



SOLO COSE BUONE DALLA NATURA

Canale di Orvieto
Località Botto, 23
Tel. 0763 29010



Il **carpfishing** è una tecnica di pesca che si dedica alla cattura di ciprinidi come le carpe comuni e le carpe erbivore (amur) che hanno abitudini alimentari simili, per cui la preda è spesso a sorpresa. Si tratta di una tecnica che lascia l'amo



scoperto e le esche (le boilies o il mais) vengono collegate ad esso tramite un sottile spezzone di nylon chiamato "hair rig". Con una tale montatura il pesce si autocattura quando aspira l'esca e poi la sputa, come fa di solito. Viene quasi sempre ferrato sul labbro inferiore che, essendo di natura cartilaginea fa avvertire meno il dolore.



Chi pratica il carpfishing è costantemente alla ricerca del grosso esemplare, possibilmente più grande della cattura precedente. In ogni caso ha un rispetto totale per la preda, qualunque sia la sua taglia, che viene puntualmente rilasciata dopo essere stata pesata ed immortalata con diverse foto scattate da angolazioni diverse. Sono le foto le loro vere prede, quindi viene praticato rigorosamente il catch and release o no-kill.

Il carpfishing è totalmente sui generis in quanto si diversifica da tutti gli altri tipi di pesca sportiva. Una seduta di pesca non si esaurisce nell'arco di una mattinata o dall'alba al tramonto, ma può durare anche diversi giorni. Quindi tra le numerose attrezzature che bisogna portarsi appresso la più necessaria è una tenda per ripararsi durante la notte e in caso di maltempo. Servono poi tutte le altre attrezzature necessarie per un campeggio che i carapisti praticano nel più rigoroso rispetto dell'ambiente cir-

IL CARPFISHING.

costante, soprattutto della vegetazione con la quale tendono a mimetizzarsi con l'adozione dei colori degli abiti e della tenda che non si discostano dal verde o dal marrone.

Attrezzatura di pesca

L'attrezzatura è anch'essa improntata al rispetto della preda insidiata. Trattandosi quasi sempre di grossi esemplari, si comincia con l'uso di un guadino molto capiente, con rete morbida e con trama molto fitta che non arrechi danni alle pinne ed alle squame del pesce. Effettuata la cattura, la preda viene riposta su di un materassino morbido che non ne danneggi la pelle, mantenuta costantemente umida, viene pesata, immortalata con una foto, spesso con un selfie e, nel più breve tempo possibile, viene reintrodotta nel suo ambiente. Se il recupero si dovesse protrarre molto a lungo e quindi il pesce apparisse particolarmente provato, una volta riportato in acqua, viene premurosamente riossigenato con un movimento avanti e indietro teso a far circolare acqua attraverso le branchie, consentendogli così una rapida ripresa.

Le particolari soddisfazioni procurate da questa tecnica di pesca, portano i praticanti a condividerle con gli amici e, trattandosi spesso di ragazzi molto giovani, dinamici ed amanti dell'avventura, hanno fatto sì che questa tecnica abbia preso ben presto piede anche in Italia e con essa sia aumentata la produzione delle specifiche attrezzature nonchè il numero dei laghi adibiti a carpfishing.

Le esche: il mais e le boilies

Il mais, conosciutissimo, è un'ottima esca che produce molte abboccate ma non seleziona gli esemplari "di peso". La boilies sono delle palline composte da diversi sfarinati che vengono mescolati con altri ingredienti ed aromi e quindi vengono cotte in acqua o a vapore. Il processo di produzione conferisce loro una buona durezza per assicurare una migliore tenuta in acqua. Vengono preparate da apposite industrie o, spesso, dallo stesso pescatore.

Le prime, già pronte, sono disponibili in diversi aromi (ad es. vaniglia, aglio, cioccolato

ecc.), le seconde implicano una sapiente scelta delle farine e degli aromi, sollecitando la fantasia e l'abilità di chi se le prepara, con grande soddisfazione quando risultino efficaci. La composizione può variare a seconda dei periodi di pesca.

Il loro diametro può arrivare a 30 - 40 mm e costituiscono l'esca per eccellenza per i ciprinidi.

Per innescarle occorre forarle con un apposito strumento e farle attraversare da un capio che va poi bloccato con un apposito stopper. Dopo il lancio, le bilie affondano trascinate dal piombo e si adattano sul fondo. Se però, una volta depositatesi dovessero scomparire nell'eventuale fondale limaccioso, vengono fatte salire quanto basta con un effetto che si ottiene mescolando all'impasto del sughero o del polistirolo macinati. Si ha il cosiddetto "pop up" che spesso viene avvolto con una retina (anche un frammento di collant) che in questo modo non viene attaccato per la sua appetibilità da altri abitanti del mondo sommerso.

Gemellaggio a Corbara nel 2005

Parecchi anni fa, nel 2005, all'insegna dell'agonismo, si tenne a Corbara il 5° incontro amichevole di Carpfishing tra le nazionali d'Italia e di Francia, la cui organizzazione fu affidata dalla FIPSAS alla Lenza Orvietana Colmic Stonfo che si mise a disposizione delle due rappresentative e fornì tutto il supporto necessario.

La manifestazione riuscì ottimamente ed emerse un alto livello tecnico per entrambe le rap-



presentative, con grande soddisfazione per tutti, soprattutto degli italiani che si aggiudicarono la competizione. Corbara già da allora rivelò tutte le sue potenzialità. (potete rivisitare tutta la manifestazione al link: <https://www.lenzaorvietana.it/?p=5577#more-5577>).

Renato Rosciarelli



ARTICOLI & ACCESSORI RAPALA DI NUOVO DISPONIBILI

Vasta scelta di Canne, Mullinelli ed Esche vive, per l'Agonismo e anche per il Mare

Vi Aspettiamo in Negozio in tutta Sicurezza

Pesca e sport Zaghino
Via degli Eucalipi, 27/a Orvieto (TR) Tel. 335/348740 - 0763/302317
Aperto anche Domenica mattina fino alle 12:00 - www.zaghinopesca.com



su tutti i
pavimenti, rivestimenti, sanitari,
arredo bagno e rubinetteria

a partire dal 30%

**SCONTO
IMMEDIATO
IN FATTURA**



Rinnovati con noi

**M CERAMICHE
MARCHETTI**
S.R.L.

Bivio Crocefisso - Todi (PG) - Tel/Fax 075.8943799



TU VALI,
LA TUA AZIENDA VALE.

STA A VOI
VENDERLA,

STA A LORO
COMPRARLA.

STA A
STUDIO RB
VALUTARLA



STUDIO RB
RISORSE & BUSINESS
SERVIZI E CONSULENZE FISCALI
E GIURIDICHE

di Rellini A. e Bartolini M.

Via Po, 17/a Sferracavallo ORVIETO · Corso del Popolo 47 int. 16b TERNI
tel. 0763.343638 - fax 0763 216201 - e-mail: info@studiorborvieto.it

www.studiorborvieto.it



OFFERTE SPECIALI

Antiparassitari Seresto e Advantix



Via dei Falegnami, 9 Zona ind. Bardano
Via delle Acacie, 26 Ciconia
P.zza XXIX Marzo, 26 Orvieto
Tel. 0763 316372 - e-mail: effevet@tin.it
www.effeveterinaria.it



Alcuni dei nostri ultimi lavori



MA NOI ABBIAMO I RAZZI!

CHIAMA 0763.39 30 24

STAMPA

Stai cercando prodotti di stampa?

Rivolgiti a noi e potrai stampare materiale promozionale pubblicitario

scegliendo tra tantissimi prodotti utili alla tua attività commerciale. Insieme possiamo scegliere tra centinaia di soluzioni per promuovere il tuo business.

Stampe su carta, come volantini, pieghevoli, brochure, biglietti da visita, manifesti, poster, locandine, riviste, cataloghi, calendari ed in generale tutto ciò che può essere stampato su carta;

Stampa su supporti rigidi come forex, polionda, altri tipi di materiali e pannelli pubblicitari in genere.

Stampa di pvc adesivi, vetrofanie, etichette, tovagliette, materiali per fiere ed eventi, gadget pubblicitari, abbigliamento con stampa personalizzata ed ogni tipo di prodotti promozionali come bandiere, striscioni, roll-up ed espositori.

GRAFICA

Parte fondamentale della comunicazione pubblicitaria è il lavoro grafico, ossia la creazione di una immagine identificativa e riconoscibile del tuo brand. Proponiamo un percorso personalizzato dall'ideazione del logo aziendale alla realizzazione grafica delle singole campagne pubblicitarie, tenendo conto delle differenze tra i vari canali di comunicazione scelti, siano essi carta stampata, affissione, campagne online, ecc...

Tutto coordinato dalla sinergia tra i nostri creativi ed il cliente.

Il Vicino pubblicitaria è in grado di offrire anche questo servizio come parte integrante di un lavoro completo di ogni singola campagna marketing.



Lo studio è all'interno dell'agenzia stessa: si parte dallo studio del nome, a quello del logo per creare un'immagine coordinata adatta allo stile e al messaggio del brand.

ENERGIA COME SARÀ IL FUTURO?

L'obiettivo ormai lo conosciamo: limitare il riscaldamento terrestre a 1,5° centigradi rispetto all'epoca precedente alla Rivoluzione industriale e conquistare la carbon neutrality entro il 2050. Per arginare i danni del cambiamento climatico, insomma, dobbiamo riuscire nel giro di 30 anni a emettere non più anidride carbonica di quanta l'atmosfera sia in grado di assorbirne.

LA RISPOSTA E' ENERGIE RINNOVABILI.

Secondo il Center for Climate and Energy Solutions, oggi il 79,7% dell'energia consumata è ancora di origine fossile, ovvero quella estratta dalle profondità della Terra – sotto forma di carbone, gas e petrolio – che rilascia una quantità insostenibile di gas serra. Il restante 20,2% è invece affidato alle rinnovabili. Attenzione, però: il 2,2% deriva dalle centrali nucleari e il 7,5% dalla biomassa tradizionale. A livello globale, solo il 10,6% dell'energia consumata nel mondo deriva da quelle che normalmente abbiamo in mente quando parliamo di rinnovabili: eolico, idrico e solare.

Nel 2018, l'elettricità prodotta da fonti rinnovabili in Europa ha raggiunto il 32% del totale, con l'obiettivo di arrivare al 50% entro il 2030. Tra i vari paesi, ci sono però enormi differenze: nazioni virtuose come Austria e Svezia veleggiano già oggi attorno al 70%, mentre le maglie nere di Ungheria e Malta sono ferme all'8%. Situazione mediana in Italia, dove arriviamo al 35% circa.

A differenza di quanto si possa pensare, la maggior parte di questa energia non proviene però dal Sole, che anzi – fatto 100 il totale delle rinnovabili utilizzate – vale solo il 12%, contro il 36% di eolico, il 33% di idrico e il restante 19% da geotermico, biomassa e altro.

Le grandi differenze tra le varie nazioni europee – e ancor più tra le diverse zone del mondo – indica però una cosa: crescere è possibile. Osservando le tendenze storiche, si nota infatti quanto sia stata incredibilmente rapida l'ascesa delle rinnovabili e il contestuale crollo del loro prezzo.

L'energia eolica ha raggiunto i 100 terawattora solo nel 2005, ma nel 2019 ha tagliato il traguardo dei 1.400

TWh, mentre il prezzo per la produzione è sceso dai 57 centesimi di dollari al kilowatt degli anni '80 fino ai quattro centesimi di oggi. Lo stesso vale per il Sole. Ancora nel 2000, la produzione globale di energia solare era pari soltanto a 4 gigawatt.

La crescita da allora è stata più che esponenziale: si sono raggiunti i 100 gigawatt nel 2012 e la cifra era già quintuplicata nel 2018. Nell'anno appena concluso si stima che si siano raggiunti gli 800 gigawatt. Contemporaneamente, il costo per la produzione di energia solare è crollato: negli anni '70 si era attorno a 77 dollari per kilowatt, oggi questa cifra è arrivata ai 30 centesimi e la riduzione non accenna a fermarsi.

È possibile crescere ancora con questi ritmi?
Probabilmente sì, so-

prattutto considerando come i pannelli solari stiano diventando sempre più efficienti e che startup come Heliogen, finanziata anche da Bill Gates, stiano lavorando a impianti di concentrazione dell'energia solare in grado di catturare l'energia termica fino a 1.500°C, trasformandola poi in elettricità talmente abbondante da alimentare anche l'industria pesante.

Il costo di produzione dell'energia solare continua a diminuire, mentre la sua resa continua ad aumentare. Tutto bene, quindi?

Non proprio, visto che a oggi pare improbabile alimentare le grandi metropoli del mondo tramite le rinnovabili. Per esempio, città come Parigi o Londra consumano circa 100 watt per metro quadro, mentre i migliori pannelli in circolazione, a oggi, rendono tra i 5 e i 10 watt per metro quadro. Anche ricoprendo tutti i tetti di pannelli solari, non si riuscirebbe a soddisfare la richiesta energetica estremamente concentrata delle metropoli.

Ma la soluzione ai limiti odierni delle rinnovabili non viene solo dal solare.

Secondo alcune analisi, a fare la differenza è la somma di solare ed eolico, in grado di garantire in Europa fino al 70/80% del fabbisogno energetico se usati in maniera efficiente, complementare e attivando rapidi meccanismi di scambio tra i paesi che più facilmente producono eolico (nord Europa) e quelli più adatti alla produzione di solare (sud Europa).

E quando si verifica quella che gli esperti chiamano "calma buia", ovvero momenti in cui il Sole è oscurato dalle nuvole e il vento non soffia?

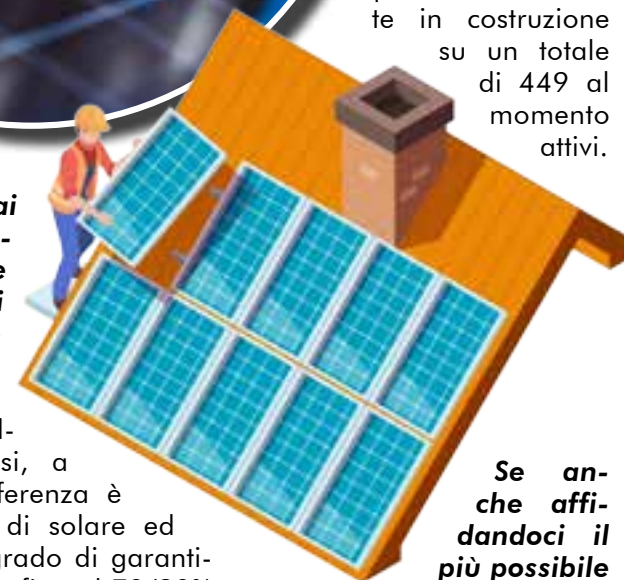
È qui che potrebbero entrare in gioco le centrali nucleari: poco amate e anzi sempre più temute (soprattutto dopo che il disastro di Fukushima del 2011 ha riacceso le paure), non saranno abbandonate tanto in fretta quanto una buona parte della popo-

lazione spera. D'altra parte, i numeri relativi alla costruzione di nuovi reattori mostrano come si stia ancora puntando su questa forma di energia: sono 53 quelli attualmente in costruzione su un totale di 449 al momento attivi.

nostra dieta (gli allevamenti mondiali sono responsabili del 14,5% delle emissioni), fino ai meccanismi per catturare le emissioni tramite le tecnologie – purtroppo ancora molto costose – di cattura e stoccaggio del carbonio.

Un'altra soluzione che potrebbe aiutarci a dare un futuro migliore alla Terra passa dalla piantumazione di alberi: organismi che assorbono naturalmente la CO₂ e la trasformano in biomassa vegetale. Secondo le stime, per tornare alla concentrazione di carbonio dell'era pre-industriale, sarebbe necessario piantare qualcosa come mille miliardi di nuovi alberi. È fattibile? Sul tema, le opinioni sono divergenti e gli esperti si dividono tra favorevoli e contrari.

Inutile però concentrarsi sulle singole misure: tra rinnovabili, cambiamenti drastici alle nostre abitudini e nuovi strumenti per ridurre l'anidride carbonica presente in atmosfera, è solo attraverso la combinazione più efficace e realistica che potremo salvare il pianeta.



Se anche affidandoci il più possibile alle rinnovabili non saremmo lo stesso in grado di azzerare la produzione di gas serra in eccesso?

È qui che entrano in gioco le altre leve su cui agire per evitare la catastrofe climatica: dalla riduzione dei consumi ai drastici (e fondamentali) cambiamenti alla





FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA



promozioni anticellulite



Per prenotazioni, richieste di disponibilità, informazioni su medicinali, costi e promozioni

Numero Verde WhatsApp Farmacia **3343639244** • Parafarmacia **3665437130** • Beauty Concept **3291456221**

Via Monte Nibbio, 16 Orvieto (TR) - Tel. 0763 301949
Via Angelo Costanzi 59/b - cc Porta d'Orvieto - Tel. 0763 316183

L'OSTEOPATIA PER IL RIEQUILIBRIO POSTURALE E LA PREVENZIONE DEL DOLORE MUSCOLARE ED ARTICOLARE



Molti fattori possono determinare nel tempo alterazioni posturali che ci predispongono a dolore muscolare ed articolare. Con l'Osteopatia è possibile individuare le principali alterazioni posturali di ogni individuo ed attraverso il trattamento manuale ottenere un Riequilibrio Posturale che ci consente di prevenire il dolore e di migliorare la qualità della nostra vita. Le tecniche utilizzate durante il trattamento sono diverse e sono scelte dall'Osteopata in base al paziente ed alla sua sintomatologia. Possono essere utilizzate tecniche dolci di rilasciamento muscolare, tecniche dirette di manipolazione vertebrale e articolare, oppure tecniche specifiche per la mobilità viscerale e craniosacrale. Il trattamento di Riequilibrio Posturale è particolarmente indicato nello Sport per il miglioramento della performance e la prevenzione degli infortuni muscolari ed articolari.



STENOSI LOMBARE E FISIOTERAPIA

Con il termine "stenosi lombare" si fa riferimento ad un restringimento del canale spinale a livello lombo-sacrale, con conseguente compressione del midollo spinale nel segmento interessato. Le cause più comuni sono: spondilolistesi vertebrale, artrosi, traumi alla colonna, malformazioni congenite. I sintomi maggiormente riscontrati sono: dolore a livello lombare, che può anche irradiarsi lungo le gambe, bruciore o parestesia lungo le gambe, debolezza delle gambe e limitazione funzionale durante la deambulazione. La diagnosi avviene in seguito ad una visita specialistica, associata all'esecuzione di esami diagnostici mirati come RX, TAC, RM ed Elettromiografia. Nei casi più gravi il trattamento è di tipo chirurgico, mentre nei casi meno gravi si possono ottenere ottimi risultati grazie alla fisioterapia. Il fisioterapista, tramite tecniche di terapia manuale ed esercizi terapeutici specifici, interviene sulla causa del problema, oltre che sulle conseguenze causate dal problema stesso, riducendo la sintomatologia e migliorando la funzionalità della colonna.

FISIOMED, al servizio della tua salute!

FISIOMED
FISIOTERAPIA ED OSTEOPATIA
MEDICINA SPECIALISTICA



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, trattamento fasciale, rieducazione vestibolare ed Idrokinesiterapia.
Cell. 3279032936

Si riceve su appuntamento presso:
FISIOMED srl - Ciconia, Via Degli Aceri n. 58/60



Allergie stagionali, perché dovresti entrare in una stanza del sale



Per alleviare i sintomi delle allergie stagionali come tosse, congestione nasale eccessiva lacrimazione puoi provare le stanze del sale. Con l'arrivo della primavera ecco che tornano le allergie di stagione. Colpa degli "odiosi" pollini. Già, per noi allergici, sono davvero odiosi per quanto sembrano così inoffensivi.

STANZE DEL SALE. IL RIMEDIO NATURALE CONTRO LE ALLERGIE

Le stanze del sale rappresentano uno straordinario rimedio naturale per alleviare i fastidiosi sintomi di queste manifestazioni allergiche come tosse, lacrimazione degli occhi, congestione nasale, raffreddore, gonfiore facciale, alterazioni del senso del gusto e dell'olfatto e quel generale senso di malessere che avvertiamo quando le reazioni allergiche cominciano a manifestarsi nel nostro organismo.

Il sale ha proprietà salutari per le mucose respiratorie. E, come hanno dimostrato diversi studi, contribuisce a:

- Ridurre il muco
- Alleviare la tosse
- Diminuire gli episodi infiammatori e allergici delle alte vie respiratorie

NON TUTTE LE STANZE DEL SALE SONO UGUALI

L'haloterapia è un metodo non invasivo, molto semplice che prevede, da un lato, l'inalazione per le vie respiratorie di aerosol salini a secco, e dall'altro, il contatto con la pelle. Il trattamento di haloterapia viene effettuato nella cabina di sale Aerosal® (Dispositivo Medico), ovvero una stanza prefabbricata simile ad una sauna dal punto di vista strutturale in cui le pareti e il pavimento ricoperti di sale simulano il microclima di una grotta di sale. Il trattamento nella stanza del sale dura 30 minuti durante i quali si inala una dose di sale micronizzato. Una volta inalato, il cloruro di sodio micronizzato, va ad agire a livello dell'apparato respiratorio favorendo, attraverso un gradiente di pressione osmotica (differente concentrazione salina tra l'esterno della membrana cellulare ed il suo interno) la migliore idratazione delle mucose dell'apparato respiratorio ed una conseguente fluidificazione del muco favorendo quindi la riduzione di una serie di affezioni come asma, allergie, irritazioni.

aerosal®

Aerosalmed presso Clinica del Sale Orvieto

Maria Letizia Giorgio
Piazza del Fanello, 19 - Ciconia - Orvieto (TR)
Tel. 393 6710115



LA SCOLIOSI

- un metodo efficace -

La scoliosi è un cambiamento di curva tridimensionale, di un gruppo di vertebre (inclinazione e rotazione contro-laterale) in risposta alla forza di gravità. L'atteggiamento scoliotico è invece la deviazione laterale di un segmento della colonna vertebrale, senza creare rotazioni. Molte scoliosi sono asintomatiche, cioè non creano nel soggetto affetto algie/dolori e comportano asimmetrie posturali che potrebbero non essere visibili all'occhio non allenato. Tuttavia i casi più gravi di scoliosi, possono comportare una deformità sostanziale e possono compromettere seriamente la salute generale dell'individuo a causa della pressione diretta su organi vitali come polmoni e cuore.

La scoliosi strutturale è la più grave e permanente e non è reversibile. La scoliosi strutturale può essere causata da alcune malattie / disturbi, cause sconosciute e può essere presente alla nascita o svilupparsi man mano che il bambino cresce. La scoliosi si sviluppa più spesso durante gli scatti di crescita della pubertà. Il tipo più comune di scoliosi diagnosticata è idiopatica (ad eziologia sconosciuta), che colpisce circa l'80% dei casi e si riscontra principalmente nelle femmine adolescenti.

I primi segni o sintomi della comparsa di una scoliosi è la postura asimmetrica. Una spalla più alta dell'altra, un'anca più alta dell'altra o scapole irregolari sono tutte manifestazioni di una persona che potrebbe avere una scoliosi. Nei bambini è fondamentale riconoscere questi segni in anticipo. Si può aiutare a correggere la scoliosi man mano che crescono. Prima si riscontra una scoliosi, più facile sarà il trattamento con manipolazione osteopatica e mirato esercizio correttivo.

L'uso quotidiano di uno zaino deve essere attentamente monitorato. Non deve essere sovraccaricato e deve essere equamente bilanciato su entrambe le spalle. Se tuo figlio



ha un lieve caso di scoliosi e desidera prevenire eventuali problemi futuri, portalo da un osteopata. Sarà lui a ritenere opportuno il consulto con un ortopedico.

Negli adulti, la scoliosi porta al mal di schiena cronico e al cambio posturale. L'approccio terapeutico dipende dalla gravità della scoliosi. Una radiografia può mostrare il grado dell'angolo di scoliosi per aiutare a prendere le misure appropriate, come apparecchi ortodontici, chirurgia o terapia conservativa.



L'enfasi dell'osteopatia è nel trattamento della persona nella sua unità, al fine di alleviare il dolore, migliorare la mobilità e acquisire forza per recuperare attraverso accurate valutazioni delle curve della colonna vertebrale e affrontando gli squilibri muscolari. In caso di scoliosi da lieve a moderata, che non richiedono un intervento chirurgico, l'osteopatia e la fisioterapia possono aiutare.

Il trattamento osteopatico ha lo scopo di prevenire l'avanzamento o il peggioramento della curva, nonché il rilascio di restrizioni nella colonna vertebrale e nei tessuti circostanti, in combinazione con esercizi di rafforzamento e stabilizzazione. Inoltre, l'osteopata / fisioterapista lavorerà con il paziente per migliorare la consapevolezza e la postura.



I professionisti di Fisiolife:



Dott. CROCCOLINO RICCARDO
Fisioterapista, Osteopata
Chinesiologo
Ginnastica Posturale Mezieres
Preparatore Atletico



Dott.ssa GIRONI GLORIA
Fisioterapista
Specializzata in: Ginnastica Posturale
Mezieres e Rieducazione Pavimento
Pelvico



Dott. FRANCESCO CECCARELLI
Biologo
Nutrizionista



Dott. CROCCOLINO GIACOMO
Masso-Fisioterapista
Chinesiologo
Ginnastica Posturale Mezieres
Osteopata



CICA SERENA
Ostetrica
Specializzata in Rieducazione
Pavimento Pelvico



GIULIANA MAZZOCCHINI
Operatrice qualificata
- kobido
- Shiatsu

CONTATTACI PER AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI

Tel. 329 9219878 - 339 2028734

Orvieto, Via Piave 1/3 (Sferracavallo)

fisiolifeorvieto@gmail.com - www.studiofisiolife.it



CLINICHE ARCONI

Eccellenza dentale ad Orvieto



La **Clinica Arconi** 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.

ORTODONZIA INVISIBILE

L'ortodonzia invisibile, come lo stesso nome suggerisce, comprende tutti quei trattamenti ortodontici il cui obiettivo principale è quello di essere discreti. L'idea alla base di questo tipo di soluzione trasparente è quella di offrire un'alternativa più estetica ai tradizionali apparecchi in metallo in modo che il paziente si senta più comodo e sicuro di sé.

L'ortodonzia invisibile è diventata la soluzione preferita dai pazienti adulti, soprattutto da quelli che lavorano a contatto con altre persone e che preferiscono non dover spiegare le ragioni che li hanno portati ad allineare il loro sorriso.

La vera rivoluzione nell'ortodonzia invisibile è arrivata poco più di 20 anni fa con gli allineatori trasparenti. Di cosa stiamo parlando? Di un apparecchio ortodontico rimovibile composto da due mascherine trasparenti che si adattano perfettamente ai denti del paziente. Questi allineatori esercitano una pressione per spostare i denti a poco a poco, fino a quando non si ottiene un allineamento corretto. Il suo componente principale è un robusto poliuretano rigido, un materiale di uso medico di alta qualità creato con le tecnologie più recenti per offrire un'alternativa completamente invisibile e indolore. Poiché gli allineatori sono rimovibili, i pazienti possono godersi i loro pasti con maggiore tranquillità, liberi da inconvenienti o restrizioni alcune, e anche avere una migliore igiene dentale, lavandosi i denti senza che l'apparecchio impedisca l'accesso a qualsiasi zona.

Gli allineatori invisibili sono altamente resistenti ed è veramente difficile che possano rompersi. Non causano alcun dolore a causa del materiale o dei tagli.

Come con altri tipi di apparecchi invisibili, il paziente avrà bisogno di un po' di tempo per adattarsi, perché gli allineatori possono rendere difficile pronunciare alcune parole durante i primi giorni.

E' opportuno specificare che chiunque può sottoporsi ad ortodonzia invisibile (bambini, adolescenti, adulti), e che ci sono molte marche che oggi si occupano di questo tipo di ortodonzia.

Nel nostro studio siamo specializzati in ortodonzia invisibile Invisalign e solitamente per effettuare il trattamento, invitiamo il paziente a sottoporsi a una prima consultazione faccia a faccia, dove i nostri ortodontisti eseguono un primo studio oro-dentale per determinare se il paziente è adatto o meno a iniziare il trattamento.

Eseguiamo una radiografia panoramica per individuare le patologie dentali da curare prima del trattamento, insieme a una scansione 3D. La scansione 3D ci permette di ottenere immagini di alta qualità e precise dei denti del paziente e serve come punto di partenza per la creazione di un trattamento personalizzato al 100%.

Con il risultato della scansione, realizziamo un montaggio video in 3D al fine di simulare i cambiamenti settimanali che si otterranno grazie all'uso degli allineatori. Una volta che il paziente ha accettato il risultato finale del video, è pronto per iniziare il processo di fabbricazione delle mascherine.

.....

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

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 - AMPIO PARCHEGGIO



Prof. Sergio Corbi

Medico Chirurgo
Odontoiatra
Specialista
in chirurgia
Maxillofacciale
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



PRESSO IL CENTRO ORVIETO DIAGNOSTICA DEL GRUPPO CIDAT E' ATTIVO IL NUOVO AMBULATORIO DI CARDIOLOGICA

Le malattie cardiovascolari rappresentano una delle principali cause di morte o di invalidità, e sono destinate a crescere a causa dell'aumento della longevità.

Chi è affetto da cardiopatia necessita di controlli periodici: spesso non è sufficiente la classica misurazione della pressione o l'elettrocardiogramma, ma sono necessari esami più approfonditi per permettere al medico specialista di tarare con precisione la terapia.

La visita cardiologica rappresenta la base imprescindibile per la diagnosi e la cura di un problema cardiaco,

Serve inoltre ad accertare la natura di sintomi come dolore toracico, affanno, sincope, capogiri, palpitazioni e verificarne eventualmente il legame con disturbi di tipo cardiaco.

Presso il centro Orvieto Diagnostica è possibile effettuare un check up cardiologico comprensivo di visita cardiologica, ecocolor doppler cardiaco e elettrocardiogramma. È preferibile la prenotazione telefonica al numero 0763/32521.

ORVIETO DIAGNOSTICA

Presso il centro è possibile inoltre eseguire esami di:

- RADIOLOGIA TRADIZIONALE,
- MAMMOGRAFIE,
- ESAMI DI ECOGRAFIA INTERNISTICA,
- ECOGRAFIA GINECOLOGICA E VASCOLARE,
- ECO COLOR DOPPLER,
- VASCOLARE,
- ORTOPANTOMOGRAFIA,
- TAC CONE BEAM,
- ELETTROMIOGRAFIA NON INVASIVA,
- DENSITOMETRIA OSSEA,
- VISITE SPECIALISTICHE.



La VISITA CARDIOLOGICA è utile per diagnosticare e curare le principali patologie cardiovascolari, come l'ipertensione arteriosa, la cardiopatia ischemica, lo scompenso cardiaco, le cardiomiopatie e tutte le problematiche di tipo cardiaco.

Non è prevista alcuna preparazione particolare per l'esecuzione della visita cardiologica.

La visita può prevedere un elettrocardiogramma, cioè il controllo dell'attività elettrica del cuore, che permette di accertare o escludere la presenza di patologie a carico delle coronarie, le variazioni del volume cardiaco o le alterazioni del ritmo (es. aritmie, fibrillazioni, extrasistole).

L'elettrocardiogramma è la riproduzione grafica del ritmo e dell'attività elettrica del cuore, registrata a livello della superficie del corpo attraverso l'elettrocardiografo;

Permette di rilevare diverse condizioni cardiache, tra cui le aritmie, un infarto del miocardio, un'anomalia dell'atrio o del ventricolo cardiaco, una sofferenza coronarica ecc.

Inoltre, consente di valutare il funzionamento di un pacemaker o di un defibrillatore cardioverter impiantabile, in tutti quei soggetti che sono portatori di dispositivi per la normalizzazione del ritmo cardiaco.

Esistono tre tipologie di elettrocardiogramma: l'ECG a riposo, l'ECG dinamico secondo Holter e l'ECG sotto sforzo.

Il cardiologo valuta lo stato di salute del cuore e il suo funzionamento, dall'aspetto del tracciato elettrocardiografico.

Non è necessaria alcuna preparazione specifica per l'esecuzione dell'esame.



**ORVIETO
DIAGNOSTICA**
centro medico polispecialistico

ORVIETO SCALO
piazza Monte Rosa, 44
tel. 0763/32521
orvietodiagnostica@cidatsanita.it

Dott. Giuliano Barbabella IL DOTTORE DEI CORAGGIOSI PSICOLOGO — PSICOTERAPEUTA

Salve a tutti i lettori de il Vicino.

Sono il Dott. Giuliano Barbabella psicologo/psicoterapeuta/psicoanalista, laureato in psicologia clinica e di comunità e specializzato in psicoanalisi applicata alle malattie somatiche.



La vergogna come importante bussola morale per la persona e per la società.

La vergogna è una componente onnipresente nella vita di tutti i giorni ed è associata a sentimenti di debolezza, impotenza, vulnerabilità, rifiuto. Si tratta di una emozione spesso invisibile, infatti è per lo più nascosta per il semplice fatto che ci si vergogna di provare vergogna.

Chi prova tale vissuto sperimenta un grande senso di disagio tanto da ricorrere a determinati meccanismi di difesa che, però, alla lunga possono portare ad atteggiamenti disfunzionali quali la chiusura.

Eppure la vergogna è un sentimento che dovremmo accogliere. Perché?

Perché grazie a lei, paradossalmente, possiamo avere delle buone relazioni con gli altri. Essa può risultare un importante regolatore del comportamento sociale visto che segnala che ci sono dei nostri modi di fare o di pensare che potrebbero danneggiare i nostri legami, significativi o meno che siano.

Dunque può benissimo essere vista come "un'antenna" per prevedere il giudizio negativo altrui ed impedirci di fare scelte che potrebbero ritorcersi contro di noi. La prima reazione che molti hanno sentendo vergogna è quella di scappare, di negarla.

Invece, cerchiamo assolutamente di accettarla poiché tramite essa, consequenzialmente, possiamo imparare ad accettare meglio noi stessi ed i nostri limiti.

Essa ci fa capire che abbiamo bisogno dello sguardo altrui e ciò ci rende umani, tanto è vero che chi ne è immune e non si cura di cosa pensano gli altri è come se visse in una bolla che può portare ad un distruttivo senso di onnipotenza.

La vergogna è pertanto una bussola morale per essere accettabili davanti a noi ed agli altri e ciò ci obbliga a correggere eventuali errori, a fare i conti con i nostri difetti e pregi, situazione che, alla fine, costituisce una rampa di lancio per l'aumento della consapevolezza di sé, dell'autonomia e dell'autostima.

In più, oltre ad essere la sentinella capace di capire se siamo o meno accettabili dagli altri con le nostre azioni, la vergogna costituisce pure una spia della coesione sociale.

Quando in una società o in qualsiasi contesto sembra che non ci sia più tale emozione per nulla, significa che si sono persi ideali condivisi in cui riconoscersi. Penso che tutte queste argomentazioni possano far comprendere l'importanza di questo sentimento che, invece di essere ghettizzato, dovrebbe essere maggiormente messo in rilevanza o comunque essere parimenti approfondito come gli altri.

Al prossimo mese

Per appuntamento: 339 2189490

Studio in Orvieto: Piazza Marconi, 1

Studio in Perugia: Via del Bovaro, 19

Studio FISIOMED in Ciconia: Via degli Aceri, 58/60

LA RICETTA DELLA NUTRIZIONISTA



ZUPPA DI FARRO E FAVE SECCHIE

Le fave secche sono un alimento semplice che la natura ci regala e che riescono a stupirci grazie a meravigliose pietanze in cucina.

Se ne trovano di diverse in commercio, con buccia o senza e sono perfette per zuppe, purè, creme, vellutate, insalate e minestre.

Ingredienti per 4 persone:

- 250g di fave secche
- 120g di farro perlato
- 2 carote
- ½ cipolla
- 1 costa di sedano
- 1 foglia di alloro
- 1 rametto di rosmarino
- 1 spicchio d'aglio
- 2 cucchiaini di passata di pomodoro
- Olio evo
- Sale e pepe

La sera prima mettiamo in ammollo le fave.

La mattina le sciacquiamo bene e le lessiamo partendo da acqua fredda.

In una pentola a parte raccogliamo carote, sedano, cipolla, aglio tritati e li lasciamo appassire nell'olio con alloro e rosmarino.

Aggiungiamo il pomodoro e portiamo a cottura, eventualmente aggiungendo acqua calda.

Una volta cotte le fave (dopo circa 1 ora e ½) aggiungiamo il sugo e saliamo.

Eventualmente aggiungiamo acqua calda e mettiamo il farro lavato, che dovrà cuocere per il tempo indicato sulla confezione.

Decidete voi quanta acqua mettere in base a come vi piace di più, se minestra o insalata.

Serviamo con poco olio a crudo e una manciata di pepe fresco.

Dott.ssa Azzurra Fini
Biologa Nutrizionista

Riceve su appuntamento presso:

Abbadia Medica
P.zza del Fanello 22/23,
Ciconia

Ambulatorio Medico
Via Roma Nuova 2,
Castel Giorgio

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



*In Umbria dal 1880
con la Passione per Orvieto
nel cuore*

*Se vuoi degustare la tipicità dei Nostri prodotti
vieni a trovarci presso il Punto Vendita
Loc. Ponte Giulio 3
- dal Lunedì al Giovedì
dalle 8:30 alle 12:00 e dalla 13:00 alle 17:00.
- Venerdì dalle 8:00 alle 13:00*

CANTINA BIGH
Località Ponte Giulio, 3 Orvieto TR
Tel. 0763/315888 - bigh@giv.it



I NOSTRI SERVIZI

Risonanza magnetica nucleare aperta
adatta a soggetti claustrofobici, per esaminare
colonna cervicale, dorsale, lombosacrale e tutte le
articolazioni

Tac Total Body

**Radiografie digitali con tomosintesi
Moc**

PACCHETTO DONNA:

Mammografia digitale con tomosintesi e visita
senologica con ecografia

Consulenza osteoporosi

Servizio di terapia del dolore

Consulenze ortopediche

**Chirurgia anca, spalla, ginocchio,
rachide lombo sacrale**

Consulenza reumatologica

Consulenza ginecologica

Visite nutrizionali

Consulenze dermatologiche

Consulenze urologiche e andrologiche

Consulenza medicina estetica

Logopedista

Psicologia cognitiva comportamentale

Psicomotricista

Elettromiografia

Ecografia

Ecocolordoppler



P.zza del Fanello, 27 - Via dei Mandarini, 5/A - Orvieto (TR)
Tel. 0763 533089 - 0763 533090 - Cell. 329 0739773
eolodiagnostica@gmail.com - www.eolodiagnostica.it

AD ORVIETO UN POLO DIAGNOSTICO RADIOLOGICO COMPLETO

Direttore Sanitario
Dott. Carmine Piunno - Medico Ortopedico

