

ORVIETO BOWLING DANIEL VILLAGE



Pizza tonda margherita
+ Pepsi Cola

€5,50
(cad.)

Tutti i giorni



Pizza tonda farcitata
+ Pepsi Cola

€6,50
(cad.)

Lunedì 18:00-01:00
Giovedì 18:00-1:00
Venerdì e Sabato 18:00-02:00
Domenica 16:00-01:00
Martedì e Mercoledì chiuso

Via Nera, Sferracavallo - Orvieto
0763/617271 - 380/6963814 - eventi@danielvillage.it

Seguici su



14 febbraio
Per le coppie
PROMOZIONE
a lume di candela*



Pizza tonda a scelta
+ Pepsi Cola + Bowling

€10
(cad.)

*si consiglia la prenotazione

A cura di:
Dott. Bartolini Marco
Dottore Commercialista;
Revisore dei Conti;
Curatore e Consulente presso,
i Tribunali di Terni e di Viterbo.
Partner STUDIO RB



Se la mia azienda non viene pagata da un cliente in crisi, come posso recuperare l'iva? L'articolo 26, c. 2, dpr 633/72 chiarisce che è possibile emettere nota di credito solo a fronte dei seguenti casi:

- mancato pagamento dovuto a procedure concorsuali rimaste infruttuose;
- mancato pagamento dovuto a procedure esecutive individuali rimaste infruttuose;
-

A cura di:
Rag. Andrea Rellini
Consulente fiscale e
del Lavoro.
Partner STUDIO RB



Nella versione definitiva della Legge 205/2017 (Finanziaria) è stata confermata l'introduzione, per il 2018, della nuova detrazione Irpef denominata "BONUS VERDE" e relativa a tutte quelle spese che servono a mantenere il verde nelle città. La detrazione si concretizza nella misura di un risparmio fiscale pari al 36% su una spesa massima

A cura di:
dott.ssa Emanuela
Mechelli
Esperta Contabile
Partner STUDIO RB



Il D.Lgs. 175/2014 all'art.3 comma 3 ha introdotto l'obbligo di invio dei dati delle spese sanitarie al S.T.S. finalizzato alla predisposizione della dichiarazione dei redditi precompilata e ha individuato nello specifico i soggetti obbligati annoverando: le aziende sanitarie locali; le aziende ospedaliere; gli istituti di ricovero e cura a carattere scientifico; i policlinici universitari;

A cura di:
Lorenzo Rumori
Esperto del Lavoro ed
elaborazione buste paga.
Partner STUDIO RB



Nelle disposizioni inserite nei commi da 910 a 914 dell'art. 1 della legge 27 dicembre 2017, n. 205, il Legislatore obbliga, per qualsiasi prestazione lavorativa sia subordinata che autonoma, la totale tracciabilità, a partire dal 1° luglio 2018, delle retribuzioni e dei compensi.

Il mio cliente è in crisi e non mi hanno pagato: quando recupero l'iva?

mancato pagamento in caso di un accordo di ristrutturazione dei debiti omologato ex art. 182-bis L.F., ovvero di un piano attestato ex art. 67, c. 3, lettera d), L.F., pubblicato nel registro delle imprese. In caso di procedura concorsuale, per emettere nota di credito è necessario attendere la chiusura della procedura; praticamente quando si avrà la certezza del mancato incasso. Per il fallimento, questa certezza si ha alla data in cui il

piano di riparto diviene esecutivo per mancata opposizione dei creditori. Attenzione: il creditore deve partecipare alla procedura e presentare una domanda di insinuazione al passivo del fallimento, altrimenti rischia di non aver diritto al recupero dell'iva. Per il concordato preventivo, invece, la certezza coincide con la data di omologazione dello stesso, limitando, però, il diritto ai soli creditori chirografari che avessero visto

falcidiato il proprio credito. Relativamente, invece, piano attestato di risanamento (altra procedura para - concorsuale), si evidenzia che l'elemento rilevante e necessario per recuperare l'iva da parte del creditore è l'iscrizione del piano presso il registro imprese. Tale adempimento, però, è a discrezione del debitore, pertanto il creditore, per recuperare l'iva, è vincolato dal comportamento del debitore.

Dal 1 gennaio 2018 arriva il nuovo "bonus verde".

di euro 5.000 per unità immobiliare ad uso abitativo, fruibile dal proprietario o detentore dell'immobile (privati e condomini) sul quale sono stati effettuati interventi di sistemazione del verde in giardini, terrazzi e balconi anche condominiali; recupero del verde di giardini di interesse storico; fornitura di piante o arbusti; riqualificazione di prati; lavori e interventi per la trasformazione di un'area incolta in aiuole e piccoli prati; realizzazione di coperture verdi e giardini pensili; im-

pianti di irrigazione e realizzazione pozzi. A differenza di tutti gli altri bonus per la casa, il nuovo "Bonus Verde" non riguarda solo gli immobili in corso di ristrutturazione, esso è completamente svincolato da qualsiasi requisito dell'immobile se non che deve essere adibito a civile abitazione. Solo gli appartamenti e le ville a uso abitativo quindi possono godere del beneficio fiscale. Restano esclusi uffici, negozi e magazzini. La nuova detrazione spetta anche per interventi effettua-

ti su parti comuni esterne di edifici condominiali nel limite di euro 5.000 ed è usufruibile anche per le spese di progettazione e manutenzione connesse all'esecuzione degli interventi agevolabili. Come tutte le detrazioni fiscali il Bonus in esame è fruibile a condizione che i pagamenti siano effettuati tramite strumenti tracciabili (bonifico, scontrino parlante ecc.) e la spesa va ripartita in 10 rate annuali di pari importo a decorrere dall'anno di pagamento.

Spese sanitarie 2017. Invio dati al sistema TS.

le farmacie, pubbliche e private; i presidi di specialistica ambulatoriale, le strutture per l'erogazione delle prestazioni di assistenza protesica e di assistenza integrativa, gli altri presidi e strutture accreditati per l'erogazione dei servizi sanitari e gli iscritti all'Albo dei medici chirurghi e degli odontoiatri. Per effetto del Decreto del MEF datato 1° settembre 2016 inviano i dati a partire dal 1° gennaio 2016 anche gli psicologi; gli infermieri; le ostetriche; le parafarmacie; i tecnici di radiologia medica; gli ottici; i ve-

terinari. Per la trasmissione gli iscritti, ossia i professionisti sanitari correttamente abilitati al sistema TS, possono utilizzare un'apposita applicazione web resa disponibile sul sito www.sistemats.it. L'invio può avvenire anche tramite soggetti terzi. Qualora il soggetto tenuto alla trasmissione dei dati sanitari, ad esempio un medico, intendesse delegare il proprio commercialista di riferimento deve attivare un'apposita delega, tramite il sito internet www.sistemats.it. Il termine per

l'invio è fissato al 31 gennaio 2018 salvo eventuali proroghe. Le spese sanitarie devono essere trasmesse tenendo conto della data dell'avvenuto pagamento, a prescindere dal fatto che il documento riporti una data precedente. Pertanto, nel caso di fattura emessa nel corso del 2017, per la quale il pagamento sia effettuato, anche parzialmente, nell'anno 2018, la spesa sanitaria, per la parte pagata nel 2018, non va trasmessa tra le quelle relative all'anno 2017, bensì tra quelle relative all'anno 2018.

Pagamento tracciato per salari e compensi.

Vi rientrano: • i rapporti di lavoro subordinato ex art. 2094 c.c. Art. 2095 c.c.; • i contratti di collaborazione coordinata e continuativa con le modalità previste dall'art. 2 del D.L.vo n. 81/2015 e dall'art. 409, n.3, cpc. Ad esclusione delle prestazioni di lavoro autonomo occasionale ex art. 2222 c.c.; • gli ulteriori contratti di lavoro, oltre il vincolo associativo, stipulati dai soci delle cooperative indipendenti dalla loro forma contrattuale,

ossia: subordinata, autonoma o di qualsiasi altra forma. L'obbligo di tracciabilità del pagamento di stipendi e compensi, prevede le seguenti forme di pagamento: • bonifico sul conto corrente identificato dal codice IBAN dal lavoratore; • strumenti di pagamento elettronico; • pagamento in contanti presso lo sportello bancario o postale dove il datore di lavoro abbia aperto un conto corrente di tesoreria con mandato di paga-

mento; • emissione di un assegno consegnato direttamente al lavoratore o, in caso di suo comprovato impedimento, a un suo delegato. Il mancato pagamento di stipendi e compensi senza strumenti tracciabili comporterà il pagamento di una sanzione amministrativa (comma 913) compresa tra 1.000 e 5.000 euro, ma si attendono dei chiarimenti sull'applicazione della sanzione che va intesa per ogni violazione.



di Rellini A. e Bartolini M.

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

STUDIO RB è anche in Terni, Corso del Popolo 47 int. 16b



*Gennaio 2018 ...
alla scoperta dell'Elcione*

Vigneti dell'Elcione
350 METRI SLM.

Le grotte etrusche e la grande quercia dominano i vigneti circondati da boschi.

Il suolo di medio impasto d'origine sedimentaria ricco di fossili pliocenici è maggiormente caratterizzato dalla presenza della componente sabbiosa, equilibrio che concede alle varietà coltivate qualità aromatiche intense, pigmentazione vivace, mineralità e fragranza. L'Elcione prende il nome dalla quercia secolare che domina l'omonimo vigneto di Vitalonga, circondato da boschi di leccio, lambito dalla via Romea che conduceva i pellegrini a Roma, dove il suolo è caratterizzato da argille rosse e dalla particolare ricchezza di conchiglie fossili.



ELCIONE ROSSO

Nell'Elcione, Merlot e Cabernet si fondono con il Sangiovese, mostrando un'anima umbra che aggiunge fascino e magia al gusto internazionale del blend bordolese.

ELCIONE ROSÉ

La selezione di questo vino proviene da un vigneto che sorprende per la ricchezza di conchiglie fossili, una caratteristica del suolo che concede una piacevole ed originale sapidità.



Per prenotazioni ed informazioni
Pier Francesco Maravalle
+39 333 6003077

Tenuta Vitalonga
Azienda Agricola Maravalle
Strada Montiano, 10 FICULLE (TR)
info@vitalonga.it

MECENATISMO Moderno



Rinascimento, organizzata dalla Fondazione Monte dei Paschi di Siena, il nuovo allestimento del Castello Sforzesco, promosso dalla Fondazione Cariplo ed il Museo del Corso, istituito dalla Fondazione Roma. Il comune denominatore di queste iniziative è il forte impegno per la valorizzazione dell'arte e della cultura espresse dal territorio di appartenenza. Si tratta, si badi, non di una visione provinciale e localistica tout court, ma di un localismo rivolto all'Europa: conoscere chi siamo e da dove veniamo fa di noi dei cittadini europei migliori.

Certo l'avvento di una grande famiglia di mecenati, come ad esempio i Medici nella Firenze del Quattrocento, è ben lontana e forse addirittura impossibile. La comparsa di un'altra grande famiglia, capace di dare vita ad un nuovo mecenatismo come i Medici coinciderà, forse, con un rinnovamento generale dell'economia. Una possibilità che difficilmente potrà concretizzarsi nei prossimi anni. Anche perché i paesi protagonisti dell'economia mondiale, la Cina e l'India, non hanno mai considerato l'arte una categoria in sé ma una declinazione dell'artigiano.

In Umbria, però, abbiamo un esempio diverso. Brunello Cucinelli prova a rilanciare il mecenatismo; basti pensare all'iniziativa di qualche anno fa che non aveva precedenti nella storia degli industriali approdati in Borsa: una parte dei soldi incassati con l'Ipo sono stati infatti destinati a un grande progetto di riqualificazione del territorio, o meglio di restitui-

zione del territorio alla bellezza originaria. Una nuova iniziativa di mecenatismo, quindi, condotta attraverso la Fondazione Brunello e Federica Cucinelli, e non più attraverso l'azienda di abbigliamento deluxe che porta il suo nome e che ha, tra le altre cose, concluso il restauro trentennale dell'antico borgo di Solomeo (Perugia), dove l'azienda ha sede. Restaurato Solomeo, Cucinelli ha deciso che era suo dovere dedicarsi anche alla vallata ai piedi del borgo.

La fondazione ha così acquistato l'intera valle su cui si affaccia Solomeo, per un totale di circa 100 ettari, compresi sei capannoni industriali dismessi per complessivi 240 mila metri cubi, in precedenza utilizzati come depositi (che non sono dunque depositari di tradizioni industriali, ma sono solo scheletri di vetrocemento): capannoni che sono stati poi demoliti con l'obiettivo innanzitutto di restituire l'area alla bellezza paesaggistica e alla vocazione agricola originarie. Ma anche di utilizzare per scopi sociali uno dei tre parchi che vi sorgeranno: sarà destinato ad oratorio laico, come lo ha definito Brunello Cucinelli. E non si ferma a questo il mecenatismo di Cucinelli: oltre ad aver offerto la sua piena collaborazione per la ricostruzione di Norcia dopo il terremoto, per lui luogo dell'anima, ha deciso di sostenere il restauro del Teatro Morlacchi di Perugia. Il budget di spesa previsto per il restauro del teatro (simbolo della borghesia perugina del XVIII secolo ed edificato in contrapposizione al Teatro Pavone, il teatro dell'a-

ristocrazia locale) è stato stimato ammonti a circa mezzo milione di euro; i lavori dovrebbero iniziare a partire dal luglio 2018. La decisione è legata «da sempre anche alla mia profonda passione per il teatro», tiene a ricordare il filosofo del cashmere.

Oltre che dallo stretto legame tra Cucinelli e il Teatro Stabile dell'Umbria di cui è presidente, un network di ben 17 strutture, delle quali fa parte il teatro dalle ascendenze classiche fatto costruire da Cucinelli a Solomeo, borgo quartier generale della griffe. Il teatro è stato inaugurato nel 2008 con lo spettacolo «Il Bosco degli Spiriti» per la regia di Luca Ronconi, successivamente ha visto alternarsi sulla sua scena, grandi protagonisti, da Peter Brook a Carolyn Carlson, da Bob Wilson a Giorgio Albertazzi. In occasione della stagione 2018, quella del decennale dall'apertura, andranno ad aggiungersi al prestigioso elenco altri due illustri nomi: John Malkovich protagonista di «The music critic», scritto e concepito da Aleksey Igudesman (28 marzo 2018) e Ralph Fiennes autore e protagonista di un suo lavoro. La decisione di creare 10 anni fa il teatro a Solomeo è ben spiegata dalle parole incise sulla targa apposta fuori dal teatro: «Nell'amata Solomeo Brunello Cucinelli volle questo teatro dell'uomo a cospetto di quello della natura per ricordare in ogni tempo i valori eterni della bellezza e del sogno». Ecco, forse il mecenatismo salverà parte della bellezza che i politici non riescono neanche a vedere.

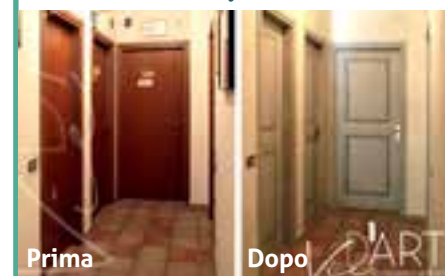
Ciao, sono Viera Danielli,
decoratrice di interni e restauratrice e
questo mese parlerò con te di come dare...

NUOVA VITA AI VECCHI MOBILI

Resistenti, robusti e indistruttibili, i nostri vecchi mobili non hanno nulla da invidiare a quelli moderni, eppure molto spesso vengono buttati via per fare spazio a mobili alla moda, economici e poco resistenti. Il motivo? Per esempio lo stile rétro e il colore spesso troppo scuro che non si adattano per niente all'arredamento moderno delle nostre case, ma...se riuscissimo a cambiare stile al nostro vecchio mobile? Niente di più semplice! Basta un po' di colore e il gioco è fatto!

Nel corso degli anni ho ridipinto e decorato molti mobili, porte e complementi d'arredo con stili diversi, a seconda dei gusti dei clienti e dell'ambiente a cui erano destinati. Cucine, armadi, comò, porte, sedie e tavolini moderni, in stile antico, shabby chic con finiture lucide, opache o effetto cera realizzate con una pittura resistente e garantita negli anni.

Porte Shabby Chic



Rita e Concetto erano stufo delle loro vecchie porte tamburate in legno scuro e mi hanno chiamata per un restyling. Abbiamo deciso di utilizzare una serie di grigi e dipingere sulle porte delle finte bugne in rilievo, cambiando così la forma e i colori iniziali, per stravolgere completamente il look della loro casa.

Sportelli della cucina decorati

La tua vecchia cucina non ti piace più? Non buttarla via, c'è una soluzione anche per te! Sportelli dipinti a mano con riproduzioni di piante officinali, per dare un tocco di freschezza e allegria alla tua cucina!



Camera da letto

L'arredamento della tua camera da letto è ormai passato di moda? Con il colore giusto e un tocco di creatività puoi ridargli nuova vita! (vedi foto in alto)



Per vedere altre mie creazioni e rimanere in contatto con me, visita il mio sito internet www.vieradanielli.it
seguimi sulla mia pagina facebook
Vie D'Arte di Viera Danielli
tel. 328 1464517

Ti aspetto!



NUOVA PARAFARMACIA FRISONI

Omeopatia Misurazione pressione Erboristeria Autoanalisi del sangue



OFFERTA



1+1

Acquistando un prodotto a tua scelta della linea Defence Xage
il secondo è in omaggio!



PORTA D'ORVIETO
centro commerciale

Anche in farmacia

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



FISIOTERAPIA DOPO LESIONE DEL LEGAMENTO COLLATERALE

Quando si parla di legamenti collaterali si fa riferimento al Legamento Collaterale Mediale (LCM) e al Legamento Collaterale Laterale (LCL), ovvero due bande di tessuto fibroso che contribuiscono a svolgere una funzione di stabilità del ginocchio, impedendo errati movimenti dello stesso verso l'interno o l'esterno. Il LCM, lungo circa 8 cm, si estende dall'epicondilo mediale del femore alla faccia mediale della tibia, mentre il LCL, lungo circa 5 cm, si estende dall'epicondilo laterale del femore alla testa del perone. La lesione di uno di questi due legamenti è molto frequente, tra le cause principali vi sono i traumi da contatto (che troviamo spesso in sport come il calcio) ed i movimenti che comportano una torsione sbagliata del ginocchio (come nella danza, in sport che richiedono un appoggio monopodale o nelle cadute scomposte). Un'attenta valutazione clinica, associata spesso ad una risonanza magnetica del ginocchio consentono di formulare una diagnosi; in funzione della quale verrà quindi classificata in lesione di primo (meno grave), secondo o terzo grado (più grave). Il trattamento di tali lesioni è prevalentemente conservativo, pertanto la fisioterapia svolge un ruolo di primo piano nel recupero post-trauma. L'obiettivo del percorso terapeutico sarà quello di diminuire il dolore, recuperare il pieno movimento e la forza muscolare, migliorare la propriocezione e la stabilità del ginocchio, recuperare il gesto atletico e quindi riprendere la propria attività lavorativa e sportiva. Per fare ciò i fisioterapisti di FISIOMED si avvalgono dell'utilizzo di tecniche di terapia manuale, abbinate in alcuni casi ad una terapia strumentale mirata (come la tecar terapia), dell'idrokinesiterapia (importante per recuperare al meglio la stabilità del ginocchio ed il gesto atletico) e di tecniche di bendaggio tramite il taping neuromuscolare. Una volta terminato il ciclo di fisioterapia, verranno insegnati al paziente alcuni esercizi di mantenimento e delle accortezze da tenere per garantire un ritorno ottimale alle proprie attività di vita quotidiana. Nel caso dell'atleta, esso verrà seguito fino al ritorno all'attività sportiva e durante la stessa, così da consentire un recupero ideale e permettergli di praticare con passione e serenità lo sport che ama.

FISIOMED AL SERVIZIO DELLA TUA SALUTE!



DOTT. MATTEO COCHI
Osteopata D.O.
Dottore in Fisioterapia
Specializzato in Rieducazione posturale metodo Mézières, Riabilitazione neurologica e Fisioterapia sportiva.
Cell. 3922485551



DOTT. MATTEO FUSO
Dottore in Fisioterapia
Specializzato in Rieducazione Posturale Globale (R.P.G.) e trattamento della scoliosi, rieducazione vestibolare ed Idrokinesiterapia
Cell. 3279032936



Si riceve su appuntamento presso: FISIOMED
Studio professionale di Fisioterapia ed Osteopatia
Allerona Scalo, Via della Libertà n. 1
Ciconia, Via Degli Aceri n. 58/60



dr. Roberto Ausilio
PSICOLOGO
PSICOTERAPEUTA

Le storie di cui parlo qui sono vere e i nomi che utilizzo sono di fantasia.

Mio figlio mi fa ammattare!

Anche tu hai problemi con tuo figlio? Fa i capricci, non ti ascolta, **non riesci a stabilire un dialogo e farti obbedire?** Se non risolvi subito questi problemi, tra qualche anno saranno guai seri. In adolescenza vengono a galla tutti gli errori educativi e i problemi diventano enormi. Droga, depressione, difficoltà con gli altri e sul lavoro sono solo alcune conseguenze di una educazione sbagliata. La buona notizia è che **puoi fare qualcosa di concreto già subito.** Tanti genitori da molti anni si rivolgono a me per risolvere i problemi coi propri figli. Li aiuto bene con la psicoterapia e loro mi hanno chiesto di insegnargli i trucchi e le strategie per **evitare problemi in futuro e aiutare i figli a crescere sani e sereni.**



E' nato così il mio nuovo libro **Genitori Competenti**, che sarà pubblicato a breve. Attraverso i consigli, le strategie e gli esercizi pratici del libro puoi imparare a comunicare meglio con tuo figlio, a gestire le crisi, i momenti di stress e le piccole e grandi difficoltà della vita quotidiana.

Aiuti il bambino a conoscersi e integrare le varie parti di sé per essere felice, autonomo e costruire buone relazioni con gli altri.

Potrai così fare a tuo figlio il regalo più importante: salde radici per essere sereno e buone ali per volare verso i suoi obiettivi.

Perché figli si nasce, ma genitori competenti si diventa!

Prenota adesso una copia del libro
dal sito www.robertoausilio.it
o inviarmi una mail a info@robertoausilio.it

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

VEDI IL VIDEO DEL MESE "LO PSICOLOGO RISPONDE"



SULLA PAGINA DEL VICINO

iscriviti alla newsletter dal sito robertoausilio.it

Studio Psicologia e Vita

in Via Sette Martiri 80,
vicino Stazione FS • Orvieto Scalo

Dr. Ausilio, Psicologo Psicoterapeuta
328 4645207

DOMVS

Pedagogico Clinica

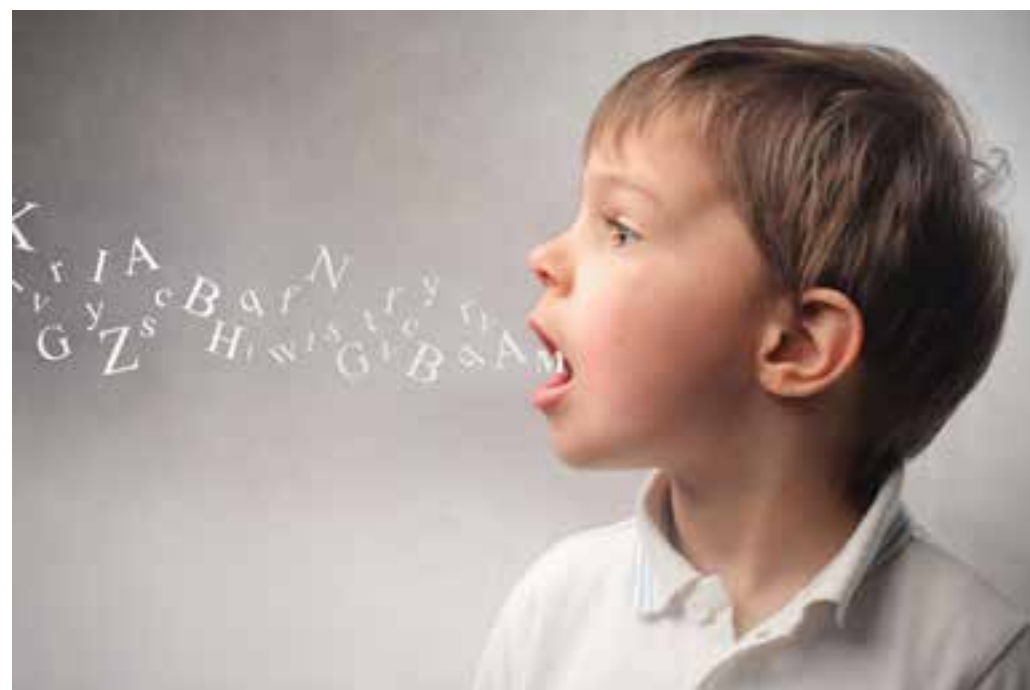
La clinica del territorio

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

LOGOPEDIA INSIEME....

L'intervento collettivo a sostegno dell'interazione sociale e comunicativa dimostra nel tempo grandi vantaggi. Numerose sono le evidenze scientifiche che sostanziano la validità del lavoro in gruppo già da piccolissimi. (E.Mariani, M.Pieretti, A.Zerbino).

Gli anni di esperienza nell'ambito della logopedia e dei gruppi e i dati delle ricerche più recenti mi hanno permesso di rilevare che i bambini imparano molto di più dal gruppo dei coetanei che non dagli adulti.



Alla Domus proponiamo esperienze pratiche di attività ludico-riabilitative di tipo interattivo per bambini con disturbo della comunicazione e ridotte competenze di interazione sociale; Consapevolezza articolatoria e training percettivo-motorio per bambini con disordine fonologico e attività di sostegno alle diverse fasi dello sviluppo delle competenze di letto-scrittura per bambini a rischio per il Disturbo Specifico dell'Apprendimento. Le esperienze pratiche condivise con i genitori, permettono un'amplificazione del lavoro mirato alla consapevolezza articolatoria e alle abilità percettive.

Domus offre ai bambini un contesto sociale protetto in cui vedono riconosciute le proprie capacità, anche quando alcune funzioni sono limitate e in altri contesti sociali risulta difficile uscire da una logica di risultati/successi.



Luisa Vera

Tel. 371 1879533

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



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



Associazione Amici del Cuore di Orvieto

Guardare un'opera, così come disegnare o persino scarabocchiare aiuta a combattere depressione e stress, normalizzando il battito cardiaco, la pressione e i livelli di cortisolo. I neurologi hanno indagato gli effetti sulla neuroanatomia del cervello.

Questo quadro mi fa bene al cuore. LA POTENZA DELLE ARTI VISIVE

L'ARTE fa bene alla salute: anche a chi si sforza di praticarla. Uno studio realizzato alla Drexel University di Philadelphia - un'indagine con la risonanza magnetica funzionale su persone che scarabocchiavano su un foglio di carta - mostra addirittura che per attivare i circuiti del piacere nel nostro cervello possono essere sufficienti i disegni che facciamo quando parliamo al telefono. "Abbiamo dimostrato - spiega Gjria Kaimal, il responsabile dello studio - che l'attività artistica ci fa bene, indipendentemente dai risultati ottenuti". Questa è l'ultima di una serie di ricerche che mostrano come le arti visive ci aiutino a stare meglio, normalizzando il battito cardiaco, la pressione del sangue e anche i livelli del cortisolo. Un gruppo di ricercatori tedeschi ha provato, poi, a capire quali siano gli effetti dell'arte sulla neuroanatomia del cervello, sottoponendo un gruppo di anziani a corsi di arte e visite a musei:



ha visto così che disegnare o dipingere può avere effetti positivi sulla resilienza, ossia sulla capacità di rispondere allo stress. Mentre alla Stanford University hanno scoperto che i bambini che seguono corsi di arti visive o musica hanno una migliore padronanza del linguaggio, e imparano più velocemente a leggere. "Persino doodle o scarabocchi possono essere utili a rilassarsi e ridurre i livelli di ansia", osserva il neuroscienziato Antonio Cerasa, ricercatore presso il Consiglio nazionale delle ricerche. "Ammirare la bellezza - aggiunge - modifica il nostro modo di vedere il mondo". Nel senso letterale del termine: uno studio recente mostra infatti che architetti, scultori e pittori hanno modi diversi di percepire lo spazio.

ISCRIVITI AD "AMICI DEL CUORE"

costa solo € 13,00

Puoi iscriverti presso i nostri PUNTI AMICI:

• **NEGOZIO FIORI E PIANTE "BLUE ROSES"**

Piazza Ippolito Scalza, 8/A - 0763 344020 - Orvieto

Via degli aceri 15 - 0763 300319 - Ciconia

• **ABBADIA MEDICA**

Strada dell'Arcone, 13Q e Piazza del Fanello 22/23 - Orvieto

OPPURE:

Effettuare un versamento sul **C/C BANCARIO N. 01137014**

della Cassa di Risparmio di Orvieto

intestato a: Associazione Amici del Cuore

Per informazioni:

0763 301592 · 333 5703075



FISIOTERAPIA A DOMICILIO



Il servizio di Fisioterapia a domicilio è una soluzione confortevole e comoda, che risolve al paziente parecchi problemi e offre tutti i vantaggi nel poter usufruire di un servizio di fisioterapia professionale direttamente a casa vostra. Grazie all'alta professionalità dei suoi operatori FizioLife esegue trattamenti domiciliari che consentono al paziente di ricevere comodamente le cure più indicate prescritte dai medici, di natura manuale, fisica e strumentale. Il servizio domiciliare viene prestato e per garantire un pronto recupero della salute del paziente. Sicuramente la fisioterapia a domicilio offre dei vantaggi:

- è più comoda perché permette di risparmiare tempo per raggiungere il centro di fisioterapia,
- * solleva i familiari dall'impegno di accompagnare il paziente che magari non è autonomo.

Ci sono alcuni casi però in cui la terapia domiciliare non è solo una comodità, diventa un'esigenza irrinunciabile per agevolare coloro che hanno difficoltà motorie e di spostamento, pazienti quindi che sarebbero impossibilitati a venire in un centro fisioterapico e l'unico soluzione per il loro benessere è la terapia domiciliare.

I trattamenti di fisioterapia saranno sviluppati secondo piani di assistenza individuali, programmati per ciascun assistito ed erogati da personale qualificato e competente. Chiunque potrà richiedere e ricevere direttamente al proprio domicilio prestazioni fisioterapiche, ma ci sono alcuni tipi di patologie in cui la terapia domiciliare è particolarmente richiesta e indicata:

- Riabilitazione neuromotoria, a seguito di esiti di Ictus (emiplegia), Morbo di Parkinson, Sindrome Alzheimer oppure Sclerosi Multipla;
- Riabilitazione ortopedica, a seguito di fratture ossee in particolare dell'arto inferiore perché comportano difficoltà nei normali spostamenti specialmente in soggetti anziani.
- Esiti post-chirurgici in seguito a impianto di protesi di anca e ginocchio;
- Linfodrenaggio manuale post intervento di mastectomia della mammella;
- Riabilitazione respiratoria, soprattutto in patologie come le malattie neuromuscolari la più conosciuta è la Distrofia Muscolare ma anche per affezioni delle vie bronco-polmonari cronico-ostruttive (BPCO);
- Riabilitazione cardiologica, a seguito di infarto del miocardio, sostituzione di valvola mitralica o aortica, intervento di by-pass coronarico, pace-maker;

Uno degli aspetti più importanti dell'intervento riabilitativo è la tempestività. Spesso i familiari si trovano da soli a gestire una situazione complessa, risultando loro complicati anche semplici spostamenti del malato dal letto alla carrozzina, senza saper come far per evitare le complicità che derivano dall'allettamento o come per esempio come si debba posizionare a letto un paziente emiplegico.

Soli venti giorni di inattività fisica adeguata comportano un grave deterioramento di parametri quali la forza e la resistenza all'affaticamento.

Secondo gli studi effettuati, basta poco più di un mese di inattività per essere davvero in gravi difficoltà.

La fase acuta è la più critica. È proprio per questo che assicuriamo efficienza nei tempi tecnici di attesa, oltre ovviamente alla competenza, all'efficacia ed alla qualità dei trattamenti prescritti.



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



ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE SEDE ARCONÉ · ORVIETO SCALO

Strada dell'Arcone 13Q – Orvieto Scalo
0763.301592 – 328.5885966



ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE SEDE FANELLO · CICONIA

Piazza del Fanello 22/23 – Ciconia
0763.301592



ALLERGOLOGIA

ANGIOLOGIA

ARTOSCAN

ARITMOLOGIA

CARDIOLOGIA

CHINESIOLOGIA

CHIRURGIA GENERALE

CHIRURGIA DELLA
COLONNA VERTEBRALE

CHIRURGIA DELLA SPALLA

CHIRURGIA DELL'ANCA

CHIRURGIA DEL
GINOCCHIO

CENTRO DIAGNOSTICA
ECODOPPLER

CENTRO DIAGNOSTICO
ECOGRAFIA

DERMATOLOGIA E

TRICOLOGIA

DIABETOLOGIA E
ENDOCRINOLOGIA

DIETOLOGIA CLINICA

ELETTROCARDIOGRAMMA

ECG DA SFORZO

ECG DINAMICO SECONDO
HOLTER

FISIATRIA

FISIOCHINESITERAPIA

GERIATRIA

MEDICINA DELLO SPORT

MEDICINA INTERNA

MEDICINA ESTETICA

MOC

NEFROLOGIA

NEUROCHIRURGIA

NEUROFISIOLOGIA

NEUROLOGIA

OCULISTICA

ORTOPEDIA

OSTEOPATIA

OSTEOPOROSI

OSTETRICIA E

GINECOLOGIA

OTORINOLARINGOIATRIA

PALESTRA MEDICA

PNEUMOLOGIA

PODOLOGIA

POSTUROLOGIA

PSICHIATRIA

PSICOLOGIA

SCIENZE DELL'ALIMENTAZIO-
NE E NUTRIZIONE UMANA

UROLOGIA

AEROSALBUBBLE

CARDIOLOGIA

CHINESIOLOGIA

CHIRURGIA DELLA SPALLA

CHIRURGIA DELL'ANCA

CHIRURGIA DEL
GINOCCHIO

CHIRURGIA DEL PIEDE E
DELLA CAVIGLIA

CHIRURGIA
MAXILLO-FACCIALE

CENTRO DIAGNOSTICA
ECODOPPLER

CENTRO DIAGNOSTICA
ECOGRAFIA

DERMATOLOGIA E
TRICOLOGIA

CENTRO DI DIAGNOSI
E CURA DEL DOLORE
OSTEOARTICOLARE E
MUSCOLOSCHIELETICO

ELETTROCARDIOGRAMMA

ECG DA SFORZO

ECG DINAMICO SECONDO
HOLTER

ELETTROCARDIOGRAMMA

FISIOCHINESITERAPIA

FOOTBALANCE
100% plantari personalizzati in
pochi minuti

GASTROENTEROLOGIA
E FISIOPATOLOGIA
DIGESTIVA

GRAFOLOGIA

MEDICINA DELLO SPORT

MEDICINA ESTETICA

ORTOPEDIA

ORTOPEDIA PEDIATRICA

OSSIGENO-
OZONOTERAPIA

OSTEOPATIA

OSTEOPOROSI

OSTETRICIA E

GINECOLOGIA

OTORINOLARINGOIATRIA
PEDIATRICA

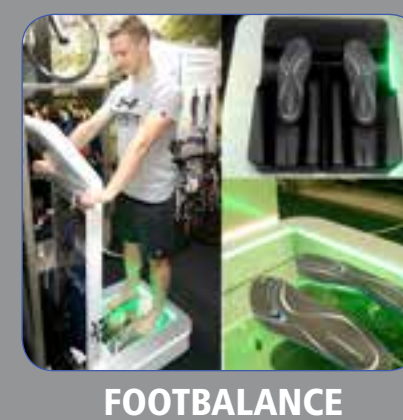
PODOLOGIA

POSTUROLOGIA

SENOLOGIA

VISITE PER RINNOVO E
RILASCIO PATENTI DI
GUIDA

VULNOLOGIA



SE NON PUOI OSSERVARLO...
...NON PUOI CURARLO!
ARTOSCAN
RISONANZA MAGNETICA ARTICOLARE

Mineralometria ossea computerizzata
con tecnica DEXA (Dual X-Ray Absorptiometry)
HOLOGIC

ABBADIA MEDICA
CENTRO
ECOGRAFIA CLINICA

PALESTRA MEDICA

FOOTBALANCE
100% plantari personalizzati in pochi minuti

AEROSALBUBBLE
stanza del sale

**ORTOPEDIA
PEDIATRICA**

**OTORINOLARINGOIATRIA
PEDIATRICA**



Naturopata Miranda Lopane



Ciao a tutti! e buon anno 2018!

Come promesso, il Punto Verde continua la sua politica di **SALDI E SCONTI, SU ANCORA PIU' LINEE ERBOLARIO**, qualche prodotto da **the'** e sulle bellissime **lampade in vetro satinato, diffusori vaporizzatori d'essenze ed oli essenziali a ultrasuoni cambia colore**.

Approfittate del momento, anche per fare scorta di semi, cereali, farine integrali e dolcificanti naturali!

Dopo le scorpacciate nelle feste, ci vuole un po' di sano cibo alternativo e magari una bella **tisana depurativa e sgonfiante** tipo carciofo, fumaria, malva, liquirizia e finocchio!

Se invece volete provare qualcosa di veramente efficace, vi consiglio la **Moringa Oleifera** (in pastiche), una pianta tropicale che pero' si adatta facilmente a situazioni avverse, e grazie a queste sue capacita', aiuta anche il corpo umano a stare meglio regolando il processo di sudorazione e normalizzando la circolazione del sangue. Ricca di proteine, calcio, ferro, potassio, vitamine, betacarotene, ma anche di composti antiossidanti e bioattivi ai quali sono attribuite queste proprieta':

controllo del peso, ipoglicemiche, ipolipidemiche, antinfiammatorie, antimicrobiche, analgesiche, ipotensive, antiulcera, immunomodulanti, epato protettive... per questo la Moringa e' chiamata l'albero delle meraviglie!

Con questa chicca, vi aspettiamo in negozio per le ultime offerte prima del cambio di gestione!

L'ERBOLARIO

CREMA PER LE MANI E LE UNGHIE

+ IN OMAGGIO:

Proteggilabbra Balsamico con Olivo e Melalucca

€9,90

L'ERBOLARIO

CREMA MANI ANTIETA con estratto di foglie di ARGAN

+ IN OMAGGIO:

Balsamo Labbra con estratto di foglie di Argan

€10,00

L'ERBOLARIO

CREMA PER LE MANI CON LIMONE

+ IN OMAGGIO:

Nutrilabbra Vellutante ai Quattro Barri

€8,90

L'ERBOLARIO

Scegli il tuo trattamento con mani

UNA SCELTA LAMPADE A ULTRASUONI PER OLI

L'ERBOLARIO

Grazie, a presto e arrivederci!



Via delle Mimose, 20 - Ciconia, Orvieto (TR) - Tel. 345 1761935
ilpuntoverde08@gmail.com

SE IL BAMBINO NON FA COLAZIONE: IDEE PER STUZZICARE L'APPETITO DEI PICCOLI

La colazione è uno dei 3 pasti principali della giornata: serve per rialzare la glicemia (valore che misura la quantità di zuccheri nel sangue, che cresce vicino al pasto e poi cala lentamente fino al pasto successivo), che al mattino raggiunge i valori più bassi.

Senza un rialzo glicemico opportuno è faticoso ripartire, soprattutto a livello cerebrale, e sarà più difficile mantenere un adeguato grado di concentrazione.

L'abitudine ad una sana colazione difende dall'insorgenza dell'obesità e dalle patologie ad essa correlate.

Infatti, la notte rappresenta l'intervallo più lungo tra un pasto e l'altro.

Se al risveglio non si ricarica adeguatamente le energie, si rischia di arrivare al pranzo troppo affamati, e quindi mangiare di più rispetto alla reale necessità.

Spesso la difficoltà maggiore che s'incontra nell'approccio dei bambini alla colazione si presenta dopo l'abbandono del biberon.

Senza questo strumento è facile che il bimbo decida di saltare completamente la colazione, o meglio, è facile che rifiuti il latte.

I genitori, per mancanza di alternative da offrire, si trovano spiazzati e quella che rappresenta la prima sana abitudine della giornata viene troppo frequentemente persa.

ALTERNATIVE AL BIBERON DI LATTE?

Uno yogurt, accompagnato da cereali e un frutto è un'ottima alternativa al biberon di latte. Le alternative però esistono, e riprendere a fare colazione è possibile.

Una tazza di latte, intero di mucca o anche vegetale, può andare bene, accompagnato da qualche biscotto semplice, magari fatto in casa.

I bambini si divertono moltissimo nella preparazione dei dolci, ora che il clima ci consente di accendere il forno è bene approfittarne! La preparazione dei biscotti generalmente è molto semplice e richiede un tempo limitato.

L'inverno è il momento ideale per coinvolgere i bambini nella preparazione di dolci fatti in casa: molto più sani e nutrienti

di quelli industriali!

Insieme al latte vanno bene anche un paio di fette biscottate o un panino piccolo con marmellata o miele oppure cereali soffiati o in fiocchi, alternando possibilmente qualcosa di più gustoso a delle scelte semplici.

Se il pane viene fatto in casa, è possibile utilizzare farina integrale e/o aggiungere semi vari: i semi sono ricchi di acidi grassi buoni, che aiutano a equilibrare un pasto che spesso contiene troppi zuccheri semplici e danno un importante contributo al senso di sazietà nel lungo termine.

Se il latte non fosse gradito o se il bambino lo rifiutasse senza biberon, una valida alternativa è uno yogurt, sempre con cereali, pane o fette biscottate, accompagnato da qualcosa da bere: l'ideale sarebbe un the o una spremuta, mentre consiglieri il succo di frutta solo saltuariamente.

Attenzione però: la vitamina C si ossida a contatto con l'aria, quindi sarebbe preferibile che la spremuta fosse preparata al momento, per non perderne gran parte delle proprietà benefiche.

Anche un formaggio magro come la ricotta può essere utilizzato per preparare un panino, addolcendola con un cucchiaino di miele, se gradito.

Un frutto fresco di stagione dovrebbe sempre completare le scelte proposte: è un alimento "vivo" (che non è stato trattato e mantiene intatto il contenuto di vitamina, sali minerali e fibre), aiuta a mantenere la sazietà nel lungo termine, possiede gli zuccheri giusti che danno lo sprint ma senza alzare troppo bruscamente la glicemia.

Se c'è esigenza di eliminare i latticini, è necessario inserire qualche altro alimento che fornisca grassi e proteine: il panino con la marmellata può quindi essere accompagnato da un frutto e una porzione (25 gr) di frutta secca (noci, nocciole, mandorle e simili) e qualcosa da bere (the o spremuta).

Attenzione alla frutta secca prima dei tre anni: è da valutare la possibilità di allergie e comunque è sempre bene sorvegliare il bambino per evitare il rischio soffocamento.

Saltuariamente è anche possibile spalmare una crema alle nocciole e cacao, magari da tenere come asso nella manica nei giorni in cui i bambini sono più svogliati e non vorrebbero proprio fare colazione.

Una fetta di torta semplice fatta in casa può essere un'altra valida e gustosa alternativa.

Ci sono poi bambini che prediligono una colazione salata. Questa possibilità può essere sana ma difficile da calibrare quotidianamente.

Il toast con prosciutto tutte le mattine non è un modo sano di iniziare la giornata se consumato tutti i giorni, ma può andare bene se alternato a un formaggio magro, un paio di



fette di salmone (affumicato o, meglio, al naturale, che è possibile trovare sempre in busta), un uovo, sodo o strapazzato, il tutto accompagnato da un frutto e qualcosa da bere.

Aggiungendo però una parte proteica importante in questo primo pasto della giornata, è necessario ricordarsi di calibrare la quota proteica giornaliera nei pasti successivi. Spesso i bambini pranzano a scuola, dove è previsto anche il secondo. In questo caso, a cena potrebbe essere necessario eliminare le proteine. Queste valutazioni vanno comunque compiute in maniera personalizzata, conoscendo il bambino, la sua alimentazione e il suo stile di vita.

Dott.ssa Azzurra Fini
Biologa Nutrizionista

Riceve su appuntamento presso:

Ambulatorio Medico

Via G. Marconi 5, Porano

Abbadia Medica

Pizza del Fanello 22/23, Ciconia

Ambulatorio Medico

Via Roma Nuova 2, Castel Giorgio

Fisiolife

Via Piave 2, Sferracavallo

Tel. 328 8633173

azzurra_fini@hotmail.it

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



CLINICHE ARCONI

Eccellenza dentale ad Orvieto



La **Clinica Arcone** oggi è ancora più competitiva. Il nostro team, già eccellente, si arricchisce di ottimi professionisti per garantire la qualità delle prestazioni ormai consolidate 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
Ortodonzia Estetica
- invisalign



Dr. Noemi Bilotta
Igienista Dentale
Sigillature
Estetica del
sorriso



Dr. Chiara Gradi
Igienista Dentale
Sigillature
Estetica del
sorriso



Deborah Bilotta
Assistente dentale



FACCETTE DENTALI: UN SORRISO PERFETTO

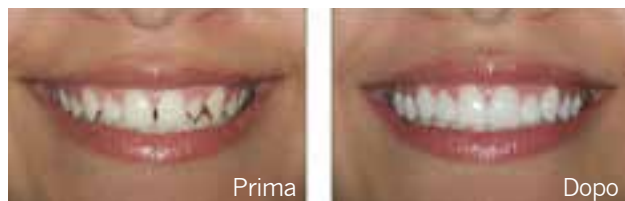
Le faccette dentali, conosciute anche come "faccette estetiche", sono dei particolari involucri in ceramica che vengono applicati sulla superficie esterna del dente per migliorare l'aspetto estetico del proprio sorriso, nascondendo i vari difetti legati ad esempio alla forma, al colore o anche alla posizione dei denti. Tecnicamente le faccette dentali sono delle placchette sottili (come delle "unghie") in ceramica integrale che si presenta chiara sia esternamente che internamente e vengono cementate definitivamente sulla superficie esterna dei denti (in genere quelli frontali).

Possiamo dire che le faccette sono considerate come delle protesi particolari e grazie ad esse ogni persona può avere una dentatura splendente, candida e senza imperfezioni. Si tratta di una "copertura estetica" solo della superficie esterna dei denti preservandone la salute e determinando un irrobustimento dei denti (nei casi di denti consumati e erosi). Questo ridottissimo spessore delle lamine rende la ceramica delle faccette dentali molto trasparente facendosi attraversare dalla luce e determinando, così, un risultato sorprendentemente naturale.

I CASI IN CUI È CONSIGLIATO IL TRATTAMENTO:

In genere le faccette estetiche vengono utilizzate per mascherare tutti i difetti presenti sui nostri denti e ottenere così un sorriso perfetto, inoltre, si consiglia per correggere diverse funzioni dentali compromesse da difetti congeniti come problemi alla funzione masticatoria, nei casi in cui il soggetto abbia uno o più denti storti e non riesce ad eseguire una masticazione efficiente, o lo sbiancamento dei denti, in quanto le macchie verranno mascherate dalla coperture delle lamine in ceramica. Inoltre sono molto utili per "Aggiustare" un dente scheggiato e sono eterne dal punto di vista del colore in quanto non subiscono alterazioni cromatiche nel tempo data la superficie liscia e non porosa.

Esistono vari tipi di faccette estetiche utilizzate in base al tipo di risultato che si vuole ottenere e al tipo di problema da risolvere ed in genere le troviamo di diverso spessore e materiale.



L'INTERVENTO

Prima di tutto viene fatta una programmazione per ogni singolo paziente per poi passare all'installazione in 2 sedute: nella prima seduta, il dentista effettua la limatura del dente con o senza anestesia, misura l'impronta del dente e sceglie il colore più adatto al tipo di dentatura; nella seconda seduta, viene applicata la faccetta estetica sul dente.

I vantaggi che si possono ottenere con l'applicazione di faccette estetiche sono: miglioramento estetico istantaneo del proprio sorriso e garanzia di durata nel tempo, intorno ai 10 anni, rispettando i vari tessuti della gengiva e tutti gli altri denti.

Una corretta e poco impegnativa manutenzione, basta infatti effettuare al pulizia dei denti almeno 3 volte al giorno e fare un po' di attenzione durante la masticazione, ti permetterà di ottenere, finalmente un sorriso più bello, più sano e che duri nel tempo.

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

QUANDO IL CORPO SOMATIZZA

Cosa si nasconde dietro questo o quel malessere?

Cerchiamo di capire i segnali che ci manda il nostro corpo. Non deve essere per forza successo qualcosa di eclatante, basta un non detto, una situazione che torna su, un trauma infantile che riemerge ogni volta sebbene non lo riconosciamo, e via che inizia un fastidio o un disturbo.

Quando il corpo si difende da emozioni o eventi spiacevoli e intollerabili manifesta il proprio disagio su alcuni organi, detti bersaglio.

Correlazioni psicosomatiche, corpo e psiche

I disturbi dell'apparato muscolo-scheletrico ci "parlano" di disagi legati al sostegno, alla flessibilità, alla rigidità, alla capacità di "portare pesi", alla libertà di movimento, di indipendenza o di autonomia.

La pelle manifesta problemi legati al contatto, alla comunicazione, all'espressione emotiva, alle relazioni, comportandosi come una "tela" su cui si dipingono le emozioni più profonde (tra cui rabbia, irritazione, rifiuto, senso di ingiustizia, aggressività repressa) o stati di stress.

L'apparato respiratorio può raccontare dei problemi che si vivono nell'ambiente familiare o lavorativo e dei conflitti, disagi, dolori o frustrazioni che vi si "respirano"; del bisogno o della mancanza, metaforici, di spazio e di "aria", di indipendenza o di autonomia. I disturbi che si manifestano negli organi corrispondenti (asma, affanno, iperventilazione, respiro corto) possono indicare un'assenza di gusto per la vita, la perdita del desiderio di continuare a vivere, ma anche la paura di perdere

la vita.

L'apparato digerente rappresenta il nostro modo di "digerire" e "mandare giù" esperienze o situazioni esistenziali, di assimilarle o eliminarle; la capacità di gestire la rabbia e l'aggressività; di "trattenere" e di lasciare andare; di vivere paure e insicurezze.

L'apparato cardiocircolatorio esprime la capacità di gestione dei nostri affetti più profondi, degli istinti e delle emozioni, la capacità di dare e ricevere amore; di permettere la libera "circolazione" della gioia, delle passioni, dell'amore nella nostra vita. Palpitazioni, aritmie, sensazioni dolorose, disturbi vasomotori ecc. possono ricondurre a vissuti di tipo abbandono e di precoci separazioni nella vita affettiva dei soggetti interessati. I disturbi maggiori, invece, possono essere ricondotti allo stress psichico continuo unito ad alcune caratteristiche di personalità (tra cui forte competitività, ambizione, aggressività).

L'apparato urinario può manifestare problemi legati al contatto, alla comunicazione, a conflitti interpersonali o a paure profonde, mentre l'apparato genitale esprime spesso conflitti legati alla sessualità, ai rapporti di coppia, a rabbia, collera, frustrazioni o aggressività repressa.

Il sistema immunitario può segnalare stati di "conflitto" somatizzati nel corpo come allergie, infezioni o infiammazioni; il tentativo simbolico di "combattere" ambienti o situazioni vissuti come pericolosi o problematici.

Sintomi

Mal di testa: la cefalea può indicare il bisogno di allentare l'eccessivo controllo razionale, e

quindi il desiderio di lasciare più spazio all'intuizione. Di solito, infatti, chi soffre di mal di testa ha una mente lucida e razionale (fin troppo), che deve tenere sempre tutto controllo senza cedere e lasciarsi andare mai;

mal di stomaco: Quando si soffre spesso di gastriti, bruciori di stomaco o altri disturbi digestivi, spesso l'atteggiamento tipico è "mandare giù" con troppa frequenza le offese della vita. Il motto di queste persone è "portare l'altra guancia", ma nello stesso tempo covano rabbie e risentimenti profondi. In questo modo costringono lo stomaco ad una lenta e complessa "digestione" della rabbia. In pratica, sono vittime di troppa "diplomazia";

disturbi intestinali: A livello intestinale poi la stitichezza può essere indice di un attaccamento eccessivo ai beni materiali, ma può anche rappresentare la paura di portare alla luce contenuti inconsci ed emozioni dalle quali non si riesce a prendere le distanze. La colite invece può affiggere chi è solito fare scene, non reprimere rabbia e aggressività, tranne poi provare disprezzo verso se stesso per quello che ha fatto: l'intestino si fa carico simbolicamente di questi sensi di colpa e tenta di spazzarli via simbolicamente con gli attacchi di colite;

mani sempre sudate: affligge prevalentemente le persone timide, emotive, ansiose, schive e solitarie e che hanno difficoltà ad instaurare rapporti interpersonali;

eruzioni cutanee: Queste possono rivelare che non si hanno ben chiari i propri confini e che per difendersi si cerca, metaforicamente, di tenere lontani gli altri. Ma possono anche indicare che, pur non potendolo permet-

terselo, si vorrebbe che gli altri stessero più vicini.

Se il tuo corpo sta cercando di dirti qualcosa, ASCOLTALO!

Chiediti cosa causa stress, preoccupazioni, ansia nella tua vita. Affronta quelle situazioni con realismo e rilassatezza per cambiarle in tuo favore ove possibile.

Trova delle valvole di sfogo, fai cose che ti piacciono, prova con la musica, lo yoga, il training autogeno, la piscina, la palestra, dei massaggi, una bella vacanza... ma soprattutto, che ti rilassino. Sii consapevole che i disturbi psicosomatici sono come dei campanelli di allarme che il tuo corpo fa scattare, delle spie lampeggianti da tenere nel debito conto.

Impariamo a volerci bene e ad andare verso un'accettazione positiva ed incondizionata al diritto di esistere per quello che si è!



Per ulteriori informazioni
Claudia Micocci
338/4048511

- Operatore Shiatsu Practor 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



Hipster:

LA TENDENZA DEL MOMENTO

L' HIPSTER affonda le sue radici nel jazz e nella scena afro-americana che si sviluppa ad Harlem negli anni trenta. Hipster andò a sostituire "hepcat", una parola che indicava coloro che erano appassionati di hot jazz e bebop e che si volevano distinguere dagli amanti dello swing.

Il termine è composto da "HIP" (uomo sofisticato, che ha classe, intenditore) e dal suffisso peggiorativo "STER" che in inglese indica chi fa qualcosa, un soggetto agente: è una filosofia che attraverso quella del jazz investe anche il mondo della beat generation, stregati dalla bellezza minimalista del jazz bebop, i letterari collegano due realtà parallele, quella nera dov'è l'Hipster nasce e quella bianca dei giovani che lo renderanno popolare. E' attraverso autori come Kerovac, Ginsberg, Ferlinghetti che la figura dell'Hipster si proietta ben oltre i confini di New York city, raggiungendo una dimensione mondiale.

Oggi gli Hipster rappresentano una subcultura di persone giovani borghesi, che si interessano alla cultura alternativa, di nicchia. Tenzionalmente conoscono e sanno usare la tecnologia, ma preferiscono uno stile vintage, che dimostrano anche nel loro modo di vestire. Tra gli uomini, poi, uno degli elementi di riconoscimento è una folta barba o baffi dalla forma molto particolare, anch'essi retrò.



dacciuntaglio

Michele Provenzeni

Via Amelia 16 - Baschi (TR) - Tel. 0744 957627

Riceve solo su appuntamento



INDIETRO TUTTA

30 e non sentirli...

E' stato un vero fenomeno per anni e lo è ancora adesso. Indietro Tutta! uno degli show della Rai più divertenti e innovativi ideato da Renzo Arbore ha compiuto 30 anni.

Per celebrare questo anniversario tondo Renzo Arbore e Nino Frassica sono tornati su Rai2 con due serate evento: Indietro Tutta 30 e l'ode. Ma nulla potrà mai essere come prima. Per l'impatto che il programma ebbe e per come, ancora adesso, rimane impresso nelle menti anche di chi non lo ha mai visto se non dopo anni in repliche o su you tube.

Il 14 dicembre 1987 Indietro tutta debuttò in seconda serata con una media di 4,9 milioni di spettatori e del 29,4% di share. Tre mesi dopo, l'11 marzo 1988, l'ultima puntata ottenne 9,5 milioni e il 50,4%.

Numeri forse irripetibili, "ma più dell'Auditel - ribadisce Arbore - contano il gradimento, la stima, l'ammirazione. Il punto è arricchire il pubblico. Ormai dai contenuti è scomparsa la parola 'artistico', e mi dispiace un po' perché da grande vorrei fare l'artista", ironizza.

Un progetto però ce l'ha: "Mi piacerebbe parlare di altri programmi o di grandi personaggi, come Walter Chiari o Alberto Sordi, che i giovani di oggi non conoscono, studiare le grandi intuizioni del passato per dare sostanza alla tv del futuro". In un'epoca dove la nostalgia televisiva trionfa (come non pensare al ritorno di X Files e di Twin Peaks) ecco che sulla Rai ssi ricordano di aver dato vita ad una trasmissione che all'epoca fu un vero trionfo e che nella sua genialità prefigurò molta della tv a venire.

Trent'anni fa Indietro tutta smontava con l'umorismo e l'improvvisazione, "per dirla tecnicamente, con il cazzeggio", stereotipi e falsi miti della tv commerciale.

Era un mondo nuovo, quello di Mediaset, che si stava affacciando sul tubo catodico, ma era anche il futuro, il progresso.



Ed Arbore e la sua compagnia lo capirono subito. Una su tutte l'ide a delle ragazze coccodè, che lo stesso Arbore spiega così: "una satira forte delle ragazze che venivano usate dagli sponsor: penso al Drive in, a Bingo. Quando sono entrato in Rai, c'erano solo due donne, Enza Sampò e Bianca Maria Piccinino.

Con L'altra domenica ne abbiamo portate tante, come Isabella Rossellini, Milly Carlucci, Silvia Annichiarico: le chiamavano le ragazze parlanti, perché l'al-

ternativa erano le vallette.

Oggi le donne hanno preso il comando in tv, sono più brave di noi uomini". Indietro Tutta! fu quindi una trasmissione ideata da Renzo Arbore e Ugo Porcelli trasmessa in seconda serata su Rai 2 dal 14 dicembre del 1987 per 65 puntate fino all'11 marzo dell'anno successivo.

Il programma, attesissimo all'epoca perché Arbore arrivava dal successo di Quelli della notte, non deluse, anzi. E divenne da subito un appuntamento fis-

so delle notti televisive creando tormentoni incredibili come la pubblicità inventata del Cacao Meraviglioso.

Una sigla d'apertura geniale, diventata rapidamente tormentone dal titolo "Sì la vita è tutt'un quiz".

Il cast della trasmissione prevedeva oltre a Renzo Arbore anche Nino Frassica affiancati da alcuni personaggi ricorrenti come il futuro Mago Forest all'epoca ancora Michele Foresta, Francesco Paolantoni nei panni di Cupido, il mitico gonghista Fulvio Falzarano.

Riccardino ossia Mario Marengo ma anche una partecipazione del povero Massimo Troisi indimenticabile.

Maria Grazia Cucinotta giovanissima e bellissima era una delle vallette.

Il programma aveva come formula di base quella di un gioco a premi in cui si sfidavano concorrenti del Nord e del Sud Italia.

Ma gli elementi satirici della trasmissione rendevano lo show imprevedibile e frutto costante di improvvisazione.

L'idea era di parodiare i numerosi programmi della televisione commerciale appunto con la presenza discinta delle ragazze che ballano vestite da galline, il quiz ridicolmente facile, il basso livello culturale di certi salotti televisivi.

E su tutti lo sponsor inventato del Cacao Meraviglioso che rapidamente divenne oggetto di culto e ricercato nei negozi dai fan.

Senza dimenticare le incursioni audio delle volanti della polizia con il mitico Agente Frangipane o il notaio dalla chioma rossissima Nando Murolo. Renzo Arbore nel ruolo di Ammiraglio governava e conduceva il programma e Nino Frassica era il più improbabile dei presentatori nei panni del "bravo presentatore".

Insomma una dissacrazione della televisione che imperversava ed imperversa tutt'ora, tra grandi fratelli, pupe e secchioni, amici di Maria.



Maurizio e Giulia

BELLEZZA DIROMPENTE E SIMPATIA TRAVOLGENTE...

Così definirei Giulia e Maurizio.

Quando ci hanno chiesto di aiutarli nell'organizzazione del loro matrimonio abbiamo subito capito che si trattava di un evento speciale: una favola capace di suggellare un grande amore insieme al battesimo del loro piccolo Mattia.

Giulia e Maurizio hanno accolto con entusiasmo ogni nostra nuova idea e la sintonia è stata immediata.

Ogni appuntamento è stato piacevole, leggero, divertente e ricco di sorrisi.

Si sono presto delineate le linee guida su cui avremmo dovuto creare l'intero evento: Eleganza, gioia di vivere, colori, dolcezza. Il matrimonio avrebbe dovuto parlare del loro carattere, delle loro passioni, di ciò che li aveva uniti e del loro bene più grande, il piccolo Mattia.

Ogni cosa che ci hanno raccontato su di loro: L'amore per i cavalli, il sole e perfino la passione di Giulia per il miele, è stato in utile spunto per creare un evento unico ed originale.

La simpatia di Maurizio si è manifestata con tutta la sua forza nel tema del matrimonio giocato sui folcloristici e, per niente scontati, detti orvietani.

Dopo mesi di progettazione si è materializzato, come per magia, il loro sogno:

Una carrozza degna di una principessa per portare Giulia all'altare;

Fiori rubati al sole per decorare le partecipazioni, la chiesa ed il bouquet della sposa;

Vasetti di miele con etichette personalizzate e dedica per bomboniera. L'augurio più grande che io possa fare a questa coppia è di rimanere sempre così, di mantenere quell'intesa e complicità che li caratterizza e che li rende profondamente uniti.

Alla loro nuova famiglia auguro con tutto il cuore il più lungo e felice dei cammini insieme.

La vostra Wedding Designer
Azzurra



Verdemela di Danielli Azzurra
Via della Resistenza, 15
Allerona Scalo
334 6821352

