

IL VICINO

COMPENSORIO

Che sia un piacere e non un dispiacere...

SPORT

VI Memorial
Luca Coscioni
di atletica leggera

FENOMENO

Il ritorno del vinile

ITINERARY

L'isola di Corfù

RUBRICHE

Nido: la scelta giusta...
In Cucina con Elia
Beauty & Co.
Si viaggiare
Impresa e Fisco
Servizi per la casa
Cerimonie

TIPO SALUTE

Farmacia Erboristeria
Naturopatia
La psicologa risponde
Nutrizione: i consigli dell'esperta
Prevenzione dentale
Amici del Cuore
Abbadia Medica
Shiatsu e benessere



Giugno 2015 n. 109 - Anno X - Registrazione al Tribunale di Orvieto n° 4 del 29.07.05 - Editore Easymedia srl



newarc ARCANGETTI

newarc@libero.it
www.newarcmoda.it



Orvieto Scalo - Via Saffa Manni, 70/72 - 07603 301890



Porta d'Orvieto
Via A. Costanzi, 55/A
tel. 060 421577
COLMAR
Calvin Klein Jeans

Timberland



Corso Cavour 15/17
07603 340614



altaroocca
wine
resort



altaroocca
restaurant



altaroocca
spa

ristorante relax&spa matrimoni eventi meeting

Altaroocca Wine Resort | Rocca Ripresena 62 Orvieto | Tel. 0763 344210 0763 393437 | altaroocawineresort.com



Io SPORT
collezione Primavera • Estate in
LIBERTÀ

IMMEDIA1981.it



NEW Collection
Donna Uomo Bambino **-20%**

*sconto alla cassa su tutti i prodotti con il fiore dal 15 maggio al 15 giugno

Liberi di scegliere

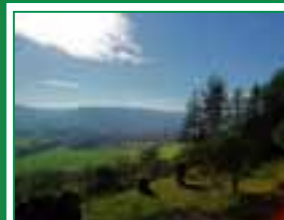
SCARPAMONDO
Moda Sport Viaggio

Centro Commerciale
Porta d'Orvieto

scarpamondo.it



LA TRANQUILLITÀ DI FARE CENTRO



LA SVOLTA

In zona alta e panoramica, con vista sulla rupe di Orvieto, porzione di villa posta al piano terra con giardino di 150 mq c.a., portico ed ampio balcone.

€ 129.000,00 Cl. en.: G



CICONIA OTTIMO INVESTIMENTO

Appartamento ristrutturato di piccola metratura, con ingresso indipendente al piano rialzato composta da soggiorno con angolo cottura, camera e bagno oltre cantina e posto auto.

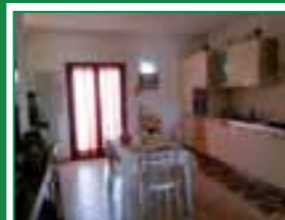
€ 45.000,00 Cl. en.: G



LOC. BIAGIO

Tra Orvieto e Bolsena, abitazione semindipendente di recente costruzione con garage, portici e giardino. Piscina e giardino condominiali.

€ 115.000,00 Cl. en.: G



LA SVOLTA

Appartamento di recente costruzione composto da: P1. soggiorno con camino ed angolo cottura, bagno e ripostiglio; P2. due camere, bagno e lavanderia oltre terrazzo. Garage al PSI.

€ 165.000,00 Cl. en.: G



ORVIETO CENTRO STORICO

A pochi passi dalla funicolare, appartamento ristrutturato con ingresso indipendente composto da soggiorno con angolo cottura, due camere, ripostiglio e bagno oltre soppalco.

€ 135.000,00 Cl. en.: G



CICONIA

In zona tranquilla e assolata, abitazione con ingresso indipendente con c.a. 400 mq di giardino oltre garage e portico.

€ 270.000,00 Cl. en.: G



ORVIETO CENTRO STORICO

Alle spalle del Duomo, luminoso appartamento recentemente ristrutturato (compreso tetto e facciata) composto da soggiorno con angolo cottura, due camere e bagno, con posto auto in garage.

€ 200.000,00 Cl. en.: E



BASCHI

Abitazione indipendente di 100 mq disposta su due livelli, composta da: Portico, soggiorno, cucina, due camere, bagno e cantina; Terreno di c.a. 2.500 mq con piante d'ulivo e alberi da frutto.

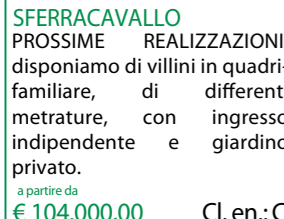
€ 115.000,00 Cl. en.: G



ORVIETO CENTRO STORICO

A pochi passi dal Duomo, luminoso appartamento di c.a. 105 mq con ampio soggiorno con angolo cottura e camino, tre camere, due bagni e magazzino al piano terra.

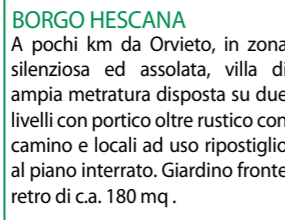
€ 248.000,00 Cl. en.: G



CANALE

Abitazione di ampia metratura, con ingresso indipendente, con possibilità di divisione in due unità abitative. Lavori interni di ristrutturazione e personalizzazione. Tetto rifatto recentemente.

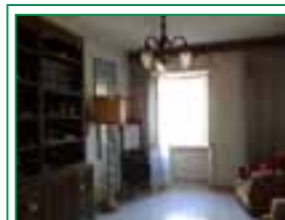
€ 65.000,00 Cl. en.: G



BASCHI NUOVE REALIZZAZIONI

In zona tranquilla, ultime soluzioni di villetta a schiera, disposte su due livelli con ingresso indipendente oltre garage e giardino.

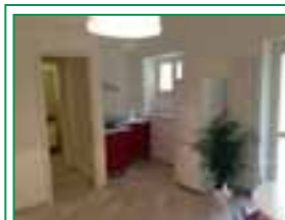
€ 169.000,00 Cl. en.: E



ORVIETO CENTRO STORICO

Piazza Marconi, luminoso appartamento di ampia metratura divisibile in due unità abitative con magazzino al piano terra. Interventi interni di personalizzazione.

€ 165.000,00 Cl. en.: G



ORVIETO CENTRO STORICO

Vicinanze Duomo, monolocale recentemente ristrutturato, posto al piano terra con possibilità di ingresso indipendente. Ottimo per investimento.

€ 85.000,00 Cl. en.: C



LA SVOLTA

Bilocale al piano rialzato e composto da: soggiorno con angolo cottura, camera e bagno oltre rustico con camino, lavanderia e bagno al piano interrato. Ampio giardino di 300 mq.

€ 95.000,00 Cl. en.: C

CERCHI CASA?

Lascia la tua richiesta in agenzia, ti terremo gratuitamente aggiornato sull'andamento della ricerca della tua casa.

QUANTO VALE LA TUA CASA?

Vuoi conoscere il reale valore del tuo immobile? Rivolgiti per una valutazione gratuita alla nostra agenzia affiliata Tenocasa.

SOMMARIO

Il Comprensorio

7



Sport

15



Notizie

29

Fenomeno

33



Itinerary

35



INFOSALUTE

36

IL VICINO

Direttore responsabile
Sergio Cesarini

Editore
Easymedia srl

Redazione
Claudio Dini, Lorenzo Grasso,
Silvia Angeli, Cristina Dini,
Leandro Tortolini, Letizia Baciarello.

Progetto grafico e impaginazione
Silvia Angeli

Concessionaria pubblicità
Easymedia srl-Tel. e Fax 0763.393024

Stampa Graffietti Montefiascone (VT)
Registrazione al Tribunale di Orvieto
n°4 del 29.07.05

www.ilvicino.it - info@ilvicino.it

Per la pubblicità di IL VICINO

EASY MEDIA
Tel. e Fax 0763.393024

di Lorenzo Grasso

CHE SIA UN PIACERE E NON UN DISPIACERE

COMPRESORIO



Che sia un piacere e non un dispiacere...

Che il bere sia diventato uno sport nazionale ormai e' risaputo. Che ci sia anche molto più interesse intorno a tutto il settore e' ancor più vero. C'è molta più cultura di prima e anche molta più possibilità di una volta.

Ovunque spuntano attività di bar e ristorazione ed e' il segnale che richiama c'è anche se pure questo settore si saturerà'.

Insegnare a bere e come bere e' fondamentale ma ricordiamoci pure che se questo e' diventato uno dei passatempi principi la colpa e' anche della società'.

E ricordiamoci pure che lo stesso stato che legifera sui livelli di ebbrezza e' lo stesso stato che incassa da ogni singola vendita di alcol.

Un controsenso c'è ed e' evidente.

Bere e' un piacere da condividere con gli altri, serve a stare insieme e a conoscere, perche' dietro ogni vino ed ogni bevanda c'è una storia.

Non rendiamo tutto fine a se stesso, non rendiamo banale un mondo vasto pieno di cultura e storia. Non vietiamo ma aiutiamo a conoscere e a far capire. Solo così si diventa responsabili e parti di un mondo.



Bere e' un piacere, se diventa un dispiacere ci priviamo solo una grande gioia.



I NOSTRI SERVIZI

- Automobili sostitutive a disposizione del cliente
- Banchi di riscontro e banchi dima universale
- Ripristino proiettori usurati
- Riparazione e sostituzione dei cristalli e parabrezza anche a domicilio
- Sostituzione di pneumatici
- Recupero autoveicoli
- Specializzati in verniciatura a forno con prodotti ecologici
- Finanziamenti personalizzati



SOCCORSO STRADALE 24H

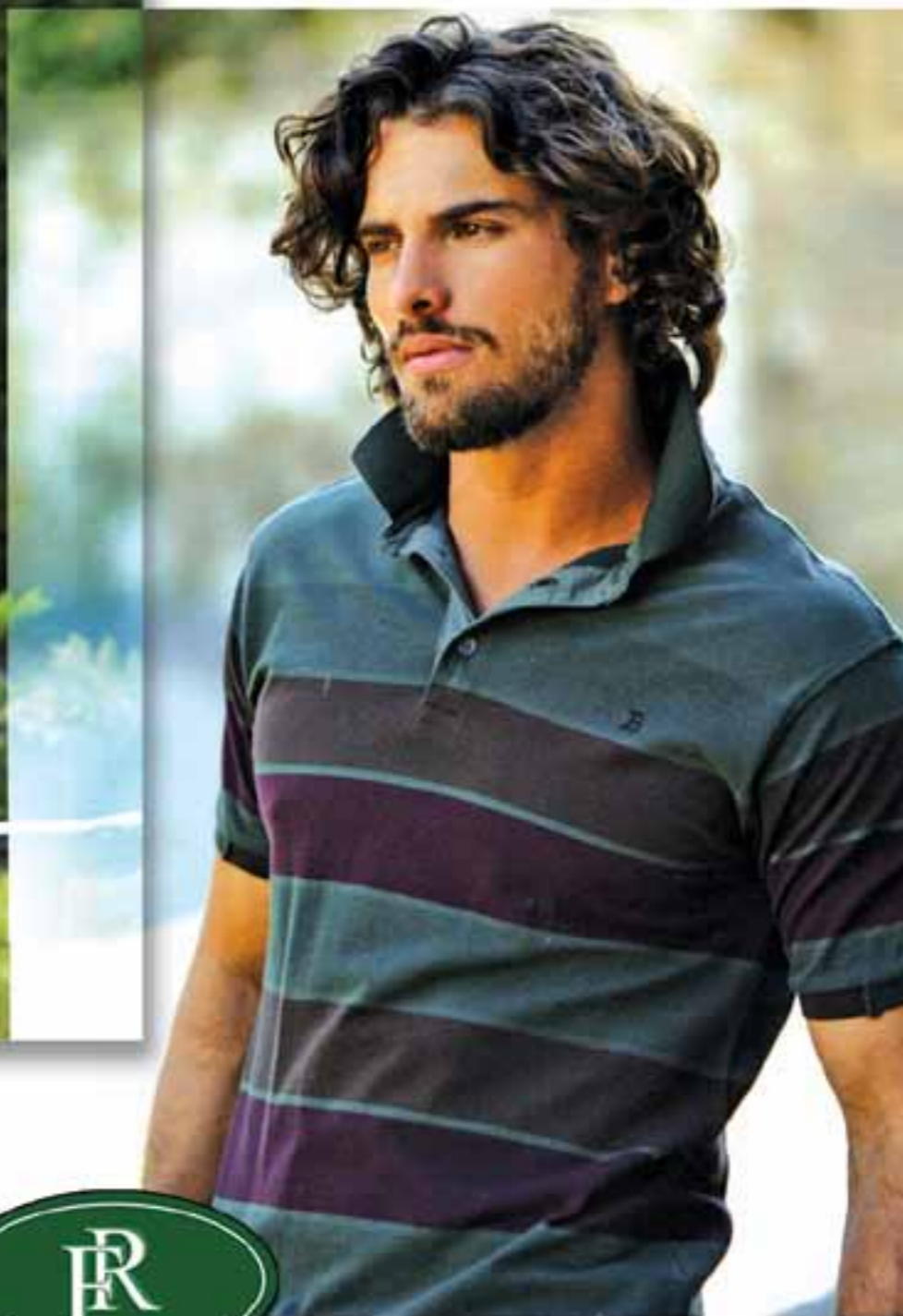
Loc. Le Prese
Strada Prov.le per Orvieto, 8
CASTEL VISCARDO
Tel. 0763.626245
Fax 0763.620332
337.927425
338.2601423

www.autocarrozzeria88.com

FRANCO & RENATO

PRESENTA

LA NUOVA COLLEZIONE



Piazza del Commercio 15 ORVIETO SCALO Tel. 0763.301323
piano rialzato accessibile con ascensore, scalata e scale mobili

COMPENSORIO a cura di Lorenzo Grasso

500 mila euro per impianti sportivi.

Via libera, dalla Giunta regionale dell'Umbria, allo stanziamento di 500 mila euro, nel bilancio di previsione 2015, quale integrazione del fondo di 900 mila euro già deliberato lo scorso anno e destinato alla riqualificazione degli impianti sportivi pubblici. La decisione dell'esecutivo regionale di Palazzo Donini consentirà ad ulteriori 11 comuni umbri, già ammessi in graduatoria, di ricevere il sostegno ai loro progetti in precedenza non finanziati per mancanza di risorse. Il totale delle municipalità che potrà beneficiare dello stanziamento sale, così, a 25.

Le progettualità ammesse al cofinanziamento riguardano i lavori di manutenzione straordinaria e messa a norma di impianti sportivi di proprietà pubblica e, in particolare, le opere edilizie per l'abbattimento delle barriere architettoniche, l'adeguamento ai fini dell'agibilità e della sicurezza oltre alla manutenzione straordinaria. Lo scorrimento della graduatoria ha ammesso al finanziamento i Comuni di:

Montefalco (complesso sportivo "Artemio Franchi", per manutenzione, adeguamento alle normative vigenti e abbattimento delle barriere architettoniche); Perugia (palestra Ponte San Giovanni, in Via Pietro Cestellini, per manutenzione straordinaria ai fini dell'agibilità, della sicurezza e dell'abbattimento delle barriere architettoniche); Guardea (complesso sportivo in Via Piagge per miglioramento ed adeguamento, abbattimento delle barriere architettoniche e messa a norma antincendio); Porano (palestra comunale di Via G. Marconi per messa a norma ai fini della sicurezza, abbattimento delle barriere architettoniche e manutenzione straordinaria); Castel Ritaldi (complesso sportivo in località Ca-

listo, frazione Bruna, per manutenzione straordinaria, abbattimento delle barriere architettoniche, mantenimento dell'efficienza tecnico-sportiva e della sicurezza tecnologica); Campello sul Clitunno (complesso sportivo in località Cerasola per intervento di ristrutturazione, messa a norma e abbattimento delle barriere architettoniche); Todi (campo di calcio "Franco Martelli" per manutenzione straordinaria, abbattimento delle barriere architettoniche e adeguamento normativo); Acquasparta (campo di calcio "Floro Finistauri" per adeguamento normativo, messa in sicurezza e abbattimento delle barriere architettoniche); Avigliano Umbro (campo di calcio Voc. Fontanamaio per completamento delle opere, messa a norma delle barriere architettoniche e dell'impiantistica); Montecchio (complesso sportivo in frazione Melezzele per manutenzione straordinaria, messa a norma ai fini della sicurezza e abbattimento delle barriere architettoniche); Lugnano in Teverina (piscina scoperta in Via S. Antonio, adeguamento funzionale e normativo, abbattimento delle barriere architettoniche).

UMBRIA

Piano telematico 2015.

La Regione dell'Umbria avvierà una studio di fattibilità preliminare per individuare una soluzione che consenta la realizzazione della rete nella cosiddetta Dorsale Ovest dell'Umbria e cioè il percorso che interessa Terni, Narni, Orvieto, il territorio del Trasimeno e va a ricongiungersi con la rete di Perugia attraverso la Ferrovia Centrale Umbra. Lo ha stabilito la Giunta regionale nella sua ultima seduta, approvando il Piano Telematico 2015.

La presenza in tale area di numerose infrastrutture degli operatori privati (dorsali Nord-Sud del paese), non-

ché di diversi rilegamenti in fibra ottica in disponibilità pubblica (tratte Infratel), ha determinato la necessità di uno studio di fattibilità preliminare, finalizzato ad individuare il



corretto mix tra le opzioni realizzative (costruzione ex-novo oppure concessione di infrastrutture esistenti) ed i tracciati di massima della rete.

Luca Tomassini Cavaliere del lavoro.

Ho appreso con molto piacere della nomina a Cavaliere del Lavoro, di Luca Tomassini, amministratore delegato e presidente della società Vetrya di Orvieto. E' quanto affermato dalla presidente della Regione Umbria. La sua nomina a Cavaliere del Lavoro rappresenta il giusto riconoscimento per un imprenditore che ha messo al centro della sua attività il valore del lavoro



stesso - ha riferito la presidente - Nella nostra regione c'è bisogno di imprese come la Vetrya ed imprenditori come Luca Tomassini.

Ho avuto modo di visitare l'azienda - ha detto la presidente - e valutare personalmente il valore aggiunto di questa società dove innovazione, ricerca e internazionalizzazione sono una realtà tangibile, così come molto innovativo è anche il modello di organizzazione del lavoro e della qualità dei servizi che l'azienda mette a disposizione del personale. La presidente ha concluso evidenziando che "la storia ed il successo di Vetrya testimoniano le potenzialità di crescita economica ed occupazionale dell'Umbria".

LAVORO

ORIGAMI CAFFÈ

CAFFETERIA | SERVIZIO PASTICCERIA | PASTI VELOCI | HAPPY HOUR

Scegli ORIGAMI CAFFÈ per le tue occasioni speciali

ORGANIZZIAMO SU PRENOTAZIONE Compleanni - Feste - Apericene per gruppi

Piazza del Fanello, 20
Ciconia - Orvieto - Tel. 0763 616 329
Chiuso la domenica pomeriggio

SEGUICI SULLA PAGINA FACEBOOK



NeroGiardini

new CALZATURE PER BAMBINI
Perchè per loro scegli solo il meglio.

Con la nuova stagione alle porte, la nostra offerta si arricchisce di un **nuovo reparto**, tutto dedicato a **bambini/e e ragazzi/e**. Per loro abbiamo selezionato **le migliori marche di calzature**.



Aperto anche la domenica

NUOVO PUNTO VENDITA
VIA ANGELO COSTANZI n.98 ORVIETO SCALO
CORSO CAVOUR n.42 ORVIETO

teorema
CALZATURE / ABBIGLIAMENTO
ACCESSORI / BORSE

COMPENSORIO

Progetti sulla educazione di genere per prevenire la violenza sulle donne.

SOCIALE

Con il patrocinio del Comune / Assessorato alle Pari Opportunità, a cura del Centro Antiviolenza "L'Albero di Antonia" di Orvieto, Mercoledì 27 maggio presso l'Aula Magna del Liceo Artistico si è tenuto il seminario aperto a tutta la cittadinanza

la differenza" che ha coinvolto 400 ragazze e ragazzi, di 17 classi delle Scuole Secondarie di Orvieto su tematiche finalizzate a sensibilizzare al riconoscimento degli stereotipi di genere. In particolare sono stati approfonditi i ruoli e le responsabilità dell'uomo e della donna nella famiglia e nella società, stereotipi che condizionano la vita sociale della donna dal mercato del lavoro all'accesso alla vita politica e alle cariche decisionali, ma che limitano anche gli uomini nell'espressione delle proprie emozioni e nella partecipazione ai ruoli di cura. Stereotipi che veicolano la disparità tra i sessi e costituiscono la base culturale sulla quale cresce il drammatico fenomeno della violenza maschile sulle donne.



foto di Erika Cesarini

sul tema "Stereotipi di genere e prevenzione della violenza sulle donne" rivolto in particolare a genitori, insegnanti e a tutti gli "educatori" in contatto con le giovani generazioni. Negli ultimi tre anni, le operatrici del Centro Antiviolenza di Orvieto hanno realizzato in collaborazione con l'associazione Maschile Plurale il progetto formativo "La scuola fa

e studentesse coinvolti hanno intrapreso un percorso di scoperta e costruzione di sé, in grado di valorizzare i propri desideri e le proprie risorse, e per instaurare relazioni basate sul rispetto delle differenze e sull'ascolto reciproco; riflessioni che attraverso l'incontro del 27 maggio sono state ora condivise con genitori ed educatori.



L'ISOLA DEI TESORI

Asilo nido, ludoteca, feste private, servizio baby sitter, campi estivi...

L'isola dei tesori è un asilo nido per bambini fino a tre anni, ma è anche una ludoteca per quelli da tre anni in su... giochi..., laboratori e inoltre...

AIUTO I COMPITI!!!

...offre un aiuto ai ragazzi delle elementari e delle medie nello svolgimento dei compiti a casa, e ripetizioni per tutte le età. L'isola dei tesori è inoltre un luogo bello, divertente e sicuro dove organizzare feste di compleanno con animazione per i vostri bambini.



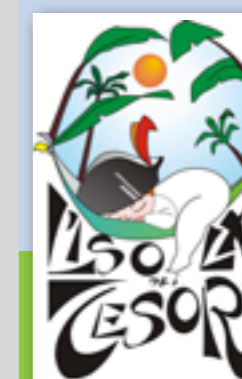
La scelta giusta...

L'arrivo della scelta del nido è sempre critico per una famiglia. È giunto il momento del temuto distacco tra la mamma e il suo bambino, che fino a questo punto hanno vissuto quasi in simbiosi, e ciò mette in crisi non solo la mamma, appunto, ma l'intero equilibrio della famiglia; per questo è fondamentale che la scelta sia ponderata con attenzione, ricordando che gli aspetti da valutare sono molteplici: non si tratta solo di "fare due conti" ma di considerare che si sta decidendo a chi affidare il proprio figlio, chi saranno le persone a cui ogni mattina lo "consegneremo", non solo perché venga accudito nei suoi bisogni fisiologici, ma perché soprattutto possa essere seguito con attenzione, rispettato nei suoi molteplici bisogni educativi. Si perché al contrario di quello che ancora oggi tanti credono, i bambini da 0 a 3 anni sono piccole spugne che, nel bene e nel male, assorbono tutto, e le esperienze che vengono loro permesse o negate a questa età sono irripetibili e fondamentali per la crescita; in questa fascia d'età i bambini apprendono molto più di quello che può fare un adulto ed è per questo che è importante che siano persone competenti e qualificate quelle a cui lo lasceremo.

È su questa qualità che qui all'Isola dei Tesori abbiamo improntato tutto il nostro lavoro, dai progetti che ogni anno fanno da filo conduttore delle attività, alle routine quotidiane della vita del nido, e non ultimo al rapporto di fiducia con le famiglie, necessario per un buon inserimento del bambino.



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



L'ISOLA DEI TESORI VIA SANT'ANNA 1, ORVIETO SCALO
3488419395
asilolisoladeitesori@gmail.com



Il Gruppo Superconti è ufficialmente di Coop Centro Italia.

In uno studio notarile si è concluso l'iter di confronto per la cessione delle quote della società delle famiglie Conti e Antognoli. A darne notizia è direttamente una nota congiunta delle due parti che definiscono il rapporto intercorso in questi ultimi mesi, scaduti anche dall'istruttoria dell'Antitrust, come «serio, costruttivo e di reciproca lealtà e fiducia».

Il nuovo gruppo dirigente della società Su-

perconti, naturalmente indicato da Coop Centro Italia, sarà guidato in qualità di presidente da Antonio Bomarsini, Tante le assicurazioni: dal fatto che il marchio Superconti, di antiche tradizioni, sarà conservato per valorizzarne al massimo il radicamento presso i consu-

matori, al fatto che saranno mantenuti gli attuali livelli occupazionali nonché i relativi contratti di lavoro al fine di valorizzare sia il percorso compiuto dalle due realtà territoriali che lo sviluppo della capacità di soddisfare al meglio le esigenze dei consumatori. Coop ha acquisito il controllo esclusivo

delle tre società del Gruppo Superconti, vale a dire Grandi magazzini Superconti spa, Superconti supermercati Termini srl e Superconti Service srl, e quindi dei relativi 32 esercizi commerciali. Complessivamente sono 860 i dipendenti del Gruppo, unità che salgono a 1.200 se si considera l'indotto delle ditte che svolgono servizi per la realtà delle famiglie Conti e Antognoli, oggi ufficialmente passata in mano a Coop Centro Italia.

coop
Centro Italia

Superconti
SUPERMERCATI

Lago Trasimeno in musica.

Un nome una garanzia. Vinicio Capossela è il direttore artistico di Moon in June, festival che si svolgerà a Isola Maggiore del lago Trasimeno dal 19 al 21 giugno. È in pratica il seguito della fortunata Music for sunset, ed è il primo evento organizzato

dalla Fondazione costituita per continuare l'opera del promoter Sergio Piazzoli. Nel programma il 19 una sola performance di Giovanni Guidi. Il 21 concerto di Capossela, con Gary Lucas, Micrologus e il trio Amadei. Tutti gli eventi cominceranno al tramonto.



COPERTINA

L'artista in copertina questo mese è **Elfriede Regensburger**:

Nata a Neuburg/Donau, Germania. Vive e lavora ad Ingolstadt/Germania nonché ad Or-

vieto. Elfriede esprime la sua opera in un ambito che spazia dai quadri in acrilico, acquerello, fino al carboncino. Come superficie utilizza la tela, ma anche il legno e la seta. Non si accontenta mai di una semplice rappresentazione della realtà o di una sua imitazione, ma dona al soggetto la propria interpretazione, ne modifica il motivo in maniera espressionistica.



il Vicino cerca "artisti"!!!

Dipingi, ami la fotografia, disegni, ti diverti con matite e carboncini, scolpisci, ecc... ANCHE TU IN COPERTINA!
il tema lo decidi tu... mandaci ciò che più ti piace...
a info@ilvicino.it

Presentata in Provincia prima ediz. "Paesaggi in movimento slow".

Otto Comuni e 23 associazioni daranno vita alla prima edizione di "Paesaggi in movimento slow" in programma dal 29 al 31 maggio in Valnerina alla presenza anche del noto storico dell'arte Bruno Toscano. L'iniziativa sostenuta dalla Provincia di Terni si snoderà fra i comuni di Arrone, Polino, Ferentillo, Montefranco, Monteleone di Spoleto, Poggiodomo, Sant'Anatolia di Narco e Scheggino ed è inserita all'interno della 7ª edizione della Giornata nazionale sulle miniere. L'evento è stato presentato stamattina in Provincia alla presenza dei sindaci, del presidente della Provincia, del dirigente provinciale al turismo Donatella Venti, della vice prefetto Simona Mignozzetti e dei rappresentanti delle associazioni che animeranno la tre giorni di festa. Il programma prevede visite guidate, escursioni, canyoning, pedalate, laboratori, eventi culturali e conviviali e conferenze come quella che domani, 29 maggio, alle 16,30, si svolgerà a Scheggino su "Storia e prospettive del

e direttore della National Gallery di Scozia, Bruno Toscano, professore emerito dell'Università Roma Tre, Elizabeth Klaven, direttrice della Biblioteca hertziana, Enzo Sinibaldi, studioso di storia locale. Sempre sabato 30 maggio in programma un'escursione geologica alla miniera di ferro di Terargo, a Monteleone di Spoleto. L'iniziativa si svolgerà al termine di un altro convegno, stavolta di settore, a Poggiodomo, sul geoturismo riservato ai geologi, con Paola Melelli, dell'Università di Perugia, e Fausto Pazzaglia, di Int.Geo.Mod. Sabato pomeriggio in programma anche visite guidate al Santuario della Madonna dello Scoglio recentemente ristrutturato e al borgo di Castel di Lago, una merenda slow in piazza a Ferentillo con il concerto dei campanari e dei Cantori della Valnerina. Domenica 31 maggio sarà possibile visitare l'antica Cava dell'oro di Polino, la miniera di lignite di Buonacquisto e di Ruscio e infine la miniera di Ferro di Monte Birbone nei dintorni di Monteleone di Spoleto, unica nello Stato della Chiesa e che venne inaugurata nel 1641. Saranno, inoltre, allestite in tutti i comuni mostre fotografiche (al chiostro di San Francesco di Monteleone di Spoleto sui campi di prigionia nella miniera di Ruscio) a Scheggino (Scheggino in cartolina), Montefranco (Scorci di vita quotidiana) ed una di stampe del Settecento sulla

patrimonio minerario della Valnerina". Parteciperanno il ricercatore Marco Venanzi e il geologo Tonino Uffreduzzi. Sabato 30 alle ore 10,00, a Montefranco è invece in programma il convegno sulla figura dell'architetto Carlo Marchionni a cui parteciperanno Timothy Clifford, storico dell'arte

Cascata delle Marmore (a Castel di Lago). Domenica 31 maggio, visita al museo della canapa di Sant'Anatolia di Narco, ristrutturato in canapa e calce, con dimostrazione di filatura, tessitura e lavorazione della canapa e visita al museo dell'Appennino "Sotto-Sopra" di Polino.



Salve a tutti, vi starete chiedendo chi è questo ragazzo con la giacca da Chef?! Molti di voi non mi conoscono ancora ma da adesso in poi se seguirete la mia rubrica di cucina scoprirete chi sono.

Mi chiamo **Elia Veschitelli**...

Con l'arrivo dell'estate voglio proporvi una valida alternativa alla solita insalata di riso o pasta fredda, da portare in spiaggia o da mangiare a casa con i vostri ospiti.



COUS COUS con pollo e verdure

Ingredienti per 4 persone:

- 400g di Cous cous
- 300g di Petto di pollo
- 1 Melanzana
- 2 Zucchine
- 100g di Fagiolini lessi
- 100g di Broccoli lessi
- 2 Pomodori grappolo
- Olio extravergine, sale, basilico.

Procedimento:

Per prima cosa lavate e tagliate a dadini tutte le verdure. Mettete dell'olio in una padella antiaderente capiente e fateci scaldare uno spicchio d'aglio. Saltateci e salate le verdure partendo dalle melanzane, una volta cotte mettetele in una ciotolina a parte. Poi saltateci le zucchini, i fagiolini e infine i broccoli. Tagliate a dadini i pomodori grappolo privandoli dei semi. Adesso tagliate a striscioline regolari il petto di pollo, saltatelo in una padella antiaderente con dell'olio e sale, state attenti però a non farlo cuocere troppo. Ora che tutti gli ingredienti sono pronti potete procedere con la cottura del cous cous. Mettetelo in una bacchetta capiente, aggiungete sale olio e aiutandovi con una frusta sgranatelo. Aggiungete acqua o brodo vegetale fino a coprirlo poi lasciatelo riposare per 5 minuti. Controllate che sia cotto, poi aggiungetelo nella padella delle verdure, riuniteci le melanzane e il pollo, aggiustate di sale e lasciatelo insaporire. Se risulta un po' asciutto, aggiungete dell'acqua o brodo. Fuori dalla fiamma aggiungete i cubetti di pomodoro e il basilico tagliato a striscioline. Per la composizione del piatto servitevi di un coppa pasta. Con un cucchiaino aggiungete il couscous e premetelo leggermente per fargli mantenere la forma. Togliete il coppa pasta e decorate con cubetti di pomodoro e del basilico come ho fatto io nella foto in alto. Oppure se volete gustarvelo in spiaggia o in ufficio, basterà metterlo in un contenitore e vi porterete con voi un pasto completo e leggero.

Se volete assaggiare questo ed altro potrete trovarmi qui:

Via Cesare Battisti, 5
Castel Viscardo
tel. 0763 361215

pizzeria-ristorante
caffetteria, pranzi veloci, merende,
menù da asporto e al tavolo.

Fantasy Pizza & Food



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

PUNTO
WIND



CUCINE SCAVOLINI™

a partire da € 3.500

Progettazione · elettrodomestici · trasporto e montaggio INCLUSI



Robot da Cucina Artisan KitchenAid

IN
OMAGGIO

living
kitchens
bathrooms

SCAVOLINI

Solo da Urbani Mobili

Corso Cavour, 124
05018 Orvieto (TR)
Tel. 0763 393687

Via Nazionale 87/c
05015 Fabro Scalo (TR)
Tel. 0763 832073

www.urbanimobili.it

Urbani
M O B I L I

PROFESSIONALITÀ E INNOVAZIONE

Intervista a un giovane Hair Stylist orvietano:

ALESSIO MONTENERO



Come nasce la "Light Collection" primavera-estate 2015?

La nuova collezione nasce dall'unione di due termini fondamentali nel nostro lavoro: estate e fantasia. L'idea è di un'estate che arriva improvvisa con colori ricchi e vivaci, uniti da linee geometriche morbide e semplici. Così prende forma la Light Collection presentata durante la sfilata di moda che si è svolta il 25 Aprile a Ciconia, dove la fantasia dello Staff, unita alla veterana professionalità della stilista Marina Codino, hanno dato vita a qualcosa di nuovo e veramente straordinario.

Come è stata accolta dal pubblico la presentazione della "Light Collection"?

A più di un mese dalla sfilata possiamo dire di essere molto soddisfatti del nostro lavoro perché, da subito, abbiamo riscontrato che l'emozione, l'estro e la fantasia, sono arrivati, di colpo, al pubblico presente. La nostra impressione è che l'idea che volevamo trasmettere sia arrivata in modo

forte e preciso; più raffinata e particolare era l'uscita finale che racchiudeva tutto il nostro estro, anch'essa accolta molto bene dal pubblico. Per noi questa esperienza è stata faticosa, sì, ma molto appagante sia per i complimenti ricevuti, ma anche per le critiche costruttive che ci spronano a migliorare di volta in volta!

In che misura i collaboratori del Salone Marina's Style hanno contribuito alla riuscita dell'evento?

Tutto il nostro Staff ha svolto un lavoro egregio, importante e indispensabile. Molti hanno lavorato con noi con professionalità e dedizione, sottoponendosi ad orari più flessibili e dando il meglio di sé in ogni occasione. Senza di loro non avremmo potuto organizzare e realizzare una sfilata ed è per questo che colgo l'occasione per ringraziare di cuore tutto lo Staff, Daniela, Elena e Carla per l'impegno messo nel lavoro svolto. Insieme a loro ringraziamo i modelli e le modelle che si sono messi in gioco dando la massima disponibilità, superando timidezze e paure e indossando la propria pettinatura con professionalità ed eleganza. Un particolare ringraziamento alla truccatrice Silvia Menichetti che

ha sposato le nostre idee truccando e inventando giochi di luce sui volti delle modelle, al Comitato festeggiamenti di Ciconia che ci ha dato questa opportunità e a tutte le hostess che hanno svolto un lavoro egregio. Per ultimo, ma non meno importante, un grazie a Roberto Montenero, il nostro braccio destro nel realizzare la creazione dell'ultima uscita.

Chi ha diretto i lavori di questa splendida realizzazione?

Chi altri se non la nostra "CAPO SQUADRA" Marina Codino: grazie a lei e alla sua competenza e pazienza abbiamo potuto realizzare tutto questo. Marina lavora nel settore da più di 25 anni, ed oggi, vanta una notevole esperienza nell'arte di curare i capelli, dalla consulenza, al taglio, alla messa in piega, all'acconciatura; realizza sempre, con altissima professionalità, in modo originale e fantasioso le sue creazioni, tenendosi sempre aggiornata sulle ultime tendenze moda. Parole chiave: professionalità, innovazione e tendenza. Il suo pregio più grande è quello di credere in noi giovani e nel nostro potenziale, proprio per questo, mettendo al nostro servizio le sue capacità e aiutandoci nella cura dettagli più particolari ci ha dato l'opportunità di esibire le nostre creazioni. Un grazie di cuore.

Perché avete realizzato e presentato la "Light Collection"?

Innanzitutto per accrescere la nostra professionalità, poi per metterci in gioco e sperimentare il percorso fatto insieme fino ad ora: formazione, dedizione al lavoro, cura nei dettagli, attenzione ai desideri dei nostri clienti... tutto elaborato e trasferito nelle nostre nuove proposte moda 2015!

E perché no!!!! Anche la voglia di sperimentare un nostro stile unico e irripetibile fatto di colori, forme e luci proposti con il marchio del Salone Marina's Style.



MARINA'S
STYLE

Via degli Eucalipti 57/A - CICONIA -
Orvieto Scalo (TR)
Marina 339 5482506 - 320 0382306
Alessio 3801485941



PROMOZIONE MESE DI GIUGNO

SONO ARRIVATE LE CROCCHETTE SCHESIR CHE FARANNO FELICI I CANI DI TAGLIA MEDIA

SCHESIR: NUOVE CROCCHETTE PER CANI DI TAGLIA MEDIA

Perché fargli provare le nuove crocchette SCHESIR DRY LINE?

- sono formulate con ingredienti naturali, più vitamine e minerali
- sono prive di coloranti e di conservanti aggiunti
- contengono fonti proteiche ad alta digeribilità
- l'elevata digeribilità, in sinergia con un corretto bilanciamento dei diversi nutrienti, aiuta il cane a mantenere il giusto peso, ossa forti ed un tono muscolare ottimale
- sono cruelty free
- i cani che le hanno provate, le hanno preferite al loro cibo abituale nel 64% dei casi

Ed ognuna delle 5 varietà disponibili, in formato 3kg oppure 12kg, ha caratteristiche specifiche per le esigenze del tuo cane.



giovedì 11 giugno
GIORNATA PROMOZIONALE

Schesir
NATURE CAT-DOG

BUONI SCONTO
da 2€ e da 4€
nei nostri 2 punti vendita

EFFEVETERINARIA



www.effeveterinaria.it

via dei Falegnami, 9 Zona ind. Bardano - Orvieto - via delle Acacie, 26 Ciconia - Orvieto
Tel. 0763 316372 - e-mail: effevet@tin.it

Continuano i corsi della Lenza Orvietana presso le Scuole.



Consapevoli che l'Educazione, in tutte le sue forme, non può essere statica ma va considerata in divenire, anche da parte della FIPSAS (Federazione Italiana pesca sportiva ed attività subacquee) si è sentita la necessità di riqualificare i suoi Istruttori che operano presso le scuole italiane, improntando l'attività didattica in chiave di conoscenza e tutela dell'ambiente, nella fattispecie di quello acquatico in tutte le sue sfaccettature.

Tale aggiornamento, per il Cento Italia, si è svolto lo scorso mese di dicembre, in tempo utile per riversare i nuovi e più moderni insegnamenti nelle scuole e quindi anche in quelle dell'Orvietano, in particolare presso l'Istituto Comprensivo Orvieto - Baschi (Scuola media Luca Signorelli) e

progetto "La Fipsas entra a scuola", progetto che recepisce le direttive FIPSAS anche in materia di Educazione Ambientale e che fonda le sue basi sull'originario progetto "Pianeta Acqua" che partiva proprio dall'elemento vitale per tutte le specie viventi, dal quale non si può prescindere e che rappresenta il bene più prezioso messi a disposizione dalla Natura.

I cosiddetti "esperti" dunque, si sono

recati più volte in orario scolastico presso le classi seconde ed hanno incontrato gli alunni iniziando con delle slide e con dei filmati spettacolari sulla pesca, intervallando i materiali con lunghe conversazioni, facendo continuamente riferimento ai problemi che assillano le acque, spesso suscitando, ad arte, lo sdegno dei ragazzi davanti ad immagini di degrado di numerosi fiumi, mari, laghi e deliziandoli per contro con luoghi idilliaci, sollevando in loro il desiderio di poterli visitare, inducendoli di riflesso a fare buoni propositi in futuro in merito alla conservazione dei siti ancora integri. Si è colta più volte l'occasione per parlare di Catene Alimentari, di Habitat con prevalenza di quello acquatico e poi si è parlato di

pesca. Si, solo quasi come argomento secondario ma che si pratica attualmente e che potrà continuare ad essere praticato dalle generazioni future, cioè dai ragazzi di oggi, se e solo se cercheranno di battersi per prevenire o, dove possibile, arrestare, il degrado dell'habitat, e cercheranno di assumere un atteggiamento di interesse e di attenzione e non di totale estraneità ai danni causati all'Ambiente. Si è trattato di tutto questo ma si è parlato anche di pesci, in prevalenza di quelli che popolano le nostre acque, di tecniche di pesca, sono stati mostrati varie attrezzature, si è cercato di insegnare la costruzione di vari tipi di lenze, si è parlato di

CONI che consiste nel gettare con una canna da pesca dotata di mulinello, un peso con il quale si deve cercare di centrare dei bersagli posti a distanze diverse e che attribuiscono punteggi crescenti al crescere della distanza. Ogni ragazzo ha effettuato più prove ed alla fine sono state stilate delle classifiche con premi finali come magliette, cappellini, manuali di pesca e libri sulla fauna acquatica forniti dalla Lenza Orvietana.

Alla fine dell'anno scolastico, poi, tutti a pesca.

I ragazzi, infatti, accompagnati dai loro genitori, si recheranno presso uno specchio d'acqua e si cimenteranno in una gara organizzata dalla Società Orvietana che li assisterà durante la fase agonistica ed al termine della prova, dopo aver fatto ripulire le sponde dai rifiuti lasciati eventualmente dai ragazzi, li premierà con materiali ed attrezzature di pesca.

Naturalmente i pesci pescati verranno mantenuti vivi in apposite nasse ed alla fine, dopo una veloce pesatura, verranno restituiti al loro ambiente.

Appuntamento dunque a PESCA!!!!

Renato Rosciarelli



recati più volte in orario scolastico presso le classi seconde ed hanno incontrato gli alunni iniziando con delle slide e con dei filmati spettacolari sulla pesca, intervallando i materiali con lunghe conversazioni, facendo continuamente riferimento ai problemi che assillano le acque, spesso suscitando, ad arte, lo sdegno dei ragazzi davanti ad immagini di degrado di numerosi fiumi, mari, laghi e deliziandoli per contro con luoghi idilliaci, sollevando in loro il desiderio di poterli visitare, inducendoli di riflesso a fare buoni propositi in futuro in merito alla conservazione dei siti ancora integri. Si è colta più volte l'occasione per parlare di Catene Alimentari, di Habitat con prevalenza di quello acquatico e poi si è parlato di

galleggibilità facendo riferimento a semplici principi di Fisica, si è parlato di diametro dei fili e di tanto altro ancora, in una sorta di lezione interdisciplinare per quanto possibile e, soprattutto, si è cercato di rispondere alle tante domande che venivano rivolte. E poi si è parlato di prevenzione trattando di canne al carbonio. Sì, proprio di quelle superleggere, tecnologicamente perfette, ma con il grosso tallone di Achille di essere conduttrici di elettricità e quindi da usare con molta prudenza nei pressi delle linee elettriche e durante i temporali. terminate le lezioni in aula si è passati in palestra dove tutti gli alunni si sono cimentati nel "Lancio Tecnico", una disciplina riconosciuta dal

www.lenzaorvietana.it - info@lenzaorvietana.it

STONFO COLMIC

Lezigno

Tandissimi articoli per: Trota Lago, Pesca al Colpo, Carp-fishing, Spinning, Liegering, Surfcasting...

COLMIC FOX SHIMANO STONFO ZEBCO

Chiamaci per conoscere le sempre nuove novità e i nostri fantastici prezzi

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

OFFICINA GOMMISTA CARROZZERIA REVISIONI ELETTRAUTO TRASPORTO CONTO TERZI CARROATTREZZI

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

**Trasforma
la tua vecchia
bicicletta**

**PEDALA
senza
FATICA**



VI Memorial Luca Coscioni di atletica leggera. Meeting internazionale.

Il 2 Giugno 2015 allo Stadio Luigi Muzi si è svolto il VI MEMORIAL LUCA COSCIONI un importante Meeting Internazionale di Atletica Leggera M/F. L'evento sportivo è stato organizzato da Libertas Orvieto, il Comune di Orvieto / Assessorato allo Sport, l'Associazione "Luca Coscioni", la famiglia Coscioni e la FIDAL, ed è stato preceduto da una conferenza stampa di presentazione del 28



Maggio, dove sono intervenuti il Sindaco, Giuseppe Germani,

la V. Sindaco e Assessore allo Sport, Cristina Croce, i genitori di Luca, Anna Cristina e Rodolfo Coscioni, i rappresentanti nazionali dell'Associazione Luca Coscioni per la libertà di ricerca scientifica, Alessandro Bracciali membro della stessa Associazione, Carlo Moscatelli Pre-

sidente della FIDAL Umbria e Sergio Viola Presidente della Libertas Orvieto. Diventato quest'anno di livello internazionale il Memorial Luca Coscioni si arricchisce di presenze significative dello sport e propone un altissimo livello di gara con la presenza di oltre 200 atleti di alto spessore. Una occasione che coniuga in sé due avvenimenti di grande interesse sportivo: il ricordo di un grande personaggio sportivo orvietano, Luca Coscioni, ed un insieme di gare di livello internazionale.

La uisp festeggia i 25 anni di sport e giochi popolari

SPORT

25 anni fa nasceva ad Orvieto la Lega Nazionale giochi tradizionali Uisp. Venne fondata proprio ad Orvieto nel 1990 la Lega nazionale giochi tradizionali UISP oggi denominata Area e, la UISP Sport per Tutti ha festeggiato la ricorrenza il 22 e 23 maggio, con una due giorni di appuntamenti e giochi in sinergia con "Orvieto in fiore", l'altra importante manifestazione che si svolge nella nostra città. L'iniziativa è patrocinata dal Comune di Orvieto e dalla Regione Umbria.

Domenica 17 maggio si è svolta la 29^a edizione di BICINCITTÀ

EVENTI

La manifestazione sportiva a carattere amatoriale promossa da UISP / Sport per Tutti si è svolta ad Orvieto lungo il percorso del parco Urbano del Paglia; BICINCITTÀ ha carattere nazionale e gode dell'Adesione del Presidente della Repubblica, della Presidenza del Consiglio dei Ministri, Ministero dell'Ambiente e della Tutela del Territorio e del Mare e il Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali. Ad Orvieto, BICINCITTÀ è organizzata da UISP / Sport per Tutti in collaborazione con l'Associazione "Val di Paglia Bene Comune" e la sinergia delle associazioni ciclistiche del comprensorio. Come è noto, maggio è il mese delle due ruote, e con Bicincittà, la manifestazione su due ruote più grande

d'Italia, dal 10 maggio scorso sono oltre 100 le città italiane che ospitano l'appuntamento, coinvolge tutti i cittadini amanti della bici, grandi e piccoli, per vivere una giornata all'insegna della festa dello sport per tutta la famiglia con una bicicletta non agonistica e aperta a tutti, per occupare i centri urbani e chiedere aria pulita e città più vivibili; trascorrendo una giornata all'aria aperta con benefici per la salute individuale e la possibilità di recuperare un

sano rapporto con il territorio all'insegna della mobilità alternativa. La pedalata si è svolta lungo il percorso pianeggiante fatto di strade per lo più bianche e secondarie nell'area compresa tra Ciconia e Orvieto Scalo lungo il fiume Paglia. Due i percorsi individuati: il primo breve di circa 4 km pensato per i bambini, il secondo lungo di circa 15 km dedicato agli adulti.



Caprio 1906 è specializzato nella vendita di biciclette, biciclette elettriche, motocicli, scooter e accessori.

In oltre duecento metri quadrati di esposizione, puoi trovare i migliori marchi del settore come BMC, KTM, Pinarello, Bianchi, Atala e di motorini e scooter dei migliori brand quali Malaguti, Aprilia, Piaggio, Suzuki e Honda.

Offriamo consulenza per la soluzione dei problemi posturali e calcolo della misura ideale del telaio. Inoltre si effettuano test di valutazione funzionale e programmi di allenamento personalizzati **TIMEBIKE**.

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



**NON ANDARE A LETTO
CON IL PRIMO CHE CAPITA**

erreci
Professionisti del riposo
materassi - poltrone relax - divani letto

INFO@MATERASSIERECI.IT WWW.MATERASSIERECI.IT
ORVIETO - STRADA DELL'ARCONI, 130 - TEL. 0763 714031

VNL **CONCEPT RECORDING STUDIO**

SCUOLA di PIANOFORTE
e MUSICA ELETTRONICA

➤ 2 lezioni GRATUITE ◀

SALA PROVE 340.4847531 - 0763.630129
Corso Cavour 233 05018 Orvieto (Italy) valentsnl@gmail.com