

tel. 0761.326403

on line

le tue domande
le tue opinioni
le tue foto
le tue lettere
i tuoi video

UnoNotizie.it
ti dà voce

il quotidiano e la web tv della tua terra

attualità
interviste
speciali
cultura
cronaca
ambiente
sociale
politica
sport
spettacolo
insolito
archeologia
eventi

le
notizie
a tua
disposizione
in tempo
reale

info@unonotizie.it

www.unonotizie.it



Lavare i denti consuma lo smalto.

Uno studio condotto nel Regno Unito da un'azienda del settore igiene dentale mette in evidenza un problema decisamente serio.

Il 53 % dei bimbi di cinque anni è colpito da erosione dentale, ossia dall'usura e dalla progressiva perdita di tessuto duro della superficie dentale.

Responsabili del danno sarebbero, secondo la ricerca, soprattutto alimenti ad alto contenuto acido, come succhi di frutta e bevande gasate.

Jimmy Steele, ricercatore dell'Università di Newcastle che ha analizzato lo studio spiega perché: cibi e bibite hanno l'effetto di indebolire, temporaneamente, lo smalto.

to.

Usare lo spazzolino per pulirlo può peggiorare la situazione: "raschiando" una superficie più morbida del solito, infatti, la danneggia.

Dunque per avere denti sani, bisogna sì continuare a lavarli dopo ogni pasto, ma avendo cura di non farlo immediatamente.

Una passione per i Bad Boys.

Che le ragazze, da sempre, avessero una passione per i cosiddetti "Bad Boys", i cattivi ragazzi, è cosa nota.

Oggi una ricerca scientifica dà conferma a ciò che fino ad ora era stato solo

tanto sospettato. Sebbene i tratti tipici del "bello e maledetto", quali il narcisismo, l'impulsività, talvolta l'aggressività siano atteggiamenti associabili all'isolamento o alla solitudine, nella realtà è esattamente il contrario.

Il professor **Peter Jonason** (New Mexico State University) ha testato 200 studenti del suo ateneo sulle 3 caratteristiche dei bad boys e ha poi sondato la loro vita sessuale e il numero di partner.

Chi ha raggiunto i punteggi più alti come ragazaccio ha avuto anche il maggior numero di partner sessuali e a ha dimostrato una maggiore predisposizione alle relazioni di breve durata.

Il fascino del ragazaccio alla James Dean passa quindi i confini delle nazioni e varca gli oceani.

Ai bravi ragazzi non resta che una possibilità: comprarsi un giubbotto di pelle e una moto, ed esercitarsi davanti allo specchio facendo la faccia da duro.

RICERCHE

Stalin santo subito?!

Non è uno scherzo, ma la richiesta che è stata avanzata da **Sergej Malinkovich**, presidente dei comunisti russi di Leningrado: santificare Stalin.

La richiesta, dettata con tono perentorio è stata mandata alla Chiesa Russa Ortodossa, la quale non poteva credere ai suoi occhi: canonizzare chi nel passato uccise 200.000 sacerdoti ortodossi.

La richiesta da parte dei comunisti russi deriva da un sondaggio fatto su internet, per capire chi fosse il personaggio della storia russa rimasto nei cuori del popolo russo.

Per ben due settimane il nome di Stalin è rimasto in testa alle classifiche, salvo poi essere sostituito dallo Zar Nicola II quando il direttore del sito internet si è accorto che il nome di Stalin era in testa alle classifiche grazie ad una programmata attività di spam.

Ma i comunisti russi non si fermano né davanti ai brogli su internet né davanti al secco diniego da parte del clero russo.

Per Sergej Stalin è "colui che riunì le terre russe, che sconfisse i nemici della patria, che creò il grande minimo sociale, che fu

l'eroe e il padre dei popoli", sostenendo di aver perdonato a Stalin tutti gli altri piccoli er-



rorucci commessi durante il suo governo, dalla repressione allo sterminio dell'Armata Rossa alla collettivizzazione, minimizzandole come errori di percorso.

E minaccia di creare una propria fazione nel clero ortodosso, se quello attuale proseguirà nel suo secco NO alla canonizzazione di Stalin.

Per la serie, il lupo perde il pelo, ma non il vizio.

RUSSIA



di Elena Basili

Via della Gabelletta, 7 - ORVIETO (TR)



Casa Saddam.

Anche **Saddam Hussein** adesso avrà presto la sua fiction.

Il dittatore iracheno, catturato e giustiziato durante l'attacco militare degli Stati Uniti, iniziato in Iraq nel 2003, è il **protagonista di una fiction che andrà in onda in Inghilterra.**

Quattro puntate per raccontare la storia del dittatore iracheno.

Ecco a voi Casa Saddam.

Realizzata dalla rete inglese Bbc2 e dalla collega americana Hbo la fiction narra i 24 anni di potere del rais, dal 1979, quando prese il comando dell'Iraq, fino alla sua cattura.

Fuori dalla trama il processo e la successiva condanna a morte.

Saddam Hussein sarà interpretato da **Yigal Naor**, un attore israeliano di origini irachene.



Olimpiadi di Pechino: gli atleti dovranno utilizzare

solo rovesci, visto che i diritti, in Cina, sono mal tollerati.



La Padania ha vinto i mondiali delle Nazioni non riconosciute.

Dure le proteste di Atlantide e Narnia, non sapevano

che potessero partecipare anche le nazioni immaginarie.



Rivoluzione nel mondo del tennis in vista delle

Euforia tra gli astronomi: su Marte si potrebbero piantare ortaggi.

Ok, sono verdi, ma come marziani ci aspettavamo di meglio.

Il Ministro del Lavoro Sacconi sta pensando ad un innalzamento dell'età pensionabile.

Sembra che si potrà andare in pensione sei mesi dopo il decesso.



Prima promessa elettorale mantenuta dal premier Berlusconi: Ronaldinho è al Milan.

Festosa accoglienza a Malpensa da parte di numerose persone, tra cui il ministro Maroni, che ha cercato di prendergli le impronte digitali.



Prontuario per controllori in braille.

L'aeroporto britannico di St-Mary's, sulle isole Sorlingues (sud-ovest dell'Inghilterra) ha posto un

annuncio sul proprio sito internet per ricercare un controllore di volo, specificando che il formulario d'assunzione può essere richiesto dai candidati anche... in braille, caratteri grandi o versione audio.

Tra le caratteristiche richieste ai candidati, poche righe più sotto si precisa che essi debbono

possedere "una vista eccellente" in grado di distinguere a occhio nudo le condizioni climatiche perché l'aeroporto non dispone di dotazioni elettroniche "particolarmente sofisticate".

Alla domanda se tale annuncio non fosse un po' troppo avanti sulla strada pur lodevole del "politicamente corretto", il portavoce dell'aeroporto ha risposto che si tratta di una formulazione standard, adottata per evitare accuse di discriminazione. E per evitare una gaffe.



Sergio Pizzardi
Impresa Edile

ORVIETO Via degli Ulivi, 37 - Tel e Fax 0763.300303 - 335.392700



Velo islamico a venezia: è polemica.

••

Le malattie nel pubblico impiego sono già calate del 37%. Sarà merito di Brunetta o dei tagli alla Sanità?

••

Da qualche giorno 3000 soldati dell'esercito pattugliano alcune città italiane. Così saremo tutti più sicuri. In caso di invasione da parte di San Marino, per esempio.

••



Alla convention democratica, Hillary Clinton ha parlato a favore del suo ex avversario alle primarie, Barack Obama: "Dobbiamo eleggere Obama, una volta Presidente farà come Clinton". Primo risultato del suo discorso: gli ha assicurato tutti i voti delle stagiste.

Qualche giorno fa a Ca' Rezzonico, il celebre palazzo veneziano sul Canal Grande, sede di un famoso museo, il custode ha vietato l'ingresso ad una donna, perché completamente coperta dal velo, che lasciava intravedere solo gli occhi.

Filippo Pedrocchi, il conservatore del museo, ha preso le distanze: "E' stata la libera iniziativa di un guardiano, che ha commesso un grave errore, prenderemo provvedimenti". Il custode ha applicato una norma che spesso viene usata a Venezia, soprattutto durante

il Carnevale, quando alle persone coperte da maschere viene chiesto di svelare il volto. Ma secondo il curatore in questo episodio "la signora aveva tutto il diritto di visitare il museo".

E intanto la polemica infuria. **Suad Sbai**, deputata del Pdl,



ha affermato: "In Italia esiste dal 1975 una legge che vieta di girare con il volto coperto e bene ha fatto quel guardiano a farla rispettare.

Ho letto che prenderanno provvedimenti contro il sorvegliante ma ha la mia solidarietà.

E' il responsabile del museo che sbaglia, e che è meno informato.

Se una regola vale per le maschere a Carnevale, deve valere sempre.

E le regole vanno fatte conoscere".

Aria di novità.

Novità in vista per l'anno scolastico che sta per iniziare.

Il decreto legge del Ministro dell'Istruzione, **Mariastella Gelmini**, approvato dal Consiglio dei Ministri, prevede infatti il **ritorno dei voti in pagella** al posto degli attuali

giudizi.

"Crediamo che alla scuola - ha detto il ministro - serva ordine e chiarezza.

Per questo ci sarà un ritorno dei voti, accompagnati dai giudizi che saranno esplicativi del risultato raggiunto dai

ragazzi.

Si è abusato dei giudizi che a mio parere non sempre sono espressi in maniera comprensibile e aiutano a capire il reale rendimento dei ragazzi".

Altra grande novità il ritorno del voto in condotta, che farà media con gli altri voti e costituirà immediata bocciatura nel caso di un 5 secco.

Al fianco dei voti per ogni singola materia l'Istruzione ha messo in cantiere anche il progetto di tornare al maestro unico per classe.

Altra "new entry" nella vita scolastica degli studenti italiani lo studio della Costituzione e, più in generale, lo studio dell'educazione civica in via sperimentale, nelle aule delle scuole dell'infanzia e del primo e secondo ciclo.



Federalismo fiscale entro Natale?

Il federalismo fiscale arriverà a Natale: è l'assicurazione del ministro leghista **Roberto Calderoli**, intervenuto nei giorni scorsi al Meeting di Rimini.

Gli Enti Locali avranno a disposizione un "buono", da ritirare nei prossimi anni, al momento sulla fiducia.

I Comuni avranno quindi la possibilità di riscuotere un tributo proprio, in rapporto con gli immobili; diversamente, le Province potranno contare su una tassa legata alle automobili e, infine, alle Regioni toccherà la gestione di una tassa sulle persone.

Si apre inoltre un spiraglio verso la proposta avanzata da 450 sindaci veneti di poter trattenere il 20% dell'Irpef.

Cauta la risposta del sottosegretario alle Riforme **Aldo Brancher**, intervenuto al Meeting al fianco di Calderoli: "Il ministro ha incontrato tutti, non ci sono preclusioni nei confronti dei sindaci veneti - sostiene il veronese - tuttavia è prematuro parlare di cifre: potranno essere stabilite con esattezza solo dopo la riforma.

Certo è plausibile che si tratti del 20, o del 15%, ma prima di dirlo con certezza dobbia-

mo impostare il meccanismo, stabilire funzioni e costi standard. Solo allora sapremo con precisione da dove attingere".

L'approvazione in Parlamento del disegno di legge delega è previsto "entro Natale", mentre "entro sei mesi dall'approvazione della delega arriveranno uno o più decreti delegati" attuativi della riforma che, assieme alla riforma costituzionale, "potrebbe giungere entro l'inizio del 2010, visto che le quattro letture parlamentari partiranno da gennaio 2009".

Pizzeria San Michele

Specialità **El Kebab**
Il primo a Orvieto

Forno a legna

Via Sette Martiri, 60 - Orvieto Scalo - Tel. 333.6972918

7 Vite come i gatti.

Brutta disavventura per un povero gatto di casa che, fortunatamente, si è conclusa nel migliore dei modi.

La notizia ci arriva dalla Germania: nell'abitazione accanto a quella dello sfortunato micio, i vicini avevano

deciso di ristrutturare il bagno.

Bonny, questo il nome del gatto nero, per sfuggire al rumore degli operai che stavano montando le piastrelle, si è nascosto proprio dietro a quest'ultime.

Ed è stato murato lì dietro per ben sette settimane, riuscendo a sopravvivere a stenti, miagolando di continuo.

La padrona, Monika Hoppert, un'anziana signora, lo ha cercato per giorni e giorni. Senza successo.

Poi il ritrovamento nel muro che si trova sotto la vasca da bagno della vicina.

Il micino è dimagrito di quattro chili, ma ora sta bene!



Addio pannelli solari.



Un team di ricercatori italiani, insieme all'Istituto per lo studio dei materiali nanostrutturati del CNR di Bologna ha realizzato la prima vernice che trasforma in energia la luce del sole. Per anni aziende e centri di ricerca hanno lavorato per realizzare questo progetto, ma il gruppo di italiani è stato il primo a raggiungere l'obiettivo.

I pannelli solari sono quindi destinati a sparire per far posto a questa futuristica vernice, la **Photon Inside**, che può essere stesa su qualunque superficie ed essere riapplicata man mano che si degrada, non ha impatto architettonico o ambientale e resiste agli agenti atmosferici.

Da 50 metri quadri di parete

trattati con Photon Inside si ottengono 3 kW di energia. I primi impieghi di Photon Inside saranno in campo navale: i pannelli solari verranno verniciati su yacht per fornire corrente alle apparecchiature di bordo e a motori di emergenza.

La Cina blocca iTunes.



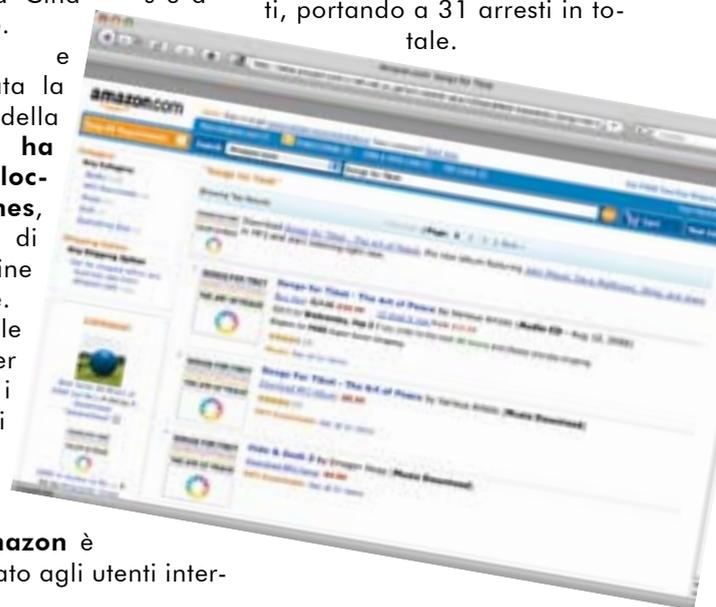
Venti musicisti fra cui **Sting, Dave Matthews, Alanis Morissette, Suzanne Vega, Ben Harper** e **i Garbage** hanno registrato l'album doppio **"Songs for Tibet"** in occasione dei Giochi Olimpici, un disco di protesta a beneficio del Tibet ed in particolare a favore dei diritti dei contadini tibetani che vivono sulle montagne della Cina sud-occidentale.

Immediata e dura è stata la risposta della **Cina, che ha subito bloccato iTunes**, il servizio di musica online della Apple. Anche le pagine per scaricare i contenuti del negozio online di libri e musica **Amazon** è stato bloccato agli utenti internet cinesi.



Prima dei giochi olimpici le istituzioni cinesi avevano assicurato ampie garanzie ai giornalisti ed ai servizi occidentali: la libertà di stampa era stata garantita.

La "tregua" olimpica non sembra però aver retto l'urto: secondo **"Reporters Sans Frontières"**, infatti, le violazioni sarebbero state molte e tali da coinvolgere almeno 100 tra giornalisti, blogger e dissidenti, portando a 31 arresti in totale.



Lo Destory
BAR & FOOD

.BAR
.PIZZERIA
.PRIMI PIATTI
.PANINOTECA
...e altro ancora...

Via A.Costanzi 60, Orvieto Scalo (TR) Tel. 0763.301928

PRIMI PIATTI

MENÙ
Con oltre 15
primi piatti



SPECIALE SCUOLA

ANNO SCOLASTICO 2008/2009

LA CARTOLIBREDICOLA

Di Bellezza Manuela

Prenotazione Libri di testo
Scuole inferiori, medie e superiori.

LIBRARI

Portaci i tuoi libri di testo usati, da noi ad un **PREZZO SPECIALE**.

...e ancora....

ZAINI - DIARI - ASTUCCI - QUADERNI

ZAINI

DIARI

ASTUCCI

QUADERNI

DIARI



SPIDER-MAN

DRAGON BALL

smem & granda

seven

HIGH SCHOOL MUSICAL

COMIX

GORMITI



richiedi subito la
**FIDELITY
CARD**

Partecipa ora alla raccolta punti!



LA CARTOLIBREDICOLA

Via Mazzini, 19 - Pianlungo - Alleronia (TR)

Tel. e Fax 0763.628983

e-mail: fiorellabellezza@tiscali.it

Prossimamente:

Hancock

Ci sono eroi, ci sono supereroi e poi c'è Hancock. Grandi poteri portano grandi responsabilità, lo sanno tutti. Tutti, tranne lui. Irritabile, complicato, sarcastico e incompreso, i suoi atti eroici partono sempre con le migliori intenzioni, ma i suoi metodi non convenzionali lo rendono sempre meno popolare.

Hancock non è il tipo d'uomo che si preoccupa del giudizio degli altri, fino al giorno in cui non salva la vita di Ray Embry, esperto di pubbliche relazioni. Questo incontro porterà Hancock a pensare di avere un punto debole, dopotutto. Risolvere la propria immagine diventerà così la sua missione più difficile, o addirittura impossibile, come sostiene Mary, la moglie di Ray. "Hancock non è il tipico supereroe", rivela Will Smith, la star della nuova commedia d'azione della Columbia Pictures Hancock. Smith sostiene di essere stato attirato dal film per l'opportunità di portare sullo schermo una storia originale ed unica, quella di Hancock, un film sui supereroi che va oltre i confini del genere puntando sulle emozioni umane. "C'è questa idea che i film estivi siano legati solo

all'azione e quelli autunnali ai personaggi", rivela l'attore. "Ma cosa succederebbe se qualcuno prendesse una storia potente e drammatica con degli archi narrativi importanti per i personaggi e la ambientasse in un universo che contiene tutto lo spettacolo di una pellicola in uscita negli USA il 4 luglio? Perché non si possono mettere assieme le due cose e prendere il meglio dei due mondi?".

Il modo in cui Smith e i realizzatori (i produttori Akiva Goldsman, Michael Mann e James Lassiter, così come il regista Peter Berg) ci sono riusciti è stato presentare il personaggio in maniera inusuale. Infatti, il film non si concentrava su come Hancock ha ottenuto i suoi poteri o ha scelto di utilizzarli. In realtà, Hancock rappresenta un personaggio universale, essendo un uomo che incontriamo nel bel mezzo della sua carriera, che odia il suo lavoro e che vuole abbandonarlo. I suoi superpoteri non solo non sono

OLE



una benedizione, ma hanno anche provocato un atteggiamento che lo allontana da pubblico, tra cui dovrebbe esserci i suoi maggiori fan.

"C'è soltanto una persona in grado di fare una cosa del genere", sostiene Goldsman. "Io non riesco neanche a pensare ad Hancock senza l'interpretazione di Will Smith".



La Mummia

LA TOMBA DELL'IMPERATORE DRAGONE

Ne la Mummia 3 la storia riprende inizialmente le vicende dell'imperatore Qin Shi Huang (Jet Li), condan-



Mamma Mia!

Grecia, 1999. La giovane Sophie ha un sogno: conoscere suo padre e farsi condurre all'altare nell'incantevole isola di Kalokairi. Alla vigilia delle sue nozze con Sky ha scoperto il diario segreto e i segreti del cuore della madre, una figlia dei fiori che praticava il sesso e l'amore, ieri, una donna indipendente e piena di vita che gestisce un piccolo hotel sul mare di Afrodite, oggi. All'insaputa di Donna, Sophie invita a nozze i suoi potenziali padri: un uomo d'affari, un avventuriero e un banchiere impacciato. Scoperta molto presto la loro presenza sull'isola, Donna li invita "amabilmente" a rimettersi in mare ma niente andrà come previsto. Gli dei in cielo hanno lanciato i dadi e versato amore, tanto amore, nei calici. A ragione Mamma



mia! è ambientato nel Mediterraneo perché l'acqua, nel musical di Phillida Lloyd, è il filtro deformante che veicola gli sguardi dei protagonisti e spuma l'amore fino ai cuori. Non si tratta affatto di un espediente, l'amore impone sempre una nuova nascita, un ritorno nel liquido amniotico che ottunde tutto ciò che è esterno, estraneo, nemico. In quella soglia incantata la Donna di Meryl Streep vorrebbe trattenere il più a lungo possibile la sua Sophie, che al contrario scalpita per salpare e attraversarla. Al di là c'è l'ignoto e il nuovo, c'è un padre e un mondo da scoprire, c'è un'attesa sospesa da corrispondere prima che gli dei facciano i capricci. M a m a m i a ! è la

storia di un'isola "assediate" dai padri e difesa dalle madri, un impasto di sale e sentimenti che trova sullo schermo una dimensione spettacolare, sostenuta da un ritmo incalzante e impreziosita dalle "teatrali" canzoni degli Abba. La straordinaria partitura e i testi dell'irriducibile gruppo svedese interpretano i movimenti ariosi delle coreografie in esterni, raggiungendo una resa d'atmosfera sorprendentemente comunicativa mentre "cantano" il lamento d'amore di "The Winner Takes It All" o la carica liberatoria di "Dancing Queen". La perizia della regia, la dimensione dello sforzo produttivo e l'apporto di un'infinità di esperti assicurerebbero soltanto la buona qualità della confezione se a vivificare il tutto e a imprimere al film quel quid di magia, che lo illumina più del sole della Grecia, non ci fossero gli stupori, la recitazione incantata e la "faccia da musical" di un cast appropriato, equilibrato ed efficace. Al di là dell'arcobaleno "viaggiano" la dancing Queen di Meryl Streep, che percorre in lungo e in largo la scena tuffandosi in

un bagno di musica e di eccentricità coreografica, i padri inconsapevoli e incoscienti di Colin Firth, Stellan Skarsgård e Pierce Brosnan, che pur non avendo confidenza alcuna col genere riescono a trasformare i loro impacci in irresistibili connotazioni psicologiche, e la figlia adorabile di Amanda Seyfried, che coglie col suo volto l'ode alla felicità e il sogno irraggiungibile. È la natura e la brezza del Mare Nostro a inventare invece l'"artificio" scenografico, salvaguardando la dimensione da favola e la dinamica visiva delle schermaglie sentimentali ("SOS"), degli animosi battibecchi, degli shakespeariani equivoci ("Gimme! Gimme! Gimme!") e delle sonore agnizioni ("Voulez - Vous"). Calato in un tempo precisato, che come i protagonisti deve compiere un passaggio (è il 1999), il musical corale della Lloyd privilegia il ritmo esuberante e trascinate piuttosto che l'arabesco elegante, innescando coi numeri musicali uno scatto di autentica e orecchiabile vitalità. Se il musical è favola, di tutte le favole Mamma mia! è forse la più bella.

VILLAGE

MULTISALA

nato da una strega (Michelle Yeoh) a scontare un'eternità di dannazione assieme ai suoi 10.000 guerrieri. Ciò finisce nel 1940, quando

Alex O'Connell (Luke Ford) toccando alcuni oggetti posseduti dall'imperatore rompe la maledizione, risvegliando dall'eterno sonno Qin Shi Huang. Il giovane avventuriero dovrà fare affidamento ai suoi genitori, Rick (Brendan Fraser) ed Evelyn O'Connell (Maria Bello). Non appena il re risorge, acquisisce poteri sovranaturali ed, attraversando l'estremo oriente cercherà di risvegliare il suo esercito dannato per dominare il mondo. Dopo essersi confrontato per ben due volte con la mummia egizia Imothen, l'archeologo avventuriero Rick O'Connell se la dovrà vedere con una mummia d'oriente: quella di un malvagio imperatore cinese dai grandi poteri magici, tra i quali il più spettacolare è quello di comandare il famoso esercito delle statue di terracotta di X'ian.

La storia ambientata nel

1946 inizia in Inghilterra, dove si sono ritirati a vita privata i coniugi O'Connell dopo aver lavorato nei servizi segreti inglesi durante la seconda guerra mondiale.

L'ufficio affari esteri li esorterà ad accettare una nuova missione: andare in Cina per recuperare un antico manufatto al museo di Shanghai dove era stato trafugato. Qui avranno origine una serie di eventi che porteranno i protagonisti a scoprire la tomba del potente Imperatore Qin Shi Huangdi, vissuto nel 50 a.C. e seppellito dopo essere stato esposto ad una potente maledizione.

Gli O'Connell dovranno fronteggiare una setta di assassini ninja che intendono risvegliare l'imperatore perché li guidi alla conquista della Cina. Ad aiutarli interverrà la potente maga, Zijuan.

Protagonisti dell'avventura sono ancora una volta Brendan Fraser e John Hannah. Nel ruolo dell'imperatore c'è Jet Li, mentre Michelle Yeoh è la maga Zijuan. Il resto del cast è composto da Maria Bello, Luke Ford, Anthony Wong ed Isabella Leong.

La sceneggiatura è firmata da Miles Millar ed Alfred Gough, famosi per la serie televisiva di Smallville.

Vicky Cristina- na Barcelona

Il film è una commedia romantica che prende spunto da un triangolo amoroso tra un pittore (Javier Bardem) e le turiste americane Vicky e Cristina (Scarlett Johansson e Rebecca Hall), causando la gelosia dell'ex-fidanzata (Penélope Cruz). Lo strano titolo è la commistione tra la location (Barcellona) ed i nomi delle due rivali. Vicky e Cristina sono buone amiche anche se hanno visioni completamente differenti dell'amore. Vicky è fedele all'uomo che sta per sposare e ancorata ai propri principi. Cristina invece è disinibita e continuamente alla ricerca di una passione amorosa che la sconvolga. Vicky riceve da due amici di famiglia l'offerta di trascorrere una vacanza in casa loro a Barcellona durante l'estate. La ragazza pensa così di poter approfondire la propria conoscenza della cultura catalana sulla quale sta lavorando per un master. Propone a Cristina di accompagnarla, così forse potrà superare meglio il trauma di una storia finita di recente. Una sera, in una galleria d'arte, Cristina incrocia lo sguardo di un uomo estremamente attraente. Si tratta del pittore Juan Antonio, finito di recente su giornali e televisione per un furibondo litigio con la moglie Maria Elena nel corso del quale uno dei due ha cercato di accoltellare l'altro. Le due ragazze lo ritroveranno nel locale in cui cenano. Anzi, sarà lui ad avvicinarsi al loro tavolo con una proposta molto chiara: partire subito con il suo aereo privato per recarsi in un hotel ad Oviedo dove potranno visitare il luogo, apprezzarne tradizioni e cultura (anche culinaria) e fare entrambe l'amore con lui. Se Cristina non ha alcun ripensamento nell'accettare la propo-



sta, le regole che Vicky si è imposta la spingono a rifiutare in modo seccato. Cristina l'avrà vinta ma l'amica vuole avere la certezza di camere separate e ottiene rassicurazioni in proposito. Dopo una giornata trascorsa con una prima visita della città, nel corso della quale Juan Antonio dichiara l'amore che ancora prova per la moglie benché sia consapevole della loro impossibilità a convivere, giunge finalmente la notte con l'invito più intrigante. Vicky torna a respingere l'offerta mentre Cristina accetta. Ma... Se potete non fatevi raccontare (o non leggete) nulla su come prosegue la vicenda. Finireste con il togliervi il piacere della scoperta di uno dei più riusciti ed ironici film dell'ultimo Allen. Allen torna a riflettere sulla natura di quello che chiamiamo amore registrando gli spostamenti del cuore che vanno spesso al di là di ciò che ragione, tradizione, valori acquisiti ma mai del tutto interiorizzati, sembrerebbero imporre. Qui Woody ha abbattuto un altro dei suoi tabù. Se finora solo rarissimamente aveva girato in piena estate ora è la luminosa Barcellona ad attrarre il suo sguardo. Fatto sta che il calore della città catalana si trasmette al film offrendogli un'ulteriore sensazione di novità. !Felicitaciones Woody!

...e molto altro!

6 Sale con Schermi Giganti
Suono Stereofonico
Digitale

SPETTACOLI
ATTRAZIONI
FOOD & DRINKS
SHOPPING



Sala Ambra



Sala Giada



Sala Rubino



Sala Zaffiro

Strada Provinciale 146 - CHIUSI - Loc. Querce al Pino (Si) - Tel. 0578 275077

www.clevillage.it

Paralimpiadi 2008.

Accesa a Pechino la fiamma olimpica per le Paralimpiadi 2008, che si svolgono nella capitale cinese dal 6 al 17 settembre.

In una cerimonia nel Tempio del Cielo la fiaccola è stata consegnata a **Liu Qi**, schermitrice sulla sedia a rotelle, assunta al ruolo di eroina nazionale per la strenua difesa della fiaccola olimpica a Parigi.

Le Paralimpiadi di Pechino 2008 vedranno sfidarsi atleti diversamente abili in 20 discipline diverse.

Molti sono gli sport in carrozzella: basket, scherma, rugby, tennis.

Ma ovviamente sarà regina, come in tutte le Olimpiadi, l'Atletica.

Anche le Paralimpiadi avranno la loro Casa Italia, che inaugurata venerdì dall'Ambasciatore d'Italia a Pechino **Riccardo Sessa**.



La Casa Italia Paralimpica sarà situata negli spazi forniti dall'Istituto Italiano di Cultura e nel giardino della residenza dell'Ambasciatore.

All'inaugurazione prenderà parte **Marco Giunio De Santis**, segretario del Comitato Italiano Paralimpico (Cip) e capo della delegazione italiana alle Paralimpiadi di Pechino.



Arriva il browser di Google.

Gratuito e disponibile nella versione "beta" in circa 100 Paesi, nasce **"Chrome"**, il primo browser targato Google.

Si tratta di un vero e proprio smacco nei confronti della Microsoft, che vede insidiato il proprio primato nel settore dei programmi legati al collegamento ad Internet.

Realizzato per semplificare la navigazione in internet, Chrome è al momento in fase sperimentale.

La versione "beta" è infatti modificabile grazie anche al prezioso contributo degli utenti.

Google, che sta lavorando anche a una versione adatta per Apple Macintosh e Linux, ha spiegato che i suoi ingegneri hanno lavorato prendendo spunto da una varietà di progetti "open source", incluso l'Apple Inc's WebKit e il Mozilla Firefox, con l'obiettivo di

realizzare quanti più software aperti ad altri sviluppatori che possono modificarlo e ampliarlo.

Tra le principali caratteristiche del nuovo browser, la possibilità di navigare più velocemente, in maggiore sicurezza e in completo anonimato.



Auto a metano: + 68%!

Il prezzo della benzina verde è diminuito ad agosto del 4,2% rispetto a luglio, ma gli aumenti e i massimi dei carburanti dei mesi passati non si dimenticano.

Così gli italiani cercano altre soluzioni.

L'**Osservatorio Metanauto** ha pubblicato in questi giorni i risultati della sua attività di ri-

anno.

Caro benzina, incentivi e miglioramento della rete distributiva sono, secondo l'Osservatorio, tra le principali ragioni di questo andamento positivo.

Gli italiani in effetti stanno più attenti alla pompa e probabilmente stanno modificando le loro abitudini di acquisto nel mercato dell'auto. I consumi di benzina, ma anche di gasolio, hanno infatti subito un decremento a luglio.

L'Unione Petrolifera parla una domanda pari a 3,4 milioni di tonnellate, ovvero 75.000 tonnellate in meno (-2,2%) rispetto a luglio 2007. Cresce infine la rete di distribuzione di metano nel nostro Paese: oggi in Italia si contano 628 impianti aperti, gran parte concentrati nelle regioni Lombardia, Veneto ed Emilia-Romagna.



cerca sul metano per autotrazione: nel primo trimestre del 2008 le immatricolazioni di veicoli commerciali a metano sono aumentate del 67,89% rispetto allo stesso periodo dello scorso

Ebrioressia: la malattia delle star.

Qualche volta le imitiamo, ma in questo caso è proprio meglio di no.

Parliamo di ebrioressia, un disturbo alimentare che si sta diffondendo a macchia d'olio e che parte proprio dai personaggi famosi, in particolare giovani donne che amano frequentare i party hollywoodiani e si concedono numerosi drink - ovviamente molto calorici - rinunciando poi a mangiare per controbilanciare le calorie assunte con gli alcolici.

Il pericolo di un simile comportamento alimentare è evidente, sia per chi lo pratica sia per chi, soprattutto tra gli adolescenti, potrebbe emularlo.

I soggetti maggiormente esposti sono giovani tra i 18 e i 30 anni (perché in teoria è vietato servire alcolici ai minorenni) e spesso l'assunzione dell'alcol è legata anche a quella di droghe (metanfetamine) capaci di inibire la sensazione di fame.

HI-TECH
IMPIANTI ELETTRICI di ROBERTO BASILI

Installazione - Riparazione - Impianti elettrici civili e industriali
Tvcc - Impianti antifurto e automazione
Condizionamento
(assistenza 24 ore)

Via Corniolo 17/A - Porano (Tr)
Tel. e Fax 0763.374616 - Cell. 393.3311124

+20% nelle notizie, +40% nella pubblicità

La grande consapevolezza, e al tempo stesso la doccia fredda, di quanto l'informazione online stesse guadagnando terreno su quella cartacea risale a oltre un anno fa, quando l'editore del New York Times dichiarò più o meno così: **"Non so davvero se stamperemo ancora il Times tra cinque anni e, se volete proprio saperlo, non me ne importa nulla. Su internet siamo già leader"**.

A qualche mese da questa disinvolta dichiarazione, un'indagine sullo sviluppo dei giornali via internet pubblicata la scorsa primavera dall'autorevole Scarborough Research metteva in evidenza che **nel 2007 i lettori delle versioni online erano aumentati mediamente del 15%**.

Nel mondo dell'editoria delle notizie, da sempre l'atteggiamento del quotidiano di New York ha fatto tendenza, e prendere coscienza dei movimenti editoriali ed economici del colosso d'oltre oceano è sempre stato di grande interesse per studiare quelli dell'editoria di casa nostra.

Incuriositi da questi dati, abbiamo cercato di capire cosa accade anche nella nostra realtà orvietana che, nel suo pur piccolo ambito, del fenomeno dell'informazione online è stata una vera pioniera.

- Cosa accade da noi?
- I lettori che si informano online sono in aumento?

• E se sì, in che percentuale?
Per avere alcuni dati ci siamo rivolti a www.orvietonews.it, il quotidiano online locale nostro partner per la pubblicità sul web, che è stato tra i primi a nascere in Italia.

Anche Orvietonews.it ha seguito un andamento simile alla tendenza internazionale, registrando un aumento di lettori

addirittura superiore al 15%: **nel 2007 circa il 20% in più rispetto al 2006**.

"E se l'incremento delle visite del 20% in un anno potrebbe semplicemente essere un dato fisiologico, legato alla crescita del settore internet in generale e alla maggiore diffusione della banda larga - afferma Fabrizio Caccavello che di Orvietonews è l'editore - la cosa più interessante è la distribuzione della fascia oraria degli accessi".

Mentre una volta, infatti, si registravano forti picchi nelle ore mattutine, e dunque accessi soprattutto dagli uffici, ora l'andamento è molto più orizzontale e mostra che sta cambiando radicalmente il modo di attingere informazioni da parte degli utenti.

Noi di **EasyMedia**,

che da sempre operiamo nel settore pubblicitario, di fronte alla necessità di investire anche sul web, piuttosto che cominciare dall'inizio abbiamo deciso di affidarci a un'esperienza già consolidata, stabilendo una partnership www.orvietonews.it.

Aderente al circuito ANSO (Associazione nazionale della stampa online), che comprende quotidiani telematici localizzati in tutta Italia, permette campagne pubblicitarie anche a livello nazionale.

EASY MEDIA [orvietonews.it](http://www.orvietonews.it)

L'aumento più significativo delle visite si registra addirittura nella "zona cena", un tempo territorio invalicabile dei telegiornali nazionali.

Questo significa che **l'online sta crescendo non solo in utenti, ma anche in credibilità e autorevolezza, tanto da spingere molti a sceglierlo**

come mezzo primario di informazione.

A determinarne il successo sono l'efficacia e la praticità di consultazione e, senza dubbio, anche la possibilità di interagire.

Si può commentare in modo agevole e veloce la notizia, scambiare punti di vista con altri lettori, esprimere il proprio giudizio, inviare per la pubblicazione le proprie opinioni.

diano online?

Sul web che non si compra e non gode di contributi legati al consumo della carta, se i costi sono ridotti tuttavia esistono; e sono, in genere, coperti dalla pubblicità.

Una forma, quella dell'**advertising sul web**, che si sta sempre più sviluppando, perché meno onerosa e più mirata e pervasiva.

I numeri mostrano, anche in questo campo, un aumento di attenzione verso in-

ternet.

Nel corso del 2007, in Europa la spesa per la pubblicità online è cresciuta di circa il 40%, raggiungendo il tetto degli 11,2 miliardi di euro.

I dati sono dell'Interactive Advertising Bureau (IAB) e indicano che il vecchio continente presto potrebbe raggiungere in cifre il mercato Usa, dove nello stesso periodo l'aumento è stato solo del 26%.

Dato l'andamento una cosa è certa: carta e web, che talvolta si guardano un po' in cagnesco nella notizia, dovranno imparare a convivere sempre più nella pubblicità.

Ambienti diversi e, a seconda dei contesti, entrambi necessari, possono tranquillamente coesistere, se bene integrati, a tutto vantaggio dell'investitore.

E in quest'ultimo senso, il web ha cambiato anche il costume dell'editoria tradizionale, spingendo a pubblicare molte più lettere e opinioni di quanto accadeva una volta.

Ma è chiaro che sulla carta ci si ferma all'opinione e, tutt'al più, alla replica, mentre su internet il dibattito può svilupparsi in modo molto più ampio e serrato, persino sgrammaticato, perché nel commento sul web quello che conta non è tanto la forma quanto il punto di vista.

E se questo fa gridare allo scandalo i puristi della lingua, dà però un indubbio contributo a **una comunicazione più diffusa e democratica**.

- Ma come si finanzia un quoti-





Gioielli

Alessandro Barone



Produzione artigianale di gioielli esclusivi ed unici tutti certificati e garantiti

Via Garibaldi 3/5 ad Orvieto
Tel. 0763 341629
Cell. +39 340 9133177

Metabolismo rallentato? Stress? Difficoltà di

1) L'azione dimagrante della rhodiola rosea

È dovuta alla stimolazione di alcune lipasi in grado di accelerare la liberazione dei grassi dai tessuti di deposito (lipolisi) per trasformarli in grasso bruno facilmente demolito, cioè "bruciato" per produrre energia.

Uno studio eseguito su 130 pazienti in sovrappeso ha prodotto una perdita media di 9 chili in tre mesi.

Nei pazienti sedentari la lipolisi risultava aumentata di cir-

ca il 17%, nei pazienti che facevano ginnastica o sport tale aumento raggiungeva il 44%. L'azione dimagrante è inoltre legata alla capacità della Rhodiola di aumentare del 30% circa i livelli di serotonina nel Sistema Nervoso Centrale, sostanza in grado di togliere il desiderio ossessivo di carboidrati e svolgere azione sedativa-antiansia, riducendo notevolmente la fame ansiosa.

I glicosidi contenuti nella radice sono pure capaci di incrementare i livelli di dopamina, sostanza capace di trasmettere al S.N.C. un segnale di sazietà.

2) L'azione adattogena, antistress,

favorente in generale le **capacità di apprendimento e di memoria**, della rhodiola rosea, ben conosciute dalla medicina popolare siberiana, sono state provate scientificamente con l'impiego di estratti idroalcolici totali in diversi studi, pubblicati su riviste accreditate già negli anni '70.

Tali proprietà sono riconducibili alla presenza di glicosidi fenilpropanoidici, in particolare il salidroside e la rosavindina, la cui struttura chimica è simile a quella della siringina

(eleuterossido B), uno dei principi attivi dell'eleuterococco.

Il salidroside ha pure mostrato un effetto anabolico aumentando la capacità lavorativa e il rendimento organico.

La Rhodiola rosea produce un aumento della concentrazione e plasmatica di beta-endorfine che previene le variazioni ormonali indicative dello stress, mostra un effetto cardioprotettivo e migliora la resistenza dell'organismo alle tossine.



Che cos'è la Rhodiola rosea?

Il fitoterapico anti-invecchiamento del ventunesimo secolo:

Una gran parte di tutte le malattie connesse con l'invecchiamento (probabilmente il 70%-80%) si ritiene che si presentino perché il livello degli eventi stressogeni è troppo elevato e/o perché sono di una durata troppo prolungata nel tempo.

L'alto stress causato dalla vita moderna è probabilmente il fattore principale che causa la malattia cronica e l'invecchiamento prematuro.

Fortunatamente la natura ci fornisce una risposta a questa sfida - una categoria unica di prodotti di erbe denominata "adattogeni".

Gli adattogeni possiedono la più vasta gamma di proprietà curative di qualunque altro fitoterapico, ma il loro valore straordinario è che essi in modo specifico attenuano la risposta del-

l'organismo agli eventi stressanti.

Gli effetti principali degli adattogeni sono una aumentata disponibilità, una riduzione dell'impatto delle sensazioni stressanti, una aumentata resistenza, una maggiore prontezza mentale ed un sonno profondo e veramente riposante.

Inoltre gli adattogeni accelerano significativamente il processo di recupero dopo una malattia.

Secondo le attuali conoscenze scientifiche, gli adattogeni sono prodotti di piante naturali, le quali aumentano le capacità del corpo umano di fronteggiare i fattori stressanti interni ed esterni e di normalizzare le funzioni dell'organismo umano.

Contribuiscono a mantenere stabile l'ambiente interno nell'organismo, denominato omeostasi.

Una caratteristica di rilievo è che essi sono innocui, possedendo pochi e ben noti effetti collaterali, che appaiono quando assunti in modo non appropriato o non corretto.

Conoscenze Scientifiche

Il promettente adattogeno di "seconda generazione", cioè la Rhodiola rosea (Rhodiola russa) è una pianta perenne con fiori rossi, rosa e giallastri.

Non ha alcuna relazione con la rosa "comune", ma poiché possiede una fragranza simile è stata utilizzata come un sostituto dell'essenza di rose.

Una delle principali proprietà della Rhodiola rosea è quella di incrementare le prestazioni sia mentali che fisiche.

È stata ampiamente usata dai cosmonauti e dagli atleti russi proprio per questo motivo.

La Rhodiola è un cardioprotettivo; normalizza la frequenza cardiaca immediatamente dopo uno sforzo fisico intenso.

Essa migliora il sistema nervoso e le funzioni mentali come



anche la memoria, aumentando l'apporto sanguigno al cervello ed ai muscoli.

Inoltre essa accresce la sintesi proteica.

La Rhodiola rosea ha eccezionali proprietà come agente fitoterapico, come antimutageno ed antidepressivo.

Sotto questo aspetto la Rhodiola rosea è molto più potente degli altri adattogeni.

Per quanto mi riguarda la mia principale fonte di stress è l'università, ma non è l'unica... ho mille impegni e cose a cui pensare.

Credo non esista persona al mondo che non stressa il suo organismo.. a volte non ce ne rendiamo conto, ma le "sollecitazioni" di lavoro, figli, responsabilità, preoccupazioni non le percepiamo più di tanto non perché non esistono, ma perché ce ne siamo assuefatti... come dire "volenti o nolenti" e quindi accettiamo come stiamo.

Ma si può fare di meglio: lo stress non si può eliminare,

OPINIONI:

Le fonti di stress sono incalcolabili!

Qualsiasi cosa, soprattutto nel momento sbagliato, può buttarci a terra l'umore e l'organismo ne risente.

Ecco che vengono fuori gastriti, i capelli cadono, acne a volontà... e questi sono solo i disagi "minori"!!!

Per questo è utile munirsi per salvaguardarsi, perché non possiamo sapere quanto il nostro organismo regge, fin dove si spingono i nostri limiti di sopportazione e non vale la pena rischiare problemi quando la natura ci offre dei metodi così buoni, utili ed efficaci per prevenire malanni.



apprendimento? ... Rhodiola rosea!

Attività fitoterapeutica: I motivi della qualità!



Per i periodi in cui è difficile trovare la giusta concentrazione. Ogni volta che è necessario un apporto di energia in più. Nelle giornate in cui una grande efficienza è indispensabile per affrontare gli impegni quotidiani. La propria energia naturale non sempre riesce a garantire il vigore necessario in queste occasioni e, inoltre, le molteplici attività di tutti i giorni riducono le fisiologiche scorte disponibili.

Linea Forte.

Tutta la forza di una naturale carica di energia per una grande efficienza.



ma possiamo adattare il nostro corpo a sopportarlo meglio... con i cosiddetti "adattogeni". Così se quando mi agito produco più succhi gastrici e mi brucia lo stomaco, questi adattogeni ripristinano il mio livello di equilibrio alzando la mia barriera limite allo stress... insomma, se dopo il limite 10 io scoppio, gli adattogeni lavorano per alzare quel limite a 15... tanto per fare un esempio stupidotto!

Allora, se vi sentite giù di corda, non correte a farvi prescrivere farmaci inutili... parlatene con un bravo erborista sicuramente saprà aiutarvi!

Una risposta forte come la Natura.

Formulata da **Erbamea**, Forte è la nuova linea, completa ed efficace, di integratori che assicurano una grande riserva di energia.

Le specialità della linea Forte sono al vostro fianco per aiutarvi a far fronte e a reagire con una marcia in più - a ogni sensazione di

stanchezza fisica e mentale, a una capacità di concentrazione ridotta, a una resistenza fisica più scarsa e rallentata. Risvegliando la vostra "carica" naturale!

Forte compresse e Forte Plus flaconcini monodose

Due prodotti a base di estratti vegetali di Ginseng, Withania, Eleuterococco e Tribulus, per un benefico effetto altamente tonificante, che consente all'organismo di accrescere la propria capacità di adattarsi e reagire agli stress psico-fisici. Disponibile nei comodi flaconcini monodose, Forte Plus associa anche le virtù della vitamina E, utile per la sua attività antiossidante, e della Pappa reale, che ridona vitalità.

Forte Memo compresse

L'integratore, contenente Schisandra, ampiamente utilizzata dalla tradizione cinese ed Eleuterococco, è arricchito con Lecitina di Soia (non modificata geneticamente) e vitamine del gruppo B, che influenzano positivamente la memoria.

Un'energia preziosa quando serve una carica in più per affrontare giornate che richiedono un forte impegno mentale.

Forte Fitness compresse

Una formulazione a base di piante dalle riconosciute proprietà tonico-stimolanti come Rhodiola ed Eleuterococco, arricchito con Carnitina e Policosanoli da Canna da Zucchero, ideale per produrre una grande scorta di energia, in grado di mantenere alto il vigore e il livello delle prestazioni fisiche e l'efficienza muscolare.

Adatto anche per recuperare tono e benessere dopo l'attività fisica.



Ginkgo biloba:

È un'erba molto popolare nel mondo, usata per migliorare l'afflusso di sangue al cervello, per migliorare la memoria e lo stato di coscienza nell'anziano e la circolazione del sangue in generale. Usata anche per rallentare la progressione della malattia di Alzheimer.

Il **ginkgolide** blocca la perossidazione lipidica e la formazione di radicali liberi, inibisce il fattore di attivazione delle piastrine. In cosmetica il

ginkgo biloba si usa per la regolazione della secrezione sebacea,

pelle secca e devitalizzata, etc.

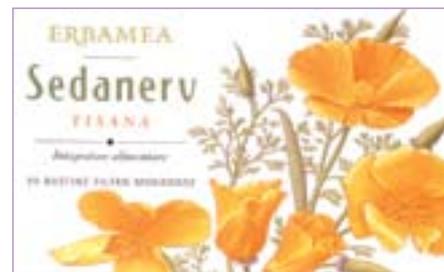
Caratteristiche e proprietà:

Originario della Cina e del Giappone, è un albero leggendario vecchio di più di 250 milioni di anni e che ha resistito ai peggiori inquinamenti del ventesimo secolo ed in particolare ai residui della bomba atomica di Hiroshima.

È particolarmente conosciuto per la sua attività sulla circolazione venosa, arteriosa e soprattutto per quella cerebrale. Numerose prove cliniche sono state compiute dimostrando l'efficacia delle foglie di ginkgo a tutti i livelli della circolazione sanguigna.

* migliora la circolazione

- aumentando l'afflusso di sangue al cer-



vello migliora l'acuità mentale, la concentrazione, la memoria a breve termine, e l'abilità cognitiva. Aiuta anche in casi di tinnito (ronzio alle orecchie) e vertigini. Aiuta a ridurre la sensazione di freddo alle estremità, i dolori intermittenti alle gambe e i crampi;

* **antiossidante** - è uno scavenger (spazzino) dei radicali liberi, inibendo la perossidazione lipidica delle membrane. Aiuta a controllare gli effetti dell'invecchiamento;

* **diminuisce il danno ai tessuti** durante stress circolatori e aumenta la circolazione alle estremità;

* **protegge** le arterie, le vene e i capillari dai danni, e aiuta a regolare il loro tono e la loro elasticità;

* usato anche per rallentare la progressione della malattia di Alzheimer.

Raccomandazioni per l'uso

Alcuni pazienti con scarso afflusso di sangue al cervello possono andare incontro a un leggero e passeggero mal di testa per i primi due o tre giorni. È un segno che il ginkgo sta funzionando.

Storia e curiosità:

Il Ginkgo fu citato per la prima volta nel 2800 a.C. nella materia medica cinese, **Pen T'Sao**

Ching. Il Ginkgo viene citato per l'uso nelle malattie

respiratorie, così come per i benefici sulla funzione cerebrale. Tradizionalmente, è stato usato per le perdite di memoria.



Erboristeria il Pane e le Rose
di Brizi Chiara, Brizi Bernardetta e Miliacca Carla

Corso Cavour, 175 - ORVIETO
Tel. 0763.344859

Alibi on-line.

In epoca pre-Internet, per permettersi di vivere le proprie "scappatelle in santa pace", l'unica soluzione perseguibile era il ricorso al classico amico che si prestava a coprirvi: soluzione non priva di rischi, da situazioni in cui il complice si rivelava un cretino - incapace di tenere a mente correttamente le nostre storie di copertura, fino ad arrivare a casi in cui il migliore amico non solo provvedeva a coprire le nostre marachelle, ma si preoccupava di diventare a sua volta l'amante di nostra moglie - sfruttando il valore aggiunto di essere perfettamente informato dei nostri movimenti. Ancora una volta l'arrivo della rete ha dato una spallata alle consuetudini consolidate: innovativi imprenditori digitali hanno iniziato a offrire **servizi di alibi online** che, preventivamente o retroattivamente, giustificano assenze altrimenti sospette. In Inghilterra, in Belgio, in Germania, presto in tutto il mondo occidentale, questo

tipo di agenzie consentono di acquistare alibi online... ma non alibi qualsiasi: montaggi a prova di bomba, orchestrati da menti diaboliche. Si parte da servizi semplici come la **fornitura di una chiamata telefonica** che (molto opportunamente) vi raggiunge a casa per comunicarvi un'improvvisa emergenza lavorativa e fornirvi una solida scusa per uscire qualche ora (qualcuno si ricorda Claudia Mori e Alberto Lupo in "Buonasera Dottore"? Scommetto che quasi nessuno sa che l'ha scritta Paolo Limiti...). Se l'affaire è più complesso e richiede più tempo, **potrete concertare con l'agenzia l'invio per posta di un invito per un congresso** fondamentale per la vostra formazione professionale. Al ritorno dal "convegno" potrete poi lasciare distrattamente in giro per casa attestati di partecipazione, dispense e fotocopie dei powerpoint presentati, così come materiali di merchandising, cappellini o magliette ricordo che provano inoppugnabilmente la vostra

presenza all'evento immaginario. Se poi vogliamo non lasciare nulla al caso, possiamo perfezionare il nostro alibi utilizzando **SoundCover**, un semplice software per il cellulare che genera rumori di fondo (selezionabili) in modo che, se vi telefona il partner o il capo, il sottofondo di clacson e insulti dia credibilità alla vostra finzione di essere bloccati in un ingorgo stradale (mentre siete invece comodamente rilassati nell'idromassaggio di un motel a 4 stelle).

La coppia ai fornelli.

La prova del cuoco è un momento assoluto per la coppia, che lungi dal farne una competizione culinaria la sceglie come occasione di golosa seduzione.

Regalatevi una serata libera da televisione.



sione, telefoni, parenti e amici. A fare da colonna sonora la vostra musica preferita.

Scegliete ingredienti semplici e freschi, altri che evocano sapori ricchi e sensuali, come il marsala (curry rosso), lo zenzero e il peperoncino.

In due ai fornelli cucinate il tutto, mondando, affettando, mescolando, bollendo, rosolando e friggendo. Coordinati come due ballerini, vi sentirete trascinati in un minuetto irresistibile di profumi, aromi e gusto.

RISOTTO ALLO ZENZERO E LIMONE

Ingredienti per 2 persone:

- 200 gr di Riso Superfino
- 1 radice di zenzero fresco
- 1 limone
- Cipolla
- 70 gr di burro
- 50 gr di parmigiano
- Vino bianco
- Sale e pepe nero

Consigli in più:

Se al momento di servire, il riso risulta molto compatto, togliere dal fuoco e aggiungere un po' di brodo. Servite spolverando di abbondante pepe nero, meglio se macinato al momento piuttosto grossolanamente.

Procedimento:

Pelare lo zenzero e grattugiarlo. Pelare il limone e togliere la parte bianca dalle bucce che verranno tagliate ulteriormente a julienne. Sbucciare la cipolla e tritarne finemente 1/4. In una casseruola scaldare 50 gr di burro con la cipolla, fare imbiondire, quindi unire il riso facendolo tostare. Mescolare per 2 minuti, sfumare con il vino bianco e aggiungere del brodo vegetale. Procedere per la cottura come un normale risotto. Togliere dal fuoco, unire il restante burro, il parmigiano, le scorzette e lo zenzero. Mescolare energicamente e servire all'onda.

Vital Control
contro la caduta dei capelli

