

Professional Training

Agenzia di Formazione

ORVIETO - Via delle Acacie snc

Tel. 366.7055465 - 0763.344598



CORSI DI QUALIFICA PROFESSIONALE PER ESTETISTA E PARRUCCHIERE

ISCRIZIONI ESTETISTA

- PRIMO ANNO ore 900
- SECONDO ANNO ore 900
(Acquisizione della qualifica professionale riconosciuta a norma di legge, che permette di svolgere la professione presso centri estetici)
- ANNO SPECIALISTICO
(Acquisizione della specializzazione che permette di aprire un proprio centro estetico)

ISCRIZIONI PARRUCCHIERE

- BIENNIO ore 1.600
(Acquisizione della qualifica professionale riconosciuta a norma di legge, che permette di svolgere la professione presso saloni per acconciature)
- ANNO SPECIALISTICO
(Acquisizione della specializzazione che permette di aprire un proprio salone per acconciature)

Abilitazioni

Acconciatore/Parrucchiere Specializzazione percorso A ore 200
Acconciatore/Parrucchiere Specializzazione percorso B ore 130

Per tutti i corsi è previsto il rilascio di attestato legalmente riconosciuto

AGRICOLA MARIANI

mangimi • giardinaggio • legna e pellet • antinfortunistica
casalinghi • ferramenta • accessori per cani e gatti
mangimi per conigli e polli NO OGM

**APERTURA
NUOVO**

PUNTO VENDITA



**Eccezionali
offerte**

**sui nuovi
prodotti**



PELLET

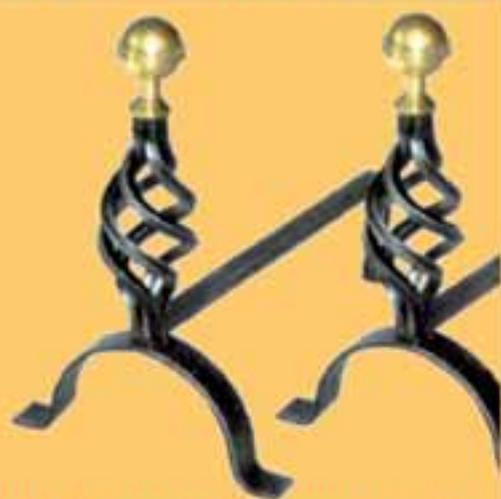
€ 4,60 al sacco (15 Kg.)

€ 4,30 al sacco (15 Kg.)
acquistando un bancale
da 80 sacchi

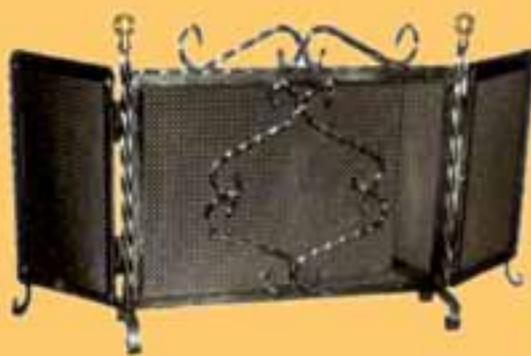
Trasporto e consegna GRATUITI

**Di puro legno di FAGGIO e ABETE - CLASSE A
ECOLOGICO • PULITO • ALTO POTERE CALORICO**

ACCESSORI PER CAMINETTI E PULIZIA CANNE FUMARIE



Alari a pigna con pomo ottone
ferro battuto verniciato nero
a coppia



Parascintille a torciglione 3 ante
ferro battuto verniciato nero
con pomoli in ottone



Brucialegnarettangolare pesante
ferro battuto verniciato nero di sez. grossa
con pomoli in ottone - sez. quadra 18 mm.

Loc. Ponte del sole, 34/35 • ORVIETO • Tel. 0763/344300

marianimassimiliano@arubapec.it

Ritardatari cronici, ora c'è una spiegazione clinica.

Ognuno di noi conoscerà qualcuno che è perennemente in ritardo. Per quanto possa provare ad organizzarsi oppure anticiparsi sembra che proprio non riesca ad essere puntuale ad un appuntamento.

Ebbene, i ritardatari cronici da oggi possono addurre a propria discolta una motivazione che è addirittura di natura clinica. Il Daily Mail, infatti, riferisce di un uomo scozzese che dopo aver passato una vita intera sempre di corsa senza mai, ma proprio mai, essere riuscito ad arrivare puntuale ad un appuntamento si è rivolto ad uno specialista che ha diagnosticato un disturbo da ritardo cronico (chronical lateness).

Il caso di Jim Dunbar in effetti è dav-

vero curioso: ad ogni appuntamento, anche a quello più importante, dal matrimonio al funerale, è sempre arrivato in ritardo e si è talmente abituato alla sua incapacità di gestire i propri tempi che per essere puntuale alla proiezione al cinema delle 19 deve cominciare a prepararsi ed organizzarsi ben undici ore prima.

Alla fine l'uomo ha deciso di rivolgersi ad alcuni specialisti

che hanno coniato per la sua sindrome un termine preciso: disturbo da ritardo cronico. Gli esperti del Ninewells Hospital di Dundee suppongono che questo disturbo sia strettamente connesso con la sindrome da deficit di attenzione e con un'anomalia nella zona del cervello responsabile della corretta percezione del tempo, soprattutto quando la si deve mettere in relazione con dei gesti o

delle azioni da compiere.

In altre parole, spiegano gli specialisti, chi è affetto dal disturbo da ritardo cronico è clinicamente impossibilitato ad essere puntuale perché, a causa di un deficit di attenzione e di un mix di sintomi quali letargia e confusione mentale, non riesce ad organizzare i propri impegni in maniera ottimale ed efficiente. E non sarebbe colpa sua.



L'ERBOLARIO



Farmacia Frisoni

via Monte Nibbio, 16 - ORVIETO SCALO
tel. 0763/301949 - e-mail: farmafrisoni@alice.it

IL NUOVO ORARIO DELLA FARMACIA FRISONI Dal lunedì al sabato: dalle 9 alle 13 e dalle 16,30 alle 20

STUDIO ODONTOIATRICO ASSOCIATO ARCONE



Terapie Effettuate

- CHIRURGIA MANDIBOLINGUALE
- CHIRURGIA RIGENERATIVA OSSA
- CHIRURGIA ESTRAITIVA
- PROTESI FISSA
- PROTESI MOBILE
- CONSERVATIVA
- ENDODONZIA
- ORTODONZIA
- PARADONTOLOGIA
- LASER A DIOXI
- ABLAZIONE TARTARO
- INTERVENTI DI CHIRURGIA IN SEDAZIONE COSCIENTE
- ORTOPANORAMICA
- TELECRANO PER CEFALOMETRIA
- ORTODONZIA
- STRATIGRAFIA DEI CONDILI PER DISTURBI OCCASALI
- TAL
- DENTAL SCAN PER IMPLANTOLOGIA MASSICCIO TACCIALE

**FINANZIAMENTI
A TASSO 0**



Prof. Sergio Corbi

Prof. Sergio Corbi
Medico Chirurgo Odontoiatra
Specialista in Chirurgia Maxillofacciale
Direttore del reparto di
Odontoiatria e Implantologia
Azienda Ospedaliera San Camillo di Roma.



Dott. Marco Gradi

Dott. Marco Gradi
Specialista in Odontoiatria
e Protesi Dentaria.

STUDIO ODONTOIATRICO ASSOCIATO ARCONE
Strada dell'Arcone, 13 - 05018 Orvieto (TR) - Tel. 0763 302429 - 392 2926508 - odontoiatria.arcone@libero.it

Shiatsu e "cervicale".

Il problema della "cervicale" si affaccia con puntuale frequenza in questo periodo.

Probabilmente mesi di aria condizionata, "stravizi" vacanzieri e posture anomale dovute ad un tipo di vita differente ma anche condizioni di stress, tendono ad acuire questo problema che certamente non coinvolge solo anziani ma al contrario colpisce anche i giovani.

Il termine cervicalgia (dolore al collo) indica un dolore al tratto cervicale; può manifestarsi in varie modalità e con vari sintomi che vanno dalla semplice spossatezza, debolezza o pesantezza al tratto cervicale, ad aumentare per poi diventare dolenzia sopportabile ma persistente, fino ad arrivare al dolore vero e proprio in tutto il collo o anche solo in una parte o lato dello stesso.

Il dolore può irradiarsi ed estendersi alla testa, fino a causare emicranie, cefalee, vertigine oppure può presentarsi come cervicobrachialgia, esteso alla nuca ed al braccio, e a volte anche alla mano (con la presenza di formicolio, torpore...); tale sintomatologia all'inizio anche accettabile può diventare insopportabile.

POSSIBILI CAUSE

Le possibili cause dei dolori cervicali sono diverse.

Il tratto cervicale ha come caratteristica la grande mobilità: infatti consente alla testa di girare velocemente in moltissime direzioni e permette allo sguardo di essere particolarmente dinamico.

Per contro il tratto cervicale è facilmente esposto a traumi.

Nella maggior parte dei casi all'origine del do-

lore, c'è un'alterazione non grave, che interessa le strutture meccaniche situate nelle regioni delle prime vertebre della colonna: si tratta dei muscoli, dei legamenti, dei dischi intervertebrali e delle articolazioni posteriori che garantiscono sia il movimento, che il sostegno (il collo, struttura esile, sostiene la testa che è molto pesante).

Basta infatti uno sforzo non adeguato, che può essere istantaneo e brusco o prolungato, a livello del collo, a creare una lesione di queste strutture e provocare dolore.



topressoria che permette di ottenere ottimi risultati anche in breve tempo.



Per alleviare il dolore, in alternativa ai farmaci antidolorifici, moltissime persone sempre più ricorrono a metodiche naturali. Tra questi metodi "non farmacologici", posto rilevante è occupato dallo "SHIATSU", tecnica digi-

L'operatore shiatsu lavora inizialmente sul tratto cervicale tendendo a decontrarre lo "splenio" e lo "sternocleidomastoideo" le cui contratture sono responsabili del "torcicollo", per poi pas-



sare sui muscoli trapezi e della colonna.

Il trattamento Shiatsu di questo tratto della colonna vertebrale è anche indicata per la cefalea muscolo-tensiva, che spesso compare nelle crisi da cervicale.

Ricordiamo che l'operatore shiatsu si serve soltanto delle proprie mani adattando il trattamento per intensità e durata alle necessità specifiche di ciascuna area e ciascun individuo, per questo non ha controindicazioni e può essere applicato a persone di qualsiasi età.



Per ulteriori informazioni
Claudia Micocci
338/4048511

Operatore Shiatsu Practer Metodo Palombini Sistema Namikoshi
Insegnante A.I.M.I. Associazione
massaggio infantile

Si riceve per appuntamento
presso gli studi di
Orvieto (TR)
Castiglione in Teverina (VT)
Viterbo (VT).



Dott. Paola Simoncini
Psicologa, Psicoterapeuta.
 Riceve presso il suo studio di Orvieto
 su appuntamento:
Tel. 339 6424329
Il primo colloquio è gratuito.

LA RABBIA SENTIMENTO SANO O SINTOMO DEI NOSTRI TEMPI?

La rabbia è una forte irritazione, spesso accompagnata da parole o da azioni incontrollate. Nasce da una tendenza innata a difendersi quando si è attaccati, o a proteggersi dall'intrusione altrui nel proprio territorio, nelle proprie cose, nella propria vita, ed è quindi un sentimento sano quando viene vissuto in questo modo. La rabbia è una delle 16 emozioni avvertite più frequentemente, anche se viene raramente espressa

La rabbia: sue funzioni adattive

Le finalità della rabbia sono quelle di intimorire la persona che ci sta minacciando, così come avviene anche in campo etologico, dove la rabbia dell'animale ha lo scopo di spaventare il nemico e farlo fuggire, oppure serve per prepararsi al combattimento. Chi si arrabbia, e manifesta la sua collera, può riuscire infatti ad ottenere i cambiamenti che desidera, riguardo alle azioni e ai comportamenti di un'altra persona che si è comportata in modo inappropriato, questo tipo di rabbia, detta "rabbia primaria", diventa però disadattiva quando non svolge più le funzioni finalizzate a proteggere la persona dal danno e dall'intrusione ma espressione di una frustrazione interiore.

La paura della rabbia

Sicuramente la rabbia è un'emozione molto intensa, tanto che può essere perfino fonte di spavento non solo quando viene provocata da altri, ma anche quando viene provata in prima persona (esiste anche una fobia collegata a questa emozione: la paura della

rabbia si definisce lissofobia) provocata da un'educazione che penalizza troppo l'espressione di questa emozione.

La rabbia nei rapporti sociali

Nelle relazioni sociali in genere si tende a reprimere la franca espressione di questa emozione, considerata in genere come negativa, anche se questo può generare forti sensi di frustrazione. Si oscilla spesso tra un eccesso di rabbia che si manifesta attraverso l'aggressione e la repressione che spesso diventa un rivolgersi alla rabbia contro noi stessi.

Ipercontrollo della rabbia

La rabbia incontrollata può diventare un disturbo psicologico, un grave sintomo di uno stato di malessere o di una patologia. L'ipercontrollo cronico della rabbia può portare la persona ad "esplodere", in un dato momento, con una rabbia inappropriata al contesto, alle persone, alle situazioni. Del resto, sopprimere costantemente il sentimento della rabbia in situazioni percepite come attacchi personali da parte di altre persone può esasperare la persona, la quale prova, a causa dello stress provocato, un senso di debolezza e di perdita di potere, che le causa ulteriore rabbia. Lo stress fisiologico dovuto alla rabbia si manifesta visibilmente nell'espressione corporea attraverso la contrazione della mascella e della muscolatura, l'aumento del battito cardiaco, la necessità di trattenere il respiro e soffocare il grido. Molte ricerche mostrano che l'inibizione dei sentimenti di rabbia è associata ad una molteplicità di problemi

di salute, quali l'ulcera gastrica, l'ipertensione arteriosa, la cefalea da tensione o l'emigrania e altre reazioni psicosomatiche più gravi, come ad esempio i disturbi cardiaci. Ci sono infatti chiare evidenze che i fattori psicologici abbiano un ruolo-chiave nello sviluppo e nella progressione delle malattie cardiache, sia in persone predisposte, sia in soggetti sani

L'espressione della rabbia

La rabbia quando è eccessiva e dura troppo a lungo altera gli equilibri fondamentali dell'organismo, che si possono notare anche attraverso il linguaggio del corpo. Una ricerca, condotta presso l'Università di Cambridge, ha scoperto che le fluttuazioni dei livelli di serotonina nel cervello, che spesso si verificano quando non si è mangiato o si è sotto stress, possono influire sulle regioni cerebrali che consentono alle persone di regolare l'emozione della rabbia. Questo potrebbe spiegare la tendenza a sfoghi d'ira in chi è sotto stress o non si sente sazio.

La rabbia come sintomo

In genere la diagnosi psichiatrica viene fatta una volta che si siano potuti escludere i sintomi di alterazione dell'umore e la persona sia stata osservata nei suoi comportamenti attraverso un'indagine longitudinale (prolungata nel tempo). La rabbia viene indicata come sintomo nella depressione, nel disturbo di disistima, nel disturbo bipolare, nel disturbo ossessivo compulsivo e nei disturbi della condotta alimentare, come pure in alcuni disturbi di personalità.

PER NUOVI SOSTENITORI
PER RINNOVARE VECCHI SOSTENITORI

2014



PER TROVARE NUOVI AMICI DEL CUORE

Adesioni dal 1° Ottobre 2013

QUOTA ISCRIZIONE € 13

L'iscrizione potrà essere effettuata: presso i rappresentanti degli Amici del Cuore di Orvieto, presso "Barone di Marcellini Rosalba" - Via del Duomo, 10 - Orvieto Tel 0763 341769 o presso Abbadia Medica - Strada dell'Arcone 13Q - Tel. 0763 301592

Altre modalità d'iscrizione sono:

versamento C/C postale n. 10162055 o versamento C/C bancario Cassa di Risparmio di Orvieto n. 01137014 intestati all'Associazione Amici del Cuore

PER INFORMAZIONI: 0763 374337 - 337 472585 - 333 5703075

VERSO UN CUORE PIÙ SANO



WORLD
HEART DAY





AMICI DEL CUORE DI ORVIETO
ABBADIA MEDICA &

RINNOVATA LA
CONVENZIONE TRA
AMICI DEL CUORE E
ABBADIA MEDICA
PER IL **2014**

Consulenze cardiologiche
Elettrocardiogrammi
Elettrocardiogrammi da sforzo
Ecocardiogrammi
Esami holter 24 ore
Esami holter della settimana
Ecodoppler vascolari
Fisiokinesiterapia
Medicina dello sport

Screening cardiovascolare
Screening aorta addominale
Pacchetto diabetologico
Pacchetto cardiologico
Pacchetto cardiovascolare

Per informazioni:
ABBADIA MEDICA
Poliambulatorio Medico Specialistico
Direttore Sanitario: dott. Giampiero Giordano
Strada dell'Arcone 13 Q - 05018 Orvieto (TR)
tel. 0763 301592 - cell 328 5885966
abbadiamedica@alice.it



VERSO UN CUORE PIÙ SANO





PROSSIMA DISTRIBUZIONE

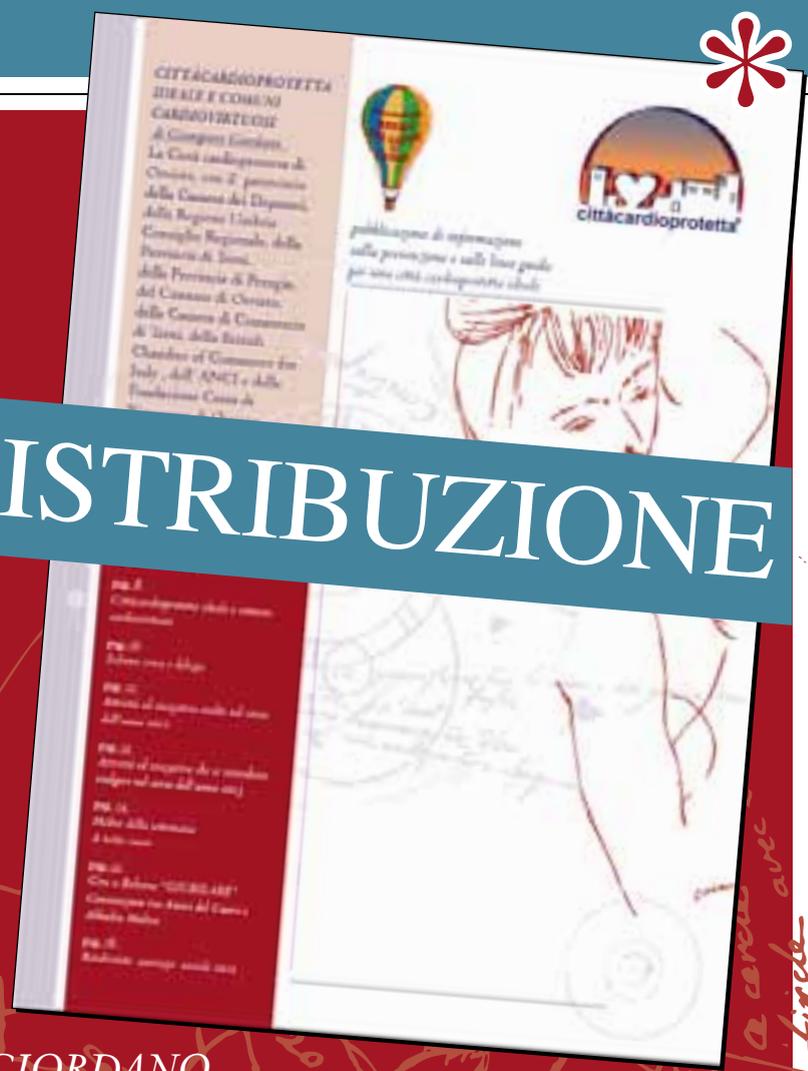
*pubblicazione di informazione
 sulla prevenzione e sulle linee guida
 per una città cardioprotetta ideale*

Argomenti:

- *L'EDITORIALE DI GIAMPIERO GIORDANO*
- *LA DIETA DI TEX WILLER*
- *VIAGGIO DEL CUORE A Santiago di Compostela*
- *ALIMENTAZIONE, STILI DI VITA E PERCEZIONI DEL CORPO*
- *Raduno Laici Rianimatori*
- *Visita al Museo territoriale del lago di Bolsena*
- *Perchè noi e gli etruschi?*

... ..

E ancora molto altro!



*a coron avec
 facile*

*10 pigeon fixer sur la
 fuser
 roue de 50 dent
 en grainon de quarant de dix
 qui ont une endigue
 de cha*

PERCHÈ NOI E GLI ETRUSCHI?

La risposta nella pubblicazione di Novembre*



VERSO UN CUORE PIÙ SANO

WORLD HEART DAY



ASSOCIAZIONE AMICI DEL CUORE DI ORVIETO

Natale con gli Amici del Cuore

**DOMENICA 15
DICEMBRE 2013****Oro 11.00**

S. Messa al Convento dei Cappuccini

Oro 13.00Scambio degli auguri e pranzo
con musica dal vivo presso
il Ristorante "Al San Francesco"

Prenotazioni per il pranzo:
"BARONE di Marcellini Rosalba"
 Via Duomo, 10 - Orvieto
 Tel. 0763 341769



NEWS

Il dott. Francesco Colautti, Specialista Medicina dello Sport - Responsabile Sanitario A.S. Roma, svolge la sua attività di consulenza presso Abbadia Medica.

Lorenz Therapy - Onde FREMS

(Frequency Rhythmic Electrical Modulation System)

FREMS è una tecnologia non farmacologica e non invasiva costituita da segnali elettrici biocompatibili generati da neurostimolatori computerizzati e somministrati attraverso elettrodi transcutanei. I segnali FREMS sono biocompatibili in quanto, a differenza dei tradizionali elettrostimolatori sono simultaneamente modulati in frequenza, ampiezza e durata, in grado quindi di interagire con i tessuti biologici.

La sua efficacia è nota anche tra gli sportivi che hanno subito degli infortuni. Molte volte i tempi di recupero sono lunghi e quando si torna in attività non si è mai al 100%. Così Lorenz Biotech ha studiato una serie di trattamenti FREMS dedicati esclusivamente alle patologie sportive e utilizzate da molte squadre di calcio.

AREE CLINICHE

ORTOPEDICA:

Contratture muscolari - Contusioni
Rigidità post-traumatica - Artrosi acute e croniche
Lombalgia - Lombosciatalgia - Tendinite
Tenosinoviti - Esiti post-operatori - Borsiti
Periartriti - Algie acute e croniche - Nevriti
Strappi e stiramenti muscolari - Immobilizzazioni da gessatura

NEUROLOGICA:

Emiplegia da ictus cerebrale e da trauma
Paraplegia da lesione traumatica
Lesioni neurologiche perinatali e post-natali
Neuropatie: diabetica, del paziente uremico, dell'anziano
Poli neuropatie algiche

La Terapia Lorenz™ propone una serie di significativi vantaggi per il Paziente. Tra i principali possiamo sicuramente delineare che:

Non è farmacologia

Non è invasiva

Non ha effetti collaterali



ABBADIA MEDICA

Poliambulatorio Medico Specialistico
determinazione dirigenziale n. 7342 12.10.2011
direttore sanitario: dott. Giampiero Giordano

Strada dell' Arcone, 13/Q - 05018 ORVIETO (TR)
Tel. 0763/301592 Fax. 0763/214433 Cell. 328 5885966
www.abbadiamedica.it - abbadiamedica@alice.it



Bl¹

REFORMA

LASSITÀ

Bl²

ADIPSOLV

ADIPOSITÀ LOCALIZZATE

massofisio **phyto**recupero

MASSAGGI PER IL RECUPERO PSICOFISICO

Dl¹

OSTEA

RECUPERO MUSCOLARE

Dl²

DESTRETCH

RILASSAMENTO MUSCOLARE

Dl³

REARTIVA

TRAUMATISMO e DOLORI ARTICOLARI

Rl¹

AROMAZIONE

RILASSAMENTO GLOBALE

Tl¹

RIDERMO

RINNOVAMENTO CUTANEO

FISIOCHINESITERAPIA

Terapie fisiche
Elettroanalgesia - Magnetoterapia - Laserterapia
Ultrasuoni - Ionoforesi - Tecar
Massoterapia
Neurotaping e bendaggio funzionale
Riabilitazione neurologica
Rieducazione nella incontinenza urinaria
Preparazione ad interventi di chirurgia protesica
Rieducazione post-operatoria
Rieducazione post-traumatica
Rieducazione motoria e funzionale
Energia vibratoria

IN PALESTRA

Ginnastica posturale individuale e collettiva
Rieducazione posturale metodo Mezieres
Rieducazione posturale metodo raggi-pancafit
Ginnastica cardiovascolare e respiratoria
Programma di prevenzione cadute dell'anziano
con possibilità di terapie con *energia vibratoria*
Pilates - Pilates in gravidanza - Yoga

E NON SOLO

Rieducazione in acqua
Prestazioni massofisioterapiche a domicilio



ASSOCIAZIONE DIABETE ORVIETO
ONLUS

giornata mondiale di sen

ORVIETO · SABATO 9 NOVEMBRE

L'Associazione sarà presente con un presidio sanitario presso lo spazio antistante il Palazzo dei Congressi

e all'interno del Palazzo del Popolo si svolgerà alle ore 11:00 una tavola rotonda "CALICI E DIABETE"

interverranno:

- **Giancarlo Mocetti** · Presidente Associazione Diabete Orvieto
"Introduzione"
- **Massimo Bracaccia** · Diabetologo
"La prevenzione del Diabete"
- Marco Tonelli · Dietista
"La dieta Mediterranea"
- Imolo Fiaschini · Direttore Sanitario Asl Umbria 2
"Il progetto Diabete aziendale"
- **Riccardo Cotarella** · Enologo
"L'approccio al vino nell'ambito di un sano stile di vita"
- *Condurrà:* **Guido Barlozzetti** · Giornalista RAI Uno

L'A.D.O. Onlus non è dei soli soci, essa rappresenta tutta la popolazione del comprensorio, opera con il sostegno dei soci per la tutela della salute e al miglioramento dei servizi che ci vengono erogati.

Per questo motivo che la nostra associazione fa parte del coordinamento regionale delle Associazioni Diabetiche della Regione Umbria e come coordinamento abbiamo presentato una proposta di legge regionale quadro a tutela e miglioramento dei servizi erogati a vantaggio della nostra salute.



“UN COMPENSORIO CONTRO L’EPIDEMIA DIABETE”

sensibilizzazione del diabete

Palazzo del Popolo

in Piazza del Popolo ad Orvieto



Riportiamo di seguito la sintesi della conferenza stampa di martedì 24 settembre al Palazzo della Regione.

Contro il diabete servono solidarietà, prevenzione, ma anche e soprattutto strumenti legislativi che indirizzino in modo chiaro le scelte in materia di politica sanitaria.

La principale preoccupazione è che il diabete si sta diffondendo anche tra i giovani. Insomma, la problematica è seria e si sta sempre più diffondendo fra le fasce più giovani, e per questo motivo è necessario correre ai ripari.

È fondamentale, allora, migliorare in modo decisivo “le attività di prevenzione e di cura di questa grave malattia che, se non combattuta efficacemente, può con le sue pesanti conseguenze alterare di molto la qualità di vita”.

Il Coordinamento spinge, in particolare, sulla proposta di legge quadro in materia di prevenzione e cura.

Il Coordinamento chiede anche di confrontarsi con l’assessorato alla sanità sulla situazione dei Centri di diabetologia e su come migliorare la loro funzionalità.

Ha infine deciso le prossime iniziative: elaborare progetti specifici di intervento relativi ad anziani ed immigrati (tra questi ultimi l’incidenza della patologia è quasi tre volte gli italiani); promuovere e sostenere gli eventi organizzati localmente.



VICINO & LONTANO

OCCHIALE CON

lenti  salmoiraghi PROGRESSIVE

DA **199€**

Offerta valida fino al 01/12/2013. Montature e lenti selezionate. Non cumulabile con altri sconti o promozioni in corso. È un dispositivo medico CE. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Autorizzazione ministeriale richiesta.

 salmoiraghi & viganò

PARCO COMMERCIALE FANELLO - ORVIETO

LASCIATEVI TENTARE

l'ambiente è caldo, colorato, informale



Situato a cinque chilometri dal centro storico di Orvieto, nei pressi del piccolo villaggio di Rocca Ripesena, **La Rocca Orvieto Country Resort & Restaurant** si trova in cima ad una rocca in aperta campagna e con un panorama mozzafiato che si perde nelle colline umbre e toscane fino al monte Cetona. Camere e appartamenti dislocati nelle quattro ville poco distanti tra loro, 11 ettari di vigneti e uliveti a conduzione biologica completano la proprietà. La piscina è interamente rivestita in mosaico di marmo ed offre grandi spazi sia per rilassarsi sotto il sole che per leggere un libro o dissetarsi all'ombra del gazebo che la affianca. Già dal vostro arrivo vi apparirà chiaro come La Rocca Orvieto sia interamente inserita in un seducente contesto collinare dove la natura, il silenzio ed i colori danno vita ad una splendida scenografia senza confini.

Il **Ristorante La Rocca**, offre l'opportunità di degustare piatti espressione della gastronomia umbra in un ambiente intimo e moderno, dove i sapori tipici si sposano con la romantica atmosfera della Rocca.

Qui potrete degustare i vini della **Cantina Altarocca**, frutto dell'attenta attività vitivinicola che, tra le altre, si svolgono nella tenuta.

Un equilibrato blend di tecnologia e tradizione, sperimentazione e passione, danno vita a sei vini di grande qualità come il Lavico e l'Albaco, pluripremiati e molto apprezzati anche dai palati più fini.

La carta dei vini del ristorante vanta inoltre numerose etichette italiane ed internazionali con le migliori produzioni di vini fermi e spumanti, champagne e vini da dessert.

Sarete accolti in un ambiente sereno dove l'ospitalità è autentica, calorosa e discreta.



 **la rocca**
COUNTRY RESORT & RESTAURANT
orvieto

Loc. Rocca Ripesena, 62
05010 Orvieto (TR), Italia
T. +39 0763 344210
T. +39 0763 393437
www.laroccaorvieto.com
info@laroccaorvieto.com

Carni

Primo!

Carni R

Ho scelto
Superconti

**Superconti**
SUPERMERCATI

ORVIETO - Str. della Direttissima

Aperto tutti i giorni 8.30|20.00 - Domenica 9.00|20.00