

# LIBERISMO, di comodo.



Il problema è l'eterno rinvio del tema della liberalizzazione della regolamentazione dei nuovi servizi digitali per il trasporto urbano, temi su cui l'Antitrust e l'Unione Europea ci bacchettano ormai da anni.

Un eterno rinvio che ha fatto sì che oggi il servizio taxi in tutta Italia sia regolato da norme risalenti al 1992, con gli effetti che tutti conosciamo: prendere un taxi è sempre più un salasso, i giovani preferiscono farsela a piedi.

E il conservatorismo all'italiana, ancora una volta, produce mostri: basti pensare all'obbligo

ma contenuta nel Milleproroghe che la renderebbe di fatto fuori legge in Italia.

Il movimento 5 stelle difende il vettore low cost e attacca il Governo... ed attacca il Governo stando dalla parte dei tassisti...contro Uber.

Quindi liberismo sì o liberismo no?

Tariffe concorrenziali si e libero mercato i o no?

Il teatrino continua.

La risposta è che non sembra realistico protestare, soprattutto perché non si tiene conto della realtà e ci si richiama ad un passato impossibile da riproporre.

Il tassista medio,

Pensare di andare contro questa tendenza è come cercare di fermare una cascata a mani nude, e non perché ci siano di mezzo i diritti del lavoratore tassista, che dovrebbero essere ovviamente tutelati come dovrebbe accadere a tutti gli altri, anche i precari o gli operai cui non è

certo consentito bloccare la capitale per sei giorni senza prendere cariche, mangia-

nellate e arresti di massa, ma perché è impossibile invertire la tendenza per fenomeni come questi; proprio come accade per le migrazioni, l'unica soluzione è cercare di mitigare gli effetti, cosa molto più difficile tra l'altro quando a

rappre-  
sente  
tare  
la

metropoli.

Pensare di fermare la liberalizzazione di questi servizi è semplicemente illusorio; quello che servirebbe è fare in modo che i lavoratori di questi settori non vengano danneggiati da questa evoluzione più di quanto vengano favoriti dai risparmi che spesso sono consentiti dall'Uber di turno.

È una materia difficile e scottante ma su questa redistribuzione si gioca il futuro dei diritti del lavoro.

Le grandi multinazionali della new economy dovrebbero non godere di paradisi fiscali

pagare le tasse dove lavorano e pagare una tassazione

robot che usano, per restituire ricchezza agli operai che rischiano di perdere il lavoro.

È possibile trovare una soluzione simile per i tassisti, ma anche per chi lavora(va)

nelle agenzie di viaggi, nelle librerie, nei negozi di dischi,

in quelli di elettronica e in tutti gli altri settori coinvolti in una vera rivoluzione economica?

Insomma la liberalizzazione ha toccato un settore fondamentale per noi italiani, quello dei bar e dei ristoranti, ma nessuno è morto, anche se molti ci hanno rimesso e hanno visto la loro licenza deprezzata.

Perché i tassisti valgono di più? Mistero...

categoria c'è una specie di corporazione con frange intolleranti e violente.

Siamo davanti ad un'evoluzione inevitabile che ha già interessato il mondo dei viaggi (Booking, Tripadvisor), degli alberghi (Airbnb), della vendita al dettaglio di libri, elettronica e tutto il resto (Amazon, Ebay) e che non può non interessare una parte sostanziale della vita contemporanea come i trasporti, specie in una



## Non solo liberismo.

Con Trump sta tornando di moda il protezionismo. Ma se guardiamo bene lo era già prima di lui.

Da alcuni studi tra i paesi più protezionisti a sorpresa al primo posto troviamo proprio gli Stati Uniti, Paese dove le misure protezionistiche sono nove volte più numerose di quelle volte a liberalizzare il commercio internazionale.

Sul podio della top ten compilata dal Credit Suisse grazie ai dati del Global Trade Alert, troviamo poi Russia e India (anche se va ricordato che Nuova Delhi ha lavorato sodo per aprirsi al commercio internazionale).

A seguire ecco in quarta posizione la Gran Bretagna, seguita da Brasile, Germania, Fran-

cia e Spagna. Attenzione perché la Cina, nella classifica della "chiusura", è solo in nona posizione, davanti a Giappone, Turchia e Arabia Saudita. Ma sommare le misure protezionistiche dei singoli Paesi non dà l'idea complessiva di quanto l'ombra protezionistica si stia allungando sul pianeta. Stati Uniti e Unione Europea hanno per esempio iniziato un duro confronto staccando multe miliardarie contro i rispettivi campioni d'oltreatlantico (Deutsche Bank e Volkswagen da una parte, Apple e Go-

ogle dall'altra). Un ipotetico scenario di chiusura commerciale non tarderà a farsi sentire anche sulle Borse, in particolare a Wall Street, dove le azioni americane sono più costose che altrove in virtù di quello che gli analisti della banca svizzera definiscono "globalization

premium". Un declino degli scambi internazionali o, peggio, guerre commerciali più o meno dichiarate colpirebbero gli utili attesi delle grandi multinazionali.

E chissà che la prossima crisi economica e finanziaria mondiale non arrivi proprio da questa deriva. Proprio come avvenne alla fine della prima globalizzazione, quando l'ondata protezionistica finì per trascinare il mondo nella Grande Guerra. In genere dagli errori si impara ma si sa che l'essere umano è incline alla ciclicità delle cose.



## Tutte le attività del Clac

Situato presso "il Borgo" di Orvieto Scalo, il Centro laboratoriale per l'apprendimento e la cultura (Clac) nasce come luogo di lezioni e ripetizioni e si propone come punto di riferimento nel supporto scolastico, nel potenziamento dello studio, nell'offrire corsi d'inglese per bambini, adulti ed adolescenti.

Lo scopo è quello di fornire un insegnamento finalizzato non solo all'incremento scolastico, ma che rivolge l'attenzione anche al consolidamento dell'autostima nello studente e della fiducia in se stesso.

Il Centro è un luogo che intende stringere un rapporto di fiducia e serietà con la famiglia anche attraverso il periodico aggiornamento sull'attività svolta dallo studente e sul suo andamento didattico.

Il Clac affronta le lacune pregresse procedendo con la programmazione di un ripasso sistematico delle materie in cui si riscontrano maggiori difficoltà, senza perdere di vista il programma svolto in classe e quando possibile, instaurando un rapporto di collaborazione diretta con la scuola stessa.

Il Clac si propone come compito quello di seguire l'evoluzione nell'apprendimento di bambini e ragazzi anche di coloro che hanno necessità specifiche come Bes e Dsa offrendo una didattica completa ed attenta a valorizzare le capacità di ognuno.

Con la volontà di fornire un servizio mirato, il Centro ha elaborato anche corsi potenzianti specifici per ogni singola materia ed età (Inglese, corsivo, laboratori di scrittura ed attività ludico-didattiche) col fine di rendere solide le attitudini, suscitare interesse e passione per lo studio e per la cultura. A studenti e famiglie il Clac offre la tranquillità dell'aiuto nei compiti, seguendo nello svolgimento lo studio e le esercitazioni a casa e fornendo un valido aiuto nelle spiegazioni di ciò che non è chiaro nelle varie materie.

Il Clac è fondato sul sostenere i bambini e ragazzi non solo dal punto di vista didattico ma anche dal punto di vista motivazionale. Coloro che si avvicinano al Centro infatti imparano divertendosi, migliorano i loro risultati scolastici e ritrovano, o trovano per la prima volta, fiducia in loro stessi, nelle loro competenze ed abilità: si avvicinano infatti ad un mondo fatto di coetanei, in un contesto positivo e ricco di stimoli culturali.

Per informazioni su tutte le nostre attività potete contattarci ai numeri: 328 4483299 - 338 9398062



**CENTRO  
LABORATORIALE  
per l'  
APPRENDIMENTO  
e la  
CULTURA**

Ci trovate in Piazza Monte Rosa n. 20  
Zona Commerciale "Il Borgo" (primo piano) /Orvieto Scalo  
Potete contattarci al 3284483299 - 3389398062  
O scriverci a clacorvieto@gmail.com  
facebook.com/clacorvieto



# Sport Wear & Street Jeans and Casual

Nuove Collezioni 2017

FIFTY FOUR

PYREX

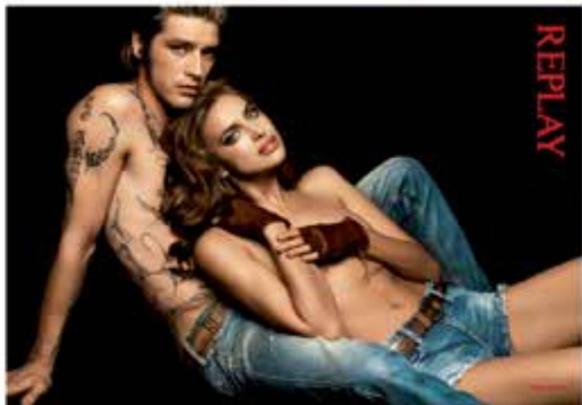
Meltin'Pot

40WEFT

REPLAY

TAKE.TWO

IMPERFECT



shockly

No-Na

FLYGIRL

GAUDI

RETRO

squad

FRED MELLO

ES  
YES-ZEE

MARKUP  
ITALIAN CLOTHING

CRISTINA  
GAVIOLI

DIKTAT

SSEINSE

DOUBLE EIGHT

PLEASE

BEVERLY HILLS  
POLO CLUB

POLO CLUB

Clara Garrone



# Le Chalet

Via Amelia, 31/33 BASCHI (TR) · Tel/Fax 0744 957196 · daniloelisa@tiscali.it



FINALMENTE  
anche a Ciconia  
è arrivato  
IL DISTRIBUTORE  
AUTOMATICO  
di crocchette per gatti



## Vieni a provare

Ce n'è per tutti i gusti!



[www.effeveterinaria.it](http://www.effeveterinaria.it)

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



## NUOVA PARAFARMACIA FRISONI

Omeopatia Misurazione pressione Erboristeria Autoanalisi del sangue



### OFFERTA Bioscalin®

Compresse, fiale, shampo anticaduta capelli BIOSCALIN

**SCONTO del 25%**

### OFFERTA RILASTIL®

Rilastil smagliature

€ **32,90** anziché € 42,90

### OFFERTA DEFENCE ELIXAGE

All'acquisto di 1 CREMA DEFENCE ELIXAGE a scelta fra:

- SATIN R<sup>1</sup> Crema rigenerante 50 ml
- VELOURS R<sup>1</sup> Crema nutri-rigenerante 50 ml



compreso nel prezzo 1 TRATTAMENTO COMPLEMENTARE fra:

- CONTOUR R<sup>1</sup> Balsamo occhi-labbra 15 ml
- NUBLE SERUM R<sup>1</sup> Olio rigenerante 30 ml
- NURT R<sup>1</sup> Trattamento notte intensivo 50 ml



Orvieto - Via A. Costanzi 59/b - Tel. 0763 316183  
Numero interno 12

ORARIO CONTINUATO · APERTO ANCHE LA DOMENICA · Tutti i giorni dalle 9,00 alle 20,00



CHINESIOLOGIA

## CICATRICI, POSTURA E DOLORI

Le Cicatrici Chirurgiche possono generare alterazioni della postura a causa delle continue trazioni sui tessuti fasciali e per le interferenze con il sistema nervoso. Le suture di tutti gli strati della pelle, degli organi, dei visceri e delle fasce che si ancorano alle parti ossee, creano trazioni continue che "attragono" come un fulcro gli altri tessuti del corpo anche a distanza notevole. Le cicatrici possono continuare e dare problemi anche dopo molti decenni, creando compensi posturali e adattamenti che il soggetto stesso non riesce a percepire. Un esempio lampante può essere la cicatrice da appendicite dove potremmo assistere ad adattamenti che con il tempo possono portare a rotazioni del bacino, delle vertebre lombari, rotazione del femore, della tibia e altre disfunzioni in direzione della cicatrice; o quella più sottovalutata del Taglio Cesareo dove vi sono strette relazioni con il mal di schiena, il sistema scheletrico si adatta e possono insorgere squilibri muscolari (debolezza o rigidità) nonché alterazioni degli schemi motori. Questo può innescare quei riflessi "viscero - somatici" dove la sofferenza profonda di un viscere crea disturbi funzionali alle parti muscolari che a loro volta possono scatenare disturbi ai visceri stessi. Si entra purtroppo in una specie di vortice che dura anche nel tempo, finché non si interrompono questi circuiti anomali. La terapia manuale specifica per le cicatrici, lo stretching fasciale e le mobilizzazioni dei tessuti possono interrompere questo circolo vizioso e ripristinare il giusto funzionamento muscolare, fasciale e viscerale. La continuità fasciale ci fa capire che il corpo è un'unità funzionale che va considerata sempre nel suo insieme così com'è.

Al cento di riabilitazione Fisiolife Orvieto proponiamo programmi riabilitativi personalizzati, basati su un'attenta valutazione funzionale. Ci distinguiamo per serietà, competenza, professionalità e continuo aggiornamento. Dedichiamo la massima attenzione ai nostri pazienti, che vengono seguiti da terapisti qualificati.



Professionisti:  
← CROCCOLINO RICCARDO  
Masso-Fisioterapista  
Chinesiologo  
Terapista Manuale  
Ginnastica Posturale Mezieres  
Preparatore Atletico



← CROCCOLINO GIACOMO  
Masso-Fisioterapista  
Chinesiologo  
Ginnastica Posturale Mezieres  
GIRONI GLORIA  
Fisioterapista



Ginnastica Posturale Mezieres  
Specialista in Riabilitazione Pavimento Pelvico

← CICA SERENA  
Ostetrica  
Specialista in Riabilitazione Pavimento Pelvico  
FINI AZZURRA  
Biologa Nutrizionista



Via Piave 2, Orvieto (Loc. Sferracavallo)  
Cell. 329.92.19.878 - Cell. 392.55.59.214

E' mio intento offrire in questa rubrica uno spaccato di quello che accade nel mio studio di Psicoterapeuta, con l'obiettivo di farvi conoscere un po' più da vicino alcuni casi specifici nei quali forse qualcuno si riconoscerà per alcuni aspetti.



Le storie di cui parlo qui sono vere e i nomi che utilizzo sono di fantasia. Alcune volte modificherò date, luoghi o particolari per preservare la privacy dei miei clienti.

## SE LUI NON RIESCE A FARE L'AMORE



Alex è un uomo di 39 anni che ha una relazione stabile da circa tre anni con una donna di 30 anni, Marina. I problemi di erezione si sono presentati sin dall'inizio, e in realtà erano presenti anche nella relazione precedente durata circa un anno. Alex ha voglia di fare l'amore, ma durante il rapporto qualcosa si inceppa e lui si sente frustrato, fallito, prova la vergogna e in qualche caso ha paura di non essere un vero uomo. Marina è sempre stata comprensiva, ha cercato di metterlo a suo agio, ma Alex ha iniziato ad essere ossessionato dal sesso. Ci pensa tutto il giorno, pensa a cosa accadrà la prossima volta, si auto-suggeriona, si predispone al fallimento e inevitabilmente...un altro buco nell'acqua! Ormai è esasperato, teme che la relazione possa finire, anzi ne ha quasi la certezza. Si vergogna a parlare del suo problema (pensa se lo sapessero gli amici!) e si sente sempre più solo e anormale. Ha fatto tutte le analisi cliniche e mediche, è stato da un andrologo, ha preso farmaci e ormoni ma con scarsi risultati: ogni volta che va a letto con Marina, gli sale l'ansia e lo stress schizza alle stelle. Nel percorso di Psicoterapia esploriamo le emozioni di Alex, il significato che ha per lui il sesso in generale e in questa relazione in particolare. Una parte del lavoro è psicoeducativa: Alex impara a conoscere e gestire il suo stress e le reazioni di ansia nelle varie componenti (sensazioni del corpo, emozioni, immagini e pensieri). Alex scopre di essere entrato in un circolo vizioso a livello psicofisico: più si preoccupa, più si manifestano le reazioni fisiologiche che lo predispongono al fallimento. Così durante le sedute gli insegno alcune tecniche di gestione della sua attivazione fisiologica (rilassamento, respirazione, bioenergetica, mental focusing, training autogeno), che gli permettono di gestire meglio i rapporti sessuali.....

leggi tutto l'articolo sul sito [www.robertoausilio.it](http://www.robertoausilio.it) e se vuoi fai le tue domande e lascia il tuo commento

Se vuoi conoscere più dettagli sui casi umani di cui scrivo qui, puoi collegarti al mio sito web, alla mia Pagina Facebook e al Canale Youtube "Psicologia e Vita".

### PARTECIPA ALLA DIRETTA FACEBOOK



venerdì 31 Marzo ore 21,00

ogni mese mi propongo di fare una diretta Facebook sull'argomento trattato nel Vicino: collegati e fammi le tue domande

Il dr. Ausilio, Psicologo e Psicoterapeuta Orvieto, riceve presso il Centro Mandala in via Monte Peglia 22 ad Orvieto, Tel. 328 4645207



## A COSA SERVE IL REIKI

A volte la seduta di Reiki può non avere i risultati sperati, pur essendo sempre l'energia universale ad agire direttamente sul paziente, perché a volte è il paziente stesso che ha bisogno di quella malattia per essere, ad esempio, compatito, considerato o anche perché la malattia gli serve da alibi per non avere mai consapevolezza della sua vita, di ciò che sta facendo, di cosa vorrebbe la sua anima. Così, per ora, è bene prendere in considerazione soltanto quello che può curare, guarire, la pratica del Reiki. Dobbiamo tenere presente che il Reiki agisce in profondità, all'origine della malattia o del malessere o della propria infelicità, infatti, ormai è cosa sempre più nota, che siamo noi stessi a generare tutto ciò che non ci rende sereni e ci fa star male; ciò che non va non viene dall'esterno, ma siamo noi a creare tutte le nostre situazioni. L'energia universale che trasmette, è l'operatore intelligente, va dove sa di dover andare per curate e per rendere felici. Potrei fare un elenco lunghissimo di tutto ciò che il Reiki produce di positivo, guarisce persino le bruciature impedendo il formarsi di vesciche o rossori, facendole semplicemente sparire, così succede anche per le ferite, aiuta a trovare soluzioni giuste per situazioni problematiche a cui non si riesce a trovare un verso, aiuta a trovare lavoro, così risolve problemi di cuore e sentimentali, aiuta a trovare la propria strada nella vita, credo quindi che possa rendere positive per noi stessi delle situazioni che apparentemente non sono altro che negative. Non me la sento a questo proposito di affermare che cura e guarisce qualunque malattia, anche se, non dimentichiamolo, esistono in Giappone ospedali che curano con il Reiki, ma esiste il karma e contro il Karma, se prima non si scioglie il suo nodo, non si può nulla; ma il Reiki può aiutare anche a risolvere antichi problemi di vite precedenti e a renderci liberi di ascoltare il nostro "io" più profondo e di fare in modo che quest'ultimo possa intervenire direttamente nella nostra vita. Il Reiki aiuta tutto questo ed ha un solo scopo: farci superare tutte le difficoltà e donarci in qualche modo la felicità o comunque rende più agevole la strada per il raggiungimento della stessa accelerandone il tempo di realizzazione. Chi volesse saperne di più potrà contattarmi al numero di cellulare e comunque vi ringrazio in ogni caso di questa breve lettura..



PER MAGGIORI INFORMAZIONI  
DIANA GRADOLI  
377 9932409

FISIOMED  
STUDIO PROFESSIONALE DI FISIOTERAPIA ED OSTEOPATIA



## Rieducazione Posturale Globale e Scoliosi

La scoliosi è una patologia caratterizzata dalla deformazione della colonna vertebrale sui tre piani dello spazio. L'eziopatogenesi più frequente è quella idiopatica, ovvero senza una causa conosciuta, e rappresenta l'80% dei casi. La scoliosi idiopatica si manifesta principalmente durante l'infanzia e la pubertà, dove l'accrescimento osseo subisce un'incrementale sviluppo, per questo sarebbe utile un controllo periodico della postura durante l'accrescimento del bambino. È fondamentale riconoscere una scoliosi precocemente, in modo da iniziare subito un trattamento fisioterapico mirato ed evitare così il suo aggravarsi. La figura del fisioterapista svolge un ruolo importante nel progetto riabilitativo, ciò rende utile rivolgersi ad un operatore qualificato per un trattamento mirato. Grazie alla Riabilitazione Posturale Globale (R.P.G.) è possibile ottenere dei miglioramenti importanti sia della morfologia del rachide che dei sintomi ad esso correlati, garantendo al bambino una crescita corretta, seguendolo ed accompagnandolo lungo le varie tappe dello sviluppo.

## Osteopatia e dolore cervicale

Il dolore cervicale è una delle sintomatologie dolorose oggi più diffuse. Le attività lavorative, sportive e lo stress prolungato, infatti, determinano spesso alterazioni posturali con conseguente contrattura muscolare e dolore. A questi possono aggiungersi altri sintomi, come cefalea, vertigini o irradiazione del dolore alle spalle e all'arto superiore. Queste sintomatologie, se non curate in modo adeguato, possono cronicizzare ed evolvere in quadri clinici anche gravi. Con l'Osteopatia è possibile individuare le principali cause muscolo-articolari del dolore e programmare un piano di trattamento volto al miglioramento ed alla risoluzione del quadro clinico. Agendo infatti non solo sul sintomo ma anche sulle cause che lo producono, è possibile ripristinare un buon equilibrio posturale ed apprezzare miglioramenti significativi già dopo le prime sedute. I miglioramenti vengono riscontrati in termini di riduzione del dolore, miglioramento della mobilità articolare e della capacità funzionale.



DOTT. MATTEO COCHI  
Osteopata D.O.  
Dottore in Fisioterapia  
Specializzato in  
Rieducazione Posturale  
metodo Mézières  
Cell. 3922485551



DOTT. MATTEO FUSO  
Dottore in Fisioterapia  
Specializzato in  
Rieducazione Posturale  
Globale (R.P.G.) ed  
Idrokinesiterapia  
Cell. 3279032936

Si riceve su appuntamento presso: FISIOMED  
Studio professionale di Fisioterapia ed Osteopatia  
Allerona Scalo, Via della Libertà n. 1

## ASPETTI NUTRIZIONALI E SALUTARI DEL CIOCCOLATO FONDENTE

Il cioccolato ("cibo degli dei") è un prodotto ottenuto a partire dalle fave di cacao dell'albero del Theobroma cacao, originario dell'America meridionale.

L'utilizzo del cioccolato si è tramandato nella storia, rivestendo spesso un ruolo controverso.

Nell'antichità, le popolazioni Maya e Azteche lo utilizzavano per rituali religiosi o a fini medici, considerandolo un cibo, appannaggio quasi esclusivo dei nobili.

All'inizio consumato solo come bevanda, con il passare dei secoli il cioccolato nella sua forma più "solida" è diventato un alimento accessibile a tutti, il cui ruolo benefico dal punto di vista nutrizionale e salutare è stato riscoperto negli ultimi anni. La lavorazione e la produzione del cioccolato è molto lunga e complessa: è importante sapere che dalla macinazione delle fave di cacao si ottiene la separazione della pasta di cacao e del burro di cacao, due componenti molto differenti dal punto di vista nutrizionale.

Il burro di cacao è la componente grassa del cacao, contiene grassi "buoni" come l'acido oleico (lo stesso dell'olio di oliva), acido palmitico, acido stearico e linoleico: il burro di cacao conferisce la tipica sensazione di "scioglievolezza" in bocca.

La pasta di cacao invece è composta da un mix di sostanze come minerali (magnesio, zinco, rame, ferro), vitamine e polifenoli. Il punto di forza del cioccolato sono proprio i polifenoli, dotati di potere antiossidante, rappresentati nel cioccolato dai flavonoidi, dalle catechine e dalle procianidine. La quantità di polifenoli contenuta nel cioccolato è estremamente variabile e dipende non solo dal tipo di cioccolato ma anche dalla modalità di lavorazione a cui le fave di cacao sono sottoposte.

In generale il cioccolato fondente non solo contiene una quantità maggiore di polifenoli perché ha un contenuto più alto di pasta di cacao rispetto agli altri tipi di cioccolato, ma anche perché l'assorbimento dei polifenoli risulta essere favorito.

Questo perché l'azione dei polifenoli nel cioccolato al latte è marcatamente ridotta a causa della presenza delle proteine del latte che legano i polifenoli limitandone l'assorbimento, con conseguente minori benefici sulla salute.

Lo stesso accade quando si consuma il cioccolato fondente insieme al latte.

Per quel che riguarda invece il cioccolato bianco, esso non contiene polifenoli proprio per l'assenza di pasta di cacao nella sua composizione.

Un consumo equilibrato di cioccolato, che tenga in considerazione del TIPO, della QUALITÀ e della QUANTITÀ è associato a innumerevoli effetti positivi sulla salute umana.

**Nello specifico il consumo giornaliero di 20-30 grammi di cioccolato fondente al 70% si è dimostrato essere utile nella riduzione:**

- nella riduzione del rischio cardiovascolare
- nell'abbassamento della pressione arteriosa
- nella prevenzione della formazione della placca aterosclerotica
- nell'aumento della sensibilità insulinica e riduzione dell'insulino-resistenza
- nella prevenzione dei tumori
- nella normalizzazione dei parametri della sindrome metabolica
- nel miglioramento delle funzioni cognitive
- nella regolazione del tono dell'umore
- nel miglioramento del profilo lipidico (aumento del colesterolo HDL)

Dott.ssa Azzurra Fini  
Biologa Nutrizionista

Riceve su appuntamento presso:

**Ambulatorio Medico**

Via G. Marconi 5, Porano

**Artestetica di Bordo Sara**

Via G. Marconi 34, Baschi (TR)

**Ambulatorio Medico**

Via Roma Nuova 2, Castel Giorgio

**Fisilife**

Via Piave 2, Sferracavallo

Tel. 328 8633173  
azzurra\_fini@hotmail.it

Il cioccolato in quanto tale e "non adulterato" è un functional food che, a giuste dosi, può essere integrato in un regime alimentare equilibrato.

Pertanto, al fine di indirizzarvi verso scelte consapevoli, scegliete sempre un cioccolato di alta qualità, per esempio leggendo gli ingredienti presenti sulle etichette nutrizionali dei prodotti.

In tal modo si potrà distinguere il cioccolato "puro" da tutti quegli snacks e junk food ampiamente pubblicizzati presenti sul mercato, restituendo al cioccolato l'originario appellativo di "cibo degli dei", con conseguenti benefici anche sulla salute.

## SERVIZI OFFERTI

- Piani alimentari per infanzia, senilità gravidanza e allattamento
- Piani alimentari per condizioni fisiopatologiche accertate (ipertensione, dislipidemie, ecc.)
- Piani alimentari con esclusione degli alimenti non tollerati
- Piani alimentari dimagranti
- Piani alimentari per vegetariani
- Attività di consulenza alimentare per palestre, centri fitness ed estetici
- Corsi di educazione alimentare
- Progetti di educazione alimentare





Orvieto Città Cardioprotetta ospita Jack SINTINI

# La forza e il coraggio dello sport nelle avversità della vita

Giovedì 30 marzo 2017

Centro Congressi Palazzo del Capitano del Popolo  
Sala dei 400

## programma

- Ore 16:30 **Saluto di benvenuto**
- Ore 16:45 **Orvieto Città Cardioprotetta è Team cardioprotetto: due progetti di lotta all'arresto cardiaco sul territorio**
- Ore 17:15 **Proiezione del video "Orvieto Città Cardioprotetta" prodotto dall'Associazione Amici del Cuore di Orvieto e dalla Cestistica Azzurra Orvieto**

Ore 17:30



incontro con

## Forza e Coraggio

Jack SINTINI

campione di pallavolo e motivatore

«Non volevo che mia figlia crescesse pensando che il suo papà si era arreso. Non era questo l'esempio che volevo lasciarle» - Jack Sintini -

modera

Monica RICCIO  
Direttore Responsabile di Orvieto24

con il patrocinio di:



COMUNE DI ORVIETO



FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI ORVIETO

segreteria organizzativa



Via di Piazza del Popolo 14 - Orvieto  
Tel. 0763 344666 - info@effegi.viaggi.it

Associazione Amici del Cuore di Orvieto Onlus (decreto del 4 gennaio 1997 n° 78 e s.m.)  
casella postale n° 9 - 05018 ORVIETO  
www.amicocuore.it

## DOMVS Pedagogico Clinica

La clinica del territorio

RIPENSARE UNA CLINICA PIU' PROSSIMA ALLA PERSONA...  
Nel ciclo di vita.

In un luogo protetto dove attivare risorse e scambi,  
punto di incontro tra professioni e innovazione.  
PROFESSIONALITÀ · ACCURATEZZA · TEMPESTIVITÀ

Lavoro di alto artigianato  
in una piccola bottega...  
LE OPERE D'ARTE  
SONO LE PERSONE.

Nella Domvs Pedagogico Clinica  
lavorano dei professionisti dell'aiuto  
costantemente aggiornati sulle metodologie  
della Pedagogia clinica, della Psicopatologia  
dell'apprendimento, della Logopedia della Psicomotricità funzionale, del Reflecting e della Mediazione.

Logica

Lettura

Scrittura

Calcolo

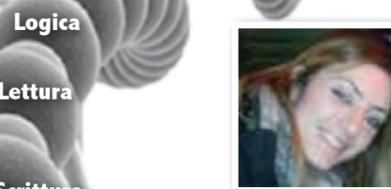
Spazio  
tempo

Memoria

Ritardi  
psicomotori  
e linguaggio

Disprassie

Deglutazioni  
deviate



Roberta Belli

Tel. 338 2760986

Psicomotricista funzionale, tecnico ABA, socia del centro prima infanzia Oasi dei piccoli. Segue i bambini in sedute individuali ed in piccoli gruppi attuando progetti in scuole e negli studi di Orvieto e Viterbo.



Luca La Mesa

Tel. 333 9679233

Pediatra Asl Roma psicoterapeuta, formatore dell'Opera Nazionale Montessori, coordinatore di nidi, svolge la sua attività a Roma, Viterbo e Orvieto.



Luisa Vera

Tel. 371 1879533

Logopedista Senior con formazione eclettica in filosofia, pedagogia, neuropsicologia. Da sempre ha seguito persone con difficoltà della comunicazione nel ciclo di vita. Attualmente docente di logopedia al Master di Psicogeriatrics all'Università di Roma La Sapienza. Svolge la sua attività di clinica ad Orvieto, Viterbo, Roma.



Laura Buraccioni

Tel. 347 7295192

In doppia veste di insegnante e pedagogista clinica coniugando i due ruoli affinché interagissero divenendo complementari e ausiliari, acquisendo maggiori competenze, fatte proprie con la frequenza di corsi di perfezionamento nell'area dei disturbi specifici di apprendimento (DSA) e dei disturbi legati all'iperattività (ADHD).

Apprendimento

Attenzione • Concentrazione

PSICOMOTRICITA'

Coordinazione motoria

LOGOPEDIA

Disfonie

Disfagie

Afasie

Balbutie

Didattica

Discalculia

Dislessia

Disortografia

A.D..H.D.

D.S.A.

D.G.S.

Dis.  
Fonologico

Disgrafia

È il luogo dove la persona può ritrovare nuovi equilibri,  
è lo spazio protetto dove attivare ogni propria risorsa verso il superamento di ostacoli e difficoltà.

Domvs come casa punto raccolto e intimo per favorire incontri e scambi.

Domvs prende il nome dalla cattedrale che rappresenta Orvieto e trae influssi positivi dalle radici storico-artistiche locali. Orvieto è crocevia di tre province, Terni, Perugia e Viterbo, spazio di azione del nostro operare, con collaboratori del luogo e con le istituzioni educative.



Studio Domvs - Orvieto (TR) - Viale I Maggio 103 • Centro Studi Porta Fiorentina - Viterbo - Via della Palazzina 1F  
studiopedcdomus@libero.it e veraluisa@alice.it

# ABBADIA MEDICA

POLIAMBULATORIO MEDICO SPECIALISTICO  
DIRETTORE SANITARIO DOTT. GIAMPIERO GIORDANO

## ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE

### ALLERGOLOGIA

- Visita allergologica
- Prick test
- Diagnosi e trattamento di allergie respiratorie (oculorinite ed asma bronchiale)
- Diagnosi e trattamento di allergie alimentari
- Sindrome orticaria
- Angioedema
- Dermatiti allergiche

### ANGIOLOGIA

- Visita specialistica
- Ecocolordoppler tronchi sovraortici
- Ecocolordoppler aorta addominale
- Ecocolordoppler arterioso e venoso arti inferiori
- Visita flebologica con eco-color doppler degli arti inferiori
- Valutazioni delle procedure di prevenzione e terapeutiche
- Visita proctologica con anosopia per patologia emorroidaria
- Valutazione del grado della patologia emorroidaria
- Valutazioni delle procedure di prevenzione e terapeutiche

### ARITMOLOGIA

- Visita specialistica



### CARDIOLOGIA

- Visita specialistica con elettrocardiogramma
- Elettrocardiogramma
- Elettrocardiogramma da sforzo
- Ecocolordoppler cardiaco
- ECG dinamico secondo Holter 24 ore
- ECG dinamico secondo Holter settimana
- Controllo della terapia

anticoagulante

### CHINESIOLOGIA

- Valutazione chinesiológica e trattamento

### CHIRURGIA GENERALE

- Visita specialistica

### CHIRURGIA DELLA COLONNA VERTEBRALE

- Visita specialistica

### CHIRURGIA DELLA SPALLA

- Visita specialistica

### CHIRURGIA DELLA ANCA

- Visita specialistica

### CHIRURGIA DEL GINOCCHIO

- Visita specialistica

### CHIRURGIA DEL PIEDE E DELLA CAVIGLIA

- Visita specialistica

### CENTRO DIAGNOSTICA ECODOPPLER

- Ecocolordoppler dei vasi arteriosi e venosi del collo, dell'addome, degli arti superiori ed inferiori

### CENTRO DIAGNOSTICA ECOGRAFICA

- Ecografia muscolo-tendinea e delle parti molli
- Ecografia tiroidea
- Ecografia mammaria
- Ecografia addominale completa
- Ecografia epatobiliare e pancreatica
- Ecografia renale e vescicale
- Ecografia della pelvi (maschile per vescica e prostata e femminile per vescica utero ed ovaie)
- Ecografia anca neonatale

### CENTRO DI DIAGNOSI E CURA DEL DOLORE OSTEOARTICOLARE E MUSCOLOSCHIELETICO

- Terapia medica antalgica
- Mesoterapia antalgica
- Agopuntura di sintesi funzionale antalgica
- Carbossiterapia antalgica
- Terapie infiltrative articolari anche ecoguiate

### DERMATOLOGIA e TRICOLOGIA

- Clinica dermatologica e dermatologia chirurgica

### DIABETOLOGIA e ENDOCRINOLOGIA

- Visita specialistica

### DIETOLOGIA CLINICA

- Diete personalizzate

### FISIATRIA

- Visita specialistica

### FISIOCHINESITERAPIA

- Elettroanalgesia
- Magnetoterapia
- Laserterapia
- Ultrasuoni
- Ionoforesi
- Tecar
- Frensi Lorenz
- Therapy
- Energia vibratoria
- Massoterapia
- Neurotaping e bendaggio funzionale
- Preparazione ad interventi di chirurgia protesica
- Riabilitazione neurologica
- Rieducazione nella incontinenza urinaria
- Rieducazione post-traumatica e post-operatoria
- Rieducazione motoria e funzionale
- Ginnastica posturale individuale e collettiva
- Rieducazione posturale metodo Mezieres
- Rieducazione posturale metodo raggi-pancafit
- Rieducazione in acqua

### GASTROENTEROLOGIA E FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA

- Visita specialistica
- Gastroscopia
- Colonscopia
- PH impedenziometria esofagea 24 ore
- Manometria esofagea
- Manometria anorettale

### GERIATRIA

- Visita specialistica
- Valutazione delle demenze e delle disabilità

• Valutazione delle cadute

### MEDICINA DELLO SPORT

- Certificazione per idoneità sport agonistico

### MEDICINA INTERNA

- Visita specialistica

### MEDICINA ESTETICA

- Biorivitalizzazione
- Biostimolazione
- Botulino
- Carbossiterapia
- Cavitazione
- Filler
- Linfodrenaggio
- Mesoterapia omotossicologia
- Radiofrequenza

### MOC

- Mineralometria ossea computerizzata con tecnica DEXA



### NEFROLOGIA

- Visita specialistica

### NEUROCHIRURGIA

- Visita specialistica

### NEUROFISIOLOGIA

- Elettroencefalografia
- Elettromiografia

### NEUROLOGIA

- Visita specialistica

### OCULISTICA

- Visita specialistica con tonometria e fundus oculi
- Visita specialistica per chirurgia della cataratta, del glaucoma, degli annessi e della retina
- Consulenza per laser terapia Argon e YAG per la patologia della retina, del glaucoma e della cataratta, per esami diagnostici strumentali per

la patologia del glaucoma e della retina (GLAID, campo visivo computerizzato, OCT, ecografia oculare, ecc.), per l'eliminazione di miopia, astigmatismo ed ipermetropia

### ORTOPEDIA

- Visita specialistica

### OSTEOPATIA

- Valutazione e trattamenti di terapia manuale

### OSTEOPOROSI

- Visite specialistiche

### OSTETRICIA e GINECOLOGIA

- Visita specialistica
- Pap test
- Colposcopia
- Visita senologica con ecografia mammaria
- Ecografia ginecologica: Ecocolordoppler - Isterosonoscopia
- Ecografia ostetrica: Ecografia morfologica - Ecografia 3D, 4D, 5D - Flussimetria
- Diagnosi prenatale: Amniocentesi - Screening biochimico anomalie cromosomiche fetali - Cardiotocografia
- Sterilità: Ecomonitoraggio dell'ovulazione

### OTORINOLARINGOIATRIA

- Visita specialistica
- Esame audiometrico ed impedenziometrico
- Consulenza per chirurgia del naso, per chirurgia faringolaringea, per chirurgia dell'orecchio e per chirurgia del collo, per chirurgia oncologica ORL

### PALESTRA MEDICA

- GINNASTICA POSTURALE INDIVIDUALE E COLLETTIVA
- RIEDUCAZIONE POSTURALE METODO MEZIERES
- RIEDUCAZIONE POSTURALE METODO RAGGI-PANCAFIT
- CORSO DI RIABILITAZIONE MUSCOLARE DEL FEMORETTI PELVICI
- PROGRAMMI DI PREVENZIONE CADUTE DEGLI ANZIANI
- PILATES
- PILATES IN GRAMMICA



- Diagnosi e terapia vertigine, sordità e acufeni

### PNEUMOLOGIA

- Visita specialistica con spirometria semplice
- Spirometria con test di broncodilatazione
- Test del cammino (6 MWT)
- Diagnosi e terapia della interstiziopatia polmonare

### PODOLOGIA

- Trattamento di unghie ipertrofiche, micotiche, deformate, di lesioni periungueali e verruche plantari e digitali, di ipercheratosi cutanee, cheratosi, discheratosi e lesioni conseguenti, e ulcerazioni trofiche
- Rieducazione ungueale
- Prevenzione e cura del piede piatto infantile, del piede doloroso e artrosico, del piede diabetico
- Ortesi digitali in silicone per dita a martello e alluce valgo
- Valutazione dei carichi plantari ed eventuale indicazione per plantari

### POSTUROLOGIA

- Valutazione specialistica

### PSICHIATRIA

- Visita specialistica
- Disturbi della sessualità
- Psicoterapia individuale e di coppia

### PSICOLOGIA

- Consulenza specialistica

### SCIENZE DELLA ALIMENTAZIONE e NUTRIZIONE UMANA

- Obesità e sorveglianza nutrizionale nelle varie età della vita: infanzia, adolescenza, età matura, senescenza
- Diete alimentari specifiche per individui affetti da particolari patologie per esempio diabete, ipertensione arteriosa e sindrome metabolica
- Consulenze nutrizionali per vegani e vegetariani
- Consigli dietetici pre e post chirurgia bariatrica
- Consigli nutrizionali pediatrici, in gravidanza e post-parto
- Valutazione del rischio e della sicurezza degli alimenti
- Preparazioni galeniche

### UROLOGIA

- Visita specialistica. Ecografia renale e vescicale
- Ecografia vescico prostatica sovrapubica e transrettale
- Uroflussimetria

### VISITE PER RINNOVO E RILASCIO

- PATENTI DI GUIDA
- Visita specialistica

Aggiornamento Marzo 2017

## ABBADIA MEDICA: LE ECCELLENZE DEL MESE

### LA VACUUMTERAPIA.

Olimpiadi di Rio 2016, nuoto: Phelps e i lividi del cupping, la terapia antidolora della medicina cinese



È una tecnica particolare conosciuta anche come cupping therapy. La coppettazione, introdotta in Cina verso il II secolo d. C., è una tecnica utilizzata nel trattamento dei sintomi dolorosi originati da freddo, umidità o seguenti ad eventi traumatici. Il nome Coppettazione deriva dagli strumenti utilizzati: ci si serve di coppette o vasetti di vari diametri che vengono applicati sulla cute in zone muscolari precise. Prima di applicarle sulla pelle, è necessario che all'interno delle coppette venga creato il vuoto. Quando la coppetta è fissata alla cute, si stacca lo strumento dalla coppetta lasciando questa sulla pelle per il tempo stabilito. La coppetta può essere lasciata fissa sulla zona scelta oppure fatta scorrere sulla cute in aree abbastanza estese utilizzando degli oli per favorire lo scorrimento.

Questo tipo di massaggio è molto efficace sui tessuti muscolari fortemente contratti e in caso di un tessuto connettivale molto teso. Quest'ultimo si riconosce sentendo rigidità e la impossibilità di sollevare la pelle con le mani. Il trattamento ripristina un immediato scorrere dei tessuti (elasticità) attivando fortemente la microcircolazione locale.

### Iniziano i corsi di TRX, l'allenamento in sospensione delle forze speciali della marina statunitense.

L'Allenamento in Sospensione è una moderna tecnica di allenamento che fa parte dell'Allenamento Funzionale. Si effettua utilizzando un attrezzo costituito da cinghie e maniglie che fanno sì che l'atleta si alleni sfruttando il proprio peso corporeo. Il nome commerciale di questo attrezzo è TRX. L'Allenamento in Sospensione si effettua attraverso una serie di esercizi in cui il proprio corpo è fortemente sbilanciato allo scopo di migliorare la forza, l'equilibrio e la resistenza, soprattutto a carico del core, il sistema muscolare fondamentale per il controllo della postura. Il TRX e il programma di allenamento sono stati sviluppati da Randy Hetrick, ex soldato delle forze speciali della marina statunitense negli anni 90, mentre la commercializzazione è iniziata nel 2005. Il TRX è un attrezzo d'allenamento, Semplice, funzionale, versatile e pratico! Una delle peculiarità di questa tecnica di training è il fatto di poter essere utilizzata da un vastissimo numero di persone con i più svariati livelli di preparazione, in quanto tutti i movimenti possono essere adattati variando la posizione del corpo e di conseguenza modificando la difficoltà degli stessi. Il TRX, molto diffuso in america, viene utilizzato quotidianamente dalle forze armate, da professionisti di



Lady Gaga si prepara per il Super Bowl halftime show con il TRX TRAINING

baseball, lotta, ciclismo, nuoto e da corridori di livello olimpico; da qualche anno sta prendendo piede anche in Italia e sempre più atleti, professionisti e non, lo stanno utilizzando nei loro programmi di allenamento.

VISITA IL SITO [www.abbadiamedica.it](http://www.abbadiamedica.it)

Strada dell'Arcone 13Q - 05018 ORVIETO (TR)

Tel +39 0763 301592 - Fax +39 0763 214433

Cell 328 5885966 - E-mail: [abbadiamedica@alice.it](mailto:abbadiamedica@alice.it)



# CLINICHE ARCONE

Eccellenza dentale ad Orvieto



La **Clinica Arcone** oggi è ancora più competitiva. Il nostro team, già accellente, si arricchisce di ottimi professionisti per garantire la qualità delle prestazioni ormai consolidate nel tempo.

## TERAPIA ORTODONTICA INTERCETTIVA O PRECOCE NEI BAMBINI .

La terapia ortodontica intercettiva è di importanza fondamentale perché finalizzata ad individuare preventivamente malattie dentali che si manifestano in età pediatrica (dai 4 ai 10 anni), in modo da bloccare sul nascere e in maniera indolore tutte quelle situazioni che con la crescita diventerebbero più complesse. Questo tipo di terapia non si occupa direttamente dei denti, ma della struttura ossea dove questi alloggiato: correggere le basi fa sì che i denti trovino, crescendo, la migliore sistemazione possibile.

Il difetto più frequente e sicuramente più importante da curare è la malocclusione dovuta spesso ad alcune abitudini "viziate" molto comuni come la suzione del dito o lo smodato uso del ciuccio e che può provocare, in età adulta, problemi all'impianto scheletrico e alla colonna vertebrale. L'ortodonzia precoce è la branca dell'odontoiatria che si occupa di intercettare e correggere difetti di occlusione ed allineamento dentale nei più piccoli, allo scopo di riallineare correttamente i denti, ed evitare, inoltre, problemi estetici o di igiene quotidiana: correggere da piccoli significa anche avere un bel sorriso da adulti. Esistono diversi tipi di malocclusione: i denti risultano troppo affollati, malposizionati o troppo distanti tra loro; l'arcata inferiore risulta essere troppo indietro o l'arcata superiore troppo avanti e viceversa.

In base al tipo di malocclusione è possibile che talvolta siano previste delle estrazioni dei denti molari o premolari per poter ottenere e mantenere l'allineamento. Oggi le tecniche ortodontiche conosciute consentono di realizzare numerosi trattamenti, con apparecchi fissi o mobili, per ripristinare la corretta funzionalità del cavo orale, prevenendo o correggendo abitudini viziate e ulteriori disfunzioni a carico dell'articolazione mandibolare e della postura.

Importantissimo, quindi, è sottoporsi ad un controllo ortodontico fin da piccoli (5/6 anni), in modo tale da individuare eventuali necessità di terapia con l'apparecchio giusto.

Occorre ribadire che la patologia ortodontica è una patologia tipicamente evolutiva, che assume nel tempo caratteristiche di sempre maggior complessità. Intervendo tempestivamente nel periodo della dentizione decidua, quindi, si evita una malocclusione stabilizzata più grave e più difficile poi da trattare se non talvolta impossibile, senza il ricorso ad un intervento chirurgico a fine crescita.

La terapia precoce intercettiva rappresenta insomma il migliore metodo terapeutico, il più preciso e rapido, ma anche il meno costoso, con risultati eccellenti e stabili nel tempo.



**Prof. Sergio Corbi**  
Medico Chirurgo Odontoiatra  
Specialista in chirurgia Maxillofaciale  
Già Direttore del reparto di Odontoiatria  
e Implantologia Azienda Ospedaliera  
San Camillo di Roma



**Dr. Marco Gradi**  
Specialista in Implantologia  
e Protesi



**Dr. Alex Adramante**  
Conservativa  
Endodonzia - Protesi -  
Pedodonzia  
Odontoiatria  
Legale e Forense



**Dr. William Adramante**  
Odontoiatria Generale  
Protesi - Gnatologia  
per disturbi dell'ATM  
- Estetica Additiva



**Dr. Laura Rosignoli**  
Spec. in  
Ortognatodonzia  
Ortodontia Estetica  
- invisalign



**Dr. Noemi Bilotta**  
Igenista Dentale  
Sigillature  
Estetica del  
sorriso



**Deborah Bilotta**  
Assistente dentale



Strada dell'Arcone, 13 - Orvieto (TR)  
Tel. 0763/302429 - 392/2926508  
studioarcone@gmail.com

AMPIO PARCHEGGIO

NOVITÀ

APERTO dal LUNEDÌ al SABATO dalle 9:00 alle 19:30

ORARIO CONTINUATO

Prima visita e check-up completo senza impegno

Finanziamenti a tasso 0

## DARE VOCE AL CORPO CON LA BIOENERGETICA

Ogni problema o situazione difficile si ripercuote come un crampo in noi, fintanto che il corpo ne assumerà la forma e di conseguenza non saprà affrontarlo allo stesso modo di un corpo sano.

Noi viviamo la vita con il nostro corpo.

La funzione delle tensioni muscolari è quella di inibire la vitalità individuale e relazionale organizzandosi in armatura muscolare.

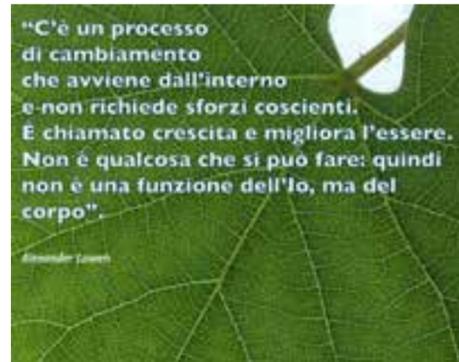
L'armatura muscolare è la modalità di risposta per mezzo della quale, prevalentemente registriamo le esperienze conflittuali che facciamo

sin da bambini: la nostra storia di vita si solidifica sotto forma di tensioni e contrazioni muscolari croniche, scolpendo il nostro corpo e dando una direzione alla storia di ciascuno di noi.

Quante volte nel corso della vita, ci siamo sentiti travolti dal dolore?

Un dolore diffuso, latente, subdolo, non tanto forte da fermarci, ma talmente persistente da sfinirci e farci sentire privi di energia.

Il dolore risulterebbe dalla pressione che si genera quando l'energia di un impulso incontra un blocco.



### COS'È L'ANALISI BIOENERGETICA?

Una tecnica psico-corporea che lavora con tutta la persona a livello fisico, cognitivo ed emotivo.

Lo scopo è quello di riportare il corpo alla vitalità, capace di sperimentare pienamente i piaceri, i dolori e le gioie.

Durante le classi si utilizza il

movimento corporeo per contattare e smuovere i blocchi energetici che si sono creati sotto forma di tensioni strutturali croniche che corrispondono ad altrettanti meccanismi di difesa di repressione delle emozioni "scomode".

Attraverso una classe di Bioenergetica possiamo diventare consapevoli delle emozioni trattenute e liberarle, recuperando così quelle parti di noi che ci permettono di avere un senso più pieno della nostra identità personale.

"La consapevolezza di sé e l'espressione di sé portano alla padronanza della propria esistenza."

### LA BIOENERGETICA È RIVOLTA A:

- Chiunque avesse il desiderio di entrare maggiormen-

te in contatto con il proprio corpo imparando a riconoscere le emozioni e ad esprimerle con la voce ed il movimento;

- Gestire e placare l'ansia;
- Liberarsi dallo stress quotidiano;
- Ricaricarsi di energia e sentirsi più vitali.



Per ulteriori informazioni  
**Claudia Micocci**  
338/4048511

- Operatore Shiatsu Practer Metodo Palombini, Sistema Namikoshi
- Mèzièrista
- Insegnante A.I.M.I. Associazione Massaggio Infantile
- Conduttrice di classi di Bioenergetica S.I.A.B.
- Counselor a meditazione corporea S.I.A.B. Società italiana analisi bioenergetica

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



CENTRO PER IL BENESSERE PSICO CORPOREO  
Rieducazione Posturale Metodo Mézières · Back School  
Classi di esercizi di Bioenergetica  
Yoga VinyAsana · Shiatsu Namikoshi · Counseling  
VIA DEL POPOLO 4b · ORVIETO