



Antica Ristoria del Portonaccio

Offre:
 una vasta scelta di piatti a base di pesce e di carne, inoltre si possono gustare prodotti tipici della zona e ottimi vini di produzione locale
 Ambiente raffinato - Ampio parcheggio - Aria condizionata
 giorno di chiusura mercoledì
Promozione per i nostri clienti abituali
 Su ogni prenotazione di banchetti per cerimonie si applica uno sconto del 10%



Via A. Costanzi, 67 ORVIETO SCALO (TR)
 Tel. e Fax 0763.300022 - Cell. 347.4424147
 ilportonaccio@tiscali.net.it

AEREI

L Europa vola meno.

Passeggeri di aereo in calo nell'Unione europea. Secondo gli ultimi dati Eurostat, relativi al 2009 rispetto all'anno precedente, la diminuzione nell'intera Ue e' stata del 6% e si tratta della prima contrazione dal 2002, contrassegnata dagli effetti dell'11 settembre 2001.

I dati del 2010, secondo l'ufficio di statistica, indicavano per i primi mesi dell'anno una leggera ripresa, poi interrotta dagli effetti della nube vulcanica che ha portato il trasporto aereo dei passeggeri ad una riduzione rispetto all'aprile

2009.

Quanto ai singoli aeroporti, hanno visto un segno negativo quasi tutti i principali scali, con Milano-Malpensa a meno 8,8% e Roma-Fiumicino a meno 4%. In calo del 4,9% Francoforte e dell'8,2% Amsterdam-Schipol. Anche Parigi-Charles De Gaulle ha visto una diminuzione del 4,6%, mentre per Londra-Heathrow la contrazione e' limitata all'1,5%.

Gli scali italiani, nel complesso, hanno segnato un meno 3,2% contro il -4,8% della Germania, il 4,2% della Francia, l'8,1% della Spagna e il 7,2% della Gran Bretagna.



PRODOTTI

Una bibita speciale.

Presto in vendita nelle farmacie dei pochi Stati americani che lo permettono: ecco la "Canna Cola", una bibita al sapore di marijuana e, soprattutto, con il principio attivo (THC) della marijuana. La commercializzazione partirà in Colorado e si estenderà anche in California e Montana.

Per acquistare una bottiglietta di Canna Cola ci vorranno oltre dieci dollari.

La percentuale di Thc, spiega l'imprenditore Clay Butler al giornale Santa Cruz Sentinel, sarà tra 35 e 65 milligrammi.

Una quantità molto inferiore ad altre bevande alla marijuana decisamente più artigianali.



EUTANASIA

Olanda...

La "clinica della morte": così e' stata battezzata la struttura che dovrebbe aprire i battenti entro un anno in Olanda per dare ai pazienti che hanno deciso di porre fine ai

loro giorni la possibilità di farlo con un'adeguata assistenza medica.

La controversa iniziativa, promossa dalla filiale di Amsterdam della World federation of right to die societies, e' rivolta - spiegano i suoi fautori - ai cittadini olandesi che vogliono ricorrere all'eutanasia ma non riescono a trovare un medico che li voglia assistere. Right to die (diritto di morire) promette che tutta la procedura sarà eseguita in tre giorni.

In Olanda l'eutanasia e' legale da dieci anni e può comunque essere praticata nel rispetto di determinate regole, prima tra tutte quella che richiede a un medico di dichiarare che la persona interessata e' un malato terminale e non ha possibilità di recupero.

Ma sono molti i casi in cui i medici olandesi si rifiutano di operare sostenendo che le norme non sono sufficientemente chiare e che quindi lasciano aperte troppe possibilità di incorrere in sanzioni penali. In Europa l'unico altro Paese ad ospitare cliniche dedite al suicidio assistito e' la Svizzera. La prima e' stata aperta dodici anni fa dando poi vita a un gruppo di strutture che offrono assistenza a chi vuole morire.

CARNEVALE

I coriandoli livornesi.

Il quotidiano il Tirreno, riporta: «Lancia anche tu un Silvio», è scritto sulla busta di coriandoli.

Coriandoli speciali che

riproducono l'effigie del faccione sorridente del presidente del consiglio. Gli inventori li hanno chiamati Berliandoli. L'idea è di un piccolo studio di grafici, inaugurato poche settimane fa nel cuore di Livorno, nel vecchio quartiere operaio di Borgo Cappuccini.

«Un nuovo prodotto carnevalesco per regalare anche ai più grandi un momento di



Psicologia e spinaci.

Quasi tutti i genitori conoscono l'ardua lotta per indurre i figli piccoli a mangiare sano, soprattutto le verdure -anche perché non bisognerebbe forzarli né tentare di corromperli per non sdegnarli a vita, secondo dotti pareri.

Una nuova ricerca britannica dice il contrario; essa mostra che usare piccole attenzioni per ripagare i ragazzini dello sforzo d'assaggiare i porri non è una strategia sbagliata, anzi, può cambiare le abitudini alimentari per tutta la vita.

Lucy Cooke e i suoi colleghi

dell'University College di Londra hanno fatto un esperimento.

Per dodici giorni hanno proposto carote, peperoni, barbabie-



tole, cavolo bianco, cetrioli, sedani a 422 bambini dai 4 ai 6 anni. Prima e dopo hanno chiesto

a ciascuno quanto gradissero ogni singolo ortaggio, e poi hanno registrato la quantità effettivamente mangiata dei prodotti scelti.

I bambini del primo gruppo ricevevano le verdure senza commenti; quelli del secondo venivano lodati per ogni boccone e quelli del terzo ripagati con un adesivo. Su "Psychological Science" l'équipe spiega che

all'inizio si notava una migliore accettazione delle verdure in tutti e tre i gruppi, ma che per volume consumato, l'aumento era maggiore nel secondo e nel terzo gruppo.

Nei test successivi, eseguiti dopo uno e tre mesi, erano rimasti solo i bambini del secondo, e soprattutto del terzo gruppo a continuare a mangiare più verdure di prima.

Anche Helen Hendy della Pennsylvania State University ha constatato nei suoi studi quanto le parole giuste riescano a convincere i bambini a mangiar sano.

Cooke però avverte: la ricompensa non sia un dolce, se no il messaggio è controproducente.

ALIMENTAZIONE

Stop telemarketing.

allegria in questo periodo», è la spiegazione.

«Ci dispiaceva che i più grandi non potessero tirare i coriandoli come i bambini - scherza Luca Midio, il titolare di "Colors to wear" - e abbiamo cercato di rimediare con un personaggio adatto alle loro esigenze.

Anche se devo ammettere - aggiunge - che la trovata di metterci Silvio Berlusconi è tutto "merito" della grande stravaganza del personaggio».

Stop al telemarketing. A partire da febbraio 2011 chi vorrà opporsi al diluvio di chiamate con cui le aziende offrono servizi e prodotti di tutti i tipi, non solo di telecomunicazioni, potrà farlo con una semplice telefonata o un clic sul computer.

Entra infatti in vigore il primo febbraio la legge che cambia radicalmente la gestione del servizio abbonati e che consente di negare il consenso in via definitiva. A gestire le richieste del cosiddetto 'opt out', vale a dire la cancellazione dagli elenchi del telemarketing, è il Dipartimento comunicazioni del ministero dello Sviluppo economico, insieme alla Fondazione Bordini: da lunedì sarà attivo il sito per "scollegarsi" e nel mese di febbraio partirà la

campagna di comunicazione, in cui è coinvolto anche il Dipartimento dell'editoria di Palazzo Chigi, per informare le famiglie di questa possibilità. Le informazioni con le modalità per l'opposizione verranno distribuite anche attraverso le bollette degli operatori telefonici. Operatori che, per evitare una cancellazione di massa, con cui si metterebbe in crisi un

settore che da lavoro a migliaia di persone, hanno comunque aderito a un codice di autoregolamentazione: chi deciderà di non opporsi al telemarketing potrà essere chiamato solo a orari predefiniti e con una frequenza ridotta di chiamate.



TELEMARKETING



Donna cubana festeggia 126 anni.

Una donna cubana ha festeggiato i 126 anni. E, se questo traguardo le permetterebbe di fatto di detenere il Guinness dei primati, il record di Juana Bautista non è stato riconosciuto "ufficialmente" anche se i familiari della donna possono vantare un documento dell'anagrafe cubana che fa risalire la data di nascita della Bautista al 2 febbraio 1885.

Di recente, la morte della centenaria Eunice Sanborn aveva lasciato il testimone di donna più anziana del mondo alla georgiana Bessie Cooper, 114 anni.

Lo stato della democrazia.

Il Centro per la democrazia dell'Università di Zurigo e il Wissenschaftszentrum di Berlino hanno valutato l'evoluzione in trenta Stati definiti di democrazia avanzata tra il 1995 e il 2005. Attraverso 100 indicatori empirici, gli studiosi hanno misurato quanto ogni Paese soddisfi a tre principi -libertà, uguaglianza, controllo dei poteri- e alle funzioni basilari di una democrazia come la tu-

tela delle libertà individuali, stato di diritto, trasparenza, partecipazione, pluralismo, capacità di mettere in pratica le decisioni assunte. Questo particolare barometro situa ai primi posti la Danimarca (88,3 punti), la Finlandia (87,7) e il Belgio (85,1); agli ultimi Polonia, Sudafrica, Costa Rica. Gli Usa sono decimi, la Germania undicesima, la Svizzera è al numero 14, l'Austria al

20, l'Italia al 22, la Gran Bretagna al 26 e la Francia al 27. Il politologo dell'Università di Zurigo e coautore dello studio, Marc Buehlmann, evidenzia il deludente piazzamento di Gran Bretagna e Francia e il non brillante risultato della Svizzera (a metà scala). Ma, in conclusione, i ricercatori fanno notare che nei trenta Stati la qualità democratica è complessivamente cresciuta nel decennio considerato.

Scopre di essere incinta tre ore prima di partorire.

La 21enne Belinda Waite aveva accusato vari dolori addominali negli ultimi nove mesi, che i dottori avevano attribuito ad una forma di intestino irritabile. Altri sintomi, come le braccia e le gambe gonfie, erano stati spiegati come una forma di allergia. Questo finché la ragazza non si è recata in ospedale perché aveva dolori addominali particolarmente forti. E i medici dell'ospedale, con una certa facilità, hanno effettuato la loro diagnosi: la ragazza era infatti incinta, di nove mesi, e quei "dolori addominali" non erano altro che



doglie.

Tre ore dopo, la ragazza era in sala parto, per dare alla luce una bambina di poco più di 4 kg, in buona salute. Nonostante il fatto che la Waite non abbia certo preso nessuna di quelle precauzio-

ni normalmente consigliate alle future mamme. Belinda ha poi raccontato: "In effetti, avevo la sensazione che qualcosa si muovesse dentro di me, negli ultimi mesi. Ma non avevo mai preso in considerazione l'idea di essere incinta, e sembra che neppure i dottori lo abbiano immaginato". E ha aggiunto: "Certamente è uno shock enorme per me ed il mio ragazzo, ma siamo molto felici".

Prezzi case in calo...



Il prezzo delle case libere è diminuito a dicembre del 3,9% rispetto allo stesso mese dell'anno precedente. Così i dati della Tinsa.

Una cifra leggermente inferiore a quella del mese di novembre, dovuta soprattutto al calo nelle grandi città e nella capitale dove la percentuale del calo è stata del 5.

I prezzi ora sono al medesimo livello del 2005.

Vino e Francia.

Secondo uno studio di Vinexpo, la Francia ha riconquistato il suo primo posto al mondo come produttore di vino nel 2010, dopo che per il 2009 aveva dovuto cedere il posto all'Italia. La Francia -come altri Paesi produttori: Italia, Usa, Africa del Sud e Germania- ha visto una piccola raccolta durante il 2010, ma la sua produzione, con 419 milioni di casse, è tornata al primo posto mentre l'Italia è seconda e la Spagna è terza. Una produzione, però, che è previsto diminuirà in media del 5,54% ogni anno da qui al 2014, ma che non dovrebbe costargli il posto di leader.





Nuova Gestione

TOELETATURA CANI E GATTI
ESCLUSIVAMENTE CON PRODOTTI NATURALI

Associazione
Culturale
Professionale
Toelettatura



- Attestato di partecipazione al Campionato Italiano di Toelettatura 4° classificata
- Partecipazione Corso nazionale di Toelettatura 6° edizione
- Partecipazione allo stage di Toelettatura sulla preparazione del Terrier Nero Russo



articolati per cani

Vasto assortimento mangimi

CIBAU

CIMiAO

TONUS

Club
prolife



Golosi

animalhouse

Via degli Aceri, 94 - Ciconia ORVIETO (TR) - Tel. 0763.305703 - 0763.590005 - Cell. 333.8869901

Orario: 9,00-13,00 - 16,00-20,00
Sabato orario continuato - Domenica chiuso
E' gradita la prenotazione

Pier Paolo Rossi
legno & legno

Arredamenti e Infissi
certificati **CE**

legno & legno

Via del Commercio, 9 - BASCHI - 347.3306470

Più valore al tuo business

LAVA PIU
LA LAVANDERIA SELF SERVICE

LAVANDERIA ECOLOGICA BOWE
di Arna Papani e Scilla Porini

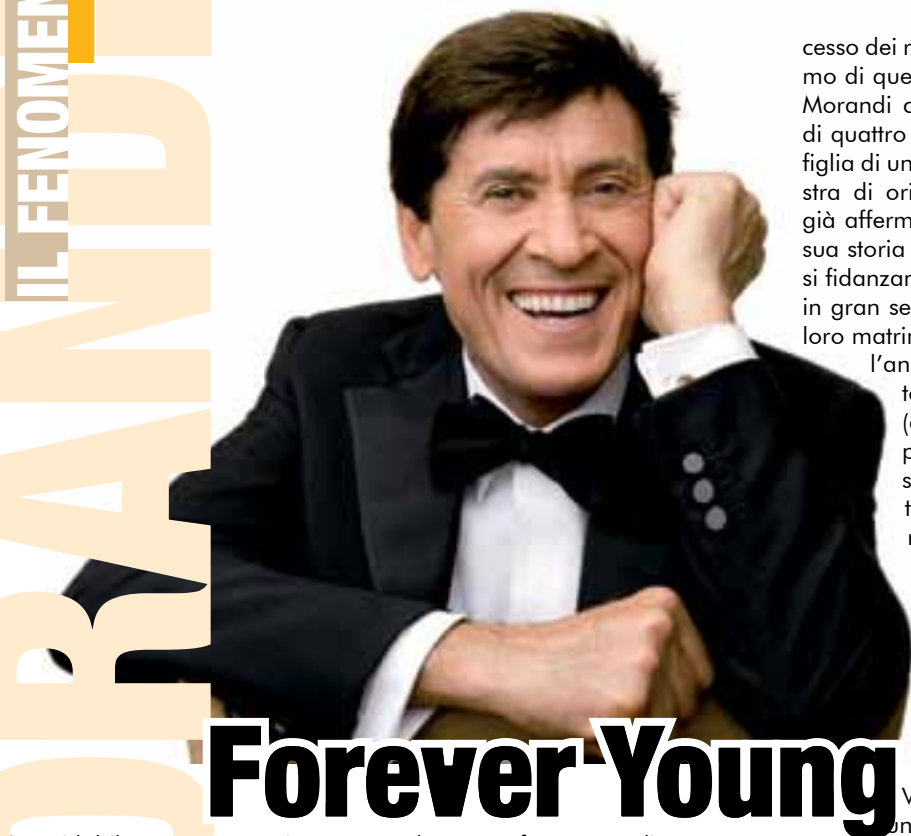
Piazza del Commercio 5
05018, Orvieto Scalo

Tel. 393 7586120

IL FENOMENO

IL FENOMENO

a cura di Lorenzo Grasso



Forever Young

Inossidabile e sempre giovane, un evergreen all'italiana. Ma non un personaggio immobile, tutt'altro, anzi un artista che ha saputo capirsi, fermarsi dopo le sconfitte, reinventarsi, rimanendo sempre lo stesso. Gianni Morandi nasce l'11 dicembre 1944 in un paese dell'appennino tosco-emiliano, Monghidoro, in una famiglia di modesta estrazione sociale. Dopo una gavetta fatta di balere di provincia, feste dell'Unità, concorsi per voci nuove e sagre paesane, il 15 aprile 1962 vince il Festival di Bellaria e viene ingaggiato dalla RCA Italiana, casa discografica in cui mette piede per la prima volta il giorno dopo, il 16 aprile del 1962. Il debutto nel mondo discografico è nel 1962 con Andavo a cento all'ora, brano di grande successo scritto da Tony Dori e Franco Migliacci; pur non entrando in classifica (vi entrerà solo l'anno successivo in occasione della prima apparizione televisiva di Gianni al programma Alta pressione), la canzone si fa ascoltare nel circuito dei juke box. Il successo commerciale arriva con il terzo 45 giri, Fatti mandare dalla mamma a prendere il latte, che decreta la nascita di Morandi an-

che come fenomeno di costume, oltre che come cantante, destinato a impersonare una intera generazione di adolescenti insieme a Rita Pavone. Oltre che ad Alta pressione, Morandi partecipa ad altre trasmissioni televisive, la più seguita delle quali è Il signore di mezza età di Marcello Marchesi. Con In ginocchio da te Morandi vince il Cantagiro 1964 e totalizza più di un milione di copie risultando il più venduto dell'anno, nonostante la rivelazione sanremese di personaggi quali Gigliola Cinquetti e Bobby Solo. In rapida successione pubblica Non son degno di te, che vince nello stesso anno il neonato Festival delle Rose, Se non avessi più te, Si fa sera e La fisarmonica, tutti successi da centinaia di migliaia di copie. Alcuni di questi brani prendono slancio attraverso le pellicole cinematografiche, come nel film del 1965 008: Operazione ritmo di Tullio Piacentini, oppure diventano i titoli di altrettante pellicole in cui una trama quasi inconsistente fa da contorno ai brani musicali del momento: si tratta dei cosiddetti musicarelli, pellicole girate e montate in pochissimo tempo a ridosso del suc-

cesso dei rispettivi 45 giri. Nel primo di questi (In ginocchio da te), Morandi conosce Laura Efrikian, di quattro anni più grande di lui, figlia di un noto direttore d'orchestra di origine armena e attrice già affermata: dopo la fine della sua storia con Ivana Borgia i due si fidanzano ed il 13 luglio 1966, in gran segreto verrà celebrato il loro matrimonio. Il 1966 è anche

l'anno della sua prima vittoria a Canzonissima (quell'anno intitolata La prova del nove) e della seconda vittoria al Cantagiro con Notte di ferragosto. È l'anno anche della svolta musicale: un giovane cantautore di nome Mauro Lusini gli fa ascoltare le note di una canzone "di protesta", un pezzo che ha composto contro la guerra del Vietnam dal titolo C'era un ragazzo che come me

amava i Beatles e i Rolling Stones. Gianni si innamora del pezzo e pretende di inciderlo, malgrado il parere sfavorevole di Migliacci che era contrario all'idea che interpretasse brani "impegnati", e lo presenta, in coppia con Lusini, al Festival delle Rose. L'accoglienza del pubblico è tiepida, ma c'è da dire che il brano non viene promosso in televisione per la rigida censura dell'epoca che vietava qualsiasi accenno di polemica sulle scelte in politica estera di uno stato "amico". All'inizio del 1967, la primogenita di Morandi, alla quale viene dato il nome di Serena, muore dopo poche ore di vita proprio mentre suo padre gareggia nella finale di Scala Reale e viene sconfitto da Claudio Villa. Dopo poche settimane Morandi è costretto a partire per il servizio militare in un periodo critico per la sua carriera: l'interruzione di ogni attività per quindici mesi rischia di far dimenticare uno dei personaggi più amati dal pubblico, tanto più che le autorità militari, nel timore di venire accusate di favoritismo, impediscono al cantante qualsiasi licenza per i primi sei mesi del servizio di leva, che viene svolto al CAR di Arma

di Taggia e successivamente a Pavia in un reggimento del Genio. Nonostante ciò, la presenza di Morandi in televisione (e di conseguenza nelle classifiche) non viene a mancare, anche se solo sotto forma di voce registrata nelle sigle delle trasmissioni Giovani (Un mondo d'amore), Partitissima (Mezzanotte fra poco) e Settevoci (Una domenica così). Al congedo dal servizio militare Gianni si dedica alla realizzazione di un ambizioso progetto sotto la direzione di Duccio Tessari: si tratta di una pellicola che è una via di mezzo tra la commedia musicale e la fiaba di Aladino, che prende il titolo di Per amore, per magia e che si rivela un fiasco al botteghino. A risollevarne le quotazioni di Gianni Morandi sarà la successiva Canzonissima, che lo vede ancora una volta vincitore assoluto con Scende la pioggia (cover in italiano del brano Elenore degli americani The Turtles), successo ripetuto l'anno seguente con Ma chi se ne importa. In questo periodo, insieme a Migliacci fonda le edizioni musicali Mimo (il nome deriva appunto dalle iniziali dei cognomi di Migliacci e Morandi) e l'omonima casa discografica, la MiMo. Nel 1970 rappresenta l'Italia all'Eurofestival di Amsterdam con Occhi di ragazza, classificandosi all'ottavo posto. Gianni Morandi in concerto al Palasport di Torino il 13 ottobre 1970, contestato dal pubblico. Negli anni settanta ha un periodo di declino; Morandi viene sopraffatto dal clima ideologico di quegli anni, e tacciato di essere un cantante eccessivamente tradizionalista e commerciale, subendo anche contestazioni dal vivo, come al Palasport di Torino il 13 ottobre 1970, dove viene fischiato da una consistente parte del pubblico, soprattutto durante la canzone Al bar si muore. La crisi professionale diventa anche una crisi di vendite, e non viene risolta dalla partecipazione al Festival di Sanremo 1972 con Vado a lavorare, canzone che si classifica al quarto posto ma che risulterà essere un insuccesso: la crisi diventa anche personale quando, nello stesso periodo, viene resa

a posto
La tua auto come nuova
www.aposto.it



OFFICINA AUTOSERVICE

Riparazione autoveicoli
Riparazione parabrezza
Vendita e assistenza pneumatici
Diagnosi computerizzata multimarca
Ricarica gas climatizzatore

YOKOHAMA
RIVENDITORE AUTORIZZATO

Nella nostra officina è possibile effettuare il tagliando di manutenzione della vostra NUOVA VETTURA ancora in garanzia

Via dei Muratori, 6 - ORVIETO - tel. 0763 316070

nota la fine del suo matrimonio con la Efrikian, da cui ha avuto i tre figli Serena (vissuta poche ore), Marianna e Marco. Nel 1975 incide il mondo di frutta candita, interamente scritto da Ivano Fosatti ed Oscar Prudente, un lavoro curato che però non vende; le cronache rosa tornano a parlare del cantante per un suo flirt con Ombretta Colli (moglie di Giorgio

Gaber). Nel 1977 si iscrive al corso di contrabbasso al Conservatorio Santa Cecilia di Roma. Torna al successo nei primi anni ottanta con il brano scritto da Mogol ed Aldo Donati, Canzoni stonate, e da allora non conosce momenti di declino della sua popolarità. Canta Grazie perché, versione italiana di We've got tonight testo di Sergio Bardotti e Nini Giacomelli e, con

Amii Stewart, Uno su mille e 1950 di Amedeo Minghi. Nel 1984 viene prodotto lo sceneggiato televisivo Voglia di volare, del quale è protagonista. Nel 1987 assieme a Umberto Tozzi ed Enrico Ruggeri vince il Festival di Sanremo con Si può dare di più. Nel 1988 registra, insieme all'amico Lucio Dalla, lo storico album Dalla/Morandi in cui spiccano Chiedi chi erano i

Beatles con musica di Curreri e testo di Norisso (pseudonimo dietro cui si cela il poeta Roberto Roversi) e Che cosa resterà di me, inedito di Franco Battiato. Nel 1989 esce Varietà, nel 1992 Banane e lampone. Dischi più freschi, più intensi dal punto di vista dei testi che hanno permesso a Morandi di arrivare fino ai giorni nostri con un'immagine intatta nel tempo.

ITINERARY

Cantava Venditti: Torino ma chi l'ha detto che non sei bella? Lo cantava negli anni '80 ed ancora oggi, a distanza di decenni, molti pensano che Torino sia una città grigia, vecchia, vuota. Invece è un luogo tutto da scoprire. Prima capitale d'Italia dal 1861 al 1865, è uno dei maggiori centri universitari, culturali, turistici e scientifici del Paese: è la capitale italiana dell'industria dell'automobile, nonché importante centro dell'editoria, delle telecomunicazioni, del cinema, della pubblicità, dell'enogastronomia, del design e dello sport. Tra i monumenti di Torino più noti anche all'estero sono da citare l'ottocentesca Mole Antonelliana, simbolo incontrastato della città e che ospita il Museo Nazionale del Cinema (il principale d'Europa), il Palazzo Reale (antica dimora dei duchi e in seguito dei re che governarono la città), la rinascimentale Cattedrale di San Giovanni Battista del XV secolo (celebre in quanto custode della Sacra Sindone), il Museo Egizio (il secondo più importante al mondo dopo quello del Cairo), la Galleria Sabauda (significativa raccolta di dipinti), Palazzo Carignano (progettato da Guarini, sede del primo Parlamento italiano) e l'imponente Palazzo Madama. Quest'ultimo in particolare merita attenzione in quanto situato nel vero centro metaforico e geografico della città; le sue porzioni più antiche risalgono addirittura all'epoca romana (si tratta di due delle sue 4 torri, ora inglobate nella facciata). Fu trasformato in castello nel Medioevo con l'aggiunta di due ulteriori torri e rimaneggiato più volte: in particolare all'inizio del Settecento quando venne dotato di una nuova splendida facciata ad opera di Filippo Juvarra. La città di Torino e i suoi dintorni inoltre sono

Torino: la capitale che non c'è.



abbellite dalle numerose residenze sabaude, Patrimonio dell'umanità dell'UNESCO, come la Palazzina di caccia di Stupinigi, i castelli del Valentino, di Agliè, di Racconigi, di Rivoli e di Moncalieri, la Villa della Regina e la Reggia di Venaria. Un importante discorso merita il quartiere di Cit Turin per i numerosi edifici costruiti in stile Liberty, che fanno di Torino, insieme a Milano, la capitale italiana di questo stile. Una caratteristica di Torino è costituita dai portici che si sviluppano per oltre 18 km dei quali circa 12 sono interconnessi. I primi portici risalgono già al Medioevo ma è a partire dal XVII secolo che si cominciano a costruire i portici monumentali tuttora presenti. La prima testimonianza è l'ordinanza di Carlo Emanuele I del 16 giugno 1606 in merito alla costruzione di

piazza Castello secondo il progetto di Ascanio Vitozzi che comprendeva portici attorno a tutta la piazza. Anche nel progetto di piazza San Carlo di Amedeo di Castellamonte di qualche anno successivo erano previsti portici tutt'attorno. Negli stessi anni Filippo Juvarra costruì i portici di porta Palazzo. Nel 1765 Benedetto Alfieri ebbe l'incarico di rifare i portici di piazza Palazzo di Città mentre nel corso del XIX secolo si aggiunsero quelli dell'attuale piazza Vittorio Veneto, piazza Carlo Felice e piazza Statuto. Ancora vennero congiunte le due stazioni ferroviari di Porta Nuova e Porta Susa con un percorso porticato attraverso Corso Vittorio Emanuele II, corso Vinzaglio, vie Sacchi, Nizza, Pietro Micca e Cernaia. Il portico che unisce piazza Castello con piazza Vittorio Veneto attraverso via Po sul lato sinistro prosegue anche nell'attraversamento delle vie per permettere al re di giungere fino al Po senza bagnarsi anche in caso di pioggia. La struttura urbanistica della città, caratterizzata da enormi viali e grandi piazze,



ha un'origine particolare: fino al 1620 Torino era una città completamente racchiusa all'interno della cinta muraria militare, formata, quindi, da vie anguste che ricalcavano i vicoli dell'antica città romana. Questa morfologia favoriva, durante le frequenti sommosse, la creazione di barricate, impedendo al contempo l'uso della cavalleria per sedare i moti. Quando Carlo Emanuele I decretò l'espansione e la ristrutturazione urbanistica della città, tenne conto di queste esigenze: sventrò il centro città, ampliando e arricchendo coi classici portici le vie principali, ristrutturò ed ampliò le principali piazze e, soprattutto, creò gli enormi viali che avevano sia una funzione estetica, ma anche e soprattutto una funzione militare, rendendo impossibile la formazione di barricate da parte dei rivoltosi e permettendo, in ogni caso, l'uso di cariche di cavalleria nel caso di moti. A Torino sono presenti ben 49 mercati rionali. Sebbene non sia la città che ne ospita il maggior numero, il record è tuttavia costituito dal fatto che essi sono aperti tutti i giorni e che inoltre sono fissi, dislocati in ogni quartiere del Comune. Il mercato più famoso è Porta Palazzo, in dialetto piemontese Porta Pila, che è anche il mercato all'aperto più grande d'Europa, seguito, come dimensioni, dal mercato di Corso Racconigi. Ogni sabato si tiene il Balon un grande mercato all'aperto dell'usato, e la seconda domenica di ogni mese si tiene il Gran Balon in cui si vendono oggetti di antiquariato. Una città da visitare con gli occhi bene aperti per non perdere nessuno dei gioielli che custodisce.

Antinfiammatori non steroidei: guida al corretto utilizzo.

Mal di denti, mal di schiena, mal di testa e dolori legati a traumi articolari: sono esperienze di tutti i giorni per le quali può essere utile il ricorso ad un farmaco antinfiammatorio di tipo non steroideo (FANS).

I FANS: cosa sono

I Fans sono un'ampia classe di farmaci ad azione antinfiammatoria, analgesica e antipiretica nella quale rientrano alcune delle più note molecole utilizzate per contrastare il dolore: ibuprofene, nimesulide, ketoprofene, naprossene e diclofenac.

Come utilizzarli

L'ampio utilizzo di questa classe di farmaci è legato alle ben note caratteristiche di efficacia e rapidità nei sintomi

dolorosi e negli stati infiammatori. Ma, come per tutti i farmaci, è anzitutto necessario valutare la reale esigenza del loro impiego e utilizzarli nel pieno rispetto delle loro indicazioni.

Sarebbe inoltre sempre opportuno rivolgersi al consiglio del medico per la valutazione complessiva dello stato di salute e per la scelta della terapia più idonea in termini di efficacia e di prevenzione di eventuali effetti indesiderati.

Effetti collaterali

Per tutti i farmaci il successo terapeutico dipende anche dalla valutazione dei possibili effetti collaterali e dall'attuazione di comportamenti che possano prevenirli.

Gli effetti collaterali più co-

muni dei FANS sono a carico dell'apparato gastrointestinale. Questi disturbi si esprimono soprattutto come dolori addominali, bruciori gastrici e reflusso gastroesofageo: sono fastidiosi, ma soprattutto possono essere un campanello d'allarme di effetti più rilevanti quali ulcere della mucosa gastrointestinale e conseguenti sanguinamenti.

Per un impiego sicuro dei FANS si raccomanda pertanto di rispettare alcuni semplici suggerimenti come utilizzare il minimo dosaggio efficace per il tempo strettamente necessario alla risoluzione del sintomo e preferire i FANS con il miglior profilo di sicurezza gastrointestinale.

Ibuprofene, nimesulide e tol-

lerabilità gastrointestinale

Tra i FANS maggiormente utilizzati ibuprofene e nimesulide rappresentano un esempio di farmaci con buon profilo di tollerabilità gastrointestinale.

Ibuprofene è il principio attivo di numerosi farmaci che svolgono soprattutto azione analgesica, mentre nimesulide è caratterizzata da una più spiccata efficacia antinfiammatoria.

Entrambi presentano una bassa incidenza di disturbi alla mucosa gastrica e nello specifico si caratterizzano per un rischio di sanguinamento gastroduodenale molto più basso rispetto agli altri farmaci della loro classe (es. ketoprofene e diclofenac).

fonte: paginemediche.it

L'ERBOLARIO

PER LA BELLEZZA DEL CORPO



I trattamenti: Dopo il bagno, con la pelle ancora umida e tiepida, si può trarre il massimo beneficio da oli e creme che costituiscono il trattamento ideale per risolvere particolari problemi estetici.

PER LA BELLEZZA DEL VISO



Nutrire e dissetare: Fondamentale per l'epidermide è prima di tutto ricevere quotidianamente, puntualmente un adeguato e prezioso apporto di elementi nutritivi ed idratanti, che le permetterà non solo di risplendere più luminosa e bella ma anche di affrontare ogni tipo di situazione climatica, di meglio sopportare gli stress ambientali e di mantenere più a lungo la sua classica e naturale finezza di tessitura.

PER LA BELLEZZA DELLA PERSONA



"Peonie" in cinese significa bello ed è alla bellezza della pelle e del corpo che L'Erborario dedica questa linea, ricca di attivi specialmente efficaci. Dalla radice della peonia ha infatti ricavato un estratto fluido arricchito da polisaccaridi che assicurano tanta protezione alle membrane cellulari. Un estratto che sa illuminare la pelle difendendola. E dai petali ha sviluppato una fragrante acqua distillata dall'aristocratico e sensuale profumo.



Farmacia Frisoni

via Monte Nibbio, 16

ORVIETO SCALO

tel. 0763/301949 - e-mail: farmafrisoni@alice.it

ASSOCIAZIONE AMICI DEL CUORE DI ORVIETO

TESSERAMENTO 2011



QUOTA ISCRIZIONE € 13

Il tesseramento potrà essere effettuato:
presso i rappresentanti degli Amici del Cuore di Orvieto
o presso "Antichità Barona" - via Duomo, 30 - Orvieto - tel. 0763 341769

altre modalità di tesseramento sono:
versamento sul C/C postale n. 10162055
versamento sul C/C bancario Cassa di Risparmio di Orvieto n. 01137014
intestati all'Associazione Amici del Cuore

PER INFORMAZIONI

0763 374337 - 337 472585 - 333 5703075



cittacardioprotetta

Progetto Orvieto **cittacardioprotetta**
Amici del Cuore di Orvieto

per comunicazioni:
333 5703075

Associazione
amici
del cuore
di
Orvieto

www.amicocuore.it



amico (cuore)

Corso di ACQUAMOTRICITÀ NEONATALE.

Perché in acqua fin da piccoli?

L'acqua è per il bambino sinonimo di relazione, di scoperta, di gioco, di emozione e di piacere.

respiratorio adatto alle nuove esigenze, libertà di movimento e di esplorazione. L'attività in acqua, svolgendosi con il genitore in vasca, ne rafforza la relazione (in particolare si concentra sulla diade madre-

figlio) e, al contempo, accresce la fiducia nel sé.

Dal punto di vista metodologico, l'utilizzo del gioco, accompagna il neonato dal primo approccio con l'acqua fino alle

immersioni e ai tuffi. L'esperienza ludica rappresenta il motore della conoscenza; fa vincere le paure, consente di creare, di scoprire, di liberare cariche emotive e di esprimersi con il proprio corpo. Il gioco consente di sviluppare automatismi che favoriranno prontezza e rapidità di riflessi, in età adulta.



Per i neonati il contatto con l'acqua rappresenta una straordinaria esperienza di gioco e di libertà.

Il bambino, in acqua, sperimenta le abilità motorie che saranno poi la base per camminare e correre.

Inoltre è uno stimolo per la sua crescita ed il suo sviluppo: la familiarizzazione con l'acqua tende a fargli acquisire un arricchimento degli schemi di postura, un controllo



psicomotorio e idrokinesiterapico per l'utenza adulta.

Attività:

- Osservazione psicologica, linguistica, psicomotoria, fisioterapia, musicoterapica;
- consulenza medica specialistica;

- psicoterapia;
- logoterapia
- musicoterapia
- fisiokinesiterapia (individuale e di gruppo);
- idrokinesiterapia (individuale e di gruppo)
- psicomotricità (individuale e di gruppo),



Il Girasole

Obbedienza alla Vita

Presso il nostro Centro, sono previsti Corsi di Acquamotricità Neonatale per i bambini a partire dal terzo mese al quarto anno di vita, tenuti da personale specializzato, con Certificazione Nazionale di competenza CSEN - CONI. L'attività si svolge in piscina, con acqua riscaldata a 32°C e sistema di controllo chimico-biologico dell'acqua, attuato attraverso un avanzato sistema a raggi ultravioletti, che consente risparmio di cloro.

L'Acquamotricista® Neonatale, grazie alle conoscenze di fisiologia, di pedagogia, tecnica dell'acquaticità e delle immersioni, si propone come un competente mediatore tra l'ambiente acquatico e il neonato. Nelle attività proposte vengono rispettati i tempi e il desiderio del piccolo, evitando così tutte le situazioni di tensione che influiscono negativamente con il rapporto con l'acqua e con il percorso di crescita psicofisica. È previsto uno spazio gioco a bordo vasca come momento per far ambientare i bambini: possono infatti giocare e muoversi liberamente, compatibilmente alle abilità motorie individuali in un ambiente caldo, sicuro e protetto.

Centro SRED Il Girasole obbedienza alla vita

Il Girasole è un centro socio riabilitativo educativo diurno e ambulatoriale, che rappresenta una struttura di intervento multidisciplinare nella riabilitazione in età evolutiva e d'intervento riabilitativo nell'ambito

Centro Il Girasole - obbedienza alla vita -

Ente Asilo Cardinale Cerretti - MORRANO DI ORVIETO (TR) - Tel. 0763 215015 - Fax 0763 215746

e-mail: ilgirasole@effatah.it - www.ilgirasole.effatah.it

Lo shiatsu e l'insonnia.

L'insonnia è un termine con il quale si intende sia il deficit quantitativo di sonno, cioè il dormire per un tempo non ragionevole o il non dormire affatto, sia il deficit qualitativo, cioè il dormire male, in maniera non riposante. Coloro che ne soffrono di solito lamentano di non essere in grado di dormire che per pochi minuti alla volta o di agitarsi nel letto durante la notte.

Tipi di insonnia

Sotto il profilo sintomatico, è possibile distinguere tre tipi di insonnia

1) Insonnia "iniziale".

Il disturbo più frequente; si identifica con la difficoltà ad addormentarsi. L'insonne si agita nel letto, rigirandosi alla ricerca di una posizione ottimale oppure si alza, accende la luce, gira per casa, beve qualcosa oppure utilizza qualsiasi espediente che possa aiutarlo a dormire, ma senza successo, fino a quando non cade addormentato alle prime luci dell'alba;

2) Insonnia "intermittente o lacunare".

In certi soggetti il sonno rimane leggero per tutta la notte, intervallato da frequenti e brevi risvegli, talvolta in seguito a incubi. In genere, i soggetti che presentano questo tipo di insonnia, riferiscono di non poter chiudere occhio tutta la notte: in realtà, dormono solo male. Altre volte invece il soggetto si sveglia una o più volte durante la notte rimanendo sveglio per un periodo discretamente lungo.

3) Insonnia "terminale".

Il terzo ed ultimo tipo di insonnia, è caratterizzata da un risveglio spontaneo precoce dei soggetti che ne sono affetti i quali non sono capaci di riaddormentarsi.

Esistono un grande

numero di rimedi per l'insonnia, alcuni dei quali derivanti da tradizioni popolari antiche, altri frutto delle moderne ricerche farmacologiche o psichiatriche.

In questo contesto lo Shiatsu



si inserisce come tecnica naturale per favorire il riposo occupandosi del benessere del proprio corpo.

Le prove scientifiche

Il 2003 fu un anno importante per lo shiatsu.

Per la prima volta in Italia una struttura universitaria rivolse l'attenzione allo shiatsu. L'Azienda Ospedaliera Sant'Andrea di Roma - sede della II facoltà di Medicina e Chirurgia Università la Sapienza di Roma, avviò studi



e ricerche su pazienti affetti da insonnia mettendo a confronto i risultati ottenuti attraverso l'uso di:

- **terapie esclusivamente farmacologiche;**
- **terapie che prevedevano un ridotto apporto farmacologico integrato da terapie-shiatsu applicate secondo specifici protocolli previsti dal Metodo Palombini.**

Studi e osservazioni furono costantemente monitorati da me-

dicineurologi dell'ospedale e si avvalsero di cicli sperimentali di trattamenti su pazienti volontari sottoposti settimanalmente a terapie shiatsu. Alla valutazione degli studi apparve chiaro che non solo vi era stato un netto miglioramento dei sintomi nei pazienti trattati con l'uso combinato della melatonina e dello Shiatsu rispetto ai pazienti trattati esclusivamente con farmaci, ma addirittura che vi era un miglioramento della sintomatologia anche nei pazienti trattati solo con Shiatsu, rispetto sempre ai pazienti che usufruivano dei farmaci tradizionali.

Sulla scorta di queste esperienze scientifiche si può affermare che, essendo l'insonnia facilmente riconducibile ad uno stato ansiogeno, anche lo Shiatsu possa rivestire un ruolo fondamentale.

Infatti, secondo il principio, sostenuto anche dai medici giapponesi, per i quali anche le zone

periferiche come la pelle, i muscoli e gli organi interni, inviano dei messaggi di allarme al sistema nervoso centrale, lo Shiatsu, con le mobilizzazioni e le digito-pressioni effettuate durante un trattamento dall'operatore, favorirebbe il riequilibrio dello stato di salute del nostro corpo riducendo lo stato d'ansia e conciliando il sonno.

Ricordiamo, infine, come lo shiatsu sia una tecnica molto dolce e modulabile, per intensità e trattamento, al singolo individuo. Per tale motivo tale trattamento è idoneo a persone di ogni età, compresi anziani e bambini, categorie nelle quali il trattamento farmacologico è ovviamente più delicato e



dove un metodo naturale e privo di effetti collaterali è ovviamente da preferire.



Per ulteriori informazioni
Claudia Micocci
338/4048511

Operatore Shiatsu Praxter Metodo Palombini Sistema Namikoshi
Si riceve per appuntamento presso gli studi di
Orvieto (TR)
Castiglione in Teverina (VT)
Viterbo (VT).



fisioterapia
LE PIAGGE

Studio Associato di Mariella Melon & C.

- Elettroterapia
- Infrarossi
- Laserterapia
- Ultrasuonoterapia
- Magnetoterapia
- Pressoterapia
- Lipodissolvenza
- TECARTERAPIA
- IPERtermia

- ONDE D'URTO
Tecnologia D-ACTOR
Tecnologia V-ACTOR

- Massoterapia rachide in toto
- Massoterapia segmentaria
- Linfodrenaggio manuale
- ORTHO-BIONOMY
- TRATTAMENTO CHINESIOLOGICO

- Rieducazione posturale
- Rieducazione temporo-mandibolare
- Riabilitazione pediatrica
- Riabilitazione perineale
- Riabilitazione neurologica
- Riabilitazione cardiologica
- Chinesiterapia segmentaria
- Chinesiterapia educativa/posturale di gruppo
- Meccanoterapia

CORSI MONOTEMATICI:

- Do-in
- Sahaja joga
- Stretching
- Prendersi cura dei piedi
- Prendersi cura delle spalle
- Prendersi cura del rachide



Viale 1° Maggio, 10/A
Via S. Anna, 12
ORVIETO SCALO (Tr)
Tel. 0763. 349500 / 216130
e-mail: fisioterapialepiagge@live.it



IMPRESA&FISCO



di Rellini A. e Bartolini M.

Via Po, 17/a Sferracavallo ORVIETO - www.studioorbvieto.it
tel. 0763.343638 - fax 0763 216201 - e-mail: info@studioorbvieto.it

RISCOSSIONE: L'Avviso Bonario dell'Agenzia delle Entrate si pu sempre rateizzare.

L'Agenzia delle Entrate ogni anno procede al controllo automatizzato delle dichiarazioni dei redditi presentate dal contribuente entro l'inizio del periodo di presentazione delle dichiarazioni relative all'anno successivo. Se dalla liquidazione automatica risulta un'imposta maggiore rispetto a quella dichiarata causata da errori o omissioni di versamento, l'Agenzia invia al contribuente, prima della Cartella Esattoriale, una Comunicazione di Irregolarità detta anche "Avviso Bonario" ai sensi degli articoli 36 bis DPR 600/73 e 54 bis DPR 633/72. A questo punto il contribuente entro trenta giorni può chiedere all'Ufficio di rivedere l'avviso portan-

do documenti o pagamenti dei quali non è stato tenuto conto in sede di liquidazione, oppure può pagare le somme richieste beneficiando della sanzione ridotta al 10% oltre ad interessi al tasso legale. Nel caso se ne voglia avvalere il contribuente può chiedere in maniera incondizionata il beneficio della rateazione in 6 rate trimestrali di pari importo se la somma da versare è superiore ad euro 2.000; e di 20 rate trimestrali di pari importo se la somma da pagare è superiore ad euro 5.000. Le somme inferiori ad euro 2.000, invece, possono essere concesse in rateazione a discrezione dell'Agenzia delle Entrate solo in ipotesi di temporanea situazione

di obiettiva difficoltà del contribuente, da motivare in apposita richiesta da presentare entro 30 giorni dal ricevimento della comunicazione. Le somme superiori ad euro 50.000 possono essere rateizzate sempre in 20 rate trimestrali ma è necessario presentare una fidejussione bancaria o assicurativa. Per la rateazione delle somme superiori ad euro 2.000 ed inferiori ad euro 50.000, in aiuto del contribuente sul sito internet dell'Agenzia Entrate, (www.agenziaentrate.gov.it) servizi on-line, servizi senza registrazione, è previsto un apposito software che consente il calcolo immediato del piano di ammortamento del debito e la simultanea creazione delle

deleghe bancarie F24 utili per il pagamento dilazionato. Infine ricordo che sia in caso di rateazione che non, la prima rata o l'unico pagamento vanno versate entro trenta giorni dalla data di notifica dell'Avviso Bonario.



A cura di:
Rag. Andrea Rellini
Consulente fiscale e del Lavoro
Partner STUDIO RB

Vuole commerciare con imprese della Comunità Europea? Controlli la banca dati VIES

I soggetti in possesso di partita IVA che intendono acquistare o vendere beni o servizi da o verso altri soggetti IVA situati nei paesi dell'Unione Europea, ora, devono preventivamente richiedere l'autorizzazione all'Agenzia delle entrate, poiché senza tale autorizzazione, la propria partita IVA non sarà inserita (oppure sarà cancellata dal 28 febbraio 2011) nella banca dati intracomunitaria "VIES".

La mancata autorizzazione oppure la cancellazione cosa comporta? Ipotizziamo una società italiana che vende beni o servizi a un'impresa tedesca senza auto-

rizzazione. L'impresa italiana, in tal caso, non potrà emettere una fattura senza IVA, ma necessariamente con imposta e versarla all'erario. L'acquirente europeo, quindi, molto probabilmente prima di acquistare dalla ditta italiana, esaminerà la banca dati intracomunitaria "VIES" per verificare se la partita IVA italiana è inserita e valuterà se sia più conveniente acquistare il prodotto o servizio da altre imprese che siano, invece, inserite in tale banca dati.

Per i soggetti già attivi, l'autorizzazione si richiede mediante una comunicazione da indirizzare

all'Agenzia delle entrate competente per territorio. Se non è espresso il diniego entro 30 giorni, l'autorizzazione si considera concessa. Prima dei 30 giorni, però, il soggetto non è autorizzato a compiere acquisti/vendite di beni e servizi intracomunitari. Il provvedimento attuativo, comunque, contempla diverse deroghe alla necessità di autorizzazione.

Ad esempio, chi ha aperto la partita IVA prima del 31 maggio 2010 e che ha compiuto nel 2009 e nel 2010 operazioni intracomunitarie inviando telematicamente i relativi modelli INTRA e che ha

correttamente spedito nei termini la dichiarazione IVA dell'anno 2009, non ha necessità di richiedere alcuna autorizzazione.



A cura di:
Dott. Bartolini Marco
Dottore Commercialista
Revisore dei Conti
Partner STUDIO RB