello d'allarme. Qualunque attività i responsabili possano porre in essere per migliorare gli atteggiamenti delle risorse umane a loro assegnate, avrà come probabile esito un incremento dell'efficacia organizzativa. E questa finirà con il condizionare inevitabilmente in positivo anche i risultati economici dell'azienda.

Giuseppe Rotundo

IL DOTTORE COMMERCIALISTA

Acquisti Tax Free



Alessandro De Filippis
Dottore Commercialista
Via Giuseppe Viner, 100
(Zona Axa-Acilia) 00125 Roma
Tel 06.69.32.11.14
Cell 335.62.91.399

Buongiorno, mi sto accingendo ad acquistare un negozio di souvenir al Centro di Roma e mi preoccupa la questione delle esenzioni fiscali richieste dai turisti. Potrei avere dei chiarimenti sulla procedura? Grazie.

Innanzitutto, chiariamo che si tratta di non applicazione dell'Iva sull'acquisto di beni da parte di particolari "Turisti Stranieri"; e, in alternativa al rimborso dell'iva pagata al negoziante da parte degli stessi soggetti. Nello specifico la normativa iva italiana consente allo straniero residente fuori da Paesi appartenenti all'Unione Europea di non pagare l'iva sugli acquisti di beni di importo superiore ad € 70,00 compresa iva a condizione che l'acquisto sia ad uso privato, il soggetto non sia un imprenditore individuale o collettivo ed i beni acquistati escano dall'Unione Europea nei successivi tre mesi dall'acquisto. Il negoziante ha la facoltà di esonerare il "turista" dal pagare l'iva, emettendo una fattura non imponibile oppure emettere una normale fattura con iva. In tale ultimo caso sarà il "turista" ad attivare le procedure necessarie per ottenere il rimborso. In ogni caso la fatturazione deve avvenire attraverso una procedura particolare messa a disposizione dell'Agenzia delle Entrate (chiamata "Otello", versione in vigore oggi la 2.0), in maniera tale che venga fornito al Cliente la fattura con apposito codice di richiesta e prodotto il "visto uscita digitale". Queste operazioni vanno ricapitolate in modo specifico nel Modello Iva in particolare per indicare la rettifica dell'iva rimborsata al cliente.





VALUEQUALITY CONSULTING



Ing Valerio Moschella

Contatti: 338 992 85 46 | Via Eugenio Bertini, 38 - 00134 Roma
valerio.moschella@gmail.com | www.valuequalityconsulting.com

SERVIZI OFFERTI

- Certificazione di qualità ISO9001
- Certificazione della sicurezza secondo il modello ISO45001
- Certificazione di prodotto e marcatura CE
- Certificazione ambientale UNI EN ISO 14001
- Certificazione EMAS
- Certificazione etica SA8000
- Certificazione ISO27001 Security informatica
- Certificazione Dispositivi Biomedicali (Reg. EU 2017/745 MD e Reg. EU 2017/746 IVD)
- Certificazione ISO 14064 Emissioni gas serra
- Superbonus
- Diagnosi energetiche
- Certificazione sistema di gestione energia ISO50001
- Progettazione impianti fotovoltaici e per le energie rinnovabili
- Agrivoltaico

FUNERARIA
DIVINO AMORE®

*Un buon tacer
non fu mai detto*

Via Ardeatina, 984 Roma - Tel. 06.7100043

333.2883533 (Claudio)
334.6566268 (Simone)
funerariadivinoamore@gmail.com

RUBRICA CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE



Scarpette Rosse

Io non perdono e tocco

17 anni. Lui fumantino ma fragile, volevo salvarlo, cambiare lui, il mondo. Volevo guarirlo dai suoi rancori, dal rifiuto di ogni regola: divenni sua prigioniera. Il tunnel dove a poco a poco persi me stessa. Le lesioni passano, la violenza psicologica è una larva che fa uova e si riproduce senza riguardo verso sforzi sovraumani di restare lucidi. Un figlio, Pedro. Una vedova e un orfano: lui aveva i suoi hobby. Le passeggiate domenicali con Pedro, sola: guardavo altre famiglie e pensavo la nostra, amputata.



Cucinai sempre per i "nostri" amici che dopo la denuncia mi hanno eliminata. Che brutto termine, si elimina un file, nemmeno una parola oserei eliminare semmai rielaborare.

"Signora il suo quadro, è la quarta volta.. è stato suo marito ne siamo certi. Cerchi un riparo, prenda suo figlio e scappi e se non lo trova ci siamo noi ma denunci". Luce nel tunnel, sipario aperto: non ero pazza, malata, sbagliata, schifosa. Ero sopravvissuta. Sopravvissuta al dover guardare l'orologio ogni due minuti, a non essere libera di telefonare a nessuno, all'idea di una me inutile e meritevole di odio. Figlio mio, sei nato come inno alla vita. Sarai un uomo e se sbaglierai sarò la prima a denunciarti. Scegli che modello essere: esiste il vero amore, il rispetto, il calore, lasciati travolgere dall'autentico. Ti ho chiesto perdono. L'ho chiesto troppe volte. Stavolta no, io non perdono e tocco! Da "Cyrano" di Francesco Guccini." **Anonima. Simona Consoni**

Leadership - Tu chiamale se vuoi emozioni

In un mondo di business in cui la cultura delle relazioni occupa un posto fondamentale, diventa sostanziale imparare a riconoscere le emozioni presenti nelle relazioni professionali, e a gestire queste componenti in modo che si trasformino in potenziali elementi di successo, anziché ostacoli al raggiungimento degli obiettivi. L'importanza delle "emozioni" è stata da sempre oggetto di svariati studi, anche in ambiti di business. Il famoso saggio scritto dallo psicologo e scrittore americano Daniel Goleman nel 1995, intitolato "Intelligenza Emotiva", è diventato il testo di riferimento



nel campo del management, ambito in cui è ormai fondamentale sia gestire le proprie emozioni ma anche riconoscere quelle degli altri, soprattutto oggi, che il modello organizzativo aziendale è caratterizzato da una maggiore apertura del top management nel recepire gli stimoli che arrivano dall'organizzazione. Gestire le proprie emozioni diventa essenziale per una più fluida e coinvolgente costruzione delle relazioni, è la base fondante per chi lavora in rete, per chi ama lavorare secondo le dinamiche proprie dell'economia collaborativa, l'economia circolare. Dunque le emozioni hanno una funzione relazionale, quella di favorire la comunicazione sociale, renderci consapevoli dei nostri bisogni e dei nostri obiettivi, di farci apprendere da eventi e situazioni, per poter condividere la nostra personale elaborazione della realtà e metterla a fattor comune.

Edgarda Brigliadori

Networker esperta di referral Marketing - tel 3939082573

LA RUBRICA DELL'AVVOCATO PENALISTA

Violenza economica



Avv. Paola Picciotto

Avvocato Penalista

avv.paolapicciotto@gmail.com - Cell. 339 406 2631

La violenza economica integra il reato di maltrattamento in famiglia? Ecco cosa prevede la legge.

Per violenza economica si intende ogni atto teso a privare la vittima della propria indipendenza economica o anche a limitare o escludere la sua partecipazione alla gestione economica della famiglia.

La vittima viene manipolata al punto che non riesce a staccarsi dall'ambiente violento a causa della mancanza di indipendenza economica ma anche di forza psicologica.

Si calcola che almeno una donna su 3 di età compresa tra i 40 e i 60 anni subisca violenza economica.

Nel nostro ordinamento non esiste una norma specifica ma tutti i comportamenti sottili possono ben ricondurre questa fattispecie nella previsione di cui all'art. 572 c.p.

I riferimenti normativi si fondano principalmente sulla cd. Convenzione di Istanbul, ratificata senza riserve con L. 27 giugno 2013, n. 77.

Le Sezioni Unite della Cassazione rilevarono come "l'espressione delitti commessi con violenza alla persona, adoperata dal legislatore in sede di conversione del d.l. n.93 del 2013, rinvia ad una fattispecie molto più ampia rispetto a quella del reato di maltrattamenti in famiglia originariamente previsto, e deve pertanto essere intesa in senso estensivo, comprensiva di tutte le violenze di genere"



Con la recente sentenza n. 19847 del 22 aprile 2022, depositata il 19 maggio 2022, la Corte di Cassazione sesta sez. penale ha fornito importanti chiarimenti sugli elementi costitutivi del reato di maltrattamenti in famiglia.

In pratica, ciò che qualifica la condotta come espressione dei mal-

trattamenti, è che gli atti coercitivi, anche solo minacciati, operanti a diversi livelli (fisico, sessuale, psicologico o economico), siano volti a ledere la dignità della persona offesa, ad annientarne pensieri ed azioni indipendenti con lo scopo di ridurre la persona ad un vero e proprio strumento di soddisfacimento di desideri e bisogni del maltrattante.

Per quanto riguarda l'elemento soggettivo, per ritenere integrato il dolo basta la consapevolezza del maltrattante di persistere in un'attività vessatoria idonea a ledere la personalità della vittima e la sua dignità, non è necessario comprovare la volontà di programmare una pluralità di atti idonei a cagionare sofferenze fisiche o morali.



REBIRTH ITALY

La Sostenibile leggerezza,
per ESSERE"

Segui REBIRTH ITALY
su Facebook o
contattaci direttamente
per essere sempre
informato su novità ed
eventi.



www.rebirth-italy.it

fb: Rebirth Italy

ig: rebirthitaly

Contatti: tel. +39 3341435405
info.rebirthitaly@gmail.com

Massimo Federico: consulente in Telecomunicazioni per Windtre Business



Massimo Federico è un Consulente in Telecomunicazioni da 23 anni. Attualmente, lavora in Windtre Business e si occupa di supportare il mondo delle imprese che vanno dalla piccola attività, alla media e grande azienda, così come la Pubblica Amministrazione, nella identificazione delle soluzioni ottimali per quanto riguarda la struttura di Telecomunicazioni. Ciò comprende le soluzioni digitali e di connettività con progetti in Fibra, la Telefonia fissa e mobile, soprattutto, in chiave aziendale.

Il suo approccio è di dare la massima attenzione all'assistenza al cliente, effettuando analisi preventive, cogliendo le esigenze, puntando all'ottimizzazione tecnologica e garantendo, contestualmente, anche un risparmio economico.

Determinazione, competenza e disponibilità sono le 3 caratteristiche di Massimo Federico, rafforzate dalla sua esperienza, volto a trovare sempre soluzioni innovative. Tra i suoi prossimi obiettivi ritroviamo quello formativo, grazie a nuove Certificazioni, che lo porteranno a diventare presto agente Top all'interno di Wind e l'acquisizione di nuovi prestigiosi clienti.

Per info. Massimo Federico Tel. 393 9355708

Dott. Massimo Federico

**Consulente in
Telecomunicazioni
per Windtre Business**

**Soluzioni di connettività,
Telefonia fissa e mobile**

**Soluzioni digitali per
piccole, medie, grandi
imprese e PA**

CONTATTI

Tel. 393 9355708

m.federico@voice-communication.com

LA RUBRICA LEGALE SUGLI ANIMALI

Gli animali da compagnia non sono pignorabili

Ecco cosa dice la legge



Avv. Claudia Spositi

Studio Legale

Via Orazio dello Sbirro, 40 00121 Roma

c.spositi@gmail.com - Tel. 06.64670231

Mobile 329.4599294

La legge n. 221 del 28 dicembre 2015 pone gli animali da compagnia tra i beni assolutamente non pignorabili. Questa disposizione vale anche se sono dete-

nuti nella casa del debitore senza fini produttivi: in questa categoria rientrano anche quelli impiegati a fini terapeutici dal debitore o dal suo nucleo familiare.

Quali sono gli animali da compagnia? Chi rientra in questa categoria? Non solo cani e gatti, ma anche furetti, invertebrati, gli uccelli, i rettili, gli anfibi, gli animali acquatici da ornamento ed i mammiferi. Insomma, i nostri amici animali non possono più essere allontanati dalla famiglia di appartenenza come se fossero soprammobili o elettrodomestici. Lo sapevi? Se hai bisogno di una consulenza non esitare a contattarmi!



Tutela legale degli animali domestici

CS
Studio Legale

L'Avv. Spositi aiuta i proprietari di animali domestici che abbiano subito dei danni ad ottenere il ristoro

dei danni economici subiti, con un'attenzione particolare all'aspetto dell'animale come essere senziente e compagno di vita dell'umano e della famiglia che se ne prende cura. Lo Studio legale si occupa di aiutare il soggetto danneggiato dalla condotta dell'animale domestico ad ottenere il risarcimento adeguato. Lo Studio affronta le questioni legale alla presenza dell'animale domestico nel Condominio ed alle controversie che possono sorgere tra vicini di casa in relazione al possesso degli animali d'affezione. Inoltre, presta consulenza ed assistenza nelle questioni relative ai danni cagionati ai proprietari di animali da parte degli allevatori nonché legate agli animali domestici.

Solo se hai vissuto con un animale puoi capire la felicità che si prova nell'averlo e il dolore che si prova nel perderlo...



"Puoi conoscere il cuore di un uomo per come tratta gli animali" (Immanuel Kant).

...Ebbene sì! Con un gatto, un cane o un animale domestico si può creare un "mondo a due" un legame prezioso e chi ha avuto modo di viverci sa che è un sentimento profondo.

Gli animali domestici sono come membri della famiglia insostituibili.

Inizialmente, non ne ero così

convinta. Guardavo con diffidenza l'atteggiamento "esagerato" poi mi sono accorta che uno sguardo, una carezza diventano attimi che ti nutrono e che riempiono la tua vita di gioia e portano benefici a livello

emotivo e psicologico.

Proprio così, con un animale accanto difficilmente si soffre di solitudine, rappresenta una presenza silenziosa di cui a volte senti il bisogno. Amare un animale significa dare senza volere in cambio ed è un amore puro privo di condizioni e quando viene a mancare, la sua perdita è un evento significativo, un forte impatto sulla nostra vita. Occorre tempo per elaborare le nostre emozioni e si piange l'assenza perché si perde una parte di sé stessi.

Superare la morte del nostro animale da compagnia è difficile. L'assenza del nostro gatto o il nostro cane cambia parte della nostra routine quotidiana: si crea un vuoto che prima era riempito dalla loro presenza. Nessuno potrà mai sostituire il legame che abbiamo creato con il nostro animale. Il distacco dal proprio animale domestico è una situazione tutt'altro che semplice da affrontare, scatena spesso un vortice di sentimenti contrastanti. Si vive un senso di tristezza, resistenza ad accettare la realtà, senso di colpa, rabbia.

Per ciascuno di noi, le reazioni che seguono la perdita si manifestano in modi diversi. C'è chi avverte la necessità di isolarsi o, al contrario, di stare con gli altri. Ci vuole tempo per elaborare il lutto in modo adeguato, riorganizzare la vita intorno ed oltre la perdita, dare nuovi significati al legame di affetto che si è perduto.

Questo NON significa certamente dimenticare il proprio amato animale ma, portarlo con sé, senza tuttavia provare più dolore come all'inizio. Per me, è ancora troppo difficile ricordare Sofy, la mia adorata gattina, solo con un sorriso ma è certo che rimarrà per sempre "UNICA" nel mio cuore. **Katia Delon**

La PROTEZIONE ASSICURATIVA per il tuo "migliore amico" a 4 zampe. Temi che il tuo cane possa causare danni a terzi? Ti bastano solo € 6,00 al mese.

Desideri una copertura assicurativa al Top con sole € 18,00 al mese? Puoi averla con Insurance Services. Se anche le spese veterinarie al tuo cane vuoi garantire, con noi ti devi assicurare!

Tel. 366 3319787

SERVIZI ALLE IMPRESE E ALLA FAMIGLIA

Fideiussioni e cauzioni
Multirischi attività e uffici
Cyber Risk Multirischi
fabbricati civili e abitazioni
Rc professionali, volontari e tirocinanti
Polizza viaggi e Visto Schengen



"Ci vuole poco per assicurarsi la tranquillità"

insurance services srl



Rimborso spese legati e peritali
Protezione del credito e del leasing
Pensioni integrative Protezione del mutuo e dei prestiti
Protezione uomo chiave - TMC e CPI
Rimborso spese mediche e veterinarie
Infortuni professionali ed extra,
Diarie giornaliere
Rc veicoli e garanzie accessorie (furto/incendio con satellitare)
Finanziamento premi assicurativi e Prestiti Personali (Cessione del V°)

Via Annone, 4B - 00199 Roma
366 331 97 87 - 06 86321024
info@llinsuranceservices.it

www.llinsuranceservices.it

La Casa del Cucciolo
Il cucciolo sicuro da noi...

**FUTURI COMPAGNI
FEDELI VI ASPETTANO**

**SE NON HAI MAI AVUTO UN CUCCILO
NON SAI COSA SIGNIFICA ESSERE AMATO**

VIA CAVALLO MORTO 41
00042 - AN/201

**06/9890273
348 8214333
388 7759165**

SOCIAL www.lacasadellacucciolo.it

Anlaids - L'Associazione Nazionale per la lotta contro l'Aids: terapie molto efficaci, resta fondamentale la diagnosi precoce



ANLAIDS - L'Associazione Nazionale per la Lotta contro l'AIDS nasce nel 1985 con l'obiettivo di promuovere e migliorare

le iniziative intese allo sviluppo della ricerca scientifica nei campi della prevenzione, diagnosi e cura dell'infezione, di sensibilizzare l'opinione pubblica riguardo le problematiche sociali, di assistere e di tutelare le persone con HIV ed i loro familiari. Nel 1988 viene costituita la Sezione

Laziale dell'Anlaids per perseguire a Roma e nelle province del Lazio gli stessi obiettivi dell'Associazione Nazionale. Le terapie sono molto efficaci e i progressi della scienza notevoli ma restano fondamentali prevenzione e l'accesso ai test per la diagnosi precoce. Attualmente, tra i principali progetti promossi da Anlaids Lazio abbiamo il **consulta l'esperto** telefonicamente e online; i **test HIV/HCVa risposta rapida** gratuito e anonimo; gli **Incontri informativi** con studenti e infermieri e l'aggiornamento agli operatori sanitari e il **sostegno psicologico** alle persone HIV+, con AIDS e alle loro famiglie.



L'ASSOCIAZIONE PER LA LOTTA E LA PREVENZIONE CONTRO L'AIDS

Anlaids Lazio, dal 1988, opera nella regione con i medesimi obiettivi e portando a termine importanti progetti rivolti a contrastare anche ogni pregiudizio e stereotipo.

TRA I PRINCIPALI PROGETTI PROMOSSI DA ANLAIDS LAZIO:

- CONSULTA L'ESPERTO TELEFONICAMENTE E ONLINE;
- TEST HIV/HCVa RISPOSTA RAPIDA GRATUITO E ANONIMO;
- INCONTRI INFORMATIVI CON STUDENTI NELLE SCUOLE DEL LAZIO E PRESSO LE UNIVERSITÀ E INFERMIERI;
- AGGIORNAMENTO AGLI OPERATORI SANITARI;
- SOSTEGNO PSICOLOGICO ALLE PERSONE HIV+, CON AIDS E ALLE LORO FAMIGLIE.

**CONSULTA L'ESPERTO AL TELEFONO E ONLINE
DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ, DALLE 9.00 ALLE 16.00**

ANLAIDS (Associazione Nazionale per la Lotta contro l'AIDS)
Sezione Lazio: Via Giolitti, 42 - 00185 Roma
Presidente di Anlaids Lazio Gianluca de Marchi e Patrizia Ferri,
Segretario nazionale di Anlaids ETS.



TELEFONO: 06.4746031

WWW.ANLAIDSLAZIO.IT



LA RUBRICA DELL'OSTEOPATA

Il mio osteopata, non solo uno scrocchiaossa



D.ssa Cristina Bernard

Osteopata e Fisioterapista - tel 339 6128991

L'Osteopatia è una terapia manuale basata su un approccio olistico e complementare alla medicina tradizionale, riconosciuta dall'Organizzazione mondiale della Sanità. Sempre più persone in Italia si rivolgono ad un Osteopata, secondo recenti dati un italiano su 5, quindi ben oltre 10 milioni. I dati confermano che l'osteopatia è scelta e apprezzata da milioni di cittadini come sistema di cura, ma ancora c'è molto da fare per diffondere la cultura osteopatica e far conoscere le sue grandi potenzialità e campi di applicazione, sfatando la numerosa quantità di pregiudizi che spesso l'accompagnano. Si tratta di un sistema di cura che rispetta la relazione tra corpo, mente e spirito e che ricerca lo stato di salute della persona, e non la malattia, andando a stimolare il ripristino della mobilità fisiologica a livello dei diversi sistemi (circolatorio, respiratorio, fasciale, nervoso, muscolo-scheletrico), sfruttando la capacità intrinseca del corpo di autoguarirsi, secondo uno dei principi conati dal Dott. Andrew Taylor Still, fondatore dell'Osteopatia.

L'Osteopatia, grazie proprio ai principi su cui si basa, può intervenire sulle persone di tutte le età, dal neonato all'anziano, alla donna in gravidanza, eliminando gli ostacoli (disfunzioni), che non permettono al sistema di raggiungere il proprio equilibrio per favorire il fluire dell'energia vitale. Molti pensano che l'osteopatia sia utilizzata soprattutto per trattare il

mal di schiena, in realtà la sua azione è molto più vasta e comprende la cefalea muscolo tensiva, il reflusso gastroesofageo, la sindrome dell'intestino irritabile e di tutte le forme infiammatorie viscerali, la dismenorrea, l'infertilità, il dolore cronico e molto altro.



Numerose ricerche ne mostrano anche l'utilità nei neonati, nei bambini e per trattare il dolore in gravidanza influenzando anche sulla buona riuscita del parto. L'Osteopata, tramite l'analisi

posturale, test dedicati e palpazione dei tessuti identifica la disfunzione somatica cioè quelle alterazioni dello stato di salute causate da eventi stressanti esterni o interni all'organismo che hanno lasciato una traccia nei tessuti), e li interviene con le tecniche più adatte. Le disfunzioni si manifestano principalmente sul sistema muscolo scheletrico con dolore o riduzione di mobilità, ma anche sul sistema fasciale e viscerale causando una variazione della densità tissutale. La medicina osteopatica è un'arte della salute in cui si pone una grande attenzione agli stili di vita della persona, al tipo di lavoro, agli affetti, all'alimentazione, all'attività sportiva, secondo il principio dell'unità del corpo, *"Quando tutte le parti del corpo umano sono in ordine, siamo in salute. Quando non lo sono, siamo in malattia"*. (E. T. Still)

CHI SIAMO

Siamo un gruppo di professionisti che lavorano in sinergia per aiutare le persone a rinforzare lo stato di salute e a migliorare la performance fisica. Presso OMYA Studio puoi trovare: **osteopatia, fisioterapia, personal trainer, nutrizione, centro per la salute delle donne con equipe dedicata (ginecologo, patologa vulvare, psicoterapeuta e consulente sessuale), osteopatia per accompagnamento al parto e osteopatia pediatrica.** Inoltre, ci avvaliamo della consulenza di professionisti esterni come **ortopedico, fisiatra e odontoiatra.**

OMYA, BENESSERE DONNA

Dalla sua fondazione, OMYA studio ha diffuso programmi educativi e informativi dedicati alla salute, al benessere e alla sessualità femminile, tramite seminari in presenza e online. Inoltre, da 25 anni, la fondatrice del centro, la d.ssa **Cristina Bernard**, si occupa di disfunzioni del pavimento pelvico.

Nel 2019 nasce OMYA per la vulvodinia, un progetto volto a dare sostegno alle donne che soffrono di *dolore pelvico*, ma non solo: *dismenorrea, dispareunia, secchezza vaginale, incontinenza, vaginismo, cistiti ricorrenti, infertilità, anorgasmia, difficoltà legate alla menopausa e diastasi dei retti dell'addome.*

Per integrare il lavoro manuale, da gennaio 2021 ci avvaliamo del macchinario **VagyCombi**, che unisce radiofrequenza e elettroporazione in un unico trattamento.



ATTIVITÀ

ANTIGRAVITY- YOGA - POSTURALE
MASSAGGIO TERAPEUTICO E AYURVEDICO
ALLENAMENTI INDIVIDUALI
BACK SCHOOL - GINNASTICA DOLCE
TRATTAMENTI SHIATSU - QIGONG
RIFLESSOLOGIA PLANTARE - REIKI



OMYA Studio
Viale Cesare Pavese, 277
ROMA EUR
Cell: 350 032 0319
www.omyastudio.it
cristinabernard007@mail.com

Intervista a Cristina Lemme, Presidente Associazione ADHD Italia Odv e Presidente ADHD Lazio



Parliamo con la Presidente Dott.ssa Cristina Lemme, per approfondire ADHD Italia, l'Associazione che coordina le organizzazioni di volontariato sul disturbo da Deficit di Attenzione ed Iperattività.

Di cosa si occupa la vostra Associazione? L'Associazione si occupa di diffondere le giuste notizie che riguardano il disturbo ADHD, un disturbo neurobio-

logico a forte impatto ambientale.

Cosa vuol dire precisamente? Con questo disturbo ci si nasce, ci si cresce, ma l'ambiente circostante può fare la differenza tra il subire le traiettorie evolutive del disturbo oppure modularle. Significa che nasci e vivi con questo disturbo, però grazie a delle terapie mirate si può modulare limitare i danni senza essere lasciato a se stesso.

È un po' come tutte le malattie, se lasciate a se stesse peggiorano. Quindi non ha possibilità di essere curata, solo di essere controllata? Si può essere curati e controllati, entrambi, non c'è l'una senza l'altra. Perché curiamo il sintomo, non la causa.

Quindi può completamente regredire la patologia? Certamente.



Purtroppo, i due terzi di chi ne ha affetto ci convive tutta la vita. Gran parte delle persone non lo sa, i numeri di diagnosi rispetto alla prevalenza sono

bassissimi. I dati di prevalenza ci danno numeri molto elevati nella Regione Lazio, parliamo di circa 140.000 adulti e 35-40.000 studenti sotto i 16 anni, un numero importantissimo. Queste persone non vivono tranquillamente, proprio perché hanno un disturbo non curato e sono vittime magari di diagnosi errate, mal curati e mal gestiti, perché comunque ancora oggi nel nostro paese, ad esempio, l'ADHD non è presa in carico dalle ASL di riferimento.

Quindi il vostro impegno è anche di far conoscere e di rendere noto. Uno dei nostri obiettivi principali nella Regione Lazio è proprio quello di far attivare i poli ADHD per l'età evolutiva e per l'età adulta in tutte le ASL della Regione. Questo è il nostro prossimo obiettivo

Maria Teresa Accardo

La giornata delle buone azioni: il Good Deeds Day 2024 L'Associazione ADHD in prima fila, insieme per il Bene Comune



Il 17 marzo scorso, il Circo Massimo ha celebrato il Good Deeds Day 2024 - Insieme per il Bene Comune. Good Deeds Day è una manifestazione internazionale di attivazione sociale che si svolge in contemporanea in 80 paesi del mondo. L'idea è diffondere la solidarietà e la pratica delle "buone azioni" in una giornata dedicata a questo, in tutto il mondo. A Roma, al termine

della Fun Run, i partecipanti alla corsa e tutta la cittadinanza hanno trovato ad aspettarli circa 100 enti di terzo settore che hanno animato l'arrivo al Circo Massimo.

Siamo andati a trovare lo stand di ADHD Lazio-DV. Per chi ancora non conosce questa patologia, sinteticamente essa consiste in un disordine dello sviluppo neuro psichico del bambino e dell'adolescente, caratterizzato da iperattività, impulsività, incapacità a concentrarsi. **Parliamo con Serena Pascucci, Vicepresidente dell'Associazione ADHD Lazio-DV, coordinamento ADHD Italia.** "Siamo una grande Associazione di volontariato nel Lazio, abbiamo una rete di circa 600 famiglie che ruotano intorno alla nostra realtà associativa, poiché rappresentiamo un disturbo dell'età evolutiva a decorso cronico. Il nostro coinvolgimento è a 360 gradi. Accogliamo bambini che diventano adolescenti e poi adulti.

Questa giornata rappresenta un evento importantissimo perché si crea il contatto con le famiglie che hanno modo di conoscere l'Associazione e ottenere informazioni sulla ADHD, parlare delle loro difficoltà, come poterle risolvere, come poter intervenire, le problematiche della mancanza dei servizi e tutto ciò che riguarda affrontare il

quotidiano, inclusi i problemi della scuola.

I sostenitori quando si iscrivono devono corrispondere una quota? L'Associazione la prevede, ma noi siamo un ODV (Organizzazione di Volontariato) ed abbiamo scelto di offrire i nostri servizi sia agli associati che ai non iscritti. Ovviamente, chi si associa godrà di servizi aggiuntivi rispetto alla persona che ci conta per avere un aiuto. Ma resta inteso che noi rispondiamo a tutti. Per quanto riguarda la quota associativa, parliamo di 30 euro annuali.

Chi può aderire all'Associazione? Per poter diventare associato bisogna essere parente di una persona affetta da ADHD o comunque un sostenitore della causa e quindi, ci sensibilizza moltissimo essere parte di una realtà e rappresentarla in prima persona.

Oltre che ad essere la Vicepresidente sono un genitore di persona affetta da ADHD e vivo in prima linea il dolore che deriva da un disturbo così complesso, impattante, allo stesso tempo, purtroppo, spesso non gestito correttamente dai servizi sanitari nazionali e dalle realtà che dovrebbero darci supporto.

Quando si vive un dolore che accomuna si è in grado di poterne parlare con maggiore facilità e di poter essere più utili all'altro.

Maria Teresa Accardo



Psicologia ed Istituzioni

Un nuovo Focus Sociale: l'attenzione alla cura della Salute Mentale

Ha avuto luogo, il 4 Aprile 2024, un Convegno presso il Senato, su iniziativa del Senatore Gianni Berrino, dal tema "Psicologia ed Istituzioni: 30 anni di Formazione in Psicoterapia, cura e promozione della Salute mentale". Tema del dibattito la Salute mentale al centro dell'Agenda politico ed istituzionale per riorganizzare il sistema sanitario a partire dal territorio. "Priorità assoluta tra le proposte di legge, quella di fornire una Psicologia di base – ha dichiarato l'on. Luciano Ciocchetti, Vice Presidente XIII^a Commissione Affari Sociali, Sanità, Lavoro, Previdenza Sociale - a cui potranno accedere tutti i cittadini con un'assistenza primaria anche con altri Servizi in equipe. Potrà essere messo a disposizione uno Psicologo ogni 7 Medici generici. Manca solo la "copertura economica" – ha sottolineato Ciocchetti – per una norma che deve diventare operativa tra il 2025/2026. Durante i lavori, si è ribadita la necessità di implementare il focus sulla Salute Mentale ed il riequilibrio emotivo della

– ha precisato Cristina Lemme, Presidente dell'Associazione ADHD Lazio - sa benissimo che questi anni sarebbero stati caratterizzati "dall'esplosione" dei disturbi mentali. E' fondamentale per tutti noi che la Salute Mentale abbia gli stessi standard di qualità delle



altre discipline mediche – ha sottolineato Cristina Lemme - e che pertanto possa disporre delle più avanzate psicoterapie mirate sui disturbi psichici, psichiatrici e neurobiologici. "Il Servizio pubblico psicologico oltre a vedere liste lunghe, si indirizza poi più a pazienti cronici o psicotici – ha affermato il dott. Luigi Cancrini – ed oggi il sostegno non è assicurato. I tirocinanti sarebbero una risorsa preziosa". La sensibilità di dare attenzione all'assistenza psicologica sin da bambini come aspetto fondamentale, piuttosto che sui farmaci, è importante perché previene disturbi che poi si acutizzano a livello sociale. "La Rivoluzione digitale comporta sempre più una solitudine ed una riduzione della socialità. Occorre costruire ora nuove forme di aggregazione e legame sociale – ha tenuto a precisare la dott.ssa Felicia Pelagalli – così come nuovi collettori sociali che non siano on line". **Alessandro Mistretta**



Società sia a livello regionale e nazionale, soprattutto dopo il Covid. "Chi come noi è dentro la salute mentale da molto prima del 2020

**SERVIZIO RESIDENZIALE, AMBULATORIALE e DOMICILIARE ex art. 26
NEUROPSICHIATRIA INFANTILE - HOSPICE - R.S.A.**



la Vostra salute è la Nostra dedizione

SERVIZI RIABILITATIVI PRIVATI

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

Convenzionata in forma diretta con le seguenti compagnie assicurative: **ALLIANZ, RBM SALUTE, CASPIE, GENERALI, FASI, FASI OPEN, FASCHIM, PREVIMEDICAL, POSTEVITA, COOP SALUTE**



PRESIDIO SANITARIO

Accreditata SSN e Certificata ISO 9001



Via Mentore Maggini, 51

(ROMA - ZONA LAURENTINA)

tel. 0651037

info@villaardeatina.it

www.villaardeatina.it



Allarme zanzare virus Dengue



La Dengue è un'infezione virale comune nei climi tropicali e subtropicali, ma che a causa del riscaldamento globale e della facilità di spostamenti, si sta diffondendo anche in Europa meridionale diventando una seria minaccia per la salute pubblica italiana. Il ministero della Salute ha chiamato le Regioni ad attuare tutte le misure previste dal Piano Nazionale di prevenzione, sorveglianza

e risposta alle Arbovirosi (PNA) 2020-2025. La malattia è provocata da 4 virus si trasmettono da persona a persona tramite un artropode, ovvero la zanzara. Il vettore tradizionale nell'emisfero occidentale è *Aedes aegypti*. In Italia, i casi autoctoni di Dengue dipendono dalla zanzara tigre. Quest'anno, soprattutto in Brasile e Argentina, sono state registrati valori record di infezioni da DENV; risultato che ha portato le autorità italiane ad alzare il livello di attenzione in porti e aeroporti. La maggior parte degli individui che contrae la malattia non presenta sintomi, eccetto per alcuni soggetti, che possono essere colpiti da febbre alta, mal di testa, dolori muscolari, nausea ed eruzioni cutanee che nell'arco di 15 giorni scompaiono. Nei casi più gravi, la Dengue può essere fatale.

Ad oggi, sono disponibili sul mercato due vaccini tetravalenti, i cui nomi commerciali sono DENGAXIA e QDENGAX; solo quest'ultimo è commercializzato in Italia. **Maria Teresa Accardo**



Centro sportivo FONTE ROMA EUR



Sport a tutti i livelli, quali fitness (tutti i corsi e sala attrezzi), danza e ballo, combattimento, area personal e group training. Nella piscina 25 m X 16,80 si praticano il nuoto libero, i corsi per adulti e baby, acqua fitness ed idrobike.

Via Andrea Meldola, 157, 00143 Roma RM
tel 06 503 8585

L'ESPERTO RISPONDE

LE ZANZARE - Cesare Balsamini consiglia



Con l'ordinanza firmata dal sindaco Gualtieri, è scattata ufficialmente, la lotta all'*Aedes albopictus*, meglio conosciuta come zanzara tigre. Cesare quali consigli puoi darci? L'Ordinanza del Comune di Roma vede un protocollo contro le zanzare dove va seguita una lotta integrata che permette una riduzione di almeno il 60%. A Roma sono vietati i cannoni atomizzatori, tranne particolari

eccezioni. Gli insetticidi poi devono essere a bassissimo impatto ambientale.

Quali "accortezze" i cittadini devono prendere per evitare la diffusione delle zanzare? Occorre non abbandonare in giro contenitori che si possano riempire d'acqua, pulire i sottovasi ed i contenitori dei fiori nei cimiteri. Attenzione alle grondaie, all'immondizia ed a ciò che crea ristagni come teloni, pozzetti e tombini che vanno trattati con pasticche o prodotti specifici. La lotta integrata va fatta unendo più cose: pulizia del territorio ed attenzione all'ambiente, va mantenuto l'ordine.

Quando va fatta la disinfestazione? L'azione larvicida da Marzo in poi fino ad Ottobre con prodotti specifici che servono a non far diventare adulti le larve. L'adulticida appena c'è il caldo. Poi contro le zanzare adulte la disinfestazione va seguita con accuratezza tramite abbattimento o con trappole specifiche anche più complesse.

Come sono fatte? Riproducono le caratteristiche e gli odori dell'uomo ed attirano poi con ventole di aspirazione le catturano.



SERVIZI

SANIFICAZIONE

DISINFESTAZIONE

DERATTIZZAZIONE

PROGRAMMA
PERSONALIZZATO

Ad ogni infestante il suo specifico trattamento, ad ogni cliente il suo specifico programma nel rispetto dell'ambiente, delle persone e degli animali domestici.

CONTATTACI

(+39) 338 9485570
Via Selva Nera 275
00166 Roma

info@cesarebalsamini.it

www.cesarebalsamini.it

LA CONSULENTE DELLA BELLEZZA

In primavera fai sbocciare la tua bellezza!



Roberta Vinci

Via dell'Arte all'Eur. Tel 345 9762921

Se si parla di Beauty e Wellness allora puoi trovare tutte le News del momento da Secret Charm "l'arte della bellezza". Il periodo più bello dell'anno è arrivato! È il momento di rifiorire abbandonandosi ad una coccola con un infusione di energia che riattivi i sensi dell'anima e il corpo. Da anni lavoro in questo settore, sempre alla ricerca delle migliori

tecnologie e cosmeceutici sul mercato per offrire ai miei clienti trattamenti esclusivi. Per questo ho progettato una linea cosmetica e cosmeceutica che soddisfi ogni esigenza dal punto di vista emozionale senza rinunciare al risultato. Prodotti versatili con protocolli modulati e personalizzabili.

Come sempre nel concetto Beauty di Secret Charm al centro ci sei



"tu"! Punto di forza di questa strategia è l'ascolto per determinare insieme il progetto che determina il risultato.

La tua esigenza e la motivazione che ti spinge a venire da noi è il punto fundamenta-



le di partenza dal quale sviluppare il tuo obiettivo da raggiungere! Al resto pensiamo noi grazie alla professionalità e alla preparazione del personale e alle metodiche di lavoro applicate anche a seconda della stagionalità.

Ti aspetto nel mio Istituto di Bellezza "Secret Charm" in Via dell'Arte all'Eur. Tel 345 9762921



SECRET CHARM

wellness & Beauty Spa

La nostra filosofia di lavoro è quella di offrire ai nostri clienti la **massima professionalità** e ciò è reso possibile grazie sia allo staff scelto e selezionato con cura e sempre aggiornato, sia alla scelta di **prodotti di altissima qualità**, cosmetici e dermo-cosmetici, come *Elisabeth Arden PRO*, *Maria Galland*, così come **apparecchiature all'avanguardia** (epilazione laser, dimagrimento, tonificazione, ecc..) sempre aggiornati con le norme vigenti.

SERVIZI

Trattamenti con Macchinari
Trattamenti Benessere
Trattamenti Area Viso
Trucco Semipermanente
Trattamenti Per Le Mani

Scopri tutti i dettagli su:

www.secretcharm.it

oppure scarica l'App Secret Charm



@secretcharmbeauty



L'Arte della Bellezza

Roberta Vinci



Viale dell'Arte, 53/55
00144 Roma
06 94519750 - 345 976 2921

CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO

ASTER
DIAGNOSTICA



**APERTI
LA
DOMENICA**

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**

RITORNO AL FUTURO

Consapevolezze nuove e antiche attraverso l'evoluzione

Sfida. Corpo sempre giovane



Edgarda Brigliadori

**Naturopata - Consulente di BellEssere - Esperta di Nutrizione Integrata - Coach del Cambiamento
Assistant Director BNI Region Roma Sud - Ovest Esperta di Referral Marketing e Networker**

L'età è solo un numero se il corpo è in forma. Con la consapevolezza del Sé e tutti gli strumenti di prevenzione a disposizione, oggi anche di ordine quantitativo, possiamo fare scelte giuste per migliorare il nostro stato di salute e mantenerlo nel tempo, uno stato che permette di camminare lungo tutta la nostra esistenza con le proprie gambe, la propria forza e la propria autonomia. La vita si sta allungando, gli anziani aumentano ma non aumenta la qualità della vita: ci si può ammalare prima e si rimane vivi di più e quindi inevitabilmente questo allunga patologie e sofferenze; i farmaci permettono di curare...ma con poche possibilità di guarire-in molti casi- cosa che diventa possibile invece combinando la **Nuova Medicina Funzionale Integrata**. Una Medicina che aiuta a risalire alle cause, identificando un percorso mirato, completo, definito, una medicina che tiene conto anche dell'importanza delle *emozioni*, della qualità del sonno, delle sfide ambientali e delle *interferenze* che, seppur silenti, sono potentissime e condizionano il nostro equilibrio corpo-mente-spirito, incidendo profondamente. **Parliamo di epigenetica**. Una serie di segnali dati al nostro organismo, come la corretta attività fisica, l'atteggiamento mentale positivo e l'alimentazione, che è il più impattante sui geni, posso-

no modificare l'attività genetica. Una persona in 80 anni riesce ad ingerire 30-40 tonnellate di cibo! Pensate a questo cibo non in termini di calorie, ma di segnali mandati alle nostre cellule. Pensate se 30-40 tonnellate di segnali mandati alle nostre cellule sono segnali sbagliati, che cosa può succedere in termini di organismo. Bisogna fare un lavoro molto preciso: Se aumenterà l'aspettativa di vita e non saremo in grado di dare strumenti affinché a 80,90,100 anni si possa avere una qualità di vita maggiore e per fare questo bisogna partire molto presto, se non saremo in grado di farlo la nostra prospettiva di qualità della vita sarà molto compromessa. Stiamo andando nella direzione giusta con le soluzioni che ci propongono oggi? Sono anni che si danno informazioni sulla giusta attività fisica eppure in Italia ci sono 42ml di persone sedentarie. Sono decenni che si dice di mangiare più frutta e verdura eppure l'unica categoria che continua a calare nelle vendite è proprio la verdura. Allora vuol dire che informare da solo non basta, non è la soluzione. Fra sapere e attuare c'è un gap che presenta alcune difficoltà. Ci vuole la giusta impostazione mentale per fare delle scelte e portarle avanti e lo strumento giusto. What if...? Come sarebbe se esistesse già e fosse accessibile? Come sarebbe se fosse già a portata di mano il mezzo per potenziare il proprio stato di salute per diventare la versione migliore di noi e vivere la vita pienamente? Stay tuned!

- **RICOVERI** (Riabilitazione neuromotoria e del linguaggio cod.56 Riabilitazione estensiva ex art.26 - Medicina)
- **RIABILITAZIONE** ex art.26 (Semiresidenziale, Ambulatoriale, Domiciliare)
- **DAY HOSPITAL RIABILITATIVO** ● **NEUROPSICHIATRIA INFANTILE**
- **R.S.A "Appia Felice"**



SERVIZI PRIVATI

- **TERAPIE MANUALI** (posturale, cranio sacrale, viscerale, miofunzionale, Taping, kinesi, idrokinesi)
- **TERAPIE STRUMENTALI** (Tecar, InterX, Laser, Bemer, Pedana Delos, Tens)
- **INDAGINI STRUMENTALI** (Radiologia digitale, Ecografia, ECG, Doppler, Ecocolor Doppler, Elettromiografia, Holter)
- **ANALISI CLINICHE** ● **RICOVERI PRIVATI**



VILLA FULVIA
CASA DI CURA

Accreditata SSN - Certificata ISO 9001



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

www.villafulvia.it



Convenzionata in forma diretta
con le seguenti compagnie assicurative:
**ALLIANZ, RBM SALUTE, CASPIE, GENERALI, FASI, FASI OPEN,
FASCHIM, PREVIMEDICAL, POSTEVITA, COOPSAIUTE**

Salviamo la Pelle!

La pelle è un miracolo vivente. Come mediatore tra l'organismo e il mondo esterno, è il primo organo a formarsi e il più sensibile; è il nostro organo più grande, ricopre più di 2mq di superficie, può arrivare a pesare fino a 3kg e contiene circa 300milioni di cellule! Sulla pelle esistono miliardi di microorganismi, che vivono in simbiosi con il nostro corpo, solo intorno all'ombelico ci sono 2400 diversi tipi di batteri.



Comprendere il funzionamento della pelle è di fondamentale importanza per trattarla con il dovuto riguardo, imparare a curarla e scegliere i prodotti più idonei per ottenere il nostro aspetto migliore che ci consentirà di sentirci meglio con noi stessi. La pelle è in stato di perenne rigenerazione. Nuove cellule nascono dalla base dell'epidermide (derma) e migrano lentamente verso la superficie. Qui vengono eliminate e sostituite con nuove cellule. Quando le cellule iniziano il loro viaggio sono ben idratate, spostandosi verso la superficie cominciano ad appiattirsi e inaridirsi.

Questo ciclo richiede da due a tre settimane in una pelle giovane e il doppio del tempo in una pelle matura. In un anno ogni persona perde in media circa quattro chili di pelle.

Pensate: la metà della polvere presente negli appartamenti occupati dalle persone è composta da queste scaglie di pelle morte, che rimane in circolazione e quindi è preferibile aerare gli ambienti soprattutto quelli della zona notte.

La pelle è la parte del corpo umano che racconta tanto di noi, si possono intuire età, razza, provenienza e altre informazioni relative a una persona, grazie alla sua funzione comunicativa: i rossori, i pallori, le macchie oppure la luminosità, la levigatezza, trasmettono sia le emozioni, sia lo stato di salute della persona, facendoci percepire anche bisogni non soddisfatti.

La pelle, organo di confine e comunicazione

Edgarda Brigliadori

Naturopata Consulente di BellEssere info@metamorphosya.com

Imera Medica

Imera Medica offre un Trattamento Analizzatore cutaneo per l'analisi della pelle. Presso il Poliambulatorio potete trovare, tra i servizi all'avanguardia, il Morpheus8, una soluzione a Radiofrequenza frazionata efficace e minimamente invasiva per rimodellamento adiposo sottocutaneo full body.

Viale A. Ballarin, 19 Roma zona Eur
Tel. 333 7101337 www.imeramedica.it

SERVIZI OFFERTI

- Visite Chirurgia generale
- Chirurgia Plastica e Ricostruttiva
- Medica Estetica
- Malattie e cura della pelle
- Chirurgia Vascolare
- Ginecologia Ostetricia
- Cardiologia e Cardiochirurgia
- Ortopedia e Traumatologia
- Scienze della nutrizione
- Vulnologia
- Ecografie

CONTATTI
IMERA MEDICA

Viale Aldo ballarin n 19 scala Q interno 1 e 2
imeramedica@gmail.com
 3337101337 +390689510499

@Poliambulatorio Imera Medica
www.imeramedica.it

Rivoluzione nella diagnosi del cancro colon-rettale: la colonscopia virtuale



dr Cristiano Turchetti

Medico chirurgo - Specialista in Radiodiagnostica

Tel 3385669436 - 0651531340 - cristiano.turchetti@gmail.com

La colonscopia virtuale sta rivoluzionando l'approccio alla diagnosi precoce del cancro del colon-retto. Questa innovativa tecnica non invasiva offre un'alternativa più confortevole e sicura rispetto alle tradizionali procedure diagnostiche, come la colonscopia con-

venzionale e il clisma a doppio contrasto.

La chiave del successo della colonscopia virtuale risiede nella sua capacità nell'esaminare in modo approfondito l'intestino crasso senza causare eccessivo disagio al paziente.

Grazie a una mirata preparazione intestinale e a una distensione ottimale del colon, l'esame permette di ottenere una completa visualizzazione 3D dell'organo nel 100% dei casi, riducendo al minimo l'invasività. Il paziente può così riprendere le normali attività subito dopo l'indagine, che non richiede l'utilizzo di mezzo di contrasto endovenoso.

Questa tecnica all'avanguardia è particolarmente utile in situazioni specifiche quando la colonscopia convenzionale non è possibile o non è ben tollerata.

La colonscopia virtuale rappresenta un significativo passo avanti nella lotta contro il cancro colon-rettale, in quanto offre una diagnosi precoce e accurata con il minimo disagio per il paziente. Si

pone, pertanto, come un potente alleato nella prevenzione e nella diagnosi tempestiva di una delle neoplasie più diffuse al mondo. Tuttavia non sostituisce l'esame endoscopico tradizionale, che rimane il gold standard in quanto procedura diagnostica e terapeutica allo stesso tempo. Le due metodiche sono dunque complementari.

Elimina le tossine come...



Dr.ssa Elvira Angela Paracini
Analogista, Esperta tecniche di regressione, Counselor, Personal Health Coach, Conduzione di Gruppi di Training autogeno

Info: lestradedibenessere@gmail.com
cell. 349 4506194

AMORE: può nascondere dipendenze affettive e rapporti disfunzionali. Si ab-

bassano le energie e si creano tossine emotive che creano sintomi e malattia.

PENSIERO: Logica ed emozione in contrapposizione. Anche questo crea tossine. **ALIMENTAZIONE:** il cibo crea normalmente tossine. Ci sono vari tipi di alimenti che ne creano in eccesso un esempio è quello del cibo spazzatura. Aumenta la pericolosità di cibi trattati con i PESTICIDI che coinvolgono il sistema immunitario, quello endocrino ed il sistema ormonale. **ESPOSIZIONE:** a sostanze inalate, tramite l'inquinamento dell'aria il fumo di sigaretta, inquinamento elettromagnetico. Le tossine sia fisiche che mentali agiscono in varie fasi, inizialmente si riescono ad eliminare, ma



quando il carico è troppo creano infiammazione, poi si accumulano depositandosi fino a sorgere disfunzione o malattia.

La depurazione è una fase necessaria per rimanere in salute. Tutti ne parlano, dai tempi antichi ad oggi ma come fare?

Ci sono tante possibilità da dove iniziare, ci sono tecniche, soluzioni ed approcci che ti possono aiutare per restare al massimo delle tue potenzialità. Ad esempio, conoscere i segreti per comunicare bene con l'inconscio, ripulire i 5 organi più importanti che contribuiscono alla depurazione.

Qual è la cosa che più ci aiuta? Quella che più nutriamo.

Chi ne volesse sapere di più può trovarmi presso il centro di medicina integrata e contattarmi.



STUDIO RADIOLOGICO A ROMA EUR

- DIAGNOSTICA PER IMMAGINI
- RISONANZA MAGNETICA APERTA SETTORIALE (Articolazioni e Colonna)
- DENSITOMETRIA OSSEA COMPUTERIZZATA (MOC DEXA)
- TC MULTISLICE
- ECOGRAFIE
- ECO COLOR DOPPLER
- RADIOLOGIA GENERALE
- MAMMOGRAFIA DIGITALE CON TOMOSINTESI
- CONE BEAM

www.diagnosticacmc.it

PER INFO E PRENOTAZIONI: 06.51531340

Via A. M. Lorgna, al civico 30
(Fonte Meravigliosa) - Metro Laurentina

LA RUBRICA DEI SOGNI

Perché non ricordo sempre i miei sogni?



Dott.ssa Nunzia Fasano

Psicologa, psicoterapeuta, interpretazione dei sogni, EMDR

Salita del Poggio Laurentino, 18 - Roma - nunziafasano@nunziafasano.com - cell. 347 6611972

Sappiamo che una delle condizioni per sognare è dormire. Sappiamo anche che dormire bene, almeno sette ore, ci permetta di eliminare le scorie metaboliche cerebrali che, accumulandosi, creano neuro infiammazioni. Quanto un buon sonno possa farci star bene e

guardare la giornata che ci attende con occhi e pensieri positivi lo sperimentiamo; il sogno onirico è importante per la nostra salute come lo sono l'alimentazione, il movimento e la meditazione.

Una delle domande più frequenti nel mio lavoro clinico è: **Perché NON mi ricordo il sogno? Perché ALCUNE VOLTE lo ricordo ed altre no?** Esistono varie teorie e quello che vi propongo è riflettere su quello che accade nella vostra vita quando sognate e quando non sognate. Cosa vi accade al risveglio?

Quale valore ha il sogno? Perché si sogna? Domande che aprono la via a una conoscenza di sé che ci permette di esplorare il mondo della notte che ci permettono di capire se stiamo vivendo bene la giornata diurna per concederci poi nella notte, di entrare in una dimensione dove vivere la dimensione onirica come altra parte di sé.

Cosa non mi permette di dormire, di addormentarmi bene e quindi di sognare? Cosa posso fare nella vita diurna che non faccio e che mi permetta poi di potermi vivere la vita notturna? Cosa suc-

cede quando non riesco non solo a sognare ma neanche a dormire?

Cos'è l'insonnia? Qual è l'origine? I sogni ci donano la verità più profonda di noi stessi, quella parte che abbiamo abbandonato o dimenticato. Spiego a chi intraprende un percorso terapeutico con me, come i sogni siano

permalosi e quando non vengono riconosciuti o accettati o cercati non arrivano nel percorso della coscienza, restano inconsci. Appena si iniziano ad onorare arrivano a dare risposte, conoscenza. Quando abbiamo dei disturbi fisici o psichici la nostra parte saggia, legata al potere di autoguarigione del cervello, ci comunica il disagio attraverso il sistema nervoso autonomo. Il sogno è un collegamento che ci permette di comprendere come stiamo. Che cosa sta accadendo nella mia vita diurna e nella mia vita notturna.



PARRUCCHIERE



SPA TRATTAMENTI PER CAPELLI
TAGLIO - COLORE - BALAYAGE - OMBRE'



VIA DEI CORAZZIERI, 15 ROMA EUR
TEL. 06 5919410   CRAZY GROUP



Il 6 maggio 2024
l'Associazione dei Veneti a Roma ha donato al Demanio dello Stato Camera dei Deputati la bellissima opera del maestro associato pittore Arvedo Arvedi: "Quadro in composizione di elementi in vetro lavorato e dipinto raffigurante l'effigie dell'eroe polesano Giacomo Matteotti".
(Il Presidente Antonio Moretta)

IL FARO CONSIGLIA

Presso il Centro olistico "Studio Armonia" è possibile richiedere diversi trattamenti di benessere. Veramente consigliati, oltre alla Riflessologia plantare, il Trattamento Cielo Terra a 4 mani localizzato nella testa ed i piedi. Un altro trattamento di punta del Centro è il Massaggio Rigenerante e rilassante con olio a 4 mani sul corpo! TOP!



TRATTAMENTI:

Linfodrenaggio Vodder
Shiatsu Namikoshi
Riflessologia plantare
Thai Foot Massage
Massaggio sportivo
Massaggio decontratturante
Taping

Trattamento Cielo Terra (4 mani)

RIFLESSOLOGIA
PLANTARE

studioarmonia_centroolistico @



Via Ascanio Vitozzi, 74
Claudia Cirimbilla
347 1161053
Igor Bodnar
371 3322492

I Corsi di lingue per tutti che sanno coinvolgere

Grazie all'Associazione High Will Language Academy



L'Associazione High Will Language Academy è il luogo dove le lingue prendono vita grazie a corsi di lingue straniere per bambini, ragazzi e adulti con un approccio coinvolgente e divertente. Si promuovono la cultura italiana e internazionale all'estero attraverso eventi formativi, culturali, artistici e sociali di livello internazionale. Si organizzano convegni, congressi e viaggi studio che offrono l'opportunità di approfondire le conoscenze e connettersi con esperti e appassionati provenienti da tutto il mondo. Con passione e professionalità si occupano di **interpretariato e traduzioni e di tutti i servizi linguistici necessari per favorire la comunicazione a 360 gradi, dalla consulenza, alla pianificazione e realizzazione**. Si organizzano gite turistiche emozionanti, iniziative di partnership, fundraising e networking con altre associazioni, fondazioni e istituzioni culturali, per creare connessioni e collaborazioni significative. Si organizzano poi eventi, laboratori, fiere e mercati, conferenze, workshop, corsi di formazione, degustazioni, concorsi, incontri con la stampa e convegni, tutti finalizzati a realizzare il nostro scopo sociale. Per coloro che cercano un'esperienza indimenticabile, istituiamo **centri estivi ed invernali** in Italia e all'estero con attività sportive, culturali, ricreative, turistiche e del tempo libero. Inoltre, è possibile l'insegnamento dell'italiano agli stranieri.

Per bambini e ragazzi **VIENI AD IMPARARE L'INGLESE CON LA SIMPATICA COCCINELLA**



I nostri laboratori rivolti a bambini e ragazzi si basano su un approccio coinvolgente che permette di avvicinarsi alla lingua e di approfondirla in modo naturale e divertente attraverso la musica, il teatro e il movimento. **First steps with Daisy** – gruppo genitori e figli (0-3 anni): un percorso ludico e

multisensoriale ricco di filastrocche, letture animate, giochi sonori, esplorativi e di manipolazione; **Daisy's friends** (4-6 anni) – anche online: un'esperienza educativa indimenticabile attraverso canzoni, storytelling, teatro Kamishibai, giochi, mini yoga e travestimenti in compagnia della coccinella Daisy e tanti altri puppet; **On stage** (7-10 anni) – anche online: primi passi nel mondo del teatro con role-plays, giochi teatrali, memory games, detective time, creazione di scenografie, costumi di scena e puppet; **English theatre** (12-14 anni) Drama games, tecniche teatrali e uso della voce, sketch a tema, challenge e quiz time. Ogni percorso prevede anche laboratori di scienze e cooking time, lezioni dimostrative per le famiglie e uno spettacolo di fine anno. **Contatti: Monica 338 3010505 - Marcella 329 8275523 - Silvia 347 1838573**
facebook.com/EnglishforkidsRome/
instagram: eenglish.with.daisy

La soluzione per ridurre il costo dell'energia con le comunità energetiche



Antonella Girardi

Tributarista - girardi@studiolexa.com - 335 6375567 - 031 270321

Le Comunità energetiche sono un tassello fondamentale per cogliere le opportunità del Green New Deal europeo e del PNRR, e su come produrre e consumare energia da fonti rinnovabili a km zero, e abbattere il caro bollette. "Le CER producono risparmio, abbattimento dei costi, autosufficienza. E guardano al futuro attraverso la parola innovazione. L'idea di base è di rendere le piccole e medie imprese, ma anche le abitazioni, più efficienti e maggiormente autonome, aiutandole a risparmiare sui costi dell'energia grazie all'installazione di impianti a fonti rinnovabili.



Le comunità energetiche rinnovabili (CER) sono costituite da un insieme di soggetti (solitamente da un punto di vista giuridico raccolti in un'associazione o una cooperativa), che dopo aver individuato un'area dedicata per l'installazione dell'impianto fotovoltaico producono, gestiscono e consumano l'energia elettrica prodotta dall'impianto stesso, che può essere messo a disposizione da uno solo o più dei membri partecipanti o da un soggetto terzo.

L'energia elettrica prodotta verrà utilizzata per far fronte ai fabbisogni energetici della CER, mentre quella eventualmente non **autoconsu-**



mata dalla comunità potrà essere **immagazzinata** in batterie o **immessa in rete**, usufruendo del sistema degli incentivi e dei premi. I ricavi generati verranno sud-

divisi tra i membri della CER, in base alle regole di **funzionamento della comunità** stabilite attraverso un **contratto di diritto privato**.

Ogni membro della comunità energetica continuerà, infatti, a pagare la bolletta al proprio fornitore, ma riceverà dalla comunità un importo per la condivisione dei benefici, un compenso non tassato, che equivale di fatto a una **riduzione della sua bolletta**. Sullo sviluppo delle CER possono influire anche i **Comuni e le amministrazioni locali**, svolgendo un ruolo di agevolatori e di promotori per la costituzione di future comunità energetiche a livello locale, facendo leva sia sugli incentivi previsti dal GSE, che sulle risorse del PNRR e sui contributi della nuova programmazione UE (2021-2027) dedicati alla transizione energetica. **I comuni, grazie ai contributi pubblici previsti, possono sostenere** le spese di investimento iniziali, per la realizzazione dell'impianto, con la possibilità di convenzionare i privati e le imprese che sceglieranno di aderire alla CER. Gli enti pubblici hanno anche la facoltà di rimuovere eventuali ostacoli alla realizzazione di impianti sul territorio, urbano e non, attraverso regolamenti e piani di governo del territorio. Per saperne di più...



GEM GROUP

UN UNICO FORNITORE PER UN ECOSISTEMA DI FUNZIONI, COLORA DI BLU LE TUE COMUNICAZIONI



SERVIZI

**CENTRALINI IN CLOUD
SICUREZZA INFORMATICA/FIREWALL
LINEE VOIP
LINEE DATI**

Contatti

Via Carmelo Maestrini, 263 00128 Roma

Tel 0656556099 | Cell. 3498875310

3 amministrazione@gemgroupsrls.it f gemgroupsrls.it

 www.gemgroupservizi.it

Il 2024 App...are ancora più luminoso con LA NUOVA APP MOBILE de Il Faro!

Un nuovo strumento di marketing e di Comunicazione

Un nome che viene dall'antica Grecia e dal fiore della viola, lo stesso della nonna nata in Campania: oggi Jole è identificata e rappresentata dal suo nome che è un po' anche il suo brand, riconoscibile nel mondo del marketing e dell'informatica.



Jole, come ti sei appassionata a questo mondo?

La mia passione è la comunicazione, intesa nel modo con cui riuscire a far comunicare tra di loro le persone, in modo efficace ed efficiente. L'informatica e la grafica sono le basi e gli strumenti che combino nella mia attività, il primo per la sua versatilità e velocità, la seconda per la sintesi e la significatività dei suoi simboli.

Come ti sei formata? Avevo scelto il mio indirizzo prima di tutto verso la grafica, perché innamorata della fantascienza e dalla letteratura cyberpunk, così mi ero iscritta e diplomata all'Istituto Europeo di Design, nella sezione arti visive. Con l'avvento

di Internet, un formidabile strumento di comunicazione da remoto, le possibilità si sono ampliate. Così dopo aver conseguito la certificazione di Web Designer ho subito cominciato a lavorare per grandi aziende di Information Technology, prima nel settore della formazione aziendale per la progettazione di corsi online della Pubblica

Amministrazione, per passare poi a lavorare come responsabile ufficio comunicazione, marketing e portale per un provider turistico, collezionando una esperienza trentennale in questo settore.

Qual è stata la chiave di volta che ti ha portato a lavorare in proprio? La portabilità su smartphone e le possibilità aperte dal "mobile marketing" sono stati il passaggio successivo. Oggi sono Mobile Marketing Designer, progetto e sviluppo applicazioni mobili ibride su Siberian per i sistemi operativi iOS e Android e sono consulente di comunicazione per aziende e professionisti.

Chi sono i tuoi migliori clienti? Tra i miei clienti ci sono attività di ogni tipo, tra i quali tanti professionisti, studi medici polifunzionali, associazioni di categoria, giornali, radio e tv locali, organizzazioni turistiche e di viaggio, ospitalità e strutture alberghiere.

Hai poi sviluppato la nuova App per IL FARO! L'App de IL FARO si rivolge, secondo la Vision dell'editrice Valentina Tacchi, alla Community di professionisti e imprese che ruotano all'interno della rivista e del Portale ad esso collegato, con caratteristiche davvero innovative. Un riguardo come "Club esclusivo" sarà riservato agli Storici ed agli Abbonati del Faro. Tra le funzioni speciali ci sono:

- Una Vetrina dedicata agli Sponsor per promuovere i Brand
- Geolocalizzazioni e Connessioni
- Invio di Notifiche aggiornate, in particolare, degli Eventi del Circuito
- Blog accessibile via App e collegato al Portale web www.ilfaroirete.it
- Spazi pubblicitari acquistabili sulla app, all'interno di un variegato mediakit

La nuova app de IL FARO sarà collegata a tutte le reti in cui IL FARO è presente, e rappresenta un vero e proprio "fulcro di connessione"

e Comunicazione per tutti coloro che ne disporranno e ne faranno parte.

Jole, come vedi il futuro del tuo settore, sempre in crescita? Il futuro è già alle porte. Presto il singolo individuo andrà a costituire un vero e proprio nodo di rete, interconnesso in rete con tanti altri. Già nel 2030, con il rilascio 6G, oltre alla possibilità di scambiare sempre più informazioni in modo ancora più velocemente, ci saranno interazioni tra il fisico ed il virtuale in grado di rivoluzionare anche il nostro modo di vivere!

Giorgio G. Bottari

Vuoi che i tuoi clienti siano sempre in contatto con te?



APP:PROPOSITO

DI APP



Rendi la tua attività a prova di futuro con lo sviluppo di app di marketing per dispositivi mobili



339-293-1514
jole@apppropositodiapp.it

IL CONSULENTE DEGLI INVESTIMENTI

In collaborazione con il life e business Coach **Roberto Farris**

Pronti contro termine

Lo strumento che ci permette di investire una cifra e di riprenderla anche dopo tre mesi



Nonostante la pandemia e la guerra in Ucraina, la ricchezza finanziaria globale italiana ha raggiunto il livello record di 530 trilioni di dollari. L'Italia è l'ottavo Paese per ricchezza finanziaria totale a livello mondiale. Molta di questa ricchezza è rimasta però in giacenza sui conti correnti dei clienti delle banche e della posta. Al fine di intercettare una parte di questa enorme massa di denaro e di convertirla in risparmio gestito, alcuni istituti di credito hanno introdotto delle commissioni che penalizzano le giacenze di liquidità sui conti correnti. Nasce così un problema per chi abbia accantonato dei risparmi liquidi ma non voglia effettuare investimenti di medio lungo termine perché ad esempio ha già programmato una spesa a breve. Si pensi solo, per fare un esempio, a chi abbia venduto un immobile per acquistarne uno più grande. Per chi disponga di liquidità superiore ai 50.000 Euro e un orizzonte temporale molto breve, diciamo inferiore ai tre mesi, esiste uno strumento di investimento a rischio quasi nullo e con un tasso di interesse fisso, cioè predeterminato al momento della sottoscrizione. Stiamo parlando

del PCT ovvero dei Pronti contro termine. Sono dei contratti nei quali un venditore cede in cambio di denaro un certo numero di titoli a un acquirente e si impegna, nello stesso momento, a riacquistarli dallo stesso acquirente a un prezzo e ad una data predeterminata. Detto più semplicemente, lo strumento ci permette di investire oggi una cifra e di riprenderla al termine di un periodo di tre mesi o meno, comprensiva di un tasso di interesse. Il tasso di interesse connesso all'operazione di PCT è in genere molto molto basso, paragonabile al tasso attivo sui conti correnti e quindi molto vicino allo 0. Questo periodo dell'anno è però particolarmente favorevole per spuntare buoni rendimenti sui PCT, infatti alcune banche in prossimità della chiusura dei bilanci di fine anno, offrono dei buoni tassi di interesse (tassi promozionali) allo scopo di migliorare i propri risultati commerciali in termini di raccolta. Di norma le banche riservano queste operazioni ai nuovi clienti o ai già clienti che portano denaro "fresco", cioè denaro proveniente da banche terze. Per fare un esempio in un altro settore, è quello che succede alle Compagnie telefoniche che riservano condizioni "speciali" ai clienti provenienti dalle Compagnie concorrenti.

In genere queste operazioni commerciali sono accompagnate da condizioni molto favorevoli sui conti correnti che possono includere commissioni zero ed una remunerazione interessante per le giacenze liquide. Di sicuro l'ultimo trimestre dell'anno è il momento giusto per valutare le varie offerte che offre il panorama bancario e per allocare al meglio i propri risparmi. **Claudio Garofali**

IMPRENDITORI
Accademia digitale Italia

Crescere sui social
Insieme
351.6535146

WWW.IMPRENDITORIACCADEMIADIGITALEITALIA.IT
IMPRENDITORIACCADEMIADIGITALE@GMAIL.COM

CLAUDIO GAROFOLI
Consulente
degli Investimenti

CONTATTI
Tel 339 4537858
Via Cicerone, 54 b
claudio.garofoli@spinvest.com

Dottore in Economia e Commercio, lavora dal 1993 in ambito bancario. La passione per la finanza lo ha spinto nel 2000 a dedicarsi in maniera esclusiva alla consulenza finanziaria. Oggi lavora per Fideuram Intesa Sanpaolo Private Banking, banca leader nella gestione dei patrimoni.

L'INTERVISTA

FAR....Risultati con il Coach Roberto Farris

Attrai l'abbondanza ed elimina i sabotaggi

**Quale funzione ha il Financial Coach?**

Aiuta chi non ha i soldi a farli arrivare e chi li ha ad investirli al meglio, ottimizzando le proprie risorse e realizzando una pianificazione finanziaria personalizzata.

E' vero che nel mondo l'80% di chi ha raggiunto grandi risultati è partito da zero? E' vero. Attraverso una buona pianificazione finanziaria e avendo acquisito un'ottima capacità di gestione delle proprie risorse che è basata su 2 concetti fondamentali. Innanzitutto, il principio di **"appartenenza dei soldi"**. Occorre cioè avere chiare le peculiarità della persona, i suoi obiettivi, quali credenze e paure possa avere, etc. Parliamo anche di finanza comportamentale. Se si vogliono perseguire obiettivi ambiziosi ma non si ha l'atteggiamento giusto, si rischia di fare tanta fatica con scarsi risultati. Il compito del Coach è avere ben chiaro cosa fare dopo una valutazione psico-energetica della persona, per potenziare le sue risorse ed ispirarla verso la strada con-

giuale.

Tu aiuti effettivamente la persona affinché si apra all'abbondanza...

Sì. Bisogna eliminare, innanzitutto, i sabotaggi che impediscono di attrarre l'abbondanza. Poi si passa ad individuare la strada da percorrere e a scegliere il treno giusto che poi ci porterà dove vogliamo andare...E' fondamentale impostare il metodo! **Oltre al principio di appartenenza dei soldi, qual è il secondo concetto della pianificazione finanziaria?** Il concetto dei **"tempi di spesa"**, cioè del come e dove spendo i miei soldi. La gente pensa spesso a quanto guadagna ma non a come spende il denaro. E' fondamentale sapere dove finiscono le mie risorse. Se non ho una puntuale gestione delle mie spese mi manca la base! Non è importante solo quanto guadagno ma quanto mi rimane.

Cosa si intende per i tempi di spesa? Nel nostro percorso di vita, personale e professionale, abbiamo tempi diversi. Li chiameremo "cassetti temporali." Una parte dei soldi li destiniamo alle spese di tutti i

giorni, quelle che chiamiamo spese correnti (alimentazione, utenze, ecc). Un'altra parte dei nostri soldi va per le spese programmate (una macchina, una vacanza, ecc.) in un arco di tempo che va da 1 a 5 anni, oppure per spese impreviste (es.cure mediche). Inoltre, ci sono gli obiettivi futuri, per i prossimi 5 o 10 anni (un matrimonio, una casa nuova, ecc). Infine, c'è il periodo definito del post-lavoro (dai 10 anni in poi) in cui bisogna pensare a come mantenere il proprio tenore di vita una volta andati in pensione. Per ciascuno di questi cassetti temporali è opportuno creare dei salvadanai ad hoc per canalizzare i propri risparmi verso i relativi investimenti.

Quanto bisognerebbe risparmiare? Un bellissimo libro, "L'uomo più ricco di Babilonia" suggerisce di mettere da parte il 10% di qualunque introito tu riceva. Prima paga te stesso! Questo vale anche per gli imprenditori e i datori di lavoro che pensano soprattutto a pagare i propri collaboratori e non pensano a se stessi. Se ricevo 100, metto da parte 10 e ragiono su quei 90. E' importante quindi creare diversi cassetti di risparmio per ciascuna esigenza, in modo da non tenere troppi soldi sul conto corrente, con il rischio poi di spendere tutto. Una mia funzione è aiutare il cliente ad utilizzare al meglio le proprie risorse e a decidere quale percentuale assegnare ad ogni cassetto temporale. Insieme si fissano gli obiettivi da raggiungere e si monitorano i risultati mese per mese.

Puoi darci dei suggerimenti pratici sulla gestione del denaro?

Innanzitutto, pagare il più possibile in **contanti**, perché aumenta la percezione di quanto si spende, contrariamente alle carte di credito che smaterializzano il denaro. Inoltre, appuntarsi le varie spese e creare dei salvadanai per ogni progetto di spesa/investimento. La consapevolezza di dove spendo e di cosa posso spendere è il primo passo per il cambiamento. Inoltre, evitare di indebitarsi troppo. Non si può vivere solo per pagare i debiti! I soldi devono creare soldi. Infine, è soprattutto capire come attrarre e gestire l'abbondanza, cioè padroneggiare la Legge di Attrazione. Questo è il mio compito principale come Life e Financial Coach. **Valentina Tacchi**

**DR. ROBERTO FARRIS**

MENTAL E TALENT COACH, TRAINER, IPNOTISTA,
MENTORE SPECIALIZZATO NELLA LEGGE DI ATTRAZIONE,
FISICA QUANTISTICA APPLICATA AGLI OBIETTIVI
PER TRADURLI IN RISULTATI STRAORDINARI

Per approfondire gli argomenti potete andare sul sito www.ilfaroirete.it
cerca: Roberto Farris

SESSIONI INDIVIDUALI E DI GRUPPO
TEAM BUILDING - SPORT E BUSINESS COACHING
FORMAZIONE PER IMPRENDITORI E PROFESSIONISTI
CORSI PER AZIENDE

www.benesserefisicoemozionale.com

347 3535410

robertofarris@me.com

fb: Roberto Farris - Find your Way fb: benessere fisico ed emozionale



*Desideri esprimere
al massimo il tuo
potenziale e
tradurre i tuoi
obiettivi in
risultati?*

Contattami!

Il Faro dei Vigili del Fuoco a cura di Lia Albonico

Ho stretto la mano di un Santo

I ricordi di Roberto Pascoli



Luglio 1988: incontro indimenticabile con il Papa che diverrà Santo. Era una meravigliosa giornata di luglio, la domenica successiva, il 10 si sarebbe svolto ad Alessandria il 43° raduno Madonnina dei Centauri. Partimmo il giorno prima dalla Caserma dei Vigili del Fuoco di via Piave in Alessandria con il permesso del Comandante di allora, l'ing. Ugo Riccobono.

Cinque "pompieri" con destinazione Roma, Scuole Centrali Antincendi di Capannelle per lasciare i nostri "cavalli" a riposare al sicuro mentre noi ci saremmo goduti la sera trasteverina tra un piatto di bucatini, un carciofo alla giudia ed un buon bicchiere di bianco "dei Castelli". Ma il pensiero era per l'indomani, l'8 di luglio. L'iscrizione e i nomi per il servizio di sicurezza al punto d'incontro di viale Tiziano, davanti al Palazzo delle Federazioni sportive. Finalmente arriva il tardo pomeriggio. Tutti vengono inviati nella parte sinistra della Piazza, arrivati a noi veniamo diretti sulla destra, sono il secondo dietro al "California" del mio fraterno amico Moreno, il mio "Le Mans" quasi si imbezzarrisce, pare dica "siamo

venuti fino qui per nulla!

Gli sussurro «Vai tranquillo!» hanno visto che siamo pompieri, si fidano, ci fanno andare vicino. Arriviamo a pochi metri dal palco, Scendiamo dalle moto, le issiamo sul cavalletto centrale, un colpo d'occhio meraviglioso. Passano pochi minuti e un alto prelato del



Servizi Pubblicitari
 DI LORENZO CASPERINI

FAI VOLARE LA TUA AZIENDA

GRAFICA, STAMPA E DISTRIBUZIONE DI MATERIALE PUBBLICITARIO

LOGHI E IMMAGINE COORDINATA - Siti WEB - SOCIAL MEDIA - VOLANTINI
 PIEGHEVOLI - BIGLIETTI DA VISITA - CARTELLINE - BROCHURE - CARTA INTESTATA
 TARGHE - TIMBRI - ESPOSITORI - ADESIVI E VETROFANIE - GADGET - BUSTE DA LETTERA
 FOREX - ABBIGLIAMENTO - TOVAGLIETTE - MENÙ - INSEGNE E MOLTO ALTRO

Visita www.servizipubblicitari.info per saperne di più



Tel. 370.1287009 - info@servizipubblicitari.info - Via Roberto Lepetit 43B - 00155 - Roma, RM



Vaticano prende la parola al microfono. Tutti zitti in religioso silenzio. Il sacerdote raccomanda: "Tra poco arriverà il Santo Padre, salutatelo tenendo accesi i motori per trenta secondi e i clacson per quindici secondi". Dopo pochi minuti sopra la Flaminia nera, scoperta, arriva quell'Uomo vestito di bianco, pareva una luce venire dal cielo.

Accendiamo i motori, suoniamo i clacson in segno di festoso omaggio al nostro Papa, i brividi iniziano a far scorribanda sulla pelle. Lui alza le braccia ritmando più volte il gesto quasi a dire "più forte ancora, fate sentire i vostri motori all'azzurro del cielo, perché Nostro Signore possa gioire con voi"! La macchina si ferma, Giovanni Paolo II è davanti a noi, ho pensato di non reggere a tanta emozione; quella figura con l'abito bianco, per un attimo mi incute timore, poi mi pare di averLo conosciuto da sempre, credo sia il mio migliore amico, mi inginocchio, stringo la Sua mano e la bacio.

È stata una emozione immensa, indimenticabile, quell'8 luglio 1988 che mi porto dentro al cuore come il più bel ricordo della mia vita. Ora è facile poter dire "ho stretto la mano di un Santo", ma questa emozione che vivo con la stessa intensità di allora è quella di chi come me ha avuto il piacere di avvicinarLo e ha compreso la forza di quell'Uomo che ha cambiato il corso della storia e le vicende degli esseri umani.

Se chiudo gli occhi, lo rivedo davanti e a volte lo immagino con me sulla moto, perché forse in quella giornata, quel lontano 8 luglio, pur provato dalle pallottole dell'attentato di sette anni prima, ma ancora in grande forza fisica, sono certo che avrebbe voluto salire sopra ad una di quelle moto e fare un giro per Roma... e chissà magari proprio sulla mia Guzzi! Ora posso dire "ho stretto la mano di un Santo" e cantare ancora la Tua gloria!

Il mio grazie a Moreno, Felice, Alessandro e Beppe, miei amici e colleghi e compagni di viaggio, all'ing. Ugo Riccobono, agli amici del Moto Club Madonnina che mi guardano dall'autostrada del cielo: Silvano Callegaro, Angelo Sogliano, Leandro Bianchi, Gigi Bussetti.

Il Nia dei Vigili del Fuoco compie 20 anni

Vent'anni del Nia, il Nucleo Investigativo Antincendi dei Vigili del fuoco. Per l'occasione il Corpo Nazionale dei Vigili del Fuoco ha organizzato il convegno "NIA. Sfida al Futuro" al quale hanno preso parte il Capo Dipartimento, Prefetto Renato Franceschelli e il Capo del Corpo Nazionale, Carlo Dall'Oppo.

Il ruolo del Nia - L'evento ha permesso di avere una panoramica delle attività istituzionali del Nucleo come le indagini e le sperimentazioni fin qui svolte, e soprattutto avere un'idea delle prospettive e gli sviluppi futuri in questo ambito legati ad un utilizzo sempre più

frequente e concreto di nuove tecnologie. La prima sessione, introdotta e moderata da Francesco Notaro, Direttore Regionale dei Vigili del Fuoco dell'Emilia Romagna, è stata dedicata all'illustrazione del ruolo del NIA nell'investigazione istituzionale, e ha visto tra i relatori la presenza del Procuratore





LUCA SABENE

Consulente Informatico



INFORMATICA ENEA

RIPARAZIONE PC | NOTEBOOK | MAC
ASSISTENZA SMARTPHONE | TABLET
STAMPANTI CASA | UFFICIO
CARTUCCE E TONER ORIGINALI | COMPATIBILI
ASSEMBLAGGIO PC PERSONALIZZATI

CI PRENDIAMO CURA DEI VOSTRI DISPOSITIVI

Contatti:
06.456.66.541 | 370.102.8405
info@informaticaenea.it

www.informaticaenea.it



Aggiunto presso la Procura della Repubblica di Roma Giovanni Conzo, del Comandante dei RIS dei Carabinieri Colonnello Sergio Schiavone, di Antonietta Lombardo, Dirigente Superiore Tecnico della Polizia di Stato e di Vincenzo Di Carlo, Dirigente del Nucleo Investigativo Antincendi.

La ricerca a servizio delle indagini - La seconda sessione, introdotta e moderata da Cristina D'Angelo, Direttore Regionale dei Vigili del Fuoco delle Marche, è stata dedicata all'attività di studio, ricerca e sperimentazione a supporto dell'investigazione, con interventi di Giuliana Bianco dell'Università della Basilicata, di Paola Russo dell'Università "La Sapienza" di Roma e di Fabrizio Malaspina per il NIA Piemonte. In questa sessione si è approfondita la tematica della Cross contamination, delle analisi

gascromatografiche sui campioni prelevati dalla scena criminis e degli studi sugli incendi di batterie.

Le nuove tecnologie - La terza sessione, introdotta e moderata da Michele Mazzaro, Comandante dei Vigili del Fuoco di Napoli e Massimo Nazareno Bonfatti, Dirigente del Centro Studi ed Esperienze, ha illustrato la tematica relativa all'uso delle nuove tecnologie nell'investigazione, con interventi di Alessandra Tassa dell'Agenzia Spaziale Europea - ESA, Marco Pazzi dell'Università degli studi di Torino, di Augusto Pedone e Fabrizio Lago per il NIA Sicilia, di Rocco Bochicchio per il NIA Basilicata e di Alessandro Fiorillo per il NIA Centrale e Stefano Martinelli per la Direzione Centrale per l'Emergenza, il Soccorso Tecnico e l'Antincendio Boschivo. In questa sessione si è parlato del supporto dei satelliti nelle attività di investigazione, delle tecniche di spettrometria applicate all'investigazione, dell'utilizzo delle unità cinofile nella ricerca di acceleranti e dell'applicazione della realtà virtuale nel metaverso in esercitazioni mirate all'investigazione.

I Vigili del Fuoco – Chi sono? Li conosciamo?



Ma cosa sappiamo visto che diamo per scontata la loro presenza nei momenti di crisi e pericolo?

Chi sono dunque questi uomini e donne che hanno scelto di mettere la loro vita al servizio della nostra sicurezza? Non hanno mai tremato nel compiere la loro missione?

Hanno trovato sul loro cammino

fulgidi esempi di altruismo e le lapidi commemorative stanno a testimoniare quante vite umane siano state sacrificate al loro ideale, per la nostra salvaguardia.

Non vogliono essere chiamati eroi; sono persone che **hanno paura come tutti noi**, ma nonostante ciò, sono sempre pronti a lanciarsi nello sconosciuto che li accompagna, per proteggerci.

La loro paura sfocia nel coraggio, valutando di volta in volta la situazione, prendendo immediatamente l'iniziativa, ben sapendo quando è il momento di agire.

Paura, se non fosse presente, l'affrontare situazioni rischiose si trasformerebbe in incoscienza, che non è coraggio e non consente di vedere il pericolo e trovare delle soluzioni.

Non avere paura sarebbe come affidarsi alla fortuna, aleatoria. L'importante è dominare la tensione che accompagna interventi pericolosi e trasformare la paura in coraggio, che è la capacità di gestire ed affrontare la realtà, sempre, ogni giorno. Il ripetersi di chiamate d'aiuto, il sentirsi indispensabili per gli altri, rimuove l'istinto di preservazione della propria incolumità; nell'affrontare quotidianamente il pericolo, non si pensa più alla paura e la risposta ad essa diviene abnegazione.



**Libreria Efesto**

Libri e non solo! Servizi per la stampa, cancelleria e cartoleria, tutto per l'Università e la scuola di ogni ordine e grado.

 **Via Corrado Segre 11,**
ROMA 00146

 **+39 06 5593548**

 **www.libreriaefesto.com**



**Edizioni Efesto**

Pubblica con noi il tuo libro!

Se ritieni che il tuo lavoro si accordi alla nostra linea editoriale, inviaci il tuo manoscritto tramite il nostro sito web.

 **www.edizioniefesto.it**





GRAN GALA' ITALIA: Il talk-variety TV con le eccellenze del Made in Italy

Prenota la tua intervista o Spot TV

Sono state registrate a Gennaio le nuove puntate della 4ª Ed. del



talk-variety "Gran Galà Italia" che per un anno andrà su 100 TV regionali e nazionali. La produzione è della **Mediterraneos Production** di **Gianni Gandi**, compositore,

musicista, editore di Radio Mediterraneo in Fm insieme a **Elena Presti**, (cantante, attrice e giornalista) conduttrice della trasmissione stessa. Coconduttore **Alfredo Nolasco** (giornalista ed ex disc-jockey).

In studio è spiccata anche la Reggiorchestra di 40 elementi con il M. Roberto Caridi.

Tante eccellenze musicali oltre a Gianni Gandi, Gianluca Rando, eccellenze artistiche e culturali, imprenditoriali come Paolo Odierna

(Presidente Nexxt Expo, Visionarium Shop) che con Simone Falcini sulla Piattaforma Julius Plus in 170 Paesi distribuiscono Gran Galà Italia a livello internazionale con altri format e film. Tra gli imprenditori anche Stefano Mirabello della Mediterraneos Production ed Amway, Luca Tomei della TLMF Solution, Carmelo Caruso di Italwig e Franco Lattanzi). Presente anche la Rubrica internazionale della WIO di Liberato Mirena e la Beidi di Elena Ma con Viaggio tra le culture dei Popoli.

L'Associazione Senza Limiti, eccellenza del mondo sociale, Isa Doglia con il suo Cinefashion Group, collaborano con il programma. **Il Faro** di **Valentina Tacchi** (Ufficio stampa di Elena Presti) è partner da 4 anni del Gran Galà Italia che diffonde anche in rete su www.ilfaroinrete.it. E' possibile promuovere il proprio Brand con un'intervista o con Spot. **Per info. Tel 338 5932747 (Uff.stampa Il Faro tel 347 8521307) www.elenapresti.com - giannigandi@yahoo.com**



Il Lago di Albano verso la morte biologica



“Là c'è l'Ariccia, più giù c'è Castello, Ch'è davvero un gioiello co' quel lago da incantà”. Ogni romano almeno una volta nella vita ha canticchiato “Na gita a li castelli” di Lando Fiorini. “Il lago che incanta” è quello della gita domenicale fuori porta per eccellenza dei romani: il Lago di Albano.

Tra qualche anno però potrebbe non essere più così dato che da anni sta continuando un inesorabile **prosciugamento** sempre più tragico e visibile a occhio nudo. Il lago Albano ha perso 45 milioni di metri cubi di acqua, circa il 15% di quella totale provocando negli ultimi



20 anni un abbassamento di almeno 6 metri.

Le istituzioni continuano un incomprensibile silenzio ed inerzia rispetto a questa situazione. Una delle ultime iniziative massive è stata il 4 Febbraio quando sotto la guida di **Roberto Salustri**, di Ecolstituto RESEDA onlus, associazioni del territorio, esercenti e cittadini si sono uniti in una passeggiata di protesta per sensibilizzare su questo delicatissimo tema. “Più di 700mila persone che attingono acqua dalla falda” il problema è tutto qui – ha ben chiarito Salustri - e “ognuno di noi consuma il 10% di acqua in più rispetto a quello che abbiamo disponibile in natura”. Le conseguenze sono drammatiche, la falda sotto i nostri piedi si è abbassata ad un punto tale che ha già isolato il lago di Nemi – lo ha confermato **Franco Medici** dell'Università La Sapienza di Roma - e presto succederà anche a quello di Castel Gandolfo. Le cause sono tante: dell'eccessivo consumo di acqua, alle politiche di espansione urbanistica e cementificazione, l'incuria e la sporcizia dei tratti di affluenza delle acque piovane, e l'onnipresente problema della crisi climatica, che sempre meno pioggia e neve porta nei nostri territori. “La politica è lontana dalle associazioni – ha sentenziato Salustri – quindi abbiamo deciso di procedere coinvolgendo la cittadinanza formando **l'Alleanza per i laghi**”. Ma si possono ancora salvare i laghi? Secondo gli esperti c'è poco margine di manovra: bisognerebbe prevedere un piano di **zero cemento**, stop a qualsiasi altro consumo di territorio, ridurre i consumi idrici nelle case di tutti i cittadini del 30%, l'attivazione di un serio controllo dei pozzi, circa 165mila esistenti di cui molti abusivi, progetti di recupero dell'acqua piovana, e procedere alla **riforestazione**. Quindi se enti, associazioni e cittadini lavorassero tutti insieme e tempestivamente, forse si ci sarebbe ancora speranza. **Matteo Martinelli**

Noi rendiamo unico il vostro ricordo



GIOVANNONI

dal 1949

www.giovannonifuneraria.com | 06.516.00.000

RUBRICA DELL'ARCHEOLOGO

Gruppo Archeologico Romano per dare un futuro al tuo passato



Gianfranco Gazzetti
Archeologo
Organizzatore viaggi culturali
Tel 339 3339221
mail: gazzetti.g@libero.it

Molti nella nostra società moderna si chiedono a cosa serva l'Archeologia. Abbiamo del resto eliminato la Storia Antica dalla scuola e siamo il paese in Europa che conosce meno la Lingua latina. Scopriamo poi però che le religioni antiche riaffiorano e che, improvvisamente, in una parte sperduta della Russia verso gli Urali ci sono ancora i discendenti degli Unni che chiedono l'indipendenza, che i Greci combattono la Turchia perché ritengono i Turchi discendenti degli Ottomani che hanno occupato Costantinopoli, che gli Yazidi sterminati dall'Isis in Siria discendono dai Mitanni o che gli Assiri esistono ancora e oggi sono cristiani, e così via. Se vuoi scoprire le radici di tanti problemi di oggi, scoprire posti sconosciuti che hanno monumenti affascinanti e testimoni di parti importanti del nostro passato, anche visitandoli ed immergendoti nelle realtà di paesi distanti oggi dal nostro mondo, seguici con il Gruppo Archeologico Romano in un viaggio continuo nel tempo.

GRUPPO ARCHEOLOGICO ROMANO

✈ **Planning viaggi 2024 – 2025**

Serie Grecia
Peloponneso - 04/24
Epiro Macedonia e Tracia - 06/25

Serie Turchia
Lidia e Caria - 05/24
Galazia - 05/25

Serie Africa Romana
Zeugitana e Byzacena (Tunisia)- 10/24
Mauretania Tingitana (Marocco)

Serie Iberia
Gallaecia (Galizia) - 06/24

FACEBOOK
[gruppo archeologico romano](https://www.facebook.com/gruppoarcheologicoromano)
[@gruppoarcheologicoromano](https://www.facebook.com/gruppoarcheologicoromano)

CANALE TELEGRAM
[gruppo archeologico romano](https://www.telegram.com/join/gruppoarcheologicoromano)

CONTATTI
Via Contessa di Bertinoro 6,
Roma
T. 06 6385256
info@gruppoarcheologico.it

www.gruppoarcheologico.it

Il Diritto al nome: diritto della personalità e "affare di famiglia"



Avv. Valeria Muzi
Curatrice del minore, Mediatrice familiare, civile e commerciale
Viale del Tintoretto n. 97- 00142 Roma
Cell. 3924325311
muzivaleria@gmail.com



Il diritto al nome, tutelato dall'art. 6 del Codice civile, è uno dei fondamentali diritti della personalità, poiché sottende la possibilità per una persona di essere identificata e di poter partecipare attivamente alla vita di relazione, strettamente connesso alla tutela dell'identità individuale e al principio di non discriminazione dell'individuo. Nella nostra Costituzione il diritto al nome è compreso tra quei diritti inviolabili che, sulla base dell'art. 2, la Repubblica riconosce e garantisce quali diritti assoluti, imprescrittibili ed indisponibili; pertanto la tutela del diritto al nome può essere fatta valere nei confronti di chiunque, né il diritto al nome può essere considerato prescritto per mancato utilizzo né alienato, né tantomeno ceduto ad altri, sotto qualsiasi forma. Il "nome", intendendosi per tale l'unione di pre-

nome e cognome, non può essere modificato se non secondo le modalità previste dalla legge. Recentemente, altresì, la determinazione del nome del figlio è diventata una vera e propria questione di diritto di famiglia. Se da sempre, al momento della



nascita, è automaticamente attribuito a ciascuno il cognome del padre, la storica sentenza della Corte Costituzionale (21 dicembre 2016, n. 286) ha stabilito la possibilità, sin dalla nascita, per la madre di attribuire al figlio il proprio cognome e per il figlio di essere identificato anche con il cognome della madre. Per la Corte qualora tale diritto fosse precluso pregiudicherebbe il diritto all'identità personale del minore e costituirebbe un'irragionevole disparità di trattamento tra i coniugi. Con **sentenza del 27 aprile 2023, la Corte** ha ulteriormente affermato il **carattere in sé discriminatorio dell'automatica attribuzione del cognome paterno** stante "il suo riverberarsi sull'identità del figlio e la sua attitudine a rendere asimmetrici, rispetto al cognome, i rapporti fra i genitori. Il cognome del figlio deve comporsi con i cognomi dei genitori (poiché) la proiezione sul cognome del figlio del duplice legame genitoriale è la rappresentazione dello status filiationis: trasla sull'identità giuridica e sociale del figlio il rapporto con i due genitori. Al contempo, è il riconoscimento più immediato e diretto del paritario rilievo di entrambe le figure genitoriali". **L'ordine di attribuzione dei cognomi, secondo la Corte, va pertanto concordato dai genitori, salvo, in mancanza di accordo, l'intervento del giudice.**

Circuito in-Lire – Grande successo l'Aperibusiness del Lazio



Si è tenuto l'8 aprile 2024 presso il ristorante romano Checco dello Scapicollo, **alla presenza di 130 imprenditori**, il 21° Aperibusiness di Circuito in-Lire, il network italiano di credito e scambio commerciale fra aziende e professionisti. L'appuntamento è stato il primo del 2024 ed ha visto la partecipazione di tantissimi imprenditori romani, ma anche di molti arrivati da altre regioni italiane, a testimonianza della natura sempre più nazionale del Circuito. Il format, ormai collaudato, ha visto le imprese registrarsi ai tavoli di networking, nei quali hanno potuto presentarsi a



nuovi clienti e conoscere nuovi fornitori. Il lavoro ai tavoli è stato preceduto da un intervento di Claudio Messina, formatore e fondatore, insieme ad Andrea Colombo di Relationship Master, realtà leader in Italia nel Marketing Relazionale. Prima dell'inizio dei lavori Messina ha potuto fornire consigli preziosi su come sfruttare al meglio l'attività di matching e networking. Nella seconda parte della serata, condotta da Samu Yuki Fuke, dopo i saluti e i ringraziamenti ufficiali di Romi Fuke, Presidente e Amministratore Delegato di in-Lire SPA SB e del Direttore Generale Giuseppe Rotundo, è tornato sul palco Claudio Messina con un intervento



sul valore e sulla cura della relazione per incentivare e far prosperare rapporti di business efficaci e duraturi. Altri sponsor della serata sono state le due società lombarde, l'agenzia creativa MultiLumix e Publyteam leader nella comunicazione visiva, presenti rispettivamente con i loro

due responsabili Simone Lazzari e Michele Beretta. Altro interessante intervento dal palco è stato quello di Ermanno Rosati per la società Brandplane che si occupa di intelligenza artificiale applicata ai processi di marketing. Come ormai di consueto per Circuito in-Lire, che è anche una Società Benefit, è stato dato spazio anche al terzo settore, con gli interventi dell'Associazione no profit R.O.S.A. che si occupa di progetti di educa-

zione inclusiva per bambini, adolescenti e adulti in Italia, Africa e Sudest Asiatico, e della società benefit Natù, impegnata in progetti di riforestazione e piantumazione di nuovi alberi, con la quale Circuito in-Lire ha stretto un accordo per un progetto sociale di piantumazione in Lombardia. Durante la serata vi è stata la consegna di alcuni in-Lire Awards, con cui sono stati premiati gli iscritti che più si sono distinti in termini di risultati economici all'interno del Circuito nel corso del 2023. Perché le performance di Circuito in-Lire migliorano di anno in anno anche grazie



all'attivismo dei suoi iscritti. Sono loro i principali beneficiari del credito commerciale, attraverso il quale possono aumentare il proprio fatturato e fare nuovi investimenti finanziandoli a tasso zero attraverso l'utilizzo della moneta complementare che circola fra le aziende del Network. Un'economia fiduciaria basata sulla conoscenza e sulle strette di mano, che si sta rilevando sempre più vitale per la sopravvivenza delle imprese nei periodi ormai sempre più frequenti di turbolenza economica. **La prossima tappa dell'Aperibusiness sarà in Umbria, il 3 luglio**, presso il famoso Hotel Giò Wine e Jazz Area di Perugia dove moltissime aziende da diverse regioni si sono già date il loro prossimo appuntamento d'affari.



Impegniamoci con l'amore tangibile, per migliorare le relazioni



Nell'era digitale che stiamo vivendo, in cui le connessioni virtuali spesso prevalgono su quelle reali, il valore della presenza fisica e **dell'intimità tangibile** nelle relazioni umane assume un significato essenziale per i nostri equilibri e per la nostra socialità. **La comunicazione d'amore tangibile rafforza le relazioni**, toccando vari aspetti dei possibili scambi interpersonali come le interpretazioni del contatto,

il potere terapeutico della prossimità e l'importanza di non reprimere l'affetto fisico.

L'importanza di essere presenti: La presenza fisica in una relazione non è solo una questione di essere nello stesso luogo al medesimo momento, **è una dimostrazione di impegno, attenzione e amore**. Quando scegliamo di dedicare il nostro tempo e la nostra energia nei confronti di un'altra persona, **stiamo comunicando il valore che attribuiamo a quella relazione**. Il contatto fisico è uno degli strumenti di comunicazione più potenti a nostra disposizione.

Studi hanno dimostrato che la fisicità manifestata attraverso abbracci e carezze, può ridurre lo stress, calmare l'ansia e aumentare i livelli di ossitocina, l'ormone associato al benessere e alla felicità.

Tuttavia, è importante ricordare che il contatto deve sempre essere consensuale e reciprocamente desiderato. Capire i confini personali e rispettare il comfort dell'altro è fondamentale per mantenere la comunicazione del contatto positiva e benefica per entrambe le parti.

Il potere della prossimità: Gli spazi condivisi, come vivere sotto lo stesso tetto o lavorare nello stesso ufficio, offrono numerose opportunità per interazioni casuali e momenti di connessione spontanea che possono rafforzare una relazione nel tempo.

Un sorriso, un cenno del capo o un tocco possono comunicare molto di più di ciò che parole inappropriate possono far intendere.

Reale o virtuale? L'impatto del contatto diretto: Le email, i messaggi di testo e le videochiamate possono aiutarci a mantenere il contatto

con amici e familiari lontani, ma mancano della dimensione emotiva e sensoriale che solo la presenza fisica può offrire.

La prossimità fisica, con la sua ricchezza di indizi non verbali (prossemica), facilita questa comprensione empatica, permettendoci di sintonizzarci più profondamente con le esperienze emotive di chi è vicino a noi.

Gesti d'affetto fisico: abbracci, carezze, coccole e baci: L'affetto fisico, sotto forma di abbracci, carezze e coccole, racconta la forza dell'amore nella connessione umana.



Baciare, in particolare, è un atto di intimità che varia enormemente in significato e intensità, dalla tenerezza di un bacio sulla fronte alla profondità di un bacio appassionato. I baci non solo esprimono amore e desiderio ma confermano e rafforzano il legame emotivo e la compatibilità fisica tra partner.

Per migliorare il legame di coppia, è importante celebrare i momenti speciali insieme, così come trovare gioia nelle routine quotidiane, può rafforzare la complicità, l'armonica intesa ed il senso di appartenenza.

Per mettere in comune bisogna "toccarsi": Nel frenetico mondo media-centrico di oggi, occorrono radicali revisioni...ci mancano: rifugi emotivi concreti, comprensioni e scambi sinceri, relazioni stabili, solidali umanità, libertà dai giudizi sommari.

Non facciamoci mai mancare la vicinanza, esprimiamo la nostra natura con benevolenza, coccoliamoci reciprocamente con sincerità e non saremo mai più soli, più liberi dalla tirannia degli smartphone da ricaricare incessantemente di arida virtualità, intrisa spesso di narcisismi ossessivi. **Massimo Marzi**

www.massimomarzi.it - www.ilbenegiornale.it - 329 4595457

Graphics & Events Service srl

Stampa offset e digitale - Cartotecnica
Allestimenti per mostre e convegni - Gestione eventi promozionali

SCATOLE - ASTUCCI - BROCHURE - RIVISTE - DEPLIANT - MANIFESTI
PANNELLI - ROLL-UP - T-SHIRT PERSONALIZZATE



VIA ALFREDO SERRANTI, 137 - MONTE COMPATRI (Rm)
 Tel. 06 9487625 - 348 7771801
 e.mail: geservicesrl2001@gmail.com



TEAM 4.0: Un Polo culturale e Sinergie professionali dinnanzi al Mercato globale



Ho il piacere di **intervistare l'avv. Guido Rossi Gironda**, un vero professionista non solo in ambito legale ma anche dei modi, gentile e risolutivo nello stesso tempo, si fondono in lui tradizioni familiari ed innovazione. Pur analizzando ogni particolare nelle sue sfaccettature, punta ad una visione ampia e collaborativa, nel rispetto delle singole individualità, per costruire legami di valore, che possano soddisfare esi-

genze più globali, economiche e sociali. Dinnanzi alle nuove evoluzioni, il suo impegno è quello di sviluppare, infatti, un nuovo Polo culturale, costituito da Imprenditori e professionisti di eccellenza, per vincere le sfide del nuovo mercato in TEAM....un Team 4.0! **Guido quali aggettivi ti rappresentano?** Sono una persona che dinnanzi alle situazioni che richiedono una risoluzione sa analizzarle e trovare la strada giusta, per portarle ad un esito positivo. Sono tenace e perseverante, soprattutto, nei confronti dell'esigenza che il cliente chiede di chiarire.

Come sei arrivato oggi a questa Tua posizione di Successo, una soddisfazione che condividi anche con la tua splendida sorella? La professione di Avvocato deriva, innanzitutto, da una tradizione di famiglia. Una passione che mi accomuna a mia sorella Raffaella, con la quale condivido lo studio da molti anni e le soddisfazioni per i successi ottenuti nel nostro campo e che ci hanno portato ad ottenere riconoscimenti anche da parte della stampa. Ci occupiamo di

tutti i rami del civile, eccetto l'infortunistica, di alcuni settori specifici come Brevetti e Marchi, diritto del lavoro e, personalmente, sono Patrocinante in Cassazione e mi occupo anche di Penale.

Organizzi incontri culturali, seguiti da gustose cene. Un'occasione per sviluppare sinergie anche a tavola? Abbiamo dato vita ad un Polo sinergico, costituito da Imprenditori e Professionisti, che ha lo scopo di fornire, in funzione delle esigenze di mercato di Enti e realtà imprenditoriali anche importanti, dei servizi completi. A tal fine, organizziamo periodicamente degli incontri per sviluppare sinergie e professionalità.

Durante questi incontri dove ho avuto personalmente il piacere di partecipare dall'inizio, viene data importanza anche all'approfondimento culturale delle professioni? Assolutamente sì perché riteniamo che l'aspetto formativo sia fondamentale. In particolare, l'apporto che può derivare da ogni singolo professionista è necessario per mantenere l'eccellenza del Polo professionale costituito.

Non è un caso, quindi, il nome che è stato dato al Gruppo, "Team 4.0" dove diverse figure professionali possono così confrontarsi e crescere insieme? Grazie per questa domanda. Ci chiamiamo proprio Team 4.0 perché vogliamo essere una rete di professionisti che vuole vincere le sfide del nuovo mercato anche globale...Prossimamente ci riuniremo con tante novità, pronti a condividere nuovi progetti, insieme a realtà e figure professionali importanti.



Studio Legale Rossi Gironda Tel. 06 58332218 - 3358396429 studiolegalerossi@fastwebnet.it studio-rossigironda.wixsite.com Valentina Tacchi

Rinnova la tua PRESENZA DIGITALE

HAI APERTO UNA NUOVA ATTIVITÀ E VUOI FARTI CONOSCERE NEL WEB?

CON NOI SITO WEB + SCHEDA AZIENDA PUBBLICATA NEI 34 PORTALI PIÙ VISITATI IN INTERNET

E LA TUA ATTIVITÀ SARÀ SOTTO GLI OCCHI DI TUTTI
METTIAMO AL TUO SERVIZIO I NOSTRI 13 ANNI DI ESPERIENZA

DOMINI - MAIL - ECOMMERCE - GRAFICA

CONTATTACI PER MAGGIORI INFORMAZIONI

www.beeconnect.it
info@beeconnect.it
 06 87780708

Il cantante italiano Luciano Virgili



Nacque il 25 gennaio 1922 ad Ardenza una frazione di Livorno. Sin da ragazzino consigliato dal tenore Galliano Masini, suo amico, studiò canto lirico presso il Conservatorio Luigi Cherubini di Firenze, vincendo, grazie alle sue doti canore, una borsa di studio. Lasciò gli studi per lo scoppio della 2ª guerra mondiale e nel 1946 si dedicò alla musica leggera. Il suo primo disco, etichettato Fonit, fu inciso nel 1948 e conteneva l'«Eleva-ria di Franz Schubert. Qualche mese più tardi si procacciò una scrittura discografica con la Reguito, con la Voce del Padrone che fu la sua per 20 anni.

Virgili nel 1949 cantò la canzone Addio sogni di gloria e negli anni '50 divenne molto popolare riproponendo grandi successi italiani. Continua ad incidere dischi e già dal 1954 compare ufficialmente nei programmi radiofonici del Radiocorriere della RAI e diventa una voce della radio. A metà degli anni '50, la popolarità nazionale ed internazionale di Virgili è oggettiva anche negli U.S.A

Nel 1956 prese parte al film *Mamma sconosciuta*, sotto la direzione di Carlo Campogalliani, poi si recò negli Stati Uniti per una tournée durante la quale trionfò esibendosi in luoghi importanti come il Carnegie Hall, il Town Hall, il Madison Square Garden e l'Accademia della musica di Brooklyn. Il cantante tornò in Italia nel 1957 interpretando al Festival di Sanremo i brani dal titolo *Finalmente*, *A poco a poco*, *Il mio cielo* e *Venezia mia* e ancora nel 1957 vinse la *Piedigrotta* con la canzone dal titolo, *Tu ce l'hai la mamma*. *Maestrale* e *Sincerità* sono i brani con i quali Virgili partecipò nel 1958 al Festival di Napoli dove si presentò per altre 5 volte. Mantenendo il suo stile e sviluppando una vocalità duttile continua a swingare, ad interpretare canzoni popolari, romantiche, nuove e vecchie. Solo dal 1958 al 1965 pubblicò oltre 200 canzoni, con stili, direttori, musicisti anche molto diversi tra loro.

Nel 1966 tornò in America dove continuò a cantare con enorme successo e vi rimase insieme alla famiglia fino al 1972 data in cui fece rientro in Italia. A causa dei suoi problemi di salute dovuti ad una grave malattia, Luciano Virgili si allontanò dal mondo della canzone nel 1980 e il 19 marzo 1986 morì a Prato. La sua tomba si trova presso il cimitero di Montecatini.

L'Associazione Bunker Records



nasce con la missione di divulgare la cultura musicale ed il Festival "Luciano Virgili" ne è un esempio. Una gara canora di brani scelti dal repertorio dell'artista stesso per un approfondimento culturale. Tra gli scopi e le attività dell'Associazione ci sono, infatti, la divulgazione e lo studio della Musica, in tutte le sue forme, trasmettere l'amore

per la cultura artistica come un bene rilevante per la propria persona e di valore sociale. Spazi di incontro e di aggregazione, nel nome di interessi culturali, per lo più musicali e per una crescita personale, umana e civile sono la forza motore dell'Associazione.

Domenica 26 maggio 2024, ore 17.00
U.N.A.R.-Sala Italia-Via Aldrovandi 16



L'associazione culturale
Bunker Records
ASSOCIAZIONE ITALIANA CULTURA E SPINOSI

(PERSONA II)

VI FESTIVAL CANORO

Nazionale in omaggio a
LUCIANO VIRGILI

Segreteria organizzativa presso la Sala Italia - Via Aldrovandi 16 - 00185 Roma Tel. 06/47811111

Artisti d'onore:

SIOB MIRKACCIO

VALERIO AUGUSTO

Pianista accompagnatore
M^a Claudia Peyerini

Presenza
Simone Calomino

Premio di 1000€ offerto da:



A seguire aperifestival offerto da:



Via alla 1° premiazione
[WWW.BUNKERRECORDS.IT](http://www.bunkerrecords.it)
 info@bunkerrecords.it - 06/47811111
 - @BUNKERREC -

Finanziamento della manifestazione e parte dei premiati del giardino storico del Palazzo Reale

Con il patrocinio di:





In collaborazione con:




Media:




Premi Speciali Poesia nel 2024 all'ing. Terrone



Nei primi mesi del 2024 l'ing. Poeta Francesco Terrone ha ottenuto importanti riconoscimenti anche internazionali per la sua attività poetica. Tra questi:

- "Premio Nazionale Paestum" Premio Speciale per la sezione Poesia in lingua "Quello strano popolo", Mercato San Severino (SA), marzo 2024.

- Associazione culturale "Elogio della Poesia" I Murazzi 2024 Premio Speciale del Presidente alla Poesia Francesco Terrone "Nel corso de-



gli ultimi due lustri, l'opera creativa dello scrittore e studioso Francesco Terrone di Ripacandida e Ginestra si è imposta all'attenzione per la ricchezza dei contenuti di civiltà e di valore letterario, nello

specifico campo della Poesia, come messaggio di fratellanza umana e di valore universale rivolto alla vita nella ricchezza e nella diversificazione delle forme complesse della creazione. Il prestigio dello scrittore Francesco Terrone ha superato i confini italiani e ha assunto una dimensione sovranazionale". Torino, Circolo dei Lettori marzo 2024.

- Premio Internazionale di poesia "Poesia dell'anno 2023" Diploma personalizzato a Francesco Terrone per la poesia "Quello strano popolo", Milano, marzo 2024.

La Fondazione Francesco Terrone di Ripacandida e Ginestra

Con sede legale a Roma (Via Ada Negri, 30) è inserita **nell'elenco dei beneficiari del 5X1000** ed opera su tutto il territorio nazionale ed extra, si struttura attraverso sedi operative di Milano, Napoli, Salerno, Mercato San Severino (SA). Persegue finalità di solidarietà sociale per promuovere studi, ricerche ed iniziative di natura scientifica, storica, linguistica, antropologica, interreligiosa, economica, giuridica, letteraria, tecnica, musicale, artistica, pedagogica e didattica. In particolare, promuove ricerche nel campo delle neuroscienze ed intelligenza artificiale. Essa elabora progetti e proposte rilevanti per lo sviluppo socio-economico-culturale, promuovendo studi e ricerche, manifestazioni, incontri, convegni, seminari e attività di carattere culturale e non solo, attraverso collaborazioni con le Università, enti pubblici e privati, istituzioni che possano condiderne gli scopi.



ISCRIVITI E FAI ISCRIVERE AI GRUPPI Facebook di FRANCESCO TERRONE | L'ingegner poeta

Per parlare, per discutere su temi che incombono sulla nostra vita, per deliziarci con la poesia...



cerca su facebook



lapoesiadifrancescoterrone



francescoterronedialogo



iotterroneancoralaquestionemeridionale



climaticcoligestiperunmondopulito

Il Salotto culturale dell'EUR

Cultura-incontri-eventi-formazione



Il Salotto Culturale dell'EUR 565 è un riferimento per creare sinergie professionali con imprenditori ed aziende grazie ad incontri ed eventi or-

ganizzati in modo mirato o più esteso. E' una fucina per diffondere la cultura anche con presentazioni di libri, poesie, quadri ed opere artistiche. E' un'occasione di crescita personale e lavorativa oltre che un punto di incontro anche per divertirsi tra gustosi buffet personalizzati e colazioni business. E' un riferimento sul territorio dove vi partecipano anche Associazioni, Comitati, Personalità politiche, istituzionali e del mondo dello Spettacolo.

Una sinergia nata tra l'editrice del giornale e del Circuito "Il Faro", la dott.ssa Valentina Tacchi e lo studio legale Avv. Daria Colica (titolare dell'ufficio) e Avv. Valeria Zuccarello.

Insieme hanno dato vita a questo Salotto dove l'incontro fa nascere sempre nuove opportunità!

Hanno la loro sede tuttora anche il Circuito In Lire con Giuseppe Rotundo e l'Associazione Wio di Liberato Mirena!

È possibile affittare la sala riunioni per:

- INCONTRI BUSINESS-OFF-SITE
- BRAINSTORMING-SEMINARI



- CORSI DI FORMAZIONE PRIVATI E AZIENDALI
- RIUNIONI TRA PROFESSIONISTI ED IMPRENDITORI
- PRESENTAZIONE LIBRI-OPERE-PROGETTI
- POMERIGGI LETTERARI
- MOSTRE DI GIOIELLI E QUADRI

Per info: Studio legale Tel. 347 9368029 - Giornale Il Faro Tel. 347 8521307



IL SALOTTO CULTURALE DELL'EUR

**CULTURA - INCONTRI BUSINESS
EVENTI - FORMAZIONE**



Via Laurentina n. 565
00143 Roma
Adiacente Metro
linea B Laurentina
Capolinea Stazione
Autobus

565

AFFITTO SALA RIUNIONI PER:

- CORSI DI FORMAZIONE PRIVATI E AZIENDALI
- RIUNIONI TRA PROFESSIONISTI
- INCONTRI BUSINESS-OFF-SITE
- BRAINSTORMING -SEMINARI
- PRESENTAZIONE di LIBRI-OPERE-PROGETTI



STUDIO LEGALE

Avv. Daria Colica
Cell. 347 9368029
Avv. Valeria Zuccarello
Cell. 339 2001966



Redazione del Giornale IL FARO

Dott.ssa
Valentina Tacchi
Cell. 347 8521307
www.ilfaroirete.it



CIRCUITO ITALIANO IN LIRE

Giuseppe Rotundo
Cell. 348 8914517
www.il-lire.com



WIO
World Intercultural Organization
UNIONE CITTADINI ROMANI
Presidente Liberato Mirena
Cell. 340 685 1319



EXP 

CINA - ITALIA

20 OTTOBRE 2024

SPAZIO 900 E SALONE DELLE COLONNE

PIAZZA G. MARCONI 26 ROMA EUR

SEI UN'ECCELLENZA DEL MADE IN ITALY?

VUOI PARTECIPARE COME ARTISTA?

VUOI METTERE IN EVIDENZA LA TUA ATTIVITA'?

WWW.WORLDINTERCULTURALORGANIZATION.IT - WWW.BEIDI.ORG

PER INFO E PRENOTAZIONI

We For You Event

weforyouevent77@gmail.com - 3347937738

Guglielmo Marconi: nel 2024 partono le celebrazioni per i 150 anni dalla sua nascita



Guglielmo Giovanni Maria Marconi (Bologna, 25 aprile 1874 – Roma, 20 luglio 1937) è stato un inventore, imprenditore e politico italiano. È noto come "l'inventore della radio" ed a lui si deve lo sviluppo di un efficace sistema di Telecomu-

nicaioni, la telegrafia senza fili attraverso le onde radio, che gli valse il Premio Nobel per la Fisica nel 1909, come anche la nascita del wireless e della comunicazione senza confini.

Piccola storia della radio in Italia



La radio è uno dei miei grandi amori. Nonostante tutte le volte che qualcuno ne abbia annunciato la dipartita, la radio resta lì, pronta ad accompagnarci nei nostri viaggi in auto, a raccontarci una partita di calcio, a farci sentire in compagnia. Ciò che amo della radio e del lavoro che faccio da 11 anni, è che, quando ascolti uno speaker succede una magia: ti sembra di conoscerlo, lo senti tuo amico, e questo,

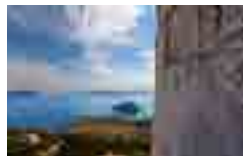
nessun altro strumento è mai riuscito ad emulare. Come saprete, la storia della radio inizia con Guglielmo Marconi. È lui il pioniere che nel 1895 ha inviato il primo segnale radio. Un'impresa straordinaria, ma c'è un dettaglio: quei primi segnali non trasmettevano suoni, solo codici Morse. Fu agli albori del Novecento che la radio iniziò a prendere la forma che conosciamo oggi. Il 6 ottobre 1924 iniziò la prima trasmissione italiana. Negli anni successivi, la radio italiana ha continuato ad evolversi. Durante il periodo fascista divenne uno strumento di propaganda politica. Dopo la Seconda Guerra Mondiale, con la nascita della RAI, la radio ha raggiunto nuovi traguardi, diventando un punto di riferimento. Negli anni '70 le cose si fanno davvero interessanti con l'arrivo delle radio pirata. Nascono in studi improvvisati, queste emittenti trasmettevano musica rock e messaggi di protesta. Con la liberazione delle radio negli anni '80, l'Italia è stata travolta da una vera e propria ondata di radio libere, da Radio DeeJay a Radio 105. Oggi, con l'avvento delle nuove tecnologie digitali, come il podcasting e lo streaming online, la radio è pronta per affrontare le sfide del futuro, portando con sé la sua storia ricca di innovazione e passione.

Giorgia Fidato

Speaker radiofonica, podcaster e mental coach



Sardegna a Capo Figari Le tre vite del "Faro Guglielmo Marconi"



Eccoci al nostro primo viaggio. Siamo in Sardegna a Capo Figari nel suggestivo golfo degli Aranci. È notte e la luce che vediamo dal mare non ci racconta di una favola o una leggenda, ma ci conduce ad

un luogo dove è effettivamente passata la Storia con la S maiuscola. Siamo al Faro che oggi porta il nome di "Guglielmo Marconi" alto 344 metri nasce come stazione semaforica nel 1890 con lo scopo di fornire indicazioni alle navi e nella sua prima vita viene utilizzata per questo e per scopi militari. Nel 1905 viene integrata la funzione di vedetta e la struttura passa nelle mani della Difesa. Nell'agosto del 1932 **Guglielmo Marconi** sceglie proprio questo Faro per portare a termine **il primo ponte radio tra Capo Figari, in Sardegna, e Rocca di Papa, vicino a Roma**. L'impresa andata a buon fine dà il via agli studi sulle micro-onde che hanno condotto verso i mezzi di comunicazione come li conosciamo oggi. Radio, Tv, telefoni cellulari senza questo esperimento forse non sarebbero esistiti. Così nella seconda vita questo Faro diventa un simbolo di innovazione tecnologica. Dopo quasi 90 anni di inattività e abbandono il Faro è però caduto in malora, sebbene rimanga una tappa fissa negli itinerari turistici della Gallura. Ma finalmente, dopo anni di richieste, è stato assegnato un bando per poter recuperare l'ex stazione semaforica trasformandola in una struttura ricettiva turistica, dando il via, alla sua terza vita che la trasformerà in una residenza per coloro che vorranno vivere un'esperienza affascinante anche di una sola notte, vivendo in un luogo dove è passata la Storia. **Matteo Martinelli**

Il vostro cornucopia di fiducia
DI FABIO
 CORNICI
 LAVORAZIONE ARTIGIANALE
 DORATURA e RESTAURO
 Via Satrico, 63 - 00183 Roma
 06 77209890 - 3477811042
 Facebook: @difabioornici - Instagram: laboratorio63

I nostri riferimenti enogastronomici

Il Faro del Buongustaio è il nuovo progetto editoriale con la sezione dedicata alle eccellenze della ristorazione e del buon cibo. Già tanti sono i professionisti del settore che hanno voluto essere presenti in questa sezione!

Iniziamo dallo storico **Gran Caffè Federici**, in Via della Tecnica 211, 50 anni di attività e da sempre nel Faro! Con la cura di Monica e Massimiliano e del loro staff avremo qui sempre un punto di riferimento per una gustosa colazione, un pranzo ed anche come catering, per eventi in varie location con il loro marchio consigliatissimo ART de' CO, gli Artigiani del Convivio.



Ci spostiamo in Viale Europa 288/290 al **Il Chicco e Il Calice**, per farvi consigliare da Sergio per piatti espressi della tradizione romana. Ottima la loro pasticceria anche per Catering!



All'Axa, in Via Senocrate c'è **Aris Sporting Village**, il Ristorante a bordo piscina con la sua cucina mediterranea e romana, con gustosi piatti a base di carne o pesce, anche Pizzeria con forno a legna e Pub. Il Top è il Tiramisù di Daniele!

Se ci troviamo dalle parti di Via Laurentina ci conviene fermarci al 599-601 al **Moreschi Caffè Bistrot** dove si può fare una buona colazione o un aperitivo. Famosi i suoi tramezzini!



Sempre da quelle parti al **Ristorante Girasole**, in Via dei Minatori 23, zona Cecchignola, saremo accolti da Giorgio in un'atmosfera casalinga. Adatto per un pranzo, una riunione di lavoro e la sera per una cena romantica a base di pesce in un ambiente intimo.



In Via Canzone del Piave 3 c'è **l'Antica Enoteca Ciarla**, con una scelta completa di vini, spumanti e distillati, olii extravergini, aceti balsamici, confetture e altre golosità. La titolare Monja sarà utile guida pronta ad accoglierci anche con i suoi aperitivi.

A San Paolo, in Via G. Chiabrera 40, c'è la gelateria **Daniel Gelo**, da oltre 40 anni un nome di riferimento per le gelaterie artigianali a Roma. Il top i suoi golosi frullati alla frutta.



Se cerchiamo un menù romano con piatti di carne e pesce, a San Pietro c'è la **Trattoria da Angelo alla Cupola**, in Via Aurelia 50 (lato Via di Porta Cavalleggeri). Gli oltre 30 anni di esperienza dello chef Angelo Bartolomeo sapranno soddisfare i palati più esigenti.



Nel vicino quartiere Prati, c'è **Pasteria** di Ludovica Rossi, l'eccellente Bottega di Pasta Fresca fatta a mano, che produce ogni giorno specialità di pasta all'uovo e senza uovo, con farine integrali o di legumi, preparate con pazienza e amore per le antiche tradizioni. Pasteria si trova in Piazza dell'Unità 6 (Cola di Rienzo) dove si può mangiare a pranzo o portar via.

Il ristorante **L'Incanto Marino** si trova invece in Via A. De Stefani 10/24 zona Nomentana/Talenti. Qui saremo accolti da Giuseppe e dallo staff del ristorante specializzato nel pesce fresco. Un valzer di pietanze servite con gusto!



Se siete all'ingresso del Parco della Caffarella, una colazione al **Cancelliere** è d'obbligo. I dolci sono buonissimi e artigianali. Con-

sigliato anche per l'aperitivo con pizzette e tramezzini freschissimi, come Gastronomia e per un Evento, grazie al loro Servizio Catering!



A circa un'ora di macchina da Roma, in **ABRUZZO** consigliamo il **Ristorante Madonna delle Vigne**, a Celano, proprio sotto il Castello Piccolomini, in Vico San Michele, 8. Lo chef Sandro Baliva ci delizierà con la sua cucina forte delle tradizioni locali e degli insegnamenti della madre Luisa, per menù gourmet, rielaborazioni dei piatti tipici.



Anche la **SICILIA** è rappresentata! Due sono le proposte de IL FARO per questa regione che vanta tradizioni gastronomiche di eccellenza mondiale, entrambe provenienti dalla Sicilia occidentale.

- La pasta prodotta dall'**Azienda Agricola Caradonna** dalle loro farine di antichi grani autoctoni, coltivate con passione dallo stesso Pietro Caradonna con la sua famiglia nelle campagne di Salemi (TP). Una su tutte la Pasta di farina Perciasacchi, dalle eccezionali qualità organolettiche e nutrizionali e di facile digeribilità.



- I profumi della terra e del mare si alternano nelle varie qualità di vino prodotto con grande competenza enologica dall'**Azienda Sancarraro** della famiglia Anselmi nelle campagne di Petrosino (TP), dai vitigni grillo, catarratto, viognier, nero d'avola e sirah.



Grande successo alla Seconda edizione dell'Evento **Viniamo**, l'11 Maggio di **Stefano Minelli**.....della Capitale!



Infine, ricordiamoci sempre dell'**ACQUA... KANGEN** ionizzata, alcalina, ricca di idrogeno molecolare che agisce come un potente antiossidante.

Prenota la tua PUBBLICITÀ nell'inserto Buongustaio

Il Faro Buongustaio
Ristoranti, bar, hotel, food&beverage, eventi

Diventa il nostro Riferimento!
Per info. Tel. 347.85.21.307

Lo sa bene Luciana Portento (Acqua Kangen Italia), Imprenditrice Green insieme a Cristiana Cherubini. **Sono loro i nostri "Fari Buongustai", i Riferimenti nel Circuito del Faro**, selezionati e presenti, sempre pronti ad accoglierci con il vero gusto a tavola. Noi li Consigliamo e siamo pronti a condividerli con i

nostri Lettori! Chi desidera farne parte...saprà come conquistarci!

Buon appetito e sempre...un Cin Cin in compagnia...del Faro!

Giorgio G Bottari

Sagra delle Fragole a Nemi: Gusto e Tradizione nel Cuore del Lazio



A giugno, nel Lazio, la frutta di stagione raggiunge il suo apice, offrendo un'ampia varietà di sapori e colori grazie alle temperature miti e all'abbondante luce solare. Le fragole sono tra i protagonisti indiscussi di questo periodo, seguite dalle succose ciliegie, le albicocche, le pesche, e le nespole, dalla nota esotica e la

consistenza croccante, arricchiscono ulteriormente l'offerta di frutta fresca della regione. Il 2 giugno, gli amanti delle fragole avranno un appuntamento da non perdere a Nemi, dove si terrà la Sagra delle Fragole. Questa festa, documentata negli archivi comunali fin dal 1922, celebra il caratteristico frutto di Nemi, le cui varietà "di stagione" e "rifiorenti" sono parte integrante della tradizione locale da secoli. Le fragole nemorensi, rese celebri anche attraverso la famosa canzone in dialetto romanesco "Na gita a li Castelli" di Franco Silvestri, sono il cuore di questo evento. Negli ultimi anni, la Sagra delle Fragole si è arricchita con la Mostra dei Fiori, culminando con la premiazione del fioraio vincitore con la prestigiosa Fragola d'Oro, una fragola ricoperta d'oro tramite bagno galvanico. Questo evento è un'occasione unica per immergersi nella cultura e nelle tradizioni di questa affascinante località laziale. **Giorgia Fidato**

A Roma c'è il cibo più buono del mondo: Roma capitale mondiale del gusto secondo Taste Atlas



L'Italia si conferma una potenza culinaria indiscussa secondo la guida Taste Atlas 2024, e Roma, la Città Eterna, brilla come capitale del gusto. Con piatti iconici come la pizza al taglio, la carbonara, il cacio e pepe, l'amatriciana e la panna

cotta, Roma si piazza al primo posto tra 16.000 città mondiali valutate da oltre 395.000 utenti. Non solo Roma, secondo questa autorevole fonte, la migliore cucina al mondo è quella italiana, e la città dove si mangia meglio è Roma, seguita da Bologna e Napoli. Altre città italiane si distinguono nella classifica, come Torino all'ottavo posto e Firenze al quindicesimo. Roma si conferma leader culinaria grazie alla sua vasta gamma di piatti iconici. Ristoranti ottimi come La Tavernaccia da Bruno, Trapizzino e l'Antico Forno Roscioli ne preservano l'autenticità, il sapore e l'innovazione. Piccola curiosità, nella classifica di Taste Atlas "100 Best Dishes in the World", cioè i cento migliori piatti nel mondo, c'è al primo posto il Brasile con la picanha, al secondo il roti-canai, focaccia tipica della Malesia, poi il phat kaphrao della Thailandia, frittura al salto con soffritto di aglio di maiale, pollo o manzo e al quarto posto la Pizza Napoletana. Non ci resta che assaggiare! **Giorgia Fidato**



Caffè Pasticceria
Gelateria Gastronomia
Catering Party Planner

VIA AMEDEO CRIVELLUCCI, 8
00179 ROMA 067857862



Mindfulness Eating

Come riscoprire una sana relazione con il cibo



Monica Pierlorenzi

Psicologa, Psicoterapeuta

tel 335 6560132 www.corsomindfulness.it - info@corsomindfulness.it

Docente: Monica Pierlorenzi

Fascia età 20/60

N.8 incontri ogni martedì dalle ore 19 alle ore 20,30

Date: giugno 4-11-18-25 e luglio 2-9-16-23

Il corso online Mindful Eating ti aiuterà a considerare il cibo in un modo nuovo.

La Mindful Eating è un metodo provato scientificamente che insegna a modificare il comportamento alimentare disfunzionale, per uno stile di vita sano. La mindfulness durante i pasti può aiutare a ridurre lo stress in diversi modi. Innanzitutto, ti permette di concentrarti pienamente sul cibo, riducendo la tendenza a mangiare in modo impulsivo ed emotivo. Inoltre, praticare la consapevolezza durante i pasti può aiutarti nelle tue sensazioni di fame e sazietà. Infine, la mindfulness può anche aiutarti a ridurre la reattività allo stress.

Questo **corso online** ti farà comprendere quali meccanismi si innescano dietro la scelta dei cibi che mangi e come poter interrompere il circolo vizioso creato.

Il corso sarà molto utile a chi: ha sempre un chiodo fisso su alcuni cibi, ha fame nervosa, non riesce a seguire una dieta, si alza la notte per mangiare -ha voglia di cibi NON sani ed è stufo di fare diete che non riesce a seguire.

I benefici fisici dopo il corso: ridurre lo stress, alleviare i problemi

cardiaci, abbassare la pressione, ridurre il dolore cronico, migliorare la qualità del sonno ed alleviare i problemi gastrointestinali.

Molto utile nei casi di: depressione, disturbi alimentari, problemi di coppia, disturbi d'ansia e disturbo ossessivo compulsivo.

Monica Pierlorenzi è Psicologa, Psicoterapeuta di orientamento strategico e soluzione del problema in tempi rapidi. È una psicologa in EMDR liv. II, per il sostegno in ambito psicologico rivolto a traumi derivanti da incidenti, lutti, abbandoni, violenze o nei casi di separazioni e divorzi e in casi di attacchi di panico e fobie. Specializzata con Master sulle Dipendenze presso l'Istituto ISP.



Specializzata con Master presso l'Istituto Milton Erikson di Torino per l'utilizzo dell'ipnosi Eriksoniana ed iscritta al SIP (Società Italiana Ipnosi). È rivolta a bambini, adolescenti, adulti e coppie. Orientata alla psicologia positiva, è docente nei corsi di formazione per la mindfulness nei protocolli MBSR MBCT MB-EAT e per la crescita personale, la comunicazione strategica, la gestione del tempo ed il public speaking.

Le sue pubblicazioni si rivolgono alla crescita personale:

Apprendimento Strategico – come utilizzare e potenziare le nostre risorse con metodi innovativi per apprendere.

Self Branding – come sfruttare le proprie risorse per essere unici e vivere felici.

DANIELGELO

Laboratorio di Gelateria Artigianale dal 1963

CONI
COPPETTE
CORNETTI
CREMI
GRANITE
TARTUFI
ZUCCOTTI
SORBETTI
YOGURT
CANNOLI
TORTE

e
I Frullati più buoni di Roma

SAN PAOLO | Via Gabriello Chiabrera 40 | 06 543 0568
APERTO TUTTI I GIORNI FESTIVI COMPRESI 10:00-2:00

MORESCHI caffè bistrot

IL TUO NUOVO PUNTO DI RIFERIMENTO PER:

- ◆ COLAZIONE
- ◆ PRANZO
Insalate
Panini
Cucina Fredda
- ◆ APERITIVO
- ◆ APERICENA

SABATO HAPPY HOUR

Via Laurentina, 599 - Roma
Tel.: +39 06 9357 5307
@moreschicaffebistrot

Il Roseto di Roma: Eden di rose di fronte al Circo Massimo



Immerso nell'incantevole cornice del Circo Massimo, il Roseto comunale di Roma si erge come uno dei luoghi più magici e suggestivi della capitale. Descritto dall'assessora all'Agricoltura, Ambiente e Ciclo dei rifiuti di Roma

Capitale, Sabrina Alfonsi, come un'oasi nel cuore della città, questo giardino botanico vanta un panorama mozzafiato e un patrimonio di rose unico al mondo. Con oltre 1.100 varietà di rose botaniche provenienti da ogni angolo del pianeta, il roseto offre un'esperienza senza pari. Situato sulle pendici dell'Aventino, ospita rose provenienti dall'Estremo Oriente, dal Sud Africa, dalla Vecchia Europa, dalla Nuova Zelanda e dall'America, comprese preziose specie antiche risalenti a 40 milioni di anni fa. La storia del Roseto affonda le sue radici nell'antichità: già nel III secolo a.C., questo luogo era considerato il regno dei fiori, con un tempio dedicato alla dea Flora e festeggiamenti in suo onore nel Circo Massimo durante la primavera. L'idea di creare un roseto in città venne dalla Contessa Mary Gailey Senni, che nel 1932 realizzò il primo giardino sul colle Oppio, purtroppo distrutto durante la seconda guerra mondiale. Aperto solo in autunno e primavera, il Roseto Roma accoglie visitatori con ingresso libero tutti i giorni dalle 8:30 alle 19:40, in Via di Valle Murcia, 6, 00153 Roma. **Giorgia Fidato**

Alla Terme di Caracalla torna l'acqua dopo 1500 anni

La nuova vasca per spettacoli



In uno dei complessi di epoca romana meglio conservati e più famosi e spettacolari al mondo una vasca per la "Natatio" (una sorta di piscina olimpionica scoperta di grande impatto monumentale) torna a vivere. Grazie ad un

importante intervento di architettura contemporanea, dal 12 Aprile 2024, è tornata l'acqua nelle vasche e come ha sottolineato la soprintendente speciale di Roma Daniela Porro: *"Il ritorno dell'acqua non è solo una meraviglia fine a se stessa, ma vuole essere simbolo concreto di riconnessione con l'antico"*. Al centro del sito, una vasca di colore nero dalla forma lineare con acqua a sfioro sorprenderà i visitatori come primo elemento acquatico di un progetto di più ampio respiro, finalizzato a restituire la percezione delle Terme come erano nell'antichità, oltre 1.800 anni fa. Nella vasca inoltre, animata da getti zampillanti, potrà essere allestito anche un palco sull'acqua, che ospiterà performance teatrali, conferenze, spettacoli di danza o concerti di musica classica, già nella vocazione di Caracalla, che da lungo tempo ospita ogni estate una stagione operistica all'aperto di grande richiamo. **Matteo Martinelli**

Gran Caffè Federici

Bar Tabacchi
Ricevitoria Lotto
Tavola calda
Pizza e pizza tonda al tavolo
Rosticceria
Piatti espressi
Catering da esporto
Eventi privati in sede

Viale della Tecnica 211
00144 Roma Tel. 06 64651328

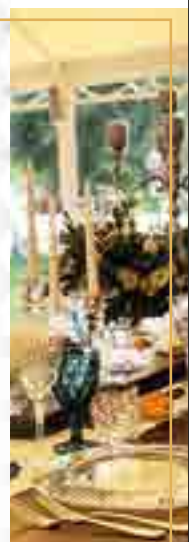


EVENTI ARTIGIANI DEL CONVIVIO



ORGANIZZANO:

Catering
Cerimonie
Party Privati
Feste di Laurea
Matrimoni
(anche in spiaggia)
Eventi Lieti
Feste per bambini
Allestimenti scenici
personalizzati



I rinfreschi presso nostre splendide location di Roma e dintorni o direttamente a casa vostra.

www.artigianidelconvivio.it | Tel 327 0204533 - 329 6645301



Il chicco e il calice



BAR Tavola Calda RISTORANTE TABACCHERIA

CATERING - COLAZIONI - PRANZI DI LAVORO

APERITIVI - CUCINA ROMANA

Gnocchi, Tonnarelli,
Fettuccine, Ravioli Ripieni,
Pinse esprese con supplì

Martedì e Venerdì Pesce
Giovedì Gnocchi

anche da asporto

TUTTO FATTO IN CASA

prende
eventi

APERTO DALLE 5:00 ALLE 22:00
DAL LUNEDÌ AL SABATO



☎ 06 3972 5643 - 371 4295207

✉ ilchicchoeilcalice@yahoo.com @ilchicchoeilcalice

📍 Viale Europa 288/290, Roma

SEGUICI SU FACEBOOK E INSTAGRAM

L'INTERVISTA

Luciana Portento

L'acqua ionizzata: il futuro dell'idratazione e del benessere

Il nostro corpo è formato da più del 70% di acqua. Una buona acqua può fare la differenza per il mantenimento dell'equilibrio del nostro corpo. Perché Luciana l'acqua ionizzata può fare la differenza?

Senza acqua non c'è vita. E poi, noi siamo fatti di acqua, senza di essa non avverrebbe nessuna reazione chimica all'interno del nostro corpo. Trasporta i nutrienti ed elimina le tossine. L'acqua alcalina



ionizzata è un'acqua viva, simile a quella di sorgente, in quanto la ionizzazione effettuata dai dispositivi trasforma l'acqua di rete in un'acqua ionizzata, fresca, alcalina, priva di impurità, ricca di idrogeno e di minerali benefici per il nostro organismo. E' ricca poi di minerali alcalini come il calcio, il magnesio e potassio.

È anche anti-ossidante?

Attraverso il processo di elettrolisi, l'acqua del rubinetto diventa un'acqua ionizzata ricca di idrogeno molecolare. L'idrogeno (H₂) agisce come un potente antiossidante che si diffonde rapidamente attraverso le membrane cellulari e può aiutare a ridurre i radicali liberi e a combattere lo stress ossidativo.

È una soluzione ideale per il "miglioramento dell'ambiente globale"?

Il dispositivo produce 5 tipologie di acque differenti, per tantissimi utilizzi, per bere, cucinare, per la preparazione e conservazione dei cibi, per smacchiare, ammorbidire, lucidare e detergere tessuti e superfici, per la germinazione delle piante e tanto altro, sostituendo il 70-80% dei prodotti che comunemente utilizziamo nel nostro ambiente. Si può rendere la propria vita a basso impatto ambientale ed avere una fonte di risparmio in casa.

Tra le varie acque, mi ha colpito quella di bellezza, cosa la rende speciale?

*Tonifica la pelle e la rende luminosa, la idrata nel profondo, in modo da conservarne l'elasticità, la compattezza e donando al viso un aspetto più giovane. Una buona abitudine dovrebbe essere quella di tenere sempre nella propria borsetta uno spray di acqua di bellezza da vaporizzare su viso e corpo anche quando siamo fuori casa. E' molto utile per: arrossamenti cutanei causati al sole o da un'intensa attività sportiva; per lenire la pelle dopo lo scrub; fissare il make-up; alleviare la cute dopo la depilazione. **Valentina Tacchi***

Da noi potete trovare una ampia scelta di pesce di giornata cucinato secondo la migliore tradizione marinara, con antipasti caldi o freddi, primi gustosi e particolari, secondi sfiziosi e, per finire, frutta già sbucciata o dolci accompagnati dagli immancabili digestivi.

RESTORANTE
L'Incanto Marino

Via Alessandro de Stefani, 10
00137 Roma
Tel.: 06 86801477 Cell: 3387283749
LUNEDÌ CHIUSO

www.ristoranteincantomarino.it

L'ACQUA NON È TUTTA UGUALE

Acqua Ionizzata Alcalina

Scopri gli straordinari benefici

Luciana Portento
Imprenditrice Green
Professionista dell'Acqua
Tel 328 9465456

Moderazione e benessere: il vino come alleato della Salute



Lo sapevi che il vino possiede proprietà davvero uniche? Oltre ai suoi effetti sulla socializzazione, il vino soprattutto il rosso, è ricco di antiossidanti, grazie alla presenza di polifenoli che aiutano a combattere i radicali liberi e contribuiscono alla salute cardiovascolare. Inoltre, i

polifenoli stimolano il metabolismo e aiutano nel mantenimento di un peso corporeo sano. I benefici non finiscono qui: le sostanze prodotte dalla fermentazione influenzano positivamente sulla flora intestinale, favorendo una digestione migliore. Naturalmente, questi benefici si manifestano solo quando il vino è consumato con moderazione, senza eccedere. Il segreto? Bilanciare il bere con la responsabilità, per godere appieno dei benefici di questa bevanda.

Secondo la stima dell'Istituto Superiore di Sanità, è stato registrato, invece, nel corso degli ultimi anni, un aumento del consumo di alcolici. Una percentuale che è aumentata del 200% durante il lockdown. Il 68% ha poi aumentato i consumi successivamente ed il 28% di chi si trovava in una fascia a basso rischio si trova ora in una fascia a rischio. A ciò ha contribuito la reperibilità: è aumentato del 147% il consumo di bevande alcoliche acquistate online. I rischi di questi dati sono elevati, soprattutto, se si considera che interessano in larga parte i giovani minori di 25 anni. **Alessandro Gian Maria Ferri**

*Trattoria
Pizzeria da Angelo
alla Cupola*

**AL CENTRO DI ROMA A PORTA CAVALLEGGERI,
A DUE PASSI DALLA BASILICA DI SAN PIETRO**

*Pesce fresco (arrivi giornalieri)
e Prodotti tipici della Cucina Romana*

Dall'esperienza trentennale dello chef Angelo, "Angelo alla Cupola" ti aspetta per farti gustare prelibate specialità di carne e di pesce o se preferisci per un pranzo o una cena senza pensieri a menù fisso ma sempre con uno sguardo attento alla qualità.

Semplicità, leggerezza ed ingredienti d'eccellenza, sono gli elementi fondamentali della nostra cucina.

Via Aurelia, 50 - Porta Cavalleggeri/San Pietro - ROMA
Tel. 06.39377133 Cell. 327.6118859 Cell.333.5352526
info@angeloallacupola.it

TURISMO ENOGASTRONOMICO

Celano - Abruzzo

Alle pendici del Monte Tino, a 860 m d'altitudine, Celano è una delle città principali della Marsica, domina dall'alto la piana del Fucino e il suo territorio è in parte incluso nel Parco regionale naturale del Sirente-Velino. Ha subito diverse dominazioni, appartenuta a famiglie come i Piccolomini e gli Sforza. E' famosa per essere il luogo di nascita di Tommaso da Celano, uno dei primi discepoli di San Francesco d'Assisi e perché Leonardo da Vinci, avrebbe scelto per alcuni suoi disegni la carta prodotta con la celebre gualchiera di Celano. Il borgo antico è circondato dal gruppo montuoso del Sirente-Velino, offre numerosi percorsi naturalistici per gli amanti delle escursioni e del trekking. Nella parte più alta della città si trova il Castello di Celano che domina l'intero borgo dall'alto. Dista da Avezzano 13,1 km, 12 Km Ovindoli e 49,3 km da L'Aquila, 117 Km da Roma.

Il Ristorante Enoteca



La Locanda Madonna delle Vigne a Celano (AQ)



Immerso nel cuore della Marsica il locale, divenuto oggi anche enoteca, è uno dei Ristoranti più in voga di Celano. Gode di una bellissima vista panoramica, a pochi passi dal Castello Piccolomini. Gestito da Sandro Baliva che, da ottimo padrone di casa, propone ai suoi ospiti prodotti tipici del territorio e cucina tradizionale. La "Locanda Madonna delle Vigne" è un posto da non perdere

se si vuole provare l'Abruzzo in tavola. Lo chef, divenuto popolare anche per le sue frequenti "incursioni" televisive, in programmi di visibilità nazionale, promuove sempre la difesa della cucina agropastorale e l'utilizzo dei prodotti tipici alla base dei suoi piatti. La ricerca sulle materie prime è maniacale, da



*Locanda
MADONNA
DELLE VIGNE*



non perdere il un "viaggio" esperienziale nella buona cucina. **Specialità:** la carne, la pecora in tutte le sue espressioni e la pasta. Vini di qualità.

Aperto dalle 12.00 alle 15.00 e dalle 20.00 alle 00.00. Martedì chiuso. Vico S. Michele 8, 67043 Celano, Italia.

Per prenotazioni:

Tel 3932849854

baliva.sandro@gmail.com

Caradonna Azienda Agricola Biologico per scelta



Fin dai primi dell'800 la Famiglia Caradonna coltiva con amore e passione la terra, dedicandosi soprattutto alla coltivazione dei cereali. I terreni disposti attorno all'insediamento archeologico di Mokarta, ad un'altezza di circa 250 metri sul livello del mare, vocati alla cerealicoltura, producono grani che hanno dentro i sapori propri della tradizione siciliana. Ormai da molti anni l'azienda ha abbandonato la cerealicoltura di massa per ritornare alle origini, con la coltivazione degli antichi grani autoctoni: Tumminia, Perciasacchi, Russello e Maiorca. L'impegno del titolare ha portato anche la riscoperta del seme di Capeiti, grano duro degli anni sessanta di cui si era quasi abbandonata la coltivazione. Le **nostre farine** vengono prodotte da grani antichi siciliani, coltivati senza l'uso di fitosanitari e moliti a pietra naturale, mantenendone inalterate le caratteristiche organolettiche e nutrizionali. Si ottiene così una farina soffice e profumata, con caratteristiche che vengono trasmesse al prodotto finale (pane, pasta, ...) e che si sposano bene con i piatti ricchi di storia e di cultura della cucina siciliana.



La Pasta: l'Azienda agricola Caradonna utilizza semola di grano duro PERCIASACCHI, prodotto nei suoi campi e molito a cilindri e a pietra naturale per produrre una pasta genuina dal sapore autentico. La semola ottenuta viene mescolata con acqua minerale e poi trafilata al bronzo ed essiccata lentamente. Si ottiene così, una pasta molto digeribile e di altissime qualità organolettiche e nutrizionali.



Sancarraro Vini. La qualità non è acqua!



L'AZIENDA Sancarraro è il soprannome – "ngiuria" – dato alla famiglia *Anselmi* e ai suoi discendenti sin dall'800, in quanto, si narra, che gli antenati degli *Anselmi* erano soliti recarsi nella località di piano San Carlo, situata, nel comune di Mazara del Vallo, nei pressi dell'attuale riserva naturale di Lago Preola e Gorgi Tondi, per coltivare i propri vigneti.

LA FAMIGLIA La famiglia *Anselmi*, che coltiva vigneti da generazioni, **produce uve di qualità**. Tra le varietà coltivate, merita una menzione particolare il *Grillo* un vitigno autoctono, che nella zona di Triglia, vicino al mare, ha dei profumi e degli aromi particolari derivati dalla salinità e dai residui di alghe *Posidonia*, che il vento distribuisce nei terreni limitrofi. **IL TERRITORIO** La piccola azienda di famiglia ed altre realtà della zona del comprensorio di Marsala, Petrosino e Mazara del Vallo hanno istituito, fin dagli anni '60, delle **cooperative vitivinicole** che sono tra le più grandi al mondo per quantità d'uva conferita. Il comune di Petrosino, dove risiedono alcune di queste cooperative vitivinicole, **è UNO dei comuni più ricchi di viti al mondo**. **I VINI** Dall'amore per la nostra terra e per i nostri prodotti enogastronomici nasce l'idea di promuovere la commercializzazione dei nostri vini che abbiamo deciso di proporre in tre differenti linee di prodotto che richiamano: **TERRA, MARE E CIELO**. **LINEA LILIBEUM** Realizzata pensando al nostro territorio, è la nostra linea di vini realizzati esclusivamente da vitigni autoctoni e sono vini destinati ad un uso quotidiano con un eccellente rapporto qualità-prezzo! **LILIBEUM GRILLO DOC Sicilia** Il nostro Viognier è un vino aromatico, intenso, dall'inconfondibile e predominante personalità. Fine ed elegante al naso; persistente in bocca. **LILIBEUM NERO D'AVOLA DOC Sicilia** Il nostro Nero d'Avola, dal ca-

ratteristico colore rosso rubino intenso, è un vino fresco ed equilibrato. **LINEA MARE MAGNO** La linea Mare Magno richiama la grandezza del mare, da sempre motore dell'economia di Mazara del Vallo e dei comuni limitrofi. E' costituita da vini prodotti con i cosiddetti vitigni internazionali sicilianizzati. **MARE MAGNO CHARDONNAY IGT Sicilia** Il re delle uve bianche s'è lasciato conquistare della generosità della nostra terra, dalla forza del nostro sole e da un clima gentile e ospitale. **MAGNO MAGNO VIOGNIER IGT Sicilia** Il nostro Viognier è un vino aromatico, intenso, dall'inconfondibile e predominante personalità. Fine ed elegante al naso; persistente in bocca. **LINEA ORION** Aromi e profumi indescrivibili, prodotti con vitigni autoctoni e con un vitigno dalle controverse origini, il Syrah. Sono vini affascinanti, come la costellazione da cui prendono il nome, per i quali è difficile trovare parole per descriverli: vanno assaggiati! **ORION BRUT PETILLANT BIO DOC Sicilia** Vino spumante biologico fresco, vivace, delicato ed esplosivo allo stesso tempo. Al naso presenta un ampio bouquet di fiori freschi. Perlage leggero e persistente con una gradevole morbidezza al palato. **ORION CATARRATO LUCIDO DOC Sicilia** Dalla vinificazione del Catarratto lucido, vitigno che esprime la tipicità colturale della luminosa Sicilia, nasce questo vino elegante, dall'olfatto intenso con sentori floreali, fruttato e dal gusto fresco e piacevole. **ORION SYRAH – NERO D'AVOLA DOC Sicilia** Un blend che rinnova il gusto internazionale con la tipicità varietale del Nero d'Avola. Vino dal colore rosso intenso, dall'olfatto con sfumature vanigliate e di frutta di bosco ed dal gusto pieno, robusto e vellutato.



Vito Donato Grippa Tel. 3355754505
info@sancarraro.it

Scansiona il QR CODE e aggiungi il codice promozionale denominato: Codice ilfaro25 che ti darà diritto al 25% di sconto su tutti i vini Sancarraro.

Grande successo la 2° edizione di ViniAmo

Una degustazione di vini e prelibatezze organizzata da Stefano Minelli e Cristina Santini



L'Evento ha raggiunto un altro successo l'11 Maggio 2024, con la sua seconda edizione, presso l'Hotel Cristoforo Colombo, perfetto per questo tipo di avvenimenti, con le dadi di ultima generazione in uno spazio polifunzionale di 680 mq, nel cuore dell'Eur. Un grande banco d'assaggio su

scala nazionale con tutte le regioni rappresentate e qualche escursione in Francia e Albania, con almeno 75 stand, 65 cantine, aziende collega-

te al food e sponsor importanti. Sono intervenuti la stampa, gli operatori del settore ed appassionati di vino, una degustazione continua con più di 250 etichette a disposizione. Un altro traguardo per Stefano Minelli che ha organizzato la manifestazione insieme a Cristina Santini, giornalista e bravissima sommelier.

Come tradizione sempre presente Il Faro e Media Partner.



**Locale con cucina
tipica romana**

*Cucina tradizionale
Specialità grigliate e
antipasti di pesce
Dolci fatti in casa*



www.ristorantegirasole.eu

Via Dei Minatori 23, 00143 Roma
Giuliano Dalmata tel: 06 5020465

Vino rosso: tra piaceri e benefici



"Chi beve solo acqua ha un segreto da nascondere", diceva Charles Baudelaire. Non aveva poi così torto: meglio non fidarsi degli astemi! Ciò che Baudelaire intuiva, toccava e tocca tutt'oggi un aspetto culturale profondo: il vino è da sempre un elemento cardine di convivialità e condivisione, specialmente nelle culture occidentali. Celebrato da secoli per il suo gusto ricco e le sue varietà affascinanti, la cultura sviluppata intorno all'enogastronomia rende il vino una vera e propria arte, oltre

che un habitué di ogni serata speciale.

Riducendo i freni inibitori, il vino incoraggia un senso di leggerezza e umorismo, rendendo i momenti condivisi più memorabili e piacevoli. In molte culture, il brindisi, o l'atto di alzare i bicchieri insieme, non è solo un gesto di celebrazione ma anche un invito a lasciarsi andare e godere della compagnia. Questa liberazione temporanea dalle preoccupazioni quotidiane permette alle persone di connettersi su un livello più umano e sincero. Il vino, quindi, non solo nutre il corpo, ma anima anche le conversazioni, spingendo le persone a esprimersi con maggiore libertà e creatività. La riduzione dei freni inibitori, se da un lato rende le persone più aperte nelle interazioni sociali, dall'altro le rende anche più propense a comportamenti rischiosi. È quindi fondamentale bere con responsabilità e con moderazione, anche per usufruire di una serie di vantaggi in termini di salute. Infatti, studi scientifici hanno suggerito che il consumo moderato di vino può avere effetti positivi sulla salute cardiovascolare. Quello rosso, in particolare, contiene antiossidanti che possono aiutare a ridurre il colesterolo LDL (il cosiddetto "colesterolo cattivo") e aumentare il HDL ("colesterolo buono"). Questi antiossidanti contribuiscono anche a prevenire la formazione di coaguli di sangue e a proteggere i vasi sanguigni del cuore. Inoltre, secondo numerose ricerche, il consumo moderato di vino è associato a una riduzione del rischio di sviluppare malattie cardiache coronariche. Al di là del cuore, alcuni studi indicano che il vino può avere un ruolo protettivo anche nei confronti di alcune forme di cancro e di malattie neurodegenerative, come il morbo di Alzheimer. Il vino ha anche un'azione anti-ossidante e anti-infiammatoria, riducendo lo stress ossidativo e migliorando la salute cerebrale. Occhio, quindi, alle quantità: un bicchiere al giorno per le donne e due per gli uomini. Non di più, e non di meno!

Alessandro Gian Maria Ferri

Antica Enoteca Ciarla

L'enoteca propone una selezione di più di 500 etichette tra vini e champagne, ma anche ottimi distillati, olii extravergini selezionati, aceti balsamici, confetture insolite, conserve particolari e altre rare golosità.

Si organizzano:

- Corsi di accostamento al vino e seminari
- Serate a tema ed incontri con i produttori
- Aperitivi con deliziosi taglieri e calice di vino a scelta tra tutte le nostre etichette
- Disponibilità sala interna ed area esterna anche per eventi privati

contatti

Via Canzone del Piave, 3- Roma
06.5010102 | info@anticaenotecaciarla.it
www.anticaenotecaciarla.it



SEGUICI SU





Dune 2 è un capolavoro. Eppure non mi ha convinto



Dune 2 è indubbiamente un capolavoro, ma non è riuscito a conquistarmi. È difficile negare l'eccellenza di questo film in termini di fotografia, scenografia, costumi ed effetti speciali. Denis Villeneuve, confermando il suo talento già evidenziato nel primo capitolo vincitore di sei premi Oscar, ha mantenuto un livello superlativo anche in questa seconda parte. La colonna sonora, ancora una volta, è suggestiva e incisiva. Nella prima parte, il regista ha seguito fedelmente la trama del libro senza deviazioni, rispettando l'opera dello scrittore. Nella seconda parte, ha improvvisamente deciso di ampliare la narrazione introducendo elementi del secondo libro. Personalmente, essendo una grande amante del genere, del cast e dell'atmosfera generale del film, sono entrata in sala con grandi aspettative, dopo aver atteso con ansia il sequel dal 2021. Quello che ho trovato, invece, è stato un film che, come spesso accade, ha preso strade proprie e si è allontanato dalla visione del libro, lasciandomi con molti interrogativi sul futuro della storia. Le modifiche al finale, i cambiamenti nella natura dei personaggi, le decisioni di alterare tempistiche cruciali e l'accelerazione nella parte conclusiva mi hanno portato a interrogarmi: Villeneuve riuscirà a mantenere la complessità filosofica di Dune nel terzo film?

Il regista stesso, in recenti interviste, ha ammesso di non avere ancora chiare le idee su quando o se inizieranno le riprese per il terzo capitolo. Allora mi chiedo, perché modificare una storia già perfetta così com'è? **Giorgia Fidato**



La Civetta a tavola:



Polpette di tonno e melanzane alla Valterrina

Ingredienti per 2 persone

- 3-4 fette di tonno fresco
- un panino
- mezzo bicchiere di latte
- prezzemolo tritato
- 2 uova
- 2 cucchiaini di parmigiano
- curcuma
- 3 cucchiaini di farina
- sale
- peperoncino
- olive taggiasche e capperi
- pomodoro e melanzane
- basilico.

Procedimento



Tritate 2 fette di tonno, unendo il pane bagnato nel latte, la curcuma ed il prezzemolo. Condire l'impasto con il sale ed il peperoncino, quindi, mescolate anche con le uova insieme al formaggio. Formato l'impasto, create delle polpettine che poi verranno infarinate e rosolate. A parte tagliate le melanzane a tocchetti, condite con olio ed aglio. Versate del vino bianco e l'acqua calda q.b per continuare la cottura a cui potete aggiungere 2 fette di tonno tagliate a pezzettini e salate un poco. Aggiungete poi del pomodoro ed unite le polpette precedentemente rosolate. Al termine unite delle olive taggiasche ed i capperi dissalati, infine, basilico e prezzemolo fresco.

Buon appetito! Maria Teresa Sangiorgi



**SALA
PESI
1000
mq**

ASV
ARIS SPORTING VILLAGE

MACCHINARI ULTIMA GENERAZIONE LE NOSTRE LEZIONI

TOTAL BODY, INTERVAL TONE, G.A.G., H.D.P. CARDIO B.W.
KOMBAT TONE, DEFINITION
PREPUGILISTICA PRE KICK BODYFLIGHT
ACQUAGYM, IDROBIKE, STRIDING, ACQUACIRCUIT
CROSS FUNZIONALE, KETTLEBELL E CLUBBELL
PILATES POSTURALE STRECH&BALANCE
PILATES REFORMER - STRIDING - ROWING
SALSA & BACHATA

ORARI LUN/MER/VEN 6.30/22.30 | MAR/GIOV 7.30/22.00
SABATO 8.30/18.00 | DOMENICA 8.30/13.00

RISTORANTE PIZZERIA & PUB

**CUCINA TRADIZIONALE
CARNE E PESCE | PIZZA FORNO A LEGNA**

Dal Martedì alla Domenica
APERITIVO CENA PUB : 18.00/01.00
Venerdì, Sabato e Domenica
APERITIVO E PRANZO: 11.00/15.30
Lunedì chiuso



Ristorante

Cucina mediterranea
carne, pesce e pinsa
Tel. 339 5686246
Social: @arisristorante



Centro Sportivo

Via Senocrate
Tel. 06/52355665
www.arissportingvillage.net
Social: @arissportingvillage



Pasteria: la vera bottega di pasta fresca fatta a mano



Pasteria è una Bottega di Eccellenza nel cuore di Roma, in zona Prati, dove si produce, **ogni giorno**, specialità di Pasta all'uovo e senza uovo, con farine integrali o di legumi. Tutti gli impasti vengono trattati con grande **esperienza ed arte** nel rispetto della **stagionalità** dei prodotti.

Pasteria è il punto d'arrivo e la

sintesi di un viaggio iniziato tra gli odori e i sapori antichi delle cucine di casa e le trattorie romane. L'ingrediente principale è proprio la passione della sua titolare **Ludovica Rossi**, unita alla selezione delle migliori materie prime presenti sul territorio.

Artigiana di Fiducia, chiude a mano con cura ogni raviolo, tortellino e cappelletto. Dopo un'esperienza a Londra, presso il Robouchon, Ludovica è tornata a Roma proseguendo il suo viaggio con tappe preziose presso il Convivio dei fratelli Troiani, la cucina giovane e innovativa dell'Acquolina, fino ad essere accolta alla Pergola dell'Hotel Rome Cavalieri Waldorf Astoria alla corte di Heinz Beck. Per 4 anni ha appreso la cura e la sensibilità nel lavorare la pasta e i suoi ripieni, l'attenzione nella scelta delle materie prime con la sua tecnica fatta di precisione e amore, oltre al gusto e alla passione che trasmette proprio nei suoi prodotti.

E' possibile acquistare, presso Pasteria, la pasta fresca, fermarsi ad assaporare o portar via una delle sue specialità, da quelle tradizionali come la cacio e pepe e l'amatriciana, le fettuccine e le lasa-



gne, una zuppa così anche le tante ricette più ricercate dai Cavatelli con crema di broccoli siciliani ai Ravioloni con zucca mantovana.

In aggiunta alle Paste, è possibile soddisfare i gusti di tutti i palati, previa ordinazione e si possono trovare sempre anche le insalate del giorno! *"La vita è una combinazione di pasta e magia"*. (Federico Fellini). Pasteria a pochi passi dal Vaticano, è proprio quella magia che ti avvolge, ripiena di esperienza, passione e cura del gusto!

Pasteria si trova in piazza dell'Unità, 6 in zona Prati (Cola di Rienzo) ed è aperta al pubblico il lunedì fino alle 17:30 e dal martedì al sabato dalle 10:30 alle 19:30. Tel 06 164169357

VIENI A TROVARCI ANCHE A PRANZO!

*Possibilità di asporto o consumazione in loco (interno e esterno)

Siamo Aperti

DAL MARTEDÌ AL SABATO DALLE 10:30 ALLE 19:00
E LA DOMENICA DALLE 10:30 ALLE 13:30
IL LUNEDÌ FINO ALLE 17:30

Ci trovi in PIAZZA DELL'UNITÀ 6 (Prati - Cola di Rienzo)

"Un vero piacere autentico"



È possibile ordinare qualsiasi tipo di Pasta, soddisfiamo i gusti di tutti i palati

📍 Piazza dell'Unità 6, 00192 Roma 📞 06 164169357 🌐 www.pasteria.org 📱 📺



RESET

Impianti Elettrici, Elettronici, Trasmissione Dati

- Impianti Elettrici Civili e Industriali
- Impianti di Videosorveglianza
- Impianti Fotovoltaici
- Impianti Rilevazione Fumi
- Impianti di Cogenerazione
- Impianti Antintrusione
- Trasmissione Dati in Rame e Fibra
- Ristrutturazioni edili chiavi in mano



Via dei Durantini, 142, – 00157 Roma RM
Tel/fax: 06 644 69 0 56 – Mobile: 392 951 56 91
www.resetimpianti.it rceci@resetimpianti.it



**ORGANISMO AUTORIZZATO DAL MINISTERO
DELLO SVILUPPO ECONOMICO E DAL MINISTERO
DEL LAVORO E POLITICHE SOCIALI PER:**

Verifiche Ascensori D.P.R. 162/99

**Verifiche Impianti Elettrici di Messa
a Terra D.P.R. 462/01**

**Verifiche Attrezzature di Lavoro
art. 71 D.Lgs. 81/08**

altri servizi

- VERIFICHE PORTE E CANCELLI AUTOMATICI
- VERIFICHE TERMOGRAFICHE
- VERIFICHE SCALE E TAPPETI MOBILI
- ACUSTICA AMBIENTALE
- VALUTAZIONE RISCHIO SICUREZZA INFORMATICA
- CORSI PER PROFESSIONISTI



www.sidelmedspa.com



*25 anni di competenza,
imparzialità ed esperienza.*

ING. Francesco Terrone
348/4413617

CONTATTI