



Colesterolo: buono o cattivo?

a cura del Dott. Federico Prosperini

Il colesterolo ha numerose e fondamentali funzioni nel nostro organismo: è un componente strutturale di tutte le membrane cellulari, delle guaine mieliniche che avvolgono le cellule del tessuto nervoso, contribuisce a formare gli acidi biliari prodotti nel fegato e immagazzinati nella cistifellea, utili per la digestione dei grassi introdotti con la dieta, è fondamentale nella "costruzione" degli ormoni come quelli sessuali e surrenalici, è il precursore della sintesi della vitamina D indispensabile per il controllo del bilancio del calcio corporeo e la formazione delle ossa e dei denti. E' evidente, quindi, che il colesterolo è molto importante per la vita: viene prodotto normalmente dal fegato ed assunto con la dieta. La concentrazione di colesterolo nel sangue, non deve, tuttavia, essere eccessiva perchè valori elevati possono esporre ad un aumentato rischio di patologie soprattutto a carico del sistema cardio-circolatorio. Per l'ipercolesterolemia si intende un eccesso di colesterolo nel sangue; più precisamente ci si riferisce ad un aumento del colesterolo trasportato dalle lipoproteine a bassa densità o LDL volgarmente chiamato "colesterolo cattivo". Il colesterolo infatti, non essendo solubile in acqua

per essere trasportato deve essere veicolato da particolari proteine chiamate APOLIPOPROTEINE (APO). Il complesso formato dalle APO, dal colesterolo, da trigliceridi e da fosfolipidi, circolano nel sangue allo scopo di trasportare il colesterolo e gli acidi grassi ai vari tessuti dove vengono utilizzati per una varietà di processi. Quando però sono presenti in concentrazioni eccessive, il loro accumulo nella parete arteriosa promuove lo sviluppo dell'arteriosclerosi. Di conseguenza l'ipercolesterolemia da LDL rappresenta uno dei maggiori fattori di rischio per le malattie cardiovascolari. Al contrario, le HDL (lipoproteine ad alta densità) sono responsabili del "trasporto inverso" del colesterolo dai tessuti al fegato, rimuovendo così il colesterolo in eccesso dai tessuti e trasportandolo al fegato, dal quale viene eliminato nel lume intestinale in parte come sali biliari e in parte come colesterolo libero. Le HDL svolgono quindi una funzione protettiva sullo sviluppo delle patologie cardiovascolari.

In condizioni di digiuno il colesterolo presente nel sangue è prevalentemente quello trasportato dalle LDL (circa il 60-70%) per cui il dosaggio del colesterolo plasmatico totale ci da approssimativamente la concentrazione ematica del colesterolo LDL. Tuttavia, per una più esatta valutazione, è preferibile dosare le LDL per poterle distinguere dalle HDL (ovvero il colesterolo buono).

L'identificazione dell'ipercolesterolemia quale fattore di rischio cardiovascolare è il risultato di una lunga serie di studi epidemiologici i quali hanno messo in evidenza un'effettiva correlazione tra valori elevati di colesterolo nel plasma ed eventi ischemici cardiovascolari: in primo luogo l'infarto del miocardio e l'ictus cerebrale. Da questi dati è emersa l'importanza dei fattori ambientali (dieta ad alto contenuto di grassi saturi e inattività fisica) nello sviluppo delle patologie ischemiche ed anche una probabile partecipazione di un substrato genetico predisponente. Inoltre si è appurato che i vari fattori di rischio esaminati (principalmente ipertensione, fumo, diabete, obesità, bassi livelli di HDL) interagiscono tra loro sinergicamente, potenziandosi a vicenda, per tanto più numerosi saranno i fattori di rischio in un individuo, tanto maggiore sarà la probabilità di morte per cause cardiovascolari. Si può definire quindi l'ipercolesterolemia una patologia ad eziologia multifattoriale.

IL FARMACISTA RISPONDE:

Potete inviare le vostre domande o i vostri commenti all'indirizzo di posta elettronica info@ilvicino.it o tramite il nostro sito www.ilvicino.it.



Questo spazio raccoglie i vostri pareri sulla vita cittadina, sugli argomenti che più vi interessano o semplicemente opinioni che avreste sempre voluto esprimere ad amici, amministratori e personaggi pubblici. Senza filtro, ecco i vostri messaggi, così come li avete inviati all'indirizzo info@ilvicino.it o registrati sul nostro sito www.ilvicino.it.

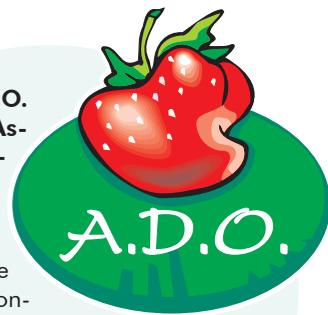
Mi raccomando **continue a scriverci e a far sentire la vostra Voce!**

● Cari lettori del Vicino, vorrei condividere con voi un'esperienza singolare che ho vissuto anni orsono, ma che, ancora a distanza di tempo ricordo con piacere, per quello che mi ha lasciato. Ero in vacanza a Firenze, e, durante una delle tante escursioni "fuori porta", giungiamo a Fiesole, un paesino collinare da cui si osserva tutta la città dall'alto. La vista era decisamente suggestiva, se si esclude la cappa di smog che sovrasta l'intera città. Camminando per i vicioletti, di colpo ci imbattiamo nei soliti venditori ambulanti. Fra tutti, però, ce n'è uno in particolare che attira la nostra attenzione: è un signore alto e robusto, con carnagione e capelli chiari, sui cinquant'anni; gli oggetti che propone sono tutti fatti in fil di ferro e non hanno nulla di eccezionale, a guardarli bene. Ma è una per-

sona cordiale: ci fermiamo a conversare. Con la semplicità propria di chi vive per la strada ci racconta la sua storia: lui è svizzero, ma vive da anni in Italia; dopo aver lavorato in banca per anni e anni ha deciso di mollare tutto, comprese casa e famiglia, per inseguire la felicità. Vi assicuro, era la persona più serena del mondo. Perchè vi ho raccontato questa storia? Perchè c'è tanta gente che è convinta che la vita finisca proprio a cinquant'anni... questa vuol essere la prova che, per qualcuno non è così! Basta crederci! **D.F.**

● Abito in uno dei più bei vicoli di Orvieto. La domenica mattina esco di casa e mi trovo a divincolarmi tra macchine fotografiche, videocamere, intere famiglie con bambini a seguito, passeggini e quant'altro. Si fa fatica

a camminare, la domenica, ma è bello: vedere tutta quella gente che rimane estasiata di fronte al Duomo e che ha capacità di cogliere la bellezza di piccoli dettagli che per noi sembrano cosa scontata. E' bello sentir parlare in tante lingue diverse e vedere facce ammirate e allegre passeggiare anche sotto la pioggia. Poi, arriva la sera, e tutto si ridimensiona: la gente è scomparsa, niente più famiglie allegre e macchine fotografiche; tutto spento. Perchè? Perchè di sera, la gente, i turisti, preferiscono altre mete: si spostano a Roma o a Firenze, ma non rimangono a Orvieto. non c'è intrattenimento, non c'è musica dal vivo, pochi, pochissimi locali e insufficienti. A parte rare occasioni, questa è una città che dorme: ha delle potenzialità enormi da un punto di vista culturale e paesaggistico, ma dorme. **C.P.**



CAMMINARE PER VIVERE

Passeggiata di Primavera *19 Marzo 2006*

A.D.O. Onlus Associazione Diabete Orvieto - Comitato cittadino per i festeggiamenti di san Giuseppe

Programma:

ore 10,00 Raduno in Piazza Duomo
ore 10,30 Inizio passeggiata
ore 11,45 Piccolo ristoro in
Piazza San Giuseppe

Itinerario: Piazza Duomo, Via Duomo,
Via della Costituente, Piazza del Popolo,
Via Vivaria, Crocefisso del Tufo, Porta Mag-
giore, Campo Boario, Cannicella, Porta
Rocca, Piazza Cahen, Corso Cavour, Piazza
San Giuseppe.

(lunghezza: Km 4,6 - Tempo medio di per-
correnza: 80 minuti)

*"La mancanza di attività distrugge la
buona condizione di qualunque essere
umano, al contrario, il movimento e
l'esercizio fisico metodico la preser-
vano e la esaltano" (Platone 427-
347 a.C.)*

CALENDARIO ESCURSIONI

● 19 Marzo

ORVIETO

"Passeggiata di Primavera"
Referente: Gianpaolo Tilli
393.9624916

● 30 Aprile

ALLERONA

"Villa Cahen"
Referente: Alberto Banella
338.2249272

● 21 Maggio

MONTECCHIO

"Monte Croce di Serra"
Referente: Luigi Uguccione
0744.957162

● 25 Giugno

ALLERONA

"Villalba"
Referente: Massimo Manganello
333.4206014

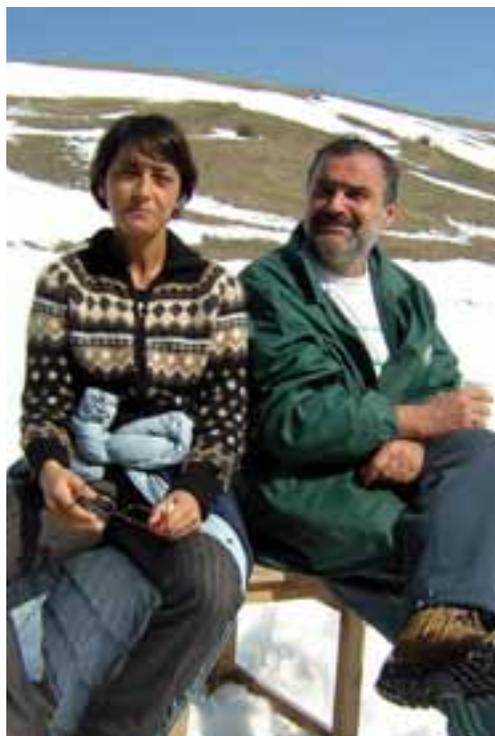
Il programma dettagliato delle escursio-
ni potrà essere richiesto, di volta in volta,
direttamente al curatore della passeggiata,
il quale illustrerà anche l'itinerario in-
dicandone lunghezza e tempo previsto per
la percorrenza e suggerirà eventuali pos-
sibilità di inserimento durante il percorso
per coloro che volessero effettuare una
passeggiata più breve. Le escursioni, della
lunghezza media di 4-5 chilometri, sono di
norma, effettuabili da tutti, senza particola-

re allenamento.

Per ogni passeggiata, al punto di ritrovo,
sarà allestito un tavolo dell'Associazione
presso il quale si potrà ricevere la scheda
di partecipazione per l'assegnazione di un
premio finale riservato a coloro che avran-
no effettuato le quattro passeggiate.



I soci dell'Associazione durante la gita a San Mar-
tino di Castrozza.



Il Dr. Massimo Braccaccia e la Dr.ssa Chiara Di
Loreto (diabetologa dello staff del Prof. Brunetti
a Perugia).



I soci dell'Associa-
zione durante una passeg-
giata tra i boschi di Merano.



AMICI DEL CUORE

Progetto Orvieto cittacardioprotetta

Associazione Amici del Cuore di Orvieto
presso AGENFORM - tel/fax 0763.390027
Numero verde 800-279300
www.cittacardioprotetta.org
cittacardioprotetta@libero.it
o tramite ilVicino:
info@ilvicino.it.

Mille baci e bravi!

La bellezza e' gradita agli occhi ma la dolcezza affascina l'animo (Voltaire)

Grazie Sabrina per i mille baci. Non si può essere che felici che una donna tanto bella ti invi non uno ma mille baci.

Il bacio è ormai una formula di saluto: un bacio, ti bacio, un bacio grosso, e via di seguito, spesso con superficialità. Ma mille baci non sono così consueti per cui ci illudiamo che questi mille baci agli Amici del Cuore di Orvieto siano stati sentiti. Forse voleva mandarli uno per associato. Ma non poteva sapere e sicuramente non sapeva che mille sono gli associati degli Amici del Cuore di Orvieto.

Ed allora? Noi vogliamo credere, anzi crediamo, che il "Progetto Orvieto cittacardioprotetta", che le abbiamo fatto recapitare durante la sua recente permanenza ad Orvieto, le sia piaciuto, a tal punto da inviarc i mille baci. Crediamo che sia assolutamente così. Non può essere altrimenti! Anche perché qualcuno ci aveva detto che Sabrina avrebbe partecipato volentieri ad un nostro corso di preparazione dei laici rianimatori.

Non lo ha scritto, ma quando le abbiamo inviato il nostro progetto eravamo certi che avrebbe in qualche modo partecipato. I suoi personaggi, quella sua fede sportiva vissuta intensamente ci induceva a credere che lei avrebbe capito ...

E dopo i mille baci ci dice bravi! Sabrina ha capito che il nostro progetto fatto con la gente, con la sensibilità della gente, con l'altruismo della gente, è un grande progetto per la gente.

E' proprio per quel "bravi" che noi siamo certi che Sabrina avrebbe partecipato volentieri al corso cimentandosi con le tecniche di rianimazione da noi insegnate ad ogni nuovo associato.

Cara Sabrina, anche noi ti mandiamo mille baci, un bacio da ogni nostro associato, ma soprattutto ti diciamo brava, brava perchè hai capito, brava per i sentimenti e le emozioni che esprimi, brava per il tuo essere vera!

Giampiero Giordano



Grande interesse ad Allerona per la cittacardioprotetta.

Che il progetto "cittacardioprotetta", il progetto degli Amici del Cuore di Orvieto contro l'arresto cardiaco nel territorio, interessasse è ormai cosa nota. Dovunque fosse stato presentato aveva riscosso pubblico, ma mai tanto quanto quello presente nella bella sala polivalente di Allerona Scalo. La riunione, organizzata dalle locali Arci, Acli, Avis, Coop, Pro Loco e Romeo Menti e dalle amministrazioni comunali di Allerona e Castelviscardo, ha visto la presentazione del progetto "cittacardioprotetta" per la lotta all'arresto cardiaco nel territorio alla luce di quanto fatto ad Orvieto dove si è praticamente pronti alla terza ed ultima fase della collocazione dei defibrillatori in città. Tanta attenzione, tante domande e viva soddisfazione del dott. Giampiero Giordano,

presidente degli Amici del Cuore di Orvieto che ha presentato il progetto con l'ausilio di slides che hanno contribuito a far comprendere il dramma dell'arresto cardiaco quanto la bellezza di organizzarsi per tentarne la terapia. Viva anche la soddisfazione degli organizzatori ed in primo luogo di Danilo Bellezza, rappresentante del circolo Arci ed ideatore dell'incontro di Allerona con il progetto "cittacardioprotetta". " Siamo soddisfatti per la presenza di un pubblico tanto numeroso che abbiamo contato intorno alle duecento persone - ha dichiarato - Ora tenderemo di avviare la formazione di laici rianimatori e, se tutto andrà come speriamo, passeremo all'acquisto dei defibrillatori." I defibrillatori elettrici sono l'unica terapia per la maggioranza degli

arresti cardiaci e i Rescue Totem, supporto al progetto di salvare più vite possibili dall'arresto cardiaco, contengono il defibrillatore elettrico, ricordano ai rianimatori le manovre di intervento in presenza di arresto cardiaco, contengono un sistema di allarme visivo ed acustico che ne segnala l'utilizzo e possono essere direttamente collegati al 118. Ma tutti ad Allerona hanno ben capito l'importanza fondamentale di imparare quelle manovre di rianimazione cardiopolmonare che possono aumentare a dismisura il tempo per la defibrillazione elettrica e la incredibile bellezza di imparare qualcosa che può essere usata solo a vantaggio degli altri visto che la rianimazione cardiopolmonare può essere usata per tutti gli altri, ma non da noi per noi stessi

medel Controllare la pressione con un click
...for your health

MEDEL DAISY
DEFIBRILLATORE DI PRESSIONE

MEDEL FUZZY
DEFIBRILLATORE DI PRESSIONE

La Sanitaria

ORVIETO SCALO: P.zza del Commercio, 43 (p.zz.le Coop)
Tel. 0763.305186

CICONIA: Via degli Aceri, 17/E
Tel. 0763.305210

**GARANZIA 5 ANNI
PRECISIONE CLINICAMENTE TESTATA
a sole 79,90€**



Avete ereditato un immobile? Non c'è l'imposta di successione, ma...

di Marco dott. Bartolini
"dott.bartolini@tiscali.it"

L'art. 13 della legge 383/2001 ha disposto, come è noto, la cancellazione dell'imposta di successione ai trasferimenti "mortis causa" di immobili o di diritti reali immobiliari.

Va menzionato, però, che a tali passaggi si applicano ancora l'imposta ipotecaria e quella catastale, nella misura proporzionale rispettivamente del 2 e dell'1 per cento del valore degli immobili, con un minimo di euro 168,00 per ogni tributo.

Ciò nonostante, se l'immobile ereditato è una "casa di abitazione non di lusso" ed il successore ha i requisiti richiesti per beneficiare del regime di agevolazione "prima casa", prescritto ai fini dell'imposta di registro, le imposte ipo-

otecaria e catastale (in luogo del 2 ed 1 per cento) si applicano nella misura fissa di euro 168,00 per ciascuna di esse. Come chiarito, recentemente, con la risoluzione 29/E del 25 febbraio 2005, nei casi di successione "mortis causa" il privilegio in esame spetta non solo per l'acquisto della proprietà, ma più in generale per tutti gli atti traslativi o costitutivi della nuda proprietà, dell'usufrutto, dell'uso e dell'abitazione di case non di lusso.

Si ricordi, inoltre, che, nel caso in cui vi siano più eredi, le imposte ipotecarie e catastali si applicano in misura fissa, anche se non per tutti i beneficiari dell'atto traslativo ricorrono le condizioni "prima casa".

Va rammentato, infine, che la dichiarazione di successione si presenta all'Agenzia delle Entrate entro 12 mesi dal decesso.



IL COMMERCIALISTA RISPONDE.

Potete inviare le vostre domande o i vostri commenti all'indirizzo di posta elettronica info@ilvicino.it o tramite il nostro sito www.ilvicino.it.

Avete in mente di mettervi in proprio? Valutate l'opportunità offerta dal "Regime fiscale agevolato per nuove iniziative".

di Rag. Andrea Rellini
"andrea.rellini@tiscali.it"



L'Art. 13 della Legge 388/2000 disciplina il regime agevolato per nuove iniziative produttive che può essere usufruito esclusivamente dalle persone fisiche che intraprendono una nuova attività di lavoro autonomo o d'impresa.

L'applicazione di tale regime è subordinata alla presentazione di una apposita comunicazione all'Agenzia delle Entrate,

in sede di attribuzione della partita iva. Il regime può durare al massimo tre anni, ossia per il primo periodo d'imposta ed i due successivi.

Altri vincoli da rispettare per usufruire di questa agevolazione sono quelli che prevedono che la nuova iniziativa produttiva non costituisca la mera prosecuzione di una precedente, anche svolta in qualità di lavoro autonomo o dipendente, anche sotto forma di co.co.co; e quello che riguarda l'ammontare annuo massimo dei compensi/ricavi che non possono superare le soglie di euro 30.987,41 per i lavoratori autonomi o imprese di servizi, ed euro 61.974,83 per le imprese esercenti attività diverse da quelle di servizi. I soggetti che applicano il regime per nuove iniziative produttive conseguono due tipi di agevolazione:

applicano al reddito d'impresa o lavoro autonomo determinato con le modalità ordinarie un'imposta sostitutiva secca del 10%;

sono esonerati dalla tenuta delle scritture contabili, dalle liquidazioni e dai versamenti periodici e dell'acconto iva, dal versamento delle addizionali comunali e regionali irpef, dalla ritenuta di acconto operata dal sostituto d'imposta sui compensi percepiti.

Gli unici adempimenti a carico del contribuente sono la conservazione dei documenti contabili ed il versamento dell'iva annuale in un'unica soluzione a marzo dell'anno successivo a quello di riferimento. Nel caso di superamento del limite dei ricavi/compensi di cui sopra, il regime agevolato decade dall'anno successivo al verificarsi di tale evento.

CICOLOGNOLO
mobili

Via Angelo Costanzi, 98 - ORVIETO SCALO (TR)
Tel. e Fax 0763.302118
e-mail: cicognolomobili@tiscali.it



"Offerta del mese"

cucina
come in esposizione
mod. "Mia"

20 rate € 64,43 + 20 rate € 55,00

Vi siete mai chiesti perchè alzandovi dal letto la mattina a volte vi capita di essere molto più stanchi di quando vi siete messi a dormire?

Oppure perchè, a un certo punto, avvertite un fastidio alla schiena o al collo?

La risposta potrebbe essere questa: il vostro materasso non è adatto a voi! E già, perchè, il materasso va considerato al pari di un capo di abbigliamento: deve calzare bene addosso, adeguarsi al corpo, ed essere realizzato con materiali anallergici, testati clinicamente.

Con ERRECI dormire bene non è più un lusso

La ERRECI, di Andrea Grassini e Carmine Vorraro, è l'unica ditta presente sul suolo orvietano in grado di garantire un prodotto fatto su misura, in rapporto alle esigenze individuali e alle richieste specifiche del cliente.

Non esiste un materasso che vada bene per tutti, e questo, la ERRECI, lo sa piuttosto bene, mettendo competenza ed esperienza a servizio del cliente.

Per garantire la qualità del riposo è fondamentale un sistema

letto integrato: un sostegno ortopedicamente corretto della colonna vertebrale, il rilassamento del sistema muscolare, il mantenimento della temperatura corporea ideale, il permanere di elevate condizioni igieniche per evitare patologie allergiche. A tale scopo, la ERRECI, propone il sistema letto completamente ergonomico e adattabile singolarmente.

I piani letto **Ego** e **Blucomfort** sono realizzati in legno o in alluminio, e i componenti in legno sono verniciati con cere e oli naturali evitando l'uso di solventi chimici.

I portadoghe sormontano la struttura perimetrale e sono lasciati liberi di oscillare garantendo una totale flessibilità; grazie all'uso di semplici cursori è possibile regolare la rigidità dell'area lombare, ottenendo un sostegno personalizzato.

Vasta scelta fra i materassi: si passa dalla serie **Latex**, realizzata in lattice, materiale battericida, antimuffa e neutro agli acari, che assicura elasticità omogenea e portanza costante nel tempo, con zone a sostegno differenziato al **Blucell**, materasso realizzato in polimeri espansi ad acqua, anallergico, antibatterico, antimuffa e resistente agli acari; sagomabile ed elastico si adatta perfettamente alle forme del corpo. Tutti i materiali utilizzati sono perfettamente traspiranti e man-

tengono un microclima ideale per tutta la durata del riposo. La federa esterna è in cotone al 100%.

Come non ricordare, poi, l'ultima innovazione nel campo del riposo: il **Memory forma**, nelle varianti **Pur forma**, **Twin forma** e **Spring forma**. Il materiale utilizzato è visco elastico prodotto mediante iniezione a stampo.

Anche il Memory si adatta perfettamente alle forme anatomiche consentendo di alleviare la pressione legata ai punti critici, è termosensibile, particolarmente adatto a prevenire le piaghe da decubito e a favorire la circolazione sanguigna.

Se poi volete tutelarvi dall'attacco di acari e sostanze allergeniche, la ERRECI propone **Amicor pur**, una fibra soffice e di qualità, usata per cuscini, materassi e biancheria, raccomandato da tutti i medici allergologici.

Dunque non resta altro che augurarvi un sano e sereno riposo!



erreci ORVIETO Zona ind.le Bardano
Via dei muratori, 12
Tel. 0763/316031

Prezzi pazzi



COMPLETO UOMO 13€ - Maglia 4,50€ + Jeans 8,50€

COMPLETO DONNA 35€ - Giacca 12,50€ + Gonna 10,50€ + Maglia 7,50€ + Collana 4,50€

COMPLETO BAMBINO 5,90€ - Maglia 2,50€ + Salopette 2,90€

ORVIETO Strada dell'Arcone, 13m - MONTEFIASCONE Via Cardinal Salotti, 25

Luoghi e pesca del CAVEDANO

Quante volte ci siamo chiesti perché, quel giorno, non si riesce a prendere nemmeno un piccolo cavedano? Si cambiano, nervosamente, lenze, ami, esche ma il risultato non cambia... nulla: l'amico non ne vuole proprio sapere. Ma cosa sta succedendo là sotto... ma è proprio vero che oggi, il cavedano non vuole assolutamente mangiare? Non è proprio così. Si può incappare in una giornata no (con vento e fredda acqua di neve) quando a mangiare sono solo pochi esemplari e grossi e con esche altamente energetiche quali fegatini di pollo, budelline di volatili che purtroppo oggi sono vietate. Ma quando la primavera comincia a scaldare l'aria e l'acqua del fiume perché a volte il nostro furbone non mangia? Ma siamo proprio sicuri che non mangi? Lui mangia eccome, ma solo quello che lui capisce sicuro e naturale. Una volta, tanti anni fa, recandomi a Marta, sul lago di Bolsena, dopo aver provato ad insidiare qualche bel cavedano sul fiume omonimo, essendomi rimasti solo pochi bachini, mi affacciai sul ponte sotto il quale iniziava la sua corsa al mare, il fiume Marta, cominciai a lanciai in acqua a piccole manciatine. Rimasi sbalordito nel vedere affluire centinaia di cavedani dei quali qualcuno veramente gigantesco e tutti affamati tanto che, in pochi secondi, i banchi sparivano dentro quelle fauci insaziabili. Era veramente una occasione da non perdere... Ed in pochi secondi la mia lenza fu fatta calare lentamente in mezzo a quella chiazza grigio-verde che si muoveva lentamente. Non ci crederete ma i banchi infilzati con precisione quasi maniacale sull'amo del 18, su un finale del Ø 10 (allora non si scendeva mai sotto questo diametro) non li interessarono nemmeno da lontano. Mi accorsi con immensa sorpresa che i cavedani, dopo che avevo gettato la mia lenza in acqua, non mangiavano più con quella avidità iniziale ma attendevano che i banchi si posassero sul fondo e poi con un movimento ondeggiante della coda alzavano dal fondo le larve, attaccando e mangiando solo quello che ricadevano in

modo naturale verso il basso. Anche i banchi attaccati sull'amo furono fatti sollevare dal fondo ma ricadendo in modo non naturale, non furono presi nemmeno in considerazione anzi fecero terra bruciata intorno all'esca, eppure di cavedani ce ne erano veramente tanti. Se le acque non fossero state veramente trasparenti avrei potuto pensare che i pesci fossero in altro loco. Ecco allora spiegate alcune cose che forse prima non potevo nemmeno immaginare. Oggi pescare con un amo del 25 e con un terminale del Ø 6 ed una larva sola significa avvicinarsi al movimento naturale dell'esca in acqua e quindi si eliminano (ma non del tutto) quelle indecisioni nel pesce nell'attaccare il boccone. In acqua corrente sarebbe opportuno fare delle piccole trattenute alla lenza per poi rilasciarla in modo che l'esca si alzi dal fondo per poi ricadere come farebbe una larva normale portata dalla corrente sui sassi e nelle buche improvvisate.

Dobbiamo considerare anche che, quando si blocca il filo sulla corrente questo insieme alla piombatura, emetta delle vibrazioni come quando il vento passa sui fili dei panni e vibrazione significa rumore e i pesci sanno riconoscere molto bene i vari significati delle vibra-

zioni in acqua come cibo o pesci in difficoltà, quindi è opportuno trovare un giusto equilibrio tra velocità dell'acqua ed andamento della lenza. Più questa si avvicina al muoversi della corrente meno vibrazioni si produrranno, meno diffidenza si produrrà tra i pennuti. Essi avvertono la presenza di cibo o di pericolo tramite la linea laterale che ogni pesce ha più o meno visibile. La linea laterale è quella linea che va dalla coda alla branchie, al centro del fianco del pesce, generalmente più evidenziata rispetto alla squame e che è per loro come un radar anzi è un segnale ancestrale di sopravvivenza che anche essi si tramandano da sempre. Nelle nostre zone abbiamo molte postazioni valide per la pesca del cavedano alcune nella provincia di Terni altre in quelle di Perugia. Ottima è quella del nostro fiume Paglia al di sopra del ponte di **Allerona Scalo** oppure sotto le **terme di Monterubiaglio** dove vi sono delle buche profonde habitat ideale del nostro cavedano. Un altro posto valido è quello proprio a valle del nostro ponte di **Orvieto Scalo** ma essendo molto tecnico è preferibile l'utilizzo delle roubaisienne con fili capillari ed elastici che non vadano oltre il n° 8 massimo 9.



di Alessio Ubaldini

ARMERIA CACCIA E PESCA

Via dei Tigli, 49 CICONIA - Orvieto (TR)
Tel. 0763.302830 - 329.6184766
e-mail: armeriaalessio@libero.it



CANNA FONDO + MULINELLO

15€



CANNA SPINNING + MULINELLO

15€



SPECIALE ROUBASIENNE 14,50mt + punta + fodero

a partire da 250€



CANNA BOLOGNESE 3mt 14,90€ - 4mt 19,90€ - 5mt 24,90€

Con 4,90€ in più MULINELLO "ESPRIT NBTRD330"

TU COMPRI LA CANNA NOI TI REGALIAMO IL MULINELLO

AFFRETTATEVI fino ad esaurimento scorte

NOVITA' PESCA SPINNING E TROTA

Potete spedire i vostri annunci all'indirizzo e-mail: info@ilvicino.it tramite il nostro sito www.ilvicino.it o al Tel. e Fax 0763/393024.



Moto mod. Baby Speed 600cc - anno 2003 - Km 15.600 - colore giallo. Come nuova. 5.000euro - Enrico 335 380990



Hornet 600 anno 2001, km 39000, colore blu, ottimo stato, meccanica perfetta, completamente ricondizionata, garanzia 1anno, 3900euro. Tel. 0763/390055



Hornet 600 anno 2002, Gialla, Km. 9700, gommata nuova, perfetto stato, garanzia 1anno, 4400euro. Tel. 0763/390055.



Vendo Guzzi Nevada 750 Club, anno 2003, rosso met., Km. 2700, praticamente nuova, parabrezza orig., tagliandata, garanzia, 4.500 euro. Enrico 335 380990



Vendo KTM 660 SM, 2004, arancio, Km. 8000, mai gare, perfetta, gommata, garanzia anni 1, 5.500 euro. 335 380990



Honda Silver Wing, anno 2002, km 7800, carrozzeria e motore perfetti, 4000euro, garanzia 1anno. Tel.0763/390055



Citroen Xsara - 2,0 sw hdi - Full Optional - Diesel - Gen 00 - colore argento. 5.800 euro. Tel. 0763391774



Astra Sw - 1,7 cdti sw Enjoy - Full Optional - Diesel - Gen-05. 15.900 euro. Tel. 0763391774



Astra - 1,7 cdti - 5 Porte Enjoy - Full Optional - Diesel - anno 2004. Tel. 0763391774



Lancia Libra - 1.9 JTD Sw - 2002 - Full optional. 12.900 euro. Tel. 0763391774



Toyota Yaris - 1,3 - Verso 5 Porte A/c - Full Optional - Benzina - 2000 - colore blu. 5.900 euro. Tel. 0763391774

Vendo scarabeo aprilia 50cc - colore arancio con bauletto nera e parabrezza - discrete condizioni - 500 euro. Evisio Cell. 335.5695839 e-mail: lagioia2021@virgilio.it

Attività cerca ragioniere per contabilità ordinaria. Tel. 0763.302227



Vendo yamaha 600 xt del 1996 17000 km in ottime condizioni colore nero e blu. 2.000 euro trattabili. Claudio 3351242981



Vendo mixer yamaha Promix 01 (18 canali, equalizzazione parametrica su tre bande compressori, gate, delay reverberi, multieffetti, 4 sends, uscita digitale coaxiale 500 euro. Claudio 335.1242981



Vendo megabeat one (charlie lab) contenente 5000 basi originali (da midi song, M-live) che vanno dal liscio alla musica

leggera, latino-americano, cantautori, discoteca, fino a Sanremo 2005, un vero archivio musicale prezzo 800,00euro. Bruno 340.7831933

Società cerca apprendista per lavoro part-time. Richiesta minima conoscenza uso del computer. Per appuntamento chiamare il numero 0763.301131

Vendo Fiat Cinquecento del '92, 93.000 chilometri, revisionata a dicembre 2005, gomme nuove, colore grigio metallizzato. Prezzo 350 euro trattabili. Per informazioni tel.0763 624179

GLI ANNUNCI DI ORVIETONEWS.it ORVIETONEWS.it ORVIETONEWS.it ORVIETONEWS.it



- Affittasi app.to mobiliato a canale 5km. da orvieto prezzo da concordare (idele da dividere in 2 persone) Tel.076329006

- SFERRACAVALLO affittasi locale di circa 80mq a piano terra, 2 ambienti comunicanti con bagno, ampio parcheggio. USO STUDIO-UFFICIO. Euro 500 mensili. Tel. 3476749835

- GEOMETRA, esperienza ventennale Italia ed estero, studio, cantiere, D.LL., c.m.e., edil. resid., idraulica, arredamento, falegnameria, metalmeccanica, trilingue, AutoCAD, Office cerca rapp.lavoro continuativo nel raggio di 25 km da Orvieto o Todi. Cell.3497856503

- VENDO ALFA 147 1.9 JTD Distinctive 5 porte, 5 posti, colore blue inca, interni in pelle beige, sterzo in pelle, 6 airbag, abs, cois control, cerchi in lega, clima bizona, fendinebbia, stereo cd, chiusura centralizzata, alzacristalli elettrici, sempre tagliandata alfa romeo, mai incidentata, fine novembre 2002 km 110000. 14000euro trattabili. 339/4427731

- Vendo n° 2 termoarredo della DAS altezza m 1,70 larghezza m 0,60, sviluppo cad 1.690 Kcal/h, il tutto fornito con kit di fissaggio, tappi e valvole di sfato. Prezzo da concordare. 339/1725468

- Vuoi rilassarti piacevolmente nell'intimità di casa tua o in un ambiente sereno e silenzioso? Vieni a provare uno dei nostri trattamenti: massaggio rilassante, anti stress, defaticante,

riflessologia plantare, con olii profumati, a 4 mani. Dal Lunedì al Sabato a domicilio o presso il nostro centro. La Domenica, presso il nostro centro con un minimo di 4 trattamenti. Durata e prezzi: ogni trattamento ha durata di 60 minuti ad un costo di 100,00 Euro. Contatti: 335.68.48.010 (Moreno) La qualità è il nostro servizio. 335.68.48.010

- Vendo Mountain Bike per adulto, marca Carraro, mod. Turner 430, forcella anteriore Rst, completa, sacca portaoggetti sottosella, contachilometri, borraccia, manubrio nuovo dritto, usata pochissimo, gomme nuove all'80%. Posso inviare foto o visibile direttamente ad

Orvieto, vendo a 250 euro. Simone. simone0108@libero.it - 328/8441329

- Vendo polo 1.4 tdi, trendline, 5 porte, 5 posti, fine novembre 2004, km 17000, colore grigio, abs, 6 airbag, fendinebbia, aria condizionata, mai incidentata. 14000 euro trattabili. 339/4427731

- Vendo auto Peugeot 106xr in buone condizioni ad Euro 500, escluso passaggio. 349/2323243

- Vendo borsa Invicta colore verde, materiale sintentico impermeabile, 4 scomparti, maniglia dotata di cinghia per tracolla, ottima per materiale cartaceo, documenti e pc portatile 15 pollici. Ottimo stato euro 10. 328/9539853

- Vendo husqvarna wr 125 del 1999. La moto è in buone condizioni, le carene sono nuove

(giallo-blu), dispongo anche di altre carene (blu), la moto si può portare a sedici anni, ma a più di 30 cavalli non segnati sul libretto. Motore nuovissimo con appena 200 km. La moto era adibita per le corse in circuito, poi è stata immatricolata, dispone di frecce e specchietto. prezzo interessantissimo!! 348/4433841

- 26enne con esperienza quinquennale nel settore grafico cerca lavoro per prossimo trasferimento in zona Orvieto. Ottima conoscenza del pacchetto Adobe, buona conoscenza dei programmi Macromedia Flash e Dreamweaver. Indipendente nella gestione del lavoro, predisposta all'apprendimento e sviluppo di nuove metodologie di lavoro, molto creativa. Contattare possibilmente ore pasti. 3494767847

- Vendo giochi per playstation 2 universali al fantastico prezzo di 3 euro c.u. tutte le ultime novità disponibili e la possibilità di richiedere anche i vostri giochi preferiti per la lista completa contattatemi per email a gabriele_proietti@libero.it

- Portatile Acer 1362wlm, AMD Sempron 2800+, ram 512Mb, scheda grafica GeForce FX 5200go 64 MB di Ram dedicata, schermo 15.4" wide, USB 2.0, FireWire, scheda di rete wireless b/g. Batteria (8 celle) in ottimo stato: usato soprattutto a casa con la batteria staccata. 9 mesi di vita. Vendo a 660 euro con Hard Disk da 40GB e a 720 euro con Hard Disk da 80 GB/5400 rpm. 3496191434

GIOCA D'ANTICIPO.

ACQUISTA ORA IL CLIMATIZZATORE ENEL.SI, IL TUO MONDIALE SARA' PIU' FRESCO.



Vieni a scoprire
i prodotti a basso consumo
ed alta efficienza.



Da noi Enel
anche il servizio

Qui Enel

Descrizione
prodotto

a partire da
499,00€

Finanziamenti

a tasso zero in 12 mesi
PRIMA RATA A LUGLIO

Scelta Enel s.p.a.

CHIEDI INFORMAZIONI SUI PRODOTTI
A RISPARMIO ENERGETICO.
AVRAI IN OMAGGIO TRE LAMPADINE
A BASSO CONSUMO

La Lampadina a basso consumo (a fluorescenza compatte)
riduce i consumi dell'80% rispetto ad una normale
lampadina.



Concessionario



PER TUTTO IL MESE DI MARZO E APRILE PUOI CONTROLLARE GRATUITAMENTE l'impianto elettrico della tua casa



Chiamaci per un appuntamento
Tel. 0763.301131

I NOSTRI SERVIZI

- Impianti elettrici
- Sopralluoghi e preventivi gratuiti
- Sistemi di climatizzazione
- Impianti di riscaldamento
- Sistemi di sicurezza
- Risparmio energetico
- Solare Termico
- Impianti fotovoltaici
- Sistemi di automazione domestica

Nel nuovo punto vendita i clienti
potranno beneficiare anche del
servizio **Qui Enel**
che permette:

- di comunicare la lettura del contatore
- di stipulare, modificare o disdire un contratto di energia elettrica
- di conoscere la situazione dei consumi e dei pagamenti
- di domiciliare la bolletta su conto corrente bancario o sulla carta di credito
- di richiedere la carta Enel American Express



TECNOELETTRICA NARNI s.n.c.
Viale 1° Maggio, 67 - ORVIETO SCALO (TR)
tel/fax 0763.301131
info@tecnoelettricanarni.it - www.tecnoelettricanarni.it



 **SUZUKI**
Way of Life!