

La Lenza Orvietana a pesca con i diversamente abili

PESCA



L'Associazione Orvietana, dedicatasi da sempre alla tutela dell'Ambiente, spesso si rivolge anche al Sociale. Recentemente, infatti, ha organizzato a Corbara una gara di pesca a coppie, denominata "Pescare con Fabio ed i suoi amici", dedicata ai Diversamente Abili non solo suoi iscritti, ma aperta anche ad altri provenienti da diverse località e quindi appartenenti a diverse Associazioni di Pescasportivi. La formula prevedeva che pescassero insieme un Disabile ed un accompagnatore che lo aiutasse nell'azione di pesca. Una coppia proveniente dal Nord Italia e la cui partecipazione ha onorato la manifestazione, era formata dal **Nazionale DA Giovanni Bottazzi** e dal **Commissario Tecnico della Nazionale Disabili, Franco Bisi**. L'input ad organizzare la manifestazione è stata la recente vittoria di **Fabio Coscia**, valido agonista della Lenza Orvietana Stonfo Colmic, che si è classificato primo al **Campionato Italiano per D.A. 2014**.

Fabio ha aggiunto al suo palmarès questo ennesimo successo che negli anni scorsi lo ha portato a vincere campionati analoghi e ad arrivare ad essere vice campione del mondo. In questa occasione, oltre al settore dei DA, era stato allestito, a parte, un settore di ragazzi neo iscritti alla Associazione Orvietana che erano stati seguiti durante l'anno scolastico con interventi in classe e garetta finale, nell'ambito del Progetto "La FIPSAS entra a scuola" che la Società ha messo in campo nell'anno scolastico appena trascorso (www.lenzaorvietana.it). Fabio, che gareggia con la Lenza Orvietana da molti anni, ha contribuito a far avvicinare alla pesca anche altri DA appartenenti all'**Associazione Andromeda di Ciconia**, e per alcuni di essi ha tenuto anche dei corsi di pesca. Con Andromeda, presieduta egregiamente dalla Sig.ra **Lilli Vincenza**, si è creata una splendida collaborazio-

ne che continua nel tempo. Dopo questa bella manifestazione, resta il rammarico per la devastazione, in seguito all'alluvione del 2012, che hanno subito i campi di gara di Orvieto, sia quello a valle del Ponte dell'Adunata, sia il Laghetto del Parco Urbano del Paglia sul quale era stato

La manifestazione ha tuttavia avuto un buon successo sia per la quantità del pescato, sia per la collaborazione di tutti, dal Comune di Orvieto, intervenuto nella persona del **Sindaco**, alla citata Associazione Andromeda, alla **Società E-ON**, attuale proprietaria del bacino di Corbara che ha fatto ripulire le sponde dalla ditta Rubini ed ha fatto sistemare le vie di accesso.



previsto l'allestimento di apposite pedane che avrebbero agevolato l'accesso e l'azione di pesca per i ragazzi in difficoltà, per i quali Corbara rappresenta spesso un luogo non troppo agevole. A questo proposito confidiamo sempre nel ripristino di questi due siti, ed in particolare del Laghetto, vera palestra per i giovani, almeno negli ultimi 20 anni. Entrambi hanno fatto avvicinare alla pesca molte persone, specie giovani, che per vari motivi non possono accedere a luoghi più lontani e quindi più scomodi da raggiungere.

STONFO COLMIC
www.lenzaorvietana.it - info@lenzaorvietana.it

Laghetto

Tantissimi articoli per: Trota Lago, Pesca al Colpo, Carp-fishing, Spinning, Ledgering, Surfcasting...

COLMIC FOX SHIMANO STONFO TEBCO

Chiamaci per conoscere in tempo reale i nostri fantastici prezzi

Centro Commerciale Ciconia
Via degli Eucalipti, 27/A - Orvieto (TR)
Tel. e Fax 0763.302317



CIOTTI LUCIANO

OFFICINA - GOMMISTA - CARROZZERIA - CENTRO REVISIONI
ELETTROAUTO - TRASPORTO CONTO TERZI - SERVIZIO CARROATTREZZI

Via del Commercio, 15/27 - BASCHI (TR)
TEL. 0744/9569 FAX 0744/956924 info@ciottiservice.it www.ciottiservice.it



Move Congress. Uisp protagonista

Il titolo del Move Congress 2014 è "Città aperte/ Città attive": le città aperte richiamano la dimensione sociale e il lavoro sul tema dell'inclusione che è uno dei punti nevralgici dello sportpertutti internazionale, come dell'Uisp. "L'Uisp organizza la stragrande maggioranza dei 200 eventi che si organizzano in Italia, questo significa che la cultura del movimento si sta diffondendo. Non è un caso se il nostro Paese ospiterà il prossimo Move Congress che si terrà a Roma dal 22 al 25 ottobre. Anche in questo caso sarà l'Uisp ad organizzare questo appuntamento internazionale, con oltre 300 rappresentanti europei di governi, istituzioni, organismi internazionali e associazioni che si occupano di sport. Un riconoscimento che viene direttamente dall'Isca al nostro Paese e alla nostra associazione. Approfitteremo del semestre europeo a guida italiana per far in modo che la

politica assuma lo sport tra le priorità in agenda. Al centro del Move Congress di Roma ci sarà l'assetto delle città, la possibilità di ripensarne il futuro e di rimettere l'uomo al centro del loro sviluppo. Una tematica che riguarda la qualità della vita di tutti e chiama in causa un corretto equilibrio tra la persona e il proprio corpo".

"Con l'edizione 2014, Move Week si afferma come la più importante manifestazione europea di sportpertutti - dice

Carlo Balestri, responsabile delle politiche internazionali Uisp - una rete molto fitta di eventi collegati tra di loro intorno ai temi della lotta alla sedentarietà e degli stili di vita attivi. Al centro c'è la gioia e il benessere che trasmette l'attività motoria. C'è la riscoperta del proprio corpo e della sua efficienza, al di là dei risultati agonistici che si possono ottenere. All'interno di questa cornice l'Uisp è a proprio agio e si fa avanguardia di un messaggio che, strada facendo, sta coinvolgendo associazioni

del territorio, Comuni, scuole, singoli cittadini, palestre". Tanto sportpertutti e tanto divertimento, con l'obiettivo di mettere in movimento il maggior numero di persone. Gli italiani sono tra i più sedentari in Europa, con un buon 60% che dichiara di non fare mai sport o attività fisica, contro una media europea del 42% e un primato, quello della Svezia, dove soltanto il 9% della popolazione dice di non fare alcuna attività.



BASKET

Ceprini Orvieto completa il roster

La Ceprini Orvieto completa il roster con Roberta Di Gregorio, guardia top scorer della A3. Aggregatasi fin dai primi giorni di preparazione alle compagne, si è guadagnata un posto dimostrando impegno, serietà e volontà di tentare il grande salto. Il fatto che arrivi dalla A3 è in chiave con gli obiettivi di Azzurra sensibile a giovani e ad atlete meritevoli, anche di serie minori. Roberta si è guadagnata la possibilità di scendere in campo in A1 per il suo trascorso e per l'impegno e la serietà negli allenamenti. Ha delle qualità offensive interessanti. Lavora e s'impegna al massimo. E non ultimo si è integrata benissimo con le compagne.

**A1. 10° MEMORIAL "ENZO DE ANGELIS"
LE ORVIETANE VINCONO IL TORNEO BATTENDO
IN FINALE LA VALENTINO AUTO SANTA MARINELLA
PER 68-51. KIRBY BURKHOLDER
MIGLIOR GIOCATRICE.**



LE PARTITE IN CASA

- CESTISTICA AZZURRA CEPRINI ORVIETO - LE MURA LUCCA
DOMENICA 19 OTTOBRE ORE 18:00
PALESTRA COMUNALE VIA MARCONI 1
PORANO
- CESTISTICA AZZURRA CEPRINI ORVIETO - DIKE BASKET NAPOLI
DOMENICA 26 OTTOBRE ORE 18:00
PALESTRA COMUNALE VIA MARCONI 1
PORANO

Europei di nuoto a Berlino: Uisp sul podio tre volte

NUOTO

Tre medaglie del palmares azzurro agli Europei di nuoto, in corso di svolgimento a Berlino (si chiuderanno domenica 24 agosto), sono opera di tre atleti del Circolo Uisp Bologna di nuoto. Si tratta di Martina Grimaldi, oro nella 25 km di fondo, Marco Orsi, bronzo nella staffetta 100 metri stile a squadre e Sara Sgarzi, bronzo nel nuoto sincronizzato a squadre. Il plauso arriva da Fabio Casadio - presidente del Comitato Uisp di Bologna e da tutta l'Unione Italiana Sport Per tutti: "Martina, Sara e Marco si confermano punte di diamante di una scuola che parte dai corsi di base e che ha eccellenze oltre che puntare alla promo-



zione della salute attraverso il movimento'.

Stili di vita e salute ad Orvieto il workshop nazionale Uisp

CONVEGNI

Si svolgerà il 21 ottobre 2014 ad Orvieto, presso il Centro Congressi Palazzo del Capitano del Popolo, il workshop nazionale Uisp su "Stili di vita e salute". È inserito ufficialmente nell'ambito della III edizione della manifestazione nazionale di Guadagnare salute "Costruire insieme la salute", promossa e organizzata dall'Istituto Superiore di Sanità, in collaborazione con la Regione Umbria e le regioni italiane.

L'appuntamento prevede 3 sessioni tematiche: bambini, ragazzi e famiglie - la salute mentale come diritto per tutti i cittadini - adulti e anziani, che

saranno introdotte da una definizione di scenario sociale e politico e di analisi dei bisogni, a cui seguirà l'esposizione di una serie di buone pratiche sviluppate nei nostri territori.

Un'altra sessione sarà dedicata alle policy: chiederemo ad una serie di assessori regionali e sindaci di alcune città di disegnare il compito dell'associazionismo nelle loro politiche per la salute e definire il ruolo dell'Uisp in una logica di programmazione comune.

La partecipazione al workshop è gratuita. Per info e iscrizioni: stilidivita@uisp.it



SALUTE in MOVIMENTO

NUOTO GLI 8 VERI MOTIVI PER CUI FA BENE



Quando si parla di sport che fanno bene alla salute, ci sono pochi dubbi: il nuoto è forse quello più completo, indicato a ogni età e praticamente in tutte le situazioni. Ma ecco i motivi veri per cui

nuotare è così salutare per l'organismo.

Perché il nuoto fa bene

- 1) È un ottimo esercizio aerobico per individui di qualunque età e per persone con problemi muscolari o articolari e in sovrappeso.
- 2) Nuotare riduce il rischio di morte del 50%. Secondo uno studio della University of South Carolina, i nuotatori sono più longevi.
- 3) Il nuoto aumenta la flessibilità corporea senza stressare le articolazioni.
- 4) Nuotare potenzia la capacità polmonare e, secondo uno studio della McMaster University, riduce i sintomi dell'asma.
- 5) Il nuoto, come tutti gli esercizi aerobici, riduce il rischio di ammalarsi di diabete e aumenta il controllo glicemico nei diabetici.
- 6) Secondo i Centers for Disease Control and Prevention di Atlanta, nuoto e acqua gym aiutano la salute mentale, alleviando i sintomi dell'ansia e della depressione.
- 7) Il nuoto fa dimagrire (fino a 500 calorie bruciate in un'ora) e può essere praticato anche tutti i giorni.
- 8) Il nuoto fa bene alla futura mamma e al feto, aumenta la circolazione del sangue e il flusso di sangue all'utero. (fonte www.staibene.it)



PISCINA

DA OTTOBRE

CORSI DI NUOTO

Lunedì	Martedì	Mercoledì
Giovedì	Venerdì	Sabato
14.30-15.30	10.30-11.30	16.30-17.30
15.30-16.30	13.30-14.30	17.30-18.30
16.40-17.40	16.40-17.40	18.30-19.30
17.30-18.30	17.30-18.30	Sabato
18.30-19.30	18.30-19.30	10.30-11.30
19.30-20.30	19.30-20.30	11.30-12.30
20.30-21.30	15.30-16.30	09.30-10.30
	16.30-17.30	
	17.30-18.30	

AQUABABY

3/24 mesi con genitori in acqua	9.30-10.30
Sabato	

ACQUAGIOCANDO

24/36 mesi con genitori in acqua	15.30-16.30
Mercoledì-Sabato	

ATTIVITÀ PER LA GRANDE ETÀ

(over 50)	10.30-11.30 - Sabato
Mercoledì	09.30-10.30

PALLANUOTO adulti

Martedì	19.30-21.00
Venerdì	19.30-21.00
Sabato	13.00-14.30

PALLANUOTO

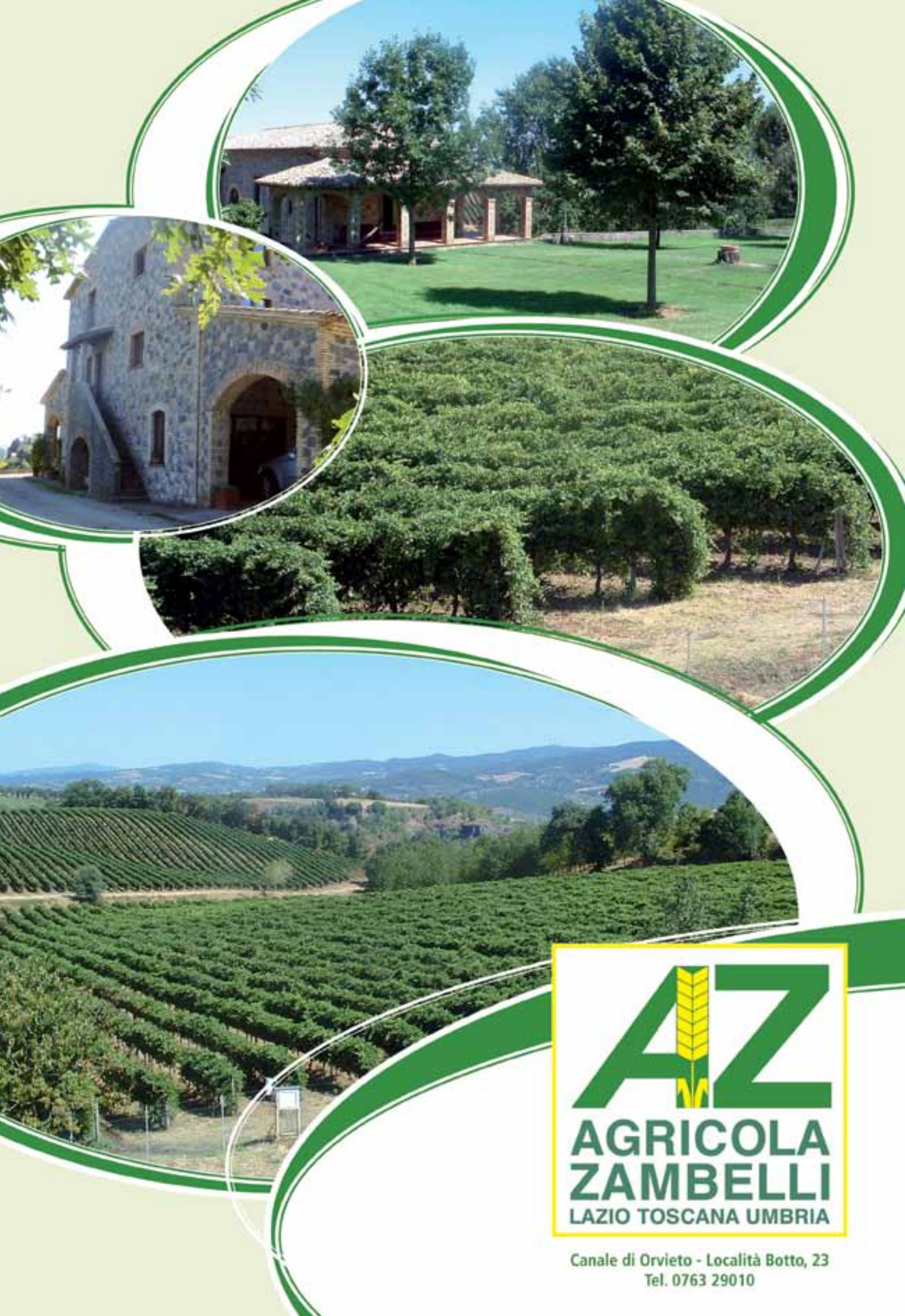
bambini/ragazzi	17.30-18.30
Mercoledì	17.30-18.30
Sabato	17.30-18.30

MASTER ragazzi

Martedì	19.30-21.00
Venerdì	19.30-21.00

ATTIVITÀ IN GRAVIDANZA

"DOLCE ATTESA"	14.30-15.30
Lunedì-Giovedì	



AZ

**AGRICOLA
ZAMBELLI**
LAZIO TOSCANA UMBRIA

Canale di Orvieto - Località Botto, 23
Tel. 0763 29010

Riconoscimenti in arrivo per Volley Team Orvieto

Due prestigiose ed ambite attestazioni saranno consegnate alla Volley Team Orvieto con cerimonia ufficiale il prossimo 18 ottobre. Si tratta del **Premio per il club che si è distinto in ambito giovanile**, e del **Certificato di Qualità**. La Federazione Italiana Pallavolo conferisce, infatti, ogni due anni delle ricompense al lavoro svolto da quei club che abbiano evidenziato una particolare predisposizione verso il vivaio. L'altro importante traguardo è il **Certificato di Qualità**, ottenuto per il secondo anno consecutivo, con il titolo di **Scuola Federale di Pallavolo** per il prossimo biennio. Nella stagione agonistica di riferimento (2012-2013) tutte le formazioni giovanili del club orvietano



non sono salite sul podio nelle competizioni provinciali, questi risultati, oltre ad altri parametri specifici (numero di iscritti, numero campionati giovanili disputati, progetti di sviluppo e collaborazione sul territorio, competenze e qualificazione dello staff tecnico, comunica-



zione ed attività di promozione) sono valsi per la seconda volta consecutiva il fregio di qualità. Il direttore tecnico **Giuseppe Iannuzzi** ha commentato la notizia con estremo piacere:

«Questo titolo ci riempie di orgoglio ed è il giusto riconoscimento del grande lavoro svolto in questi anni dai nostri allenatori, dirigenti e dalle stesse atlete. Sapere di essere

uno dei club che nella provincia lavora meglio, deve spronarci a lavorare in maniera sempre più professionale per fare di Orvieto un polo di sviluppo del volley giovanile sempre più attrattivo».



Questa notizia conferisce ancora più valore al progetto di pallavolo impostato da circa due anni dal presidente **Flavio Zambelli** che si è detto orgoglioso per il lavoro svolto da tutti i dirigenti e dai tecnici che ogni giorno sono impegnati nelle palestre.

Alla scoperta del settore giovanile dell'Orvietana

La società Sportiva Orvietana, dalla Scuola Calcio all'attività prettamente agonistica fa divertire più di duecentocinquanta ragazzi, dall'età di sei anni all'età di diciotto. L'attività calcistica è così strutturata:

Scuola Calcio, responsabile organizzativo e tecnico Cencioni Gianfranco, tecnici Amendola Francesco, Ricci Simone, Corradini Michele, Stefano Silvi, Pellegrino Antonino e Mirco Mariani che funge anche da preparatore dei portieri. I ragazzini vanno dai sei anni fino



a dieci praticano calcio e attività motoria mirata alla crescita fisica e mentale, durante il periodo invernale il tutto viene svolto

in palestra. **Esordienti fascia A**, campionato a 11 tecnico Marco Fringuello leva anno 2002. Viene giocato fuori dalle mura orvietane. La rosa della compa-

gnie è formata, tramite accordi locali con tutti i ragazzini del comprensorio orvietano e non, infatti militano in questo gruppo anche elementi provenienti dalle zone dell'alto Lazio come Acquapendente, San Lorenzo e Bolsena.

Giovanissimi sperimentali, tecnico Burla Giancarlo. Un campionato formativo e molto particolare, in questo anno si iniziano a vedere e a considerare le capacità tecniche e di squadra dei ragazzi.

Giovanissimi regionali, tecnico Mauro Bellini. Il campionato regionale è il più importante campionato per le squadre

dilettanti, la leva di competenza è per i ragazzi nati nell'anno 2000.

Allievi regionale, tecnico Zuccarelli Sandro leva anno 1999/1998. Il campionato allievi è forse il più bello in assoluto, un campionato "vero" sia dal punto di vista agonistico che dal punto di vista tattico.

Juniors regionale, mister Broccatelli Stefano leva anno 1997/1996, il campionato juniors è un campionato di transizione per la prospettiva prima squadra, in questa categoria muoiono un po' i sogni di tanti ragazzi che sperano in futuro calcistico ma nascono anche molte possibilità per chi vuole giocare nella prima squadra.

Responsabile di questa struttura è Massimo Porcari coadiuvato da Luciano Fringuello responsabile logistico, Gigi Simonetti osservatore per i ragazzi del comprensorio, Mauro Bellini responsabile tecnico, Franco Roncella organizzazione.

Il capo indiscusso, amministratore della società e figura storica per eccellenza dell'orvietana è il Sig. Vittorio Michelangeli.

IDRO+PLUS
di CORRADINI PATRIZIO

IMPIANTI IDRAULICI, TERMICI E DI CONDIZIONAMENTO.
CENTRO ASSISTENZA STUFE A PELLETTI EDILKAMIN E CLAM
CENTRO ASSISTENZA CALDAIE A GAS FERROLI.



Loc. Pian del Vantaggio, n.40 Orvieto (TR)

Tel. 3488156331/3294137024 e-mail: patriziocorradini@libero.it



ECOLOGICHE

BICI ELETTRICHE A PARTIRE DA

€ 649,00



**SETTORE
MACCHINE
DA GIARDINO**

**RASAERBA
e TRATTORINI:**
TORO
SEMPLICITY
CASTELGARDEN

RASAERBA:
IBEA

**MOTOSEGHE
DECEPUGLIATORI
IDROPULITRICI:**
HITACHI TANAKA
DOLMAR

**No assicurazione
no casco obbligatorio**



MOTORI  BOSCH

KTM

Atala

Bianchi



Via Solferino, 1 (Cassia Km. 99) Montefiascone (VT)
Tel. 0761-823859 - E-mail: info@caprio1906.com - www.timebike.it

TACCHI ALTI: CROCE E DELIZIA

Belle e impossibili: le scarpe di moda sono quasi sempre così. Eppure ci sono modi e tecniche per imparare a indossare i tacchi alti senza troppo soffrire e soprattutto per avere una camminata disinvolta e seducente. Le scarpe con il tacco alto sono un simbolo di femminilità e di seduzione. Questo ha, per così dire, una precisa ragione fisiologica: i muscoli delle gambe sono costretti a mantenersi in tensione e questo migliora la loro forma, mettendo il sedere "su un piedistallo", come dichiarò tempo fa una celebre modella. I tacchi regalano poi preziosi centimetri di statura, ovviando alla eventuale ingenerosità di madre natura. Per conquistare un incedere naturale, e soprattutto per evitare di farsi male e nuocere alla salute delle gambe e dei piedi, è però necessaria un po' di pratica e qualche astuzia. Ecco allora qualche consiglio:

1) Scegliete il tacco "giusto". Quando provate le scarpe nuove mettetevi davanti allo specchio a testa alta e spalle erette. Per provarle, affrontate il pavimento senza farvi "aiutare" da moquette o tappeti.

2) Siate consapevoli della forma del vostro piede, in particolare della conformazione del vostro arco plantare: se la forma del plantare della scarpa non è adatta, il peso del corpo non si ripartirà in modo uniforme su tutta la pianta del piede e le scarpe vi faranno inevitabilmente soffrire.

3) Preferite un modello con la suola rialzata o con la zepa e il plateau.

4) Esercitatevi a casa.

5) Trovare il modo più comodo di appoggiare il piede. Tutta la pianta insieme o prima il tacco: la regola d'oro non esiste.

6) Procedete a testa alta e con il mento all'insù per mantenere la colonna vertebrale in assetto eretto e stabile. Mantenere in tensione i muscoli della pancia e della schiena.

7) Concedetevi una leggera oscillazione dei fianchi: oltre ad essere più sexy, sarà più facile conservare l'equilibrio.



8) Fate oscillare le braccia avanti e indietro, con le spalle rilassate e le braccia morbide: aiuta a conservare l'equilibrio.

9) Appoggiatevi al braccio di un accompagnatore, soprattutto se si tratta di un bel ragazzo.

10) Portatevi la "ballerina di emergenza". Sarà d'aiuto quando vi dovete spostare in fretta e furia. Inoltre, alternare le calzature non indossando i trampoli per troppe ore è una elementare norma di salute di piedi e gambe.

I RISCHI PER LA SALUTE

Tacchi troppo alti, postura e salute dei piedi non vanno troppo d'accordo, soprattutto se i centimetri sono molti e la frequenza di utilizzo elevata. I tacchi rischiano di favorire la comparsa di alcuni disturbi.

Il piede piatto, per esempio, perché le scarpe con i tacchi alti non forniscono al piede l'appoggio giusto, imponendo ai tendini di fare lavoro extra, con il rischio di indebolirsi per poi cedere. Con il tempo i tacchi alti possono alterare la postura, provocando un aumento della pressione sulla parte che separa le dita dalla volta plantare: in questo modo l'arco naturale tende a perdere la curvatura e **il piede si appiattisce.** L'alluce valgo: le calzature con i tacchi alti, strette e a punta, diventano una concausa dell'alluce valgo. Il tacco alto anche fino a 12 centimetri porta il piede in marcata flessione plantare e così sposta eccessivamente il peso del corpo sull'avampiede, aumentando il rischio che l'alluce si sposti verso la parte interna del piede, provocando la comparsa dell'alluce valgo.



Dott.ssa Marika Mancini

ALLUCE VALGO TRATTAMENTO CONSERVATIVO

L'alluce valgo è il risultato di fattori predisponenti.

Due i principali: il piede piatto e l'avampiede addotto. Del resto che la patologia sia legata ad una predisposizione costituzionale è evidente se si considerano certe popolazioni come quelle aborigene dell'Australia. Queste hanno una incidenza di alluce valgo tra le donne forse tra le più elevate del pianeta, pur non facendo uso di calzature. Ma qualche cosa di vero nel colpevolizzare le calzature c'è. Se l'alluce valgo si è già sviluppato e la sporgenza comincia a rendersi evidente e pronunciata, le scarpe con tacco alto e punta stretta possono scatenare una violenta sintomatologia dolorosa. Ogni centimetro di tacco trasferisce in media sull'avampiede quasi il 6% del peso corporeo alleggerendo contemporaneamente il tallone. Di qui le matatarsalgie che si possono sviluppare in chi già soffre di alluce valgo.

Limitano i danni dell'alluce valgo e aiutano in qualche caso a prevenirlo o a rallentare la evoluzione i **plantari.** Questi trovano indicazione, soprattutto se vengono adottati in presenza di un piede piatto e in giovanissimi pazienti che hanno un morfotipo di piede e una familiarità che predispongono l'insorgenza di alluce valgo. Le solette, con una opportuna speronatura mediale o dotate di un retro piede a conchiglia che avvolge il tallone, mantengono sollevato l'arco plantare e in posizione corretta l'articolazione sottoastragalica. Una prevenzione valida nel piede piatto di primo e secondo grado.

Esistono in commercio **divaricatori** in silicone da utilizzare come spaziatori tra le dita, **ortesi** da indossare di notte che mantengono con un sistema di tiranti l'alluce in posizione corretta e perfino **calzini** che avrebbero, grazie ad un sistema interno del tessuto una azione di compressione che dovrebbe impedire all'alluce valgo la sua sfavorevole evoluzione. Questi non sono rimedi scientificamente provati ad arrestare l'evoluzione della deformità, ma sono economici palliativi utili per mantenere in corretta posizione l'alluce e a limitarne infiammazioni e sindromi dolorose.

COM

**SANITARIA
ORTOPEDIA**

Dott.ssa Marika Mancini
TECNICO ORTOPEDICO
Convenzione ASL-INAIL



busti
plantari
esame computerizzato
del piede per
realizzazioni plantari
calzature delle migliori marche
noleggio e vendita elettromedicali
ed ausili per disabili
incontinenza
tutori
calze preventive e terapeutiche
specializzati nel piede diabetico

OFFERTA MESE DI OTTOBRE
sconto del **30%** sulle **calze Jobst**
fino ad esaurimento

• **ORVIETO SCALO (TR)**
via A. Costanzi, 39/41
Tel. 0763/302564
chiuso sabato pomeriggio

• **BAGNOREGIO (VT)**
via del Divino Amore
Tel. 0761/792551
chiuso sabato

• Cell. 329 6253520 - 393 0745894 • E-mail: marikamancini@hotmail.it



Risorsa o spazzatura?

Usciamo la mattina e ci chiediamo perché. Ed ognuno ha la sua idea e le sue valide alternative, ma quello che resta sono i cartoni, i sacchi o gialli o neri. E la sensazione che si potrebbe fare di più e meglio. Senza alibi e scuse. Basta pensare quello che succede al Sud, in Campania. Si proprio in Campania. **Il Comune di Salerno ha raggiunto il 70%** di raccolta differenziata in meno di due anni, grazie al sistema domiciliare esteso a tutta la città per i suoi 140mila abitanti, una percentuale impensabile fino a qualche tempo fa per un capoluogo di provincia, soprattutto in una regione difficile come la Campania. Stesso discorso per le raccolte domiciliari secco/umido attivate con ottimi risultati in una parte delle città di **Napoli e Palermo**. Ecco. Conta il metodo e l'impostazione. Non altro. Al nord, nella città di **Torino** la raccolta domiciliare integrata ha raggiunto la quota di oltre 400mila abitanti serviti, con una

percentuale di differenziata compresa tra il 43% ed il 71%, e una media del 61%. Nelle Marche dove il consorzio Cosmari gestisce il ciclo dei rifiuti per 300mila abitanti in **57 comuni maceratesi**, la percentuale di raccolta differenziata per tutto il bacino ha raggiunto il 70%. Non si tratta quindi solo di centri di piccole o medie dimensioni: le migliori gestioni dei rifiuti

nel nostro Paese, basate sul riciclaggio da raccolta differenziata, arrivano anche nelle grandi realtà urbane in tutto lo Stivale, dal nord al sud.

IL CASO

Poi ci sono storie che sembrano incredibili. Alla stessa ora tutti i cittadini escono di casa e portano fuori

Non si tratta quindi solo di centri di piccole o medie dimensioni: le migliori gestioni dei rifiuti nel nostro Paese, basate sul riciclaggio da raccolta differenziata, arrivano anche nelle grandi realtà urbane in tutto lo Stivale, dal nord al sud.



quella che in troppa parte d'Italia si chiama "spazzatura" e che qui invece è stata ribattezzata "risorsa". Meglio tenere il calendario in bella vista, per non sbagliare. Se dimentichi la consegna, non puoi buttare tutto nel cassonetto, magari di notte. I cassonetti, a **Capannori**, non ci sono più. Meglio essere puntuali con i ragazzi e le ragazze che arrivano davanti a casa, con un'Ape car a meta-no. È successo nel 1995, quando

c'era una lotta in tutto il paese contro la proposta di un inceneritore. **Rossano Ercolini**, maestro elementare, comprese che non bastava dire no, bisognava offrire soluzioni. E la soluzione era differenziare per ridurre. Così è iniziato tutto. E nell'aprile 2013 Ercolini ha ricevuto negli Stati Uniti il **Goldman Environmental Prize**, definito il "Nobel per l'ambiente". Centocinquanta mila dollari subito impegnati nell'associazione **Zero rifiuti** e nel relativo centro studi.

In un'Italia dove contro discariche e inceneritori ci sono state tante barricate e pochissime proposte, la storia di Capannori dovrebbe essere studiata a scuola. Si può parlare di rivoluzione culturale. Si doveva risolvere un problema

un **chip** con il codice dell'utente. Meno rifiuti consegnati, meno paghi. Una spesa eccessiva? Qualcuno lo pensava e invece le tariffe sono fra le più basse della Toscana - per un appartamento di 100 mq con tre persone la tassa è di 150 euro all'anno - e i sessanta giovani che fanno il porta a porta sono stati tutti assunti. I rifiuti qui sono una miniera. Puoi portare ciò che non serve più in un centro raccolta e già all'ingresso c'è una cernita. Da una parte ciò che è davvero da buttare (e va smontato per recuperare il rame delle lavatrici, il metallo, il legno...), dall'altra tutte le cose che possono servire agli altri. Ci sono abiti, mobili, libri, frigoriferi, giocattoli che, tramite la Caritas, vanno gratuitamente a chi



e un territorio si è trovato unito: **47mila cittadini** utilizzano la spazzatura nello stesso modo. Capannori nel 2007 è stato il primo Comune ad iscriversi all'associazione Zero Waste, rifiuti zero. La raccolta differenziata con raccolta porta a porta arriva oggi all'82 per cento, con punte del 90. "Arriveremo a zero - ha affermato il **sindaco** - nel 2020". Ed è iniziata anche la tariffa puntuale: ogni sacco per l'indifferenziata consegnato ai cittadini ha



ha bisogno. Il progetto Zero Waste coinvolge già anche i privati. C'è un negozio, **Effecorta**, che usa solo imballaggi riciclabili.

Olio, vino, vengono imbottigliati sul posto. Se vuoi il miele, ti porti il vaso. Anche detersivi e shampoo sono sfusi. Ora i Comuni italiani Zero Waste **sono 134** e fra loro c'è anche Napoli. Forse basterebbe solo osservare, capire e fare, invece di aprire nuovi calanchi.



Crisi del mercato immobiliare

Con la crisi, il mercato immobiliare si è letteralmente dimezzato. Dopo aver conosciuto un decennio ruggente (1997-2007), nel settore residenziale si è passati dalle 807mila abitazioni compravendute nel 2007 alle 403mila del 2013. Si è così tornati al volume di scambi del 1984: un arretramento di trent'anni. Emerge da un dossier Rur e Censis, che per la fine del 2014 stima le compravendite di case in circa 419mila unità. La ripresa "non è prevedibile possa avvenire prima della metà del 2015". Anche nel confronto con il 2008, il primo anno di forte flessione del mercato residenziale, il calo al 2013 è comunque molto rilevante, con un fatturato che è passato da 112 miliardi di euro ad appena 68 miliardi (-39,7%). Anche gli altri segmenti del mercato non residenziale, sempre secondo il rapporto del Censis, registrano dinamiche simili: tra il 2008 e il 2013 -50,9% il fatturato per il settore uffici, -55,1% per il settore commerciale (negozi), -50,6% per il mercato dei capannoni industriali. Il fatturato del mercato immobiliare non residenziale è passato tra il 2008 e il 2013 da 25,4 miliardi di euro ad appe-

na 12,1 miliardi. In definitiva, il fatturato complessivo del settore immobiliare (residenziale e non residenziale) è diminuito dai 137,3 miliardi di euro del 2008 ai 79,6 miliardi del 2013, con una riduzione di 57,7 miliardi.

"La situazione in Italia è diventata paradossale. In una fase di profonda crisi dell'economia immobiliare e dell'industria delle costruzioni, calano gli investimenti pubblici e privati. I primi a causa dei tagli al bilancio statale, i secondi per ragioni di mercato e di credito", afferma Giuseppe Roma, direttore generale del Censis e segretario generale dell'associazione Rur (Rete urbana delle rappresentanze), aggiungendo che "ove, però, gli investitori fossero interessati a trasformare immobili esistenti, valorizzare il patrimonio demaniale, riqualificare ambiti urbani o realizzare nuove strutture, la barriera più difficile da superare è l'atteggiamento inquisitorio delle autorità pubbliche, la non chiarezza delle regole del gioco, i continui aggiustamenti richiesti da una pletera di soggetti, detentori di piccoli o grandi poteri autorizzativi".



PRONTO INTERVENTO CASA

QUANDO NON SAI CHI CHIAMARE

TEL. 339.3024.414



Salve! Sono **Andrea Lupi**, mi occupo delle **manutenzioni** all'interno di **appartamenti ed uffici**, principalmente ad **Orvieto** e paesi limitrofi. Il mio punto di forza è un **lavoro veloce** con **ottimo rapporto qualità-prezzo**. Chiamami per un preventivo, una domanda o anche solo un consiglio, e scopri un mondo di cortesia e competenza.

I NOSTRI SERVIZI

**SOPRALLUOGHI
E PREVENTIVI
GRATUITI**

**NESSUN
COSTO
DI CHIAMATA**

**PRONTO
INTERVENTO**



SERRATURE

- SOSTITUZIONE SERRATURE
- MONTAGGIO SISTEMI DI SICUREZZA PER PORTE
- PRONTO INTERVENTO

PITTURA E MANUTENZIONE

- PITTURA SUPERFICI MURARIE
- TRATTAMENTO SU PERSIANE E FINESTRE IN LEGNO
- VERNICIATURA RINGHIERE



AVVOLGIBILI

- RIPARAZIONI TAPPARELLE
- VENDITA E FORNITURA AVVOLGIBILI
- SOSTITUZIONE CINTA

BAGNO E CUCINA

- MONTAGGIO E SOSTITUZIONE SANITARI
- MONTAGGIO E SOSTITUZIONE RUBINETTERIE
- RIPARAZIONI IDRAULICHE



 **LA POSTA DI ANDREA**

Stop alle muffe



*Ho delle macchie di umidità sulla parete, come posso fare per toglierle?
Giancarlo.*

Caro Giancarlo, ci sono dei prodotti spray igienizzanti specifici per trattare le macchie e poi si pittura con della vernice anti-muffa.

2P

SERVIZI PER LA CASA

Via Donatori Organi e Tessuti, 12
01021 Acquapendente (VT)

CONTATTI

Andrea Lupi
339 3024 414

serviziperlacasa2p@virgilio.it
www.2pdiandrealupi.it



teorema

nuovo punto vendita



via
**ANGELO
COSTANZI**
n.98

- CALZATURE
- ABBIGLIAMENTO
- ACCESSORI
- BORSE

IN OCCASIONE DELLA
NUOVA APERTURA
SCONTI
FINO AL 14/10/2014

Aperto tutte le domeniche

ANGELO PO

CUCINE PROFESSIONALI



FAEMA

ITALFORNI

enofrigo

SIRMAN

ifi

rational
PRODUCTION

fimar

Agenzia di Zona:

Assotec

PROGETTAZIONE - VENDITA
ASSISTENZA TECNICA - NOLEGGIO
CUCINE PROFESSIONALI
ARREDAMENTO BAR
PASTICCERIE PIZZERIE GELATERIE
PANETTERIE MACELLERIE

Ad Orvieto



CENTRO ASSISTENZA ORVIETO

FABIO PIOLI 329 4484909

VENDITA

PAOLO PIAGNANI 348 2220570

Fraz. Pian di Porto - Z.I. Bodoglie, 148/18/T - TODI (Pg)
ppiagnani@libero.it



di Rellini A. e Bartolini M.

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

www.studiorborvieto.it

IMPRESA&FISCO

A cura di:

Dott. Bartolini Marco
Dottore Commercialista;
Revisore dei Conti;
Curatore fallimentare,
Tribunale di Terni.
Partner STUDIO RB



Agevolazioni per investimenti in beni strumentali nuovi

Nel D.L. 91/2014, confermato nella L. 116/2014, vi è la nuova agevolazione prevista per i soggetti titolari di reddito d'impresa che realizzano investimenti in beni strumentali nuovi, destinati a strutture produttive ubicate nel territorio dello Stato. Si tratta, in pratica, nella concessione di un credito d'imposta pari al 15% delle spese sostenute in eccedenza rispetto alla media degli investimenti in beni strumentali realizzati nei cinque

periodi di imposta precedenti, con la possibilità di escludere dal calcolo della media il periodo in cui l'investimento è stato maggiore. L'agevolazione interessa tutti i soggetti titolari di reddito d'impresa risultanti in attività alla data di entrata in vigore del D.L. (25 giugno 2014); interessa anche quei soggetti la cui attività sia iniziata da meno di cinque anni. Per le imprese costituite successivamente al 25/06/2014,

il credito d'imposta si applica a tutti gli investimenti realizzati in ciascun periodo d'imposta. Il credito d'imposta è riconosciuto solo per gli investimenti in beni strumentali nuovi di importo unitario superiore ad euro 10.000 ed effettuati dalla data del 25/06/2014 fino al 30/06/2015. Tale credito deve essere ripartito ed utilizzato in tre quote annuali di pari importo. Attenzione alle cause di decadenza dall'agevolazione,

che sono: 1) caso in cui i beni vengano ceduti a terzi o vengano destinati a finalità estranee all'esercizio di impresa prima del secondo periodo di imposta successivo all'acquisto; 2) caso in cui i beni vengano trasferiti entro il 31/12 del quarto anno successivo a quello di presentazione della dichiarazione in strutture produttive situate al di fuori dello Stato anche se appartenenti al beneficiario dell'agevolazione.

A cura di:

Rag. Andrea Rellini
Consulente fiscale e
del Lavoro.
Partner STUDIO RB



Fisco. Dal 1 ottobre è in vigore l'obbligo generalizzato dei pagamenti f24 tramite il canale telematico

Con l'entrata in vigore dell'articolo 11 del D.L. 66/2014 il modello di pagamento F24, utilizzato dai più per il versamento delle imposte, dovrà essere presentato quasi esclusivamente in via telematica anche da parte dei soggetti privati. Tale obbligo era ormai già in vigore da diversi anni per i titolari di partita iva (ditte individuali, società e professionisti) per i quali non cambia, ora, assolutamente

nulla. Cambia invece per alcune categorie di soggetti quali persone fisiche private, soci di società e collaboratori di imprese familiari. Esaminando la norma, tuttavia, vi sono alcuni distinguo da sottolineare. Il primo è la **soglia di mille euro** sopra i quali vi è per tutti l'obbligo di pagare per via telematica (o tramite il proprio c/c bancario home banking o tramite il canale Entratel attraverso il proprio consulente) le

somme contenute nel modello f24. Sotto i mille euro è invece possibile ancora pagare in forma cartacea in banca, ma nella delega non devono essere contenuti **crediti compensabili** altrimenti scatta l'obbligo della via telematica. Di recente, con la circolare 27/E l'Agenzia Entrate ha specificato che le famose deleghe f24 compensative a zero devono essere presentate esclusivamente per via telematica Entratel e non home

banking (con il fine di monitoraggio immediato dei crediti), mentre si possono utilizzare i modelli cartacei, ma sempre se privi di compensazione, per i soggetti che non possono dotarsi di un c/c (protestati, falliti ecc.) o che utilizzano modelli f24 precompilati tipo quelli inviati dai Comuni per il pagamento della Tari, Tasi o Imu, o dall'Agenzia Entrate stessa per il pagamento degli avvisi di irregolarità.

A cura di:

Rag. Francesco Argentini
Consulente del Lavoro.
Partner STUDIO RB



Il bonus giovani

Con il decreto 8 agosto 2014 e la relativa pubblicazione sul sito del Ministero del lavoro, in data 2 ottobre 2014, il progetto Garanzia Giovani è diventato operativo: l'INPS provvederà all'emanazione delle direttive operative ed alla predisposizione di un servizio telematico, necessario per gestirlo. L'incentivo sarà riconosciuto alle assunzioni effettuate dal 3 ottobre 2014

fino al 30 giugno 2017. Il datore di lavoro che procederà ad assunzioni di giovani registrati al "Programma Operativo Nazionale Iniziativa Occupazione Giovani" (quindi di soggetti che abbiano le seguenti caratteristiche: età compresa tra i 15 ed i 29 anni, obbligo scolastico assolto, essere non occupati e non partecipare ad un percorso di studio e di formazione) bene-

ficerà di un incentivo economico diversificato in relazione alla tipologia giuridica di assunzione effettuata ed al profilo del lavoratore. Pertanto l'incentivo varierà da un minimo di 1500,00 euro fino a 6000,00 euro. Il datore di lavoro dovrà inoltrare in via telematica all'INPS, la domanda di ammissione al contributo, fornendo tutte le notizie richieste e riferite al lavoratore.

L'INPS valuta la spettanza del beneficio, verifica la disponibilità residua delle risorse, prenota l'importo spettante e lo riserva al datore di lavoro ammesso al beneficio. Entro 7 giorni lavorativi dalla ricezione della comunicazione del beneficio, il datore di lavoro deve procedere all'assunzione, qualora non sia già avvenuta.

GIUSTIZIA

Rimborsi aerei

Per calcolare il ritardo di un aereo, va considerato come orario di arrivo quello in cui viene aperto almeno uno dei portelloni. Così la Corte di Giustizia di Lussemburgo, a cui si era rivolto un tribunale austriaco.

Con la sentenza 452/13 la Corte europea fornisce una interpretazione che vale per l'applicazione su tutto il territorio dell'Ue, oltre che risolvere il caso specifico. Il passeggero del volo Colonia/Bonn ave-

va reclamato alla compagnia il rimborso di 250 euro così come previsto dal regolamento Ce 261/2004, ma si era visto rifiutare la richiesta perchè, per la compagnia, il ritardo era inferiore alle 3 ore previste per l'indennizzo (l'atterraggio era avvenuto con 2 ore e 58 minuti di ritardo). Ma siccome il portellone dell'aereo era stato aperto con un ritardo di 3 ore e 3 minuti, questo è stato il tempo che la Corte ha considerato per il calcolo dell'indennizzo.

CULTURA

Boom di ingressi in musei e siti



dati Sistan tra gli ingressi registrati ad agosto 2014 rispetto allo stesso mese del 2013 evidenzia un consistente aumento del numero dei visitatori (+323 mila), degli incassi (+1.250mila euro) e degli ingressi gratu-

È boom di ingressi (+10%) e di incassi (+11) nei musei italiani.

I dati relativi al secondo mese di applicazione della rivoluzione del piano tariffario e degli orari d'apertura dei musei introdotta dal ministro **Franceschini** confermano l'esito positivo degli interventi del Governo sul sistema museale italiano. "Grandi e piccoli musei - sottolinea il ministero dei Beni culturali - stanno beneficiando della nuova struttura tariffaria, delle aperture prolungate il venerdì e della prima domenica del mese gratuita". Il confronto dei primi



iti (+115 mila). In termini percentuali si registra una crescita del 10% dei visitatori, dell'11% degli incassi e dell'8% degli ingressi gratuiti. La prima domenica del mese senza biglietto sta dunque più che compensando l'eliminazione della gratuità per gli over 65 anni.

SALUTE

Cannabis a scopo terapeutico

Firmato un accordo di collaborazione tra i ministri della Salute e della Difesa, Beatrice Lorenzin e Roberta Pinotti, per l'avvio del progetto pilota che consentirà la produzione nazionale di cannabis terapeutica. Il protocollo è stato siglato oggi al ministero della Salute. La produzione avverrà presso lo Stabilimento Chimico Farmaceutico Militare di Firenze. Entro il 31/10 verrà costituito un gruppo di lavoro per definire in un protocollo operativo la

quantificazione dei fabbisogni rispetto alle malattie da trattare. Il protocollo operativo definirà anche le verifiche da effettuare e le tariffe da applicare a i prodotto. Il documento sarà quindi trasmesso al Consiglio Superiore di Sanità. Si prevede che i primi prodotti a base di cannabis terapeutica italiana arriveranno entro il 2015. Lo stabilimento di Firenze, in particolare, effettuerà le operazioni di coltivazione, fabbricazione della sostanza attiva di origine vegetale a

base di cannabis e il confezionamento della stessa in imballi di diverse dimensioni da distribuire, su richiesta delle regioni, alle farmacie territoriali ed ospedaliere per l'allestimento di preparazioni magistrali, da dispensare dietro presentazione di ricetta medica non ripetibile al fine di soddisfare il fabbisogno della popolazione. Attualmente esiste un solo medicinale a base di estratti di cannabis disponibile sul territorio italiano autorizzato all'immissione in commercio: è usato per alle-

viare i sintomi legati alla sclerosi multipla. Oggi, i medici che intendono prescrivere ai pazienti preparazioni a base di cannabis devono richiedere l'impostazione di prodotti in commercio all'estero impiegati per fini terapeutici.



Lavaggio tappezzeria igienizzante • Riparazione e sostituzione parabrezza • Ricarica climatizzatori



Easy Rent
AUTONOLEGGIO BREVE - LUNGO TERMINE

Numero Verde
800-557800

larupe@reteeasyrent.it
www.autonoleggioeasyrent.it

Novità

SERVIZIO PNEUMATICI

CHECK-UP
e SERVICE AUTO



il MATRIMONIO a TEMA

Scegliere il tema per il vostro matrimonio è un metodo efficace per dare uniformità e stile all'evento. Partecipazioni, tableau mariage, segna posti, cake topper, decorazione della location, decorazione della chiesa, centrotavola, bomboniere saranno legati tra loro da un filo conduttore e nulla sarà lasciato al caso. **La scelta del tema è anche un modo per rendere le nozze un momento più intimo e personale.** Inutile

dire che per arrivare all'idea definitiva ci vuole tempo.

I propri gusti, le proprie passioni, la propria storia sono un serbatoio infinito a cui attingere.

La strategia migliore è cercare di trovare l'**ispirazione**

facendo una lista delle vostre passioni, di ciò che vi unisce e vi caratterizza. Scegliere un tema legato al luogo in cui si vive è un'opzione semplice e piacevole. Ci si può affidare al paesaggio, oppure all'arte e alla cultura che hanno segnato la storia del posto. Si può scegliere un tema generale, come ad esempio un **elemento cromatico**, un **carattere moderno** o "**antico**", o un'atmosfera **country**.

Sempre attuale ed elegante abbinare le nozze ad un **elemento naturale**, un **fiore**, oppure un intero **genere** (ad esempio, le piante aromatiche). Ma la natura può anche stupire: un **matrimonio in chiave ecologica**, con piante vive in chiesa, tessuti e carte riciclate e **menù bio** sarà assolutamente trendy. Il tema delle vostre nozze potrà essere trovato nel mondo del **cinema**, dell'**arte**, della **tecnologia** o delle **favole**... la fantasia non deve avere limiti. Vi aiuteremo noi a dare un tono alle vostre nozze mettendo un tocco del tema scelto in ogni cosa.



Verdemela di Danielli Azzurra
Via della Resistenza, 15 - Allerona Scalo
Tel. 320 1955146

In Fiore - Jenny Rumori
P.zza Olona, 13 - Sferracavallo
Tel. 328 3765727

le briciole della Lù

C'era una volta...e c'è ancora, una botteguccia ai piedi della selciata, un po' nascosta e timida al via vai della strada, che nasconde all'apparenza tante sorprese! Aperta la porta, è un ambiente raccolto e accogliente a darvi il benvenuto... e un profumo che sa di buono come i suoi prodotti: pane, cereali, legumi, formaggi, salumi e verdure di stagione.



Alimentazione e benessere

Anche i profumi dell'estate stanno svanendo per lasciar posto all'odore pungente di sottobosco dell'autunno. Ottobre fa il suo ingresso regalandoci una stagione ricca di frutti: in primis i funghi! Profumati e aromatici, questo mese vi propongo degli abbinamenti "insoliti" per i vostri piatti classici: iniziamo con un **grano saraceno bio "Sapore di sole"** (400gr € 1.65) ha poco glutine ma abbonda in vitamine e sali minerali. Il **cous cous** è un ottimo piatto da gustare: quello di **grano saraceno e ceci bio "Sapore di sole"** (400gr € 3.35) ha un sapore semplice e facilmente accostabile ai nostri amici porcini! Per chi ama avere le mani in pasta ecco due chicche per rendere unico il vostro pane home made: **farina di semi di canapa bio "Sapore di sole"**

(250gr € 1.80), naturalmente priva di glutine, apporta preziosi nutrienti, conferendo un leggero gusto di nocciola agli impasti. Per le preparazioni da forno è consigliato l'utilizzo in percentuale con altre farine, può essere consumata in purezza o aggiunta a yogurt, latte e bevande vegetali. In arrivo i **Semi di chia "Sapore di sole" bio** (200gr € 5.75), scrigni di vitamine, proteine, minerali e acidi grassi omega-3 e omega-6; possono arricchire zuppe e minestre, o essere usati come integratore. L'autunno è anche il periodo in cui aumenta la caduta dei capelli, ottimo rimedio è l'**Alga spirulina bio "Santegle" 100% Toscana** (20 gr € 8.50), microalga di acqua dolce, dal colore verde azzurro che unisce all'altissimo contenuto proteico (70%), un'eccezionale concentrazione di vitamine (B, D, E, K), minerali (calcio, magnesio, ferro, potassio, zinco, selenio), 8 Aminoacidi essenziali e di Betacarotene. Un consumo giornaliero rinforza il sistema immunitario, combatte l'anemia, depura l'organismo e aiuta pelle e capelli a rimanere sani. Buon inizio Autunno a tutti... vi aspetto!!!

ALIMENTARI POLEGRI

Loc. Ponte del sole n.4 · Orvieto · tel. 347 0131808
e.mail: lamagadellespezie@libero.it

LOC. LA SVOITA, 47
Ciconia, Orvieto
Tel e Fax 0763 305516
Mob 333 8607497
martedì chiuso



A PRANZO MENÙ FISSO

Settembre e Ottobre PIZZA+BIRRA € 9,00

APERTO A PRANZO DALLE 12:30 ALLE 14:00
APERTURA SERALE DALLE 19:30 ALLE 24:00

SALUTE

Ebola, allarme Europa “Entro 3 settimane potrebbe arrivare in Francia e GB

Il rischio che il virus dell'ebola arrivi in Europa a breve è molto alto: un gruppo di scienziati dell'Università di Lancaster, in Gran Bretagna, ha incrociato i modelli di diffusione del virus e i dati riguardanti il traffico aereo e ha stabilito che il rischio che arrivi in **Francia** entro il **24 ottobre** è del **75%**, mentre che arrivi in **Gran Bretagna** è del **50%**. Questi dati si basano sull'ipotesi

che il traffico aereo con le aree colpite rimanga a pieno ritmo.

Se invece si realizzasse una **riduzione dell'80% dei voli**, considerando che molte compagnie aeree stanno bloccando i collegamenti verso i Paesi interessati, la probabilità scenderebbero sensibilmente, attestandosi per la Francia al 25% e per la Gran Bretagna al 15%.



SALUTE

Suicidi: perchè

Nel mondo c'è un **suicidio ogni 40 secondi**, tragedie in molti casi evitabili e che vengono ignorate per i tabù e la riprovazione sociale che circondano. La denuncia è dell'**Organizzazione mondiale della Sanità** che ha diffuso un rapporto basato sui dati di **172 Paesi** relativi al 2012. *“Ogni suicidio è una tragedia”*, ha affermato il direttore generale dell'Oms, **Margaret Chan**, *“si stima che più di 800.000 persone muoiano per suicidio ogni anno e che per ogni morte in precedenza c'erano stati diversi tentativi”*.

Il rapporto è stato lanciato in occasione della **Giornata mondiale per la prevenzione dei suicidi**, con iniziative che si sono svolte anche in Italia. A guidare la triste classifica è la **Guyana** (44,2 ogni 100.000 abitanti), seguita dalla **Corea del Nord** e dalla **Corea del Sud** (38,5 e 28,9), e da **Sri Lanka** (28,8), **Lituania** (28,2), **Suriname** (27,8), **Mozambico** (27,4), **Nepal** e **Tanzania** (24,9), **Burundi** (23,1), **India** (21,1) e **Sud Sudan** (19,8). Seguono **Russia** e **Uganda** (19,5), **Ungheria** (19,1), **Giappone** (18,5) e **Bielorussia** (18,3). **L'Italia** è molto staccata con un dato

che si aggira sui 6 suicidi ogni 100.000 abitanti.

Dal rapporto emerge che nei Paesi con un **reddito più alto** la media dei suicidi è leggermente più alta - 12,7 suicidi ogni 100.000 persone, al 90% per depressione - rispetto all'11,2 di quelli a reddito più basso che però essendo molto più popolosi rappresentano tre quarti del numero totale di suicidi. I metodi più usati per togliersi la vita sono l'avvelenamento con pesticidi, l'impiccagione e le armi da fuoco, ma nelle aree urbane dell'Asia è anche molto diffuso buttarsi giù da grattacieli. L'obiettivo dell'Oms è di riuscire a ridurre i suicidi del 10% entro il 2020.



Ristrutturazioni senza pensieri !!!

VUOI RISTRUTTURARE LA TUA CASA? PENSIAMO A TUTTO NOI.

CON NOI TROVI TUTTO CIO' CHE CERCHI:
COMPETENZA - QUALITÀ - RISPARMIO

MANFUSO SRL

Costruzioni - Ristrutturazioni - Manutenzioni

Piazza Monte Rosa 33 ORVIETO (TR)

carlomanfuso@yahoo.it

Manfuso Restaurazioni Srl

329 63 56 593

Padroni della poesia



Era atteso da anni, forse da sempre, da quando sono apparsi sulla scena musicale italiana. Ma non era così scontato. Invece è arrivato un lavoro a sei mani che forse non sarà l'album più bello degli ultimi anni, ma lancia un segnale non indifferente nel panorama della musica italiana.

Fabi, Silvestri e Gazzè sono ormai tre nomi importanti, consolidati, con un loro pubblico e con la loro critica; questo poteva essere un bene ma anche un male. Non è facile mettere d'accordo tre teste e tanti fan, perché il singolo tende a prevalere su tutto e, perché, la gara, al giorno d'oggi, impazza in ogni ambito, dai cantanti ai cuochi da casa. Invece, forse perché tutto davvero frutto della spontaneità e della voglia di fare qualcosa insieme, ne è uscito un bel lavoro, vero, anche un po' grezzo ma che arriva al cervello e al cuore. I singoli sono stati scelti ad hoc, per mettere in risalto proprio il lavoro uscito fuori a sei mani,

anche se (opinione mia) il pezzo fatto da tutti e tre e meglio riuscito è la traccia **COME MI PARE**, dove ai tanti consigli dati nelle strofe si contrappone il ritornello in cui si ribadisce la libertà di decidere e fare a modo proprio.

Ma il cd è frutto delle tre anime dei tre cantanti. Fabi è quello che mette qualcosa di nuovo, di diverso dai suoi soliti lavori. Smette di parlare di se' e tratteggia i profili di due persone, un uomo ed una donna, Anna e Giovanni, alle prese con i problemi della propria vita. E forse è lui, insieme a Gazzè, ad arrivare subito al cuore dell'ascoltatore. Gazzè, infatti, spalleggiato dal fratello nella scrittura, è il solito poeta-visionario, capace di raccontare in pochi minuti delle piccole favole di assoluta dolcezza. **IL DIO DELLE PICCOLE COSE** è un raro esempio di favola messa in poesia:

Il Dio delle piccole cose aspetta la fine del cammino/ Con un sacco sgualcito dal tempo e un piccolo inchino /Chissà se ci

ridà indietro le vite che abbiamo in sospeso.

Silvestri è quello che, al primo ascolto, sembra apparire meno di tutti; sembra il più svogliato, arrivato quasi per caso. La sua traccia **ZONA CESARINI** è cantata e suonata da lui, chitarra e voce, è la più personale e la più diretta e forse, proprio per questo, viene fuori ascoltato dopo ascolto. L'altra, che è densa di tutto quello che Silvestri è e sa essere, si chiama **SPIGOLO TONDO** ed è, musicalmente, la traccia meno contigua al disco e, per questo, perfettamente funzionale. Alla fine ti accorgi che questo non è un trio ma una somma di tre artisti che sanno viaggiare uno a fianco dell'altro senza calpestarsi, annullarsi, sovrastarsi. I tre rendono omaggio al Padrone della festa, al pianeta terra a modo loro, nella speranza di un futuro fatto di consapevolezza e di confronto, perché dal confronto nasce il miglioramento e il superamento della situazione che si sta vivendo.



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

AGRICOLA MARIANI



NOCCIOLINO di NOCCHIA

Combustibile ecologico per stufe ecosostenibili
composto da scarti di lavorazione di materiale organico

PELLET

Vasto assortimento
Disponibilità immediata



PELLETSLEGNO
Misto faggio
e abete di
provenienza
europea



DRAUHOLZ
Abete bianco
austriaco



HEATIT
Abete rosso
dell'Estonia



FUOCO
Misto faggio
e abete



DIAVOLINE ACCENDI FUOCO

- FUOCO
- ACCENDIGRILL
- ANZUNDER: Disponibile in cubetti o ecologica

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



Il giardino incantato



Lazio non significa solo Roma. Io spesso me lo dimentico e, forse, anche molti di voi. Ci sono tanti posti da vedere, piccole gemme da scoprire. Una si trova nel territorio di Cisterna di Latina, incredibile, vero? Parlo de **Il giardino di Ninfa**, un tipico giardino all'inglese, iniziato da **Gelasio Caetani** nel 1921, nell'area della scomparsa cittadina medioevale di Ninfa, di cui oggi rimangono soltanto diversi ruderi, alcuni dei quali restaurati durante la creazione del giardino. Un luogo incantato e fuori dal tempo, bello a tal punto di essere paragonato ai grandi siti italiani: 'Ecco Ninfa, ecco le favolose rovine di una città che con le sue mura, torri, chiese,

conventi e abitati giace mezzo sommersa nella palude, sepolta sotto l'edera foltoissima. In verità questa località è più graziosa della stessa Pompei, le cui case s'innalzano rigide come mummie tratte fuori dalle ceneri vulcaniche'.

Durante il periodo di massimo splendore Ninfa era una città ricca di case, oltre centocinquanta, munite di solaio e granaio, chiese, circa quattordici considerando quelle presenti sia all'interno che all'esterno delle mura e poi strade, mulini, ponti, due ospedali, un castello e un municipio. La città era difesa da una cinta muraria della lunghezza di circa 1.400 metri intervallata da almeno undici torri, anche se probabilmente

EL.CA. s.n.c.
Nucci Marcello & C.

**Impianti di allarme
Videosorveglianza**

CASTEL GIORGIO (Tr)
Via delle Piane, 2/d - Tel. e Fax 0763.627622
Info@elcasnc.it - www.elcasnc.it

Caffè

COSTANZI

**pizza tutti i giorni
anche da asporto**

**happyhour
tutti i week-end**

snackbar **articoli per fumatori**

ricariche telefoniche

Via A. Costanzi, 60 Orvieto Scalo • Tel. 0763/302811



erano molte di più. Il giardino, della grandezza di otto ettari, è un giardino all'inglese che ospita al suo interno oltre un migliaio di piante ed è attraversato da numerosi ruscelli d'irrigazioni oltre che dal fiume Ninfa: il fiume prende origine dall'omonimo laghetto di natura risorgiva.



Durante l'epoca romana, intorno alle acque che sgorgavano dai monti Lepini, fu costruito un piccolo tempio dedicato alle Ninfe, divinità dei boschi e delle acque, nome con il quale fu chiamato anche il fiume che attraversava e attraversa tutt'ora questo posto così incantevole. Nel 1297 poi, grazie alle ricchezze di queste acque, nacque Ninfa che nel

1297 fu acquistata da Pietro Il conte di Caserta. A fine 1300 la località fu saccheggiata e abbandonata fino a quando nel 1920 grazie ai Caetani furono restaurati gli edifici, fu scavato il letto del fiume, furono piantati gli alberi fino a che il giardino acquisì l'aspetto odierno, frutto dell'impegno di tre donne: l'inglese **Ada Bootle Wilbraham**, l'americana **Marguerite Chapin**, cognata della Wilbraham

e la nipote **Lelia**. E fu proprio ad opera di Lelia, insieme a suo marito **Hubert Howard** che fu aperto il Giardino di Ninfa, inizialmente solo ad una ristretta cerchia di estimatori, poi, ad un pubblico più ampio. Alla morte di Lelia, avvenuta nel 1977, la cura e la prosperità del giardino fu affidata alla **Fondazione Roffredo Caetani**. Delle testimonianze del periodo medioevale restano: alcune parti

del castello, resti di chiese e di edifici, le mura e il municipio che è stato completamente restaurato. Ma di Ninfa colpisce soprattutto il suo aspetto di oasi naturalistica, unica al mondo, creata dove un tempo regnava la palude. Il giardino è visitabile dal mese di aprile fino a novembre il primo sabato e la prima domenica del mese, inoltre la terza domenica di aprile, maggio e giugno e la prima domenica di novembre. Nelle giornate di apertura al pubblico, l'ingresso è libero senza prenotazione, fanno eccezione i gruppi (min. 30 partecipanti), ed è regolato da visite guidate con partenza ogni dieci minuti circa, secondo l'affluenza. Cosa aspettate allora? Il Lazio è così vicino!



ED

Estetica Danae

e

[comfort zone]

Via Monte Nibbio 29 /a
Tel. 0763 301933

DAL 17 AL 22 NOVEMBRE
FACE WEEK
TRATTAMENTO SKIN REGIMENT

Una vera rivoluzione

In 30 minuti puoi rinnovare+rassodare+ringiovanire la pelle del viso

A soli **25€ + sconto di 20€** sui prodotti correlati

