

Fatturazione elettronica: dal 1° luglio 2022, anche per i forfettari!

Dal 1° luglio prossimo, anche i contribuenti in regime forfettario dovranno emettere la fattura elettronica.

L'obbligo di emissione della fattura elettronica riguarda le cessioni di beni e le prestazioni di servizi effettuate tra soggetti residenti o stabiliti nel territorio dello Stato. I forfettari, infatti, sono esonerati dall'obbligo di emissione della fattura elettronica fino al 30.06.2022 se nell'anno precedente abbiano conseguito ricavi ovvero percepito compensi (ragguagliati ad anno) superiori a euro 25.000.

Di conseguenza, un soggetto in regime forfettario che abbia

iniziato l'attività, ad esempio, il 1° luglio 2021 e che abbia percepito compensi nell'anno per 15.000 euro, dovrà comunque emettere fattura elettronica dall'1.07.2022, in quanto il reddito ragguagliato ad anno è così pari a 30.000 euro.

Per gli altri contribuenti forfettari, che invece abbiano avuto nel 2021 ricavi o compensi pari o inferiori al valore di 25.000 euro, l'esonero dall'obbligo di fatturazione elettronica rimane fino al 31.12.2023.

Per comodità dei lettori interessati, si ricordano i termini di emissione della fattura elettronica: 12 giorni dall'effettuazione dell'ope-

razione, per le fatture immediate; il giorno 15 del mese successivo all'effettuazione dell'operazione, per le fatture differite.

Per chi deve emettere la fattura elettronica a decorrere dall'1.07.2022, per il solo terzo trimestre del periodo d'imposta 2022, non si applicheranno le sanzioni se la fattura elettronica è emessa entro il mese successivo a quello di effettuazione dell'operazione.

Si segnala che la sanzione amministrativa è compresa tra il cinque ed il dieci per cento dei corrispettivi non documentati o non registrati. Tuttavia, quando la

violazione non rileva neppure ai fini della determinazione del reddito, si applica la sanzione amministrativa da euro 250 a euro 2.000 (possibilità di applicare l'istituto del ravvedimento operoso).

Collegato all'estensione della fatturazione elettronica vi è, poi, l'ulteriore adempimento della comunicazione dei dati delle operazioni effettuate con l'estero.

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



SCONTO del **20%**
su prodotti per piscine e arredamento per esterni



Sui bonus edilizi ancora nuove norme e già in vigore dal 27 maggio.

Ai sensi del comma 43-bis della Legge di Bilancio 2022, i bonus edilizi e la possibilità di opzione per cessione del credito o sconto in fattura, per opere di importo complessivo superiore a € 70.000 sono ammessi solo a condizione che nell'atto di affidamento dei lavori sia attestato che i lavori edili sono eseguiti da datori di lavoro che applicano i contratti collettivi del settore edile. Il contratto collettivo applicato deve essere ora riportato anche nelle fatture emesse in relazione all'esecuzione dei lavori. L'Agenzia, sottolinea anche che il limite di € 70.000 per il nuovo adempimento va verificato sulle opere intese in senso ampio e non solo sui lavori edili. Le nuove pre-

visioni si applicano ai contribuenti che intendono fruire dei bonus edilizi (recupero edilizio, ecobonus, sisma bonus, bonus facciate, superbonus, etc. compreso il bonus mobili ed il bonus verde) sia come detrazione in dichiarazione dei redditi, sia con opzione per cessione del credito o sconto in fattura. La mancata indicazione del contratto collettivo nelle fatture, seppur obbligatoria, non comporta tuttavia il mancato riconoscimento dei benefici fiscali, purché tale indicazione sia presente nell'atto di affidamento. L'Agenzia delle Entrate precisa che rimane onere del committente dei lavori richiedere o verificare l'inserimento dell'indicazione dei contratti collettivi nell'atto

di affidamento dei lavori e nelle relative fatture. Il nuovo obbligo di indicazione vige anche nel caso di lavori realizzati mediante un general contractor o con ditte in subappalto: in tali ipotesi devono essere indicati i contratti collettivi che potranno essere applicati dalle imprese a cui sono affidati i lavori e, nei successivi contratti e relative fatture, il contratto effettivamente applicato. Secondo l'Agenzia, riferendosi la norma ai "datori di lavoro", i commissionari dei lavori interessati dalle novità sono unicamente quelli che per l'esecuzione dei lavori si sono avvalsi di lavoratori dipendenti, essendo quindi esclusi: gli imprenditori edili individuali o che si avvalgono di

collaboratori familiari, o i soci di società di persone o di capitali, che prestano la propria opera lavorativa nell'attività non in qualità di lavoratori dipendenti. Le nuove previsioni si applicano agli atti di affidamento stipulati dal 27 maggio 2022 e si applicano ai lavori edili avviati successivamente a tale data. Al momento del rilascio del Visto di Conformità i professionisti abilitati dovranno obbligatoriamente verificare l'assolvimento della nuova norma.

A cura di:

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



Rinnovati con noi

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

SCONTO
IMMEDIATO IN FATTURA
a partire dal **30%**



Il Bonus affitto è stato confermato dalla legge di Bilancio anche per il 2022. La misura, pensata per agevolare l'uscita dei giovani dal nucleo familiare, si rivolge a chi ha tra i 20 e i 31 anni.

Il Bonus affitto è stato confermato dalla legge di Bilancio anche per il 2022. La misura, pensata per agevolare l'uscita dei giovani dal nucleo familiare, si rivolge a chi ha tra i 20 e i 31 anni.

In particolare, la nuova normativa ha disposto che il bonus consiste nella detrazione del 20% del canone di locazione stipulato. Il beneficio fiscale, tuttavia, ha un limite temporale. In specie, il legislatore ha disposto che sarà concesso solo per i primi quattro anni del

contratto, entro il limite massimo di 2.000 euro. Di conseguenza, vista la percentuale fissata al 20%, la detrazione massima spettante è di 991,60 euro. Vi può accedere chi ha un'età compresa tra i 20 e i 31 anni non compiuti, è in possesso di un reddito complessivo non superiore a 15.493,71 euro l'anno e ha stipulato un contratto di locazione per l'intera unità abitativa o per una parte di essa, la quale verrà destinata a residenza (e dunque "prima abitazione"). La detrazione sarà possibile per tutti i tipi di immobili, eccezione fatta per i seguenti: immobili vincolati ai sensi della legge 1 giugno 1939, n. 1089 o inclusi nelle categorie catastali A/1, A/8 e A/79, che

sono sottoposti esclusivamente alla disciplina relativi agli articoli 1571 e seguenti del Codice civile; alloggi di edilizia residenziale pubblica, su cui si applica la relativa normativa vigente, statale o regionale; alloggi finalizzati a scopi turistici. La Legge di bilancio 2022 non ha espressamente individuato e disciplinato le modalità di richiesta e accesso al bonus affitti 2022. Molto probabilmente, dunque, sarà necessario un successivo provvedimento attuativo. Tuttavia, con ogni probabilità verranno applicate le stesse previsioni previste in precedenza per il bonus del 2021. Nel 2021 era necessario compilare dei moduli sul sito dell'Agenzia delle Entra-

te. Tale operazione doveva essere effettuata a cura del locatore e proprietario, dopo aver stipulato l'accordo con l'inquilino.

La precedente disciplina comportava molteplici vantaggi. In primo luogo, il locatore poteva recuperare parte della riduzione del canone, circa il 50% fino a un totale massimo di 1200 euro, a titolo di incentivo erogato dallo Stato. Questo veniva direttamente versato sul conto corrente, tramite un Rimborso dell'Agenzia delle Entrate.

A cura di:

dott.ssa Emanuela Mechelli
Esperta Contabile
Partner STUDIO RB



M CERAMICHE I
MARCHETTI

S.R.L.

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



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

www.studiorborvieto.it



*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 BIGI
Località Ponte Giulio, 3 Orvieto TR
Tel. 0763/315888 - bigi@giv.it

Alcuni dei nostri ultimi lavori



MA NOI ABBIAMO I RAZZI!

CHIAMA  **0763.393024**

STAMPA

Stai cercando prodotti di stampa?
Rivolgiti a noi e potrai stampare qualsiasi
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
supporto
cartaceo,
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.

DISTRIBUZIONE VOLANTINI

Uno dei più importanti canali di comunicazione è, da sempre, la distribuzione di materiale cartaceo direttamente nelle
mani del tuo "possibile cliente finale".
Affidarsi a Il Vicino pubblicitaria offre la competenza e la professionalità di
chi conosce il territorio, fa questo lavoro in maniera precisa e puntuale e
si occupa da anni di un servizio territoriale ad oggi
ancora insostituibile.

Il tuo materiale cartaceo può essere distribuito in
diversi modi: negli esercizi commerciali, casa per
casa o personalizzando la destinazione in base alle esigenze di ogni singolo cliente e
campagna pubblicitaria. Copriamo una vasta area territoriale che comprende non solo
la città di Orvieto, ma anche i paesi limitrofi e le zone di interesse commerciale dei nostri
clienti, situate tra le regioni Umbria, Lazio e Toscana.



*Ideazione e realizzazione di campagne pubblicitarie incisive ed efficaci
grazie alla professionalità e all'esperienza dei nostri responsabili marketing.*



L'INQUINAMENTO AMBIENTALE DA PLASTICA È UN FENOMENO DI PORTATA GLOBALE DAI NUMERI STRABILIANI. LE CAUSE DEL PROBLEMA POSSONO ESSERE RIASSUNTE IN QUATTRO AMBITI FONDAMENTALI: PRODUZIONE, USO, INADEGUATA GESTIONE DEI RIFIUTI, MODELLO DI ECONOMIA LINEARE.

Plastica & Inquinamento

Produzione: smisurata

Nonostante molti stati e istituzioni, tra cui l'Unione Europea, stiano cercando di correre ai ripari di fronte a questa emergenza globale, si prevede che nei prossimi 30 anni la produzione di plastica crescerà ancora del 70% restando in linea con una tendenza che ha visto la produzione mondiale aumentare vertiginosamente dagli anni '60.

E in Italia?

Il nostro paese è il maggior produttore di plastica tra gli stati che si affacciano sul Mediterraneo ed è responsabile del 2% della produzione mondiale di manufatti in plastica.

Uso: brevissimo

La produzione di oggetti monouso rappresenta una grossa fetta del giro di affari della plastica. Lo mostra un dato significativo: quasi la metà di tutta la plastica prodotta nel mondo diventa un rifiuto in meno di tre anni. Si tratta soprattutto di plastica che contiene polietilene, presente in prevalenza negli imballaggi e nei prodotti monouso.

Anche in questo caso, l'uso della plastica in Italia è da record: basti pensare che siamo i maggiori consumatori di acqua in bottiglia

d'Europa e tra i primi al mondo. Non solo: circa l'80% della plastica prodotta in Italia proviene dall'industria degli imballaggi e ha quindi un ciclo di vita estremamente breve.

A livello globale circa il 37% dei rifiuti di plastica non è gestito o è gestito male, ossia non è raccolto, è disperso in natura oppure è abbandonato in discariche abusive, inquinando il suolo, l'acqua dolce e gli oceani.

Cosa succede a un rifiuto plastico che non finisce nella spazzatura?

Una cosa è certa: non sparisce nel nulla.

La plastica si deteriora rompendosi in parti sempre più piccole, che restano nell'ambiente molto a lungo. Non è ancora chiaro in quanto tempo la plastica si distrugga: una bottiglietta di plastica impiega circa 500 anni a degradarsi, ma non sappiamo se questa degradazione sia completa o se non sia altro che una scomposizione in frammenti più piccoli (macro, micro e nano plastiche).

Riciclare la plastica è un affare costoso e complesso: questo ostacola l'affermarsi di un modello di economia circolare nel-

la filiera delle materie plastiche. Non solo: le straordinarie caratteristiche della plastica fanno sì che in tanti ambiti scarseggino le alternative ecologiche per i consumatori.

Per diversi motivi, incluso il fatto che in molti paesi gran parte dei rifiuti plastici non possono essere riciclati per questioni di sicurezza, di salute o di contaminazione, la percentuale di plastica che si avvia ad avere una seconda vita è molto bassa. A questo si aggiunge un'altra criticità: la maggior parte dei materiali plastici riciclati sono di qualità inferiore rispetto alla plastica vergine e quindi vengono commercializzati a un prezzo inferiore, a fronte di un alto costo di tutto il processo.

Nessuno è in grado di dire esattamente quanta plastica raggiunga il mare, ma si stima che, ogni anno, tra i 5 e i 13 milioni di tonnellate di plastica finiscano negli oceani del mondo causando l'80% dell'inquinamento marino.



Seguendo questo trend entro il 2050 ci sarà, in peso, più plastica che pesce.

Questi rifiuti per i 4/5 entrano in mare sospinti dal vento o trascinati dagli scarichi urbani e dai fiumi: non importa se viviamo in una città lontana dal mare, la nostra plastica in ogni caso finisce lì.

La presenza della plastica in mare ha impatti su moltissimi organismi, in modi diversi:

Il maggior rischio per gli abitanti del mare è costituito da alcune tipologie di rifiuti, in particolare lenze, reti abbandonate e altre attrezzature da pesca, molto resistenti, che si attorcigliano attorno agli animali ferendoli gravemente o uccidendoli.

Molti animali ingeriscono i rifiuti di plastica: uccelli marini (berte e gabbiani), tartarughe marine, delfini, meduse, squali. Questo causa la morte per due ragioni: fame, dovuta al fatto che la plastica riempie lo stomaco della vittima che l'ha ingerita senza apportare nutrienti, e intossicazione. Infatti i materiali plastici trattengono facilmente sostanze patologiche (batteri, parassiti) e tossiche. Plastiche e microplastiche in

mare vengono trasferite e accumulate lungo la catena alimentare, fino ad arrivare all'uomo, con effetti ancora ignoti sulla nostra salute. Come succede? Un gamberetto che si nutre di plancton, insieme ad esso può ingerire frammenti di microplastiche, per esempio 10 "pezzettini di microplastiche". Un piccolo pesce, che mangia 500 gamberetti, assumerà quindi 5.000 piccoli frammenti di plastica. E così via, fino ad arrivare al vertice della catena alimentare, dove un grande predatore come lo squalo potrà arrivare ad accumulare nel suo stomaco grossi quantitativi di plastica.

Quello esposto è un esempio di biomagnificazione, ossia un processo per cui l'accumulo di sostanze tossiche negli esseri viventi aumenta di concentrazione man mano che si sale al livello trofico successivo.





FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA

PROGRAMMA TOTAL BODY

SPECIALE 1+1

Scegli 2 prodotti snellenti e drenanti
IL MENO CARO É INCLUSO*



*Il secondo prodotto è scontato del 100%.
Promo valida per tutto il mese di giugno.

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

CAPSULITE ADESIVA DI SPALLA



La capsulite adesiva, o spalla congelata, è una problematica dolorosa che riguarda l'articolazione della spalla, la cui conseguenza principale è la rigidità a livello articolare.

Oltre ad una limitazione importante del movimento, questa patologia causa dolore importante a livello della spalla, con difficoltà a svolgere le normali attività di vita quotidiana.

La diagnosi viene fatta in seguito ad una visita ortopedica, associata, a volte, ad esami strumentali mirati.

Il trattamento è prevalentemente conservativo e si basa sul percorso fisioterapico, a volte abbinato ad una cura farmacologica.

L'obiettivo della fisioterapia è quello di ridurre il dolore e recuperare la piena funzionalità dell'articolazione. Per ottenere ciò il fisioterapista si avvale di tecniche di terapia manuale, abbinata ad esercizi terapeutici specifici, che variano in base alla situazione clinica del paziente.

FISIOTERAPIA E OSTEOPATIA

OSTEOPATIA E MANIPOLAZIONE ARTICOLARE



La MANIPOLAZIONE ARTICOLARE è una delle tecniche che può utilizzare l'osteopata per migliorare l'equilibrio posturale del paziente e la sua sintomatologia.

È una tecnica fine, non dolorosa, che viene sempre eseguita nella sicurezza del paziente e con una precisa intenzione terapeutica.

La manipolazione articolare ha un effetto a livello meccanico, neurologico e vascolare, per questo può trovare largo impiego nel percorso terapeutico del paziente.

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

I LEGUMI D'ESTATE



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

Arriva l'estate e i legumi vengono abbandonati perché spesso considerati "cibo da zuppa". Ma lo sapete che anche d'estate possono essere utilizzati in tantissime preparazioni?

Perché eliminarli dalla dieta estiva? Basta prepararli in modo diverso, vedrete che saranno ottimi anche nelle calde giornate estive.

Oggi vi propongo una ricetta con i ceci, gli asparagi e i pomodori secchi.

Sapete che l'asparago è anche chiamato "scopa dell'intestino"? Questo perché contiene fibre molto efficaci per stimolare e regolarizzare il transito intestinale.

ECCO LA RICETTA:

- 500 grammi di asparagi
- 1 scalogno
- 240 grammi di ceci in scatola (peso sgocciolato) o 100 grammi di ceci secchi
- 25 grammi di pomodori secchi sott'olio
- q.b. olio extravergine d'oliva
- q.b. sale
- q.b. pepe



In una padella, scaldiamo un paio di cucchiai di olio e lo scalogno. Aggiungiamo gli asparagi con sale e pepe. Cuociamo a fiamma viva per 15 minuti mescolando spesso e aggiungiamo acqua se necessario. Ora prendiamo i ceci e trasferiamoli nella padella unendo anche i pomodori secchi tagliati a pezzettini. Lasciamo insaporire tutto a fiamma dolce per 5 minuti regolando di sale, se necessario.

BUON APPETITO!



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 ARCONA

Eccellenza dentale ad Orvieto

CONSIGLI PRATICI PER L'IGIENE ORALE DAI 6 AI 12 ANNI

Intorno ai 6 anni d'età inizia una fase cruciale per il sorriso dei più piccoli, ovvero la permuta dei denti da latte. Infatti è proprio in questo periodo che iniziano a fare la loro comparsa i denti permanenti.

Inutile dirlo, se vogliamo che questi denti siano belli e sani per tutta la vita è importante prendersene cura al meglio.

In questo articolo potrai capire come proteggere la salute orale dei più piccoli durante l'età scolare, e come farlo in modo divertente.

Spazzolino e dentifricio: quali scegliere?

Lo spazzolino, che sia manuale o elettrico, deve essere adatto alle dimensioni della bocca del bambino.

Fino agli 8 anni circa, l'adulto dovrebbe continuare a supervisionare il bambino mentre spazzola i denti. Infatti i bambini in questa età sono autonomi nella pulizia, ma spesso possono trascurare delle zone difficili da raggiungere.

Per questo motivo è importante aiutarli a completare in modo corretto la detersione dei denti. Lo spazzolino ideale quindi deve avere una testina delle dimensioni adatte, un manico ergonomico che faciliti i movimenti corretti e le setole morbide e delicate per non rovinare lo smalto e le gengive.



Per quanto riguarda il dentifricio, le linee guida nazionali consigliano l'utilizzo di prodotti contenenti fluoro. Sopra i sei anni, il fluoro contenuto nel dentifricio può arrivare fino ai 1450 ppm. Infatti a questa età i bambini sono in grado di controllare la deglutizione e in genere non rischiano di ingoiare il dentifricio e il fluoro contenuto in esso.

In alternativa, ci sono altri agenti remineralizzanti utili per rinforzare lo smalto e renderlo più resistente contro l'azione dannosa dei batteri.

Uno di questi materiali è l'idrossiapatite, una sostanza molto simile a quella che compone i denti.

Quando l'igiene orale diventa un gioco?

A volte convincere i bambini a spazzolare i denti può essere una vera impresa. Per questo puoi utilizzare alcuni stratagemmi per rendere il momento dell'igiene orale più divertente, come se fosse un gioco. Basta davvero poco per stimolare la fantasia dei più piccoli! Se il tuo bambino pulisce i denti in modo sbrigativo e frettoloso, potresti provare con una piccola clessidra. Con la sabbia che scorre all'interno invoglia a spazzolare i denti per il tempo corretto di due minuti. Quando tuo figlio invece fa fatica a rimuovere tutti i residui, potresti provare con dei rivelatori di placca. Dopo aver pulito i denti, il bambino può usare questi prodotti per vedere i batteri rimasti sulle superfici e rimuoverli correttamente. Per rendere visibile la placca, si possono usare delle pastigliette da sciogliere in bocca, che donano un colore violaceo o roseo ai batteri rimasti sui denti. In alternativa, può spazzolare i denti un dentifricio che è invisibile quando è esposto alla luce normale. Per vedere la placca è sufficiente illuminare i denti con una lampada apposita: questa luce particolare reagisce con una sostanza nel dentifricio e i batteri residui appaiono di colore arancione. Per i bambini più tecnologici invece, esistono delle applicazioni per smartphone che aiutano i piccoli a spazzolare per il tempo corretto e nel modo più efficace. Anche questo è un modo interessante per invogliare tuo figlio a pulire i denti senza fare i capricci! Un buon modo per rafforzare i comportamenti buoni dei piccoli è quello di premiare la costanza e le buone abitudini. Puoi per esempio creare un calendario della settimana e utilizzare degli adesivi da applicare con il bambino ogni volta che spazzola bene i denti. Se hai bisogno di un consiglio personalizzato, puoi rivolgerti al tuo odontoiatra o igienista dentale di fiducia.



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

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

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/Trasparente



Dr. Chiara Gradi
Igienista dentale Sigillature Estetica del sorriso



Dr. Noemi Bilotta
Igienista Dentale Sigillature Estetica del sorriso



Deborah Bilotta
Assistente dentale



Francesca Bacchio
Assistente alla poltrona odontoiatrica



La rubrica **Infosalute** di Studio FISIOLIFE

I BENEFICI DELLA GINNASTICA CORRETTIVA NEI BAMBINI E RAGAZZI

Il benessere presente e futuro dei più piccoli passa anche attraverso una corretta postura.

Spesso, lo stile di vita dei nostri giorni porta bambini e ragazzi a sviluppare abitudini sbagliate, a fare scarsa attività fisica e ad assumere posture che, se protratte nel tempo, possono condurre ad alterazioni nella forma e nell'atteggiamento del corpo.

Sebbene queste alterazioni (i c.d. "paraformismi") nel periodo dell'età evolutiva siano per lo più poco visibili e raramente provocano dolore, se non corrette quando la formazione ossea non è ancora definitiva (nell'infanzia e nella prima adolescenza), si cronicizzano, trasformandosi in patologie più serie e debilitanti. E' proprio durante il periodo della crescita, quindi, che occorre prestare attenzione a piccoli dolori, posture sbagliate e difetti, anche lievi, nella forma corporea dei più piccoli, così da poter intervenire tempestivamente.

Come prevenirli e curarli?

Un'adeguata valutazione posturale è il primo fondamentale passo tanto per individuare possibili alterazioni del corpo, quanto per raccogliere dati ed informazioni che serviranno ad impostare un percorso di ginnastica correttiva su misura.

Attraverso esercizi specifici, studiati in funzione delle caratteristiche fisiche del bambino e svolti con continuità, il bambino verrà accompagnato in un vero e proprio percorso di rieducazione posturale, che insegnerà loro ad assumere gradualmente, ma in modo definitivo, la postura corretta, correggendo abitudini e posizioni dannose prima che queste portino ad alterazioni irreversibili.

Per prevenire e curare i disturbi legati ad una postura scorretta (ed evitare le conseguenze a cui i più piccoli possono andare incontro, anche in futuro), abbiamo previsto dei percorsi specifici, dove, con il supporto di professionisti laureati in Scienze Motorie, il bambino potrà:

- correggere e migliorare la propria morfologia e la postura
- lavorare sull'elasticità delle articolazioni e sull'aumento della tonicità dei muscoli che le sostengono
- imparare a prendere coscienza del difetto e del proprio corpo, così da evitare posizioni e abitudini scorrette e, soprattutto, di andare incontro a dismorfismi
- ricevere consigli e imparare a far propri gli esercizi correttivi, così da poterli proseguire in modo autonomo, una volta terminato il percorso di rieducazione e valutati i risultati ottenuti

"Tanto prima si individua il disturbo e si interviene con la ginnastica correttiva, costante e continua, quanto migliori saranno i risultati affinché il ragazzo diventi di nuovo in grado di assumere la posizione corretta e di mantenerla"

OSTEOPATIA E PLAGIOCEFALIA

L'Osteopatia in ambito craniale sin dai suoi inizi è stata proposta come diagnosi e trattamento delle asimmetrie craniali e nei traumi da parto.

Sono svariate le tecniche e gli approcci che l'osteopata ha a disposizione e resta sempre valido il principio secondo cui l'osteopata tratta la persona (il bambino in questo caso) e non la patologia. Lo scopo del trattamento osteopatico è di ripristinare l'integrità strutturale e la continuità dei tessuti/fluidi per permettere al corpo di mettere in atto il suo potere d'autoguarigione. Verranno prese in esame tutte quelle strutture (in special modo craniche in questi casi) e riportate dolcemente ad una "normalità" che permetta una corretta fisiologia.

Una diagnosi precoce è un fattore chiave per un trattamento che risulterà ancora più efficace se effettuato nei primi 3-4 mesi di vita del neonato, per scongiurare tutti gli effetti secondari di seguito elencati. La terapia manuale osteopatica ha lo scopo di ottimizzare la simmetria nella crescita del bambino. Alcuni elementi fondamentali del trattamento osteopatico in questo caso specifico della plagiocefalia includono:

- la normalizzazione della base cranica in particolare degli strain;
- l'ottimizzazione dell'allineamento vertebrale e della normale mobilità della testa / collo;
- la normalizzazione delle membrane craniche, delle suture e delle lesioni intraossee.



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



VENE E ARTERIE:

BASTA UN CONTROLLO!

PRESSO IL CENTRO ORVIETO DIAGNOSTICA DEL GRUPPO CIDAT

Controllare vene e arterie, attraverso una visita angiologica, può essere fondamentale per intervenire in maniera tempestiva su patologie difficilmente identificabili, prima che diventino pericolose per la salute generale del paziente.

Per questo, è importante prevenire e diagnosticare per tempo eventuali malattie come l'aneurisma, la trombosi, l'embolia, l'aterosclerosi o la dissecazione dell'aorta.

Nel nostro Centro "Orvieto Diagnostica" (Piazza Monte Rosa 44) il dottor Omero Sereni è lo specialista in angiologia.

Lo scopo della visita è quello di analizzare la struttura, le funzioni e - se presenti - le patologie, dei vasi sanguigni e linfatici.

Solitamente durante la visita, se il medico lo ritiene opportuno, può essere necessaria l'esecuzione dell'ecocolordoppler.

L'ecocolordoppler è un esame che permette di visualizzare graficamente il movimento del sangue nei vasi, le eventuali alterazioni e la forma dei vasi stessi.

La visita angiologica è assolutamente non invasiva e indolore e non è prevista nessuna preparazione particolare. E' però un controllo di precisione, capace di visualizzare la porzione del sistema circolatorio che lo specialista vuole indagare.



Per prenotare la visita nel nostro Centro specializzato "Orvieto Diagnostica" è possibile contattare il numero 0763.32521 oppure inviare una mail a orvietodiagnostica@cidatsanita.it.



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 delusione come potenziamento di sé

Rimanere delusi da qualcuno o da qualcosa è un'esperienza comune che invade tutti i campi dell'esistenza, anche quotidianamente. Si può rimanere delusi in casa, a lavoro, con gli amici e il partner, ma anche per un film o per il nuovo album del cantante preferito. Ma che cos'è la delusione? È il venire meno della fiducia, dell'affettività, della stima che si aveva per qualcosa o qualcuno, alla cui base c'è il sentire tradite le proprie aspettative. Non tutte le delusioni, naturalmente, hanno la stessa intensità. Conta molto, infatti, quanto e per quanto a lungo si aveva riposto noi stessi nella situazione che poi si è rivelata deludente. Il protagonista della delusione ha sicuramente un certo grado di colpevolezza, ma anche noi abbiamo una parte in causa rilevante. L'ingenuità, il bisogno necessariamente di credere in qualcosa, di aggrapparsi, di compensare, di essere amati e considerati contribuiscono a fare crescere le aspettative e con esse l'illusione e l'idealizzazione e, più quest'ultime sono grandi, più sarà cocente la delusione stessa.

Conseguenze di ciò? L'innalzamento, spesso e volentieri, di un muro che si interporrà tra noi e gli altri, un muro basato sulla sfiducia, sull'incapacità di affidarsi, sul pregiudizio generalizzato dell'altro, sulla devalorizzazione di sé e della propria autostima. Un muro che il più delle volte blocca la persona nelle sue azioni e nei suoi modi di fare. Le delusioni non si possono evitare e mettono chiaramente a rischio il nostro equilibrio ma da esse ci si può difendere in modo costruttivo (e non distruttivamente) tramite l'evitamento costante dell'altro o il mettersi in una condizione di onnipotenza), nonché possono diventare un trampolino di lancio verso nuove sfide e opportunità. Il punto focale sta nel conoscere bene se stessi, nel non coltivare aspettative spropositate e non attinenti all'esame di realtà e nel non smettere mai di salvaguardare la propria autostima. Non si deve, dunque, considerare la delusione come un insuccesso personale, bensì come un'esperienza che può potenziarci nel non perseverare all'interno del mondo delle illusioni e della dipendenza affettiva.

Come? Aumentando come detto in precedenza il nostro esame di realtà e la consapevolezza dei nostri limiti e potenzialità, cosa che poi ci aiuterà a non annullarsi. Ecco la parola chiave: il non annullarsi. E da questo ecco che la delusione diventa uno dei viatici per mettere in primo piano se stessi, cosa che non equivale a non prendere in considerazione l'altro, ma a trovare un equilibrio tra il potere che si dà a quest'ultimo e al proprio essere. La delusione, se condivisa, gestita e reagita, può aumentare così, sia la propria autostima, che il proprio senso di sé.

Al prossimo numero

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

Arriva la dieta 'Pianeterranea', Mediterranea ma globale.

Arriva la dieta 'Pianeterranea', Mediterranea ma globale, la Dieta Mediterranea a km 0, sostenibile e su misura per chiunque, in tutto il mondo. Riduce del 50% il rischio di infarto e ictus e del 30% il pericolo di diabete.

È stata proposta sulle pagine della rivista Nature dalla Cattedra UNESCO di Educazione alla Salute e allo Sviluppo Sostenibile dell'Università Federico II di Napoli, unica in Europa a essere dedicata alla prevenzione dello stato di salute della popolazione, agendo su fattori nutrizionali, ambientali e culturali.

L'idea è quella di un'alimentazione che esporti in un'ottica globale, la dieta mediterranea - l'unica ad aver dimostrato scientificamente effetti positivi nella prevenzione di numerose patologie - perché ovunque possano essere ap-

plicati con successo i principi alla base del nostro modello alimentare.

Potrà comprendere cibi differenti nel Sud-Est asiatico o in America Latina, in base ai vegetali e alle risorse alimentari del posto, e sarà declinata in diverse e nuove piramidi alimentari 'locali', ma dovrà e potrà attenersi ovunque alle regole della dieta mediterranea,



ovvero essere principalmente a base vegetale, con un apporto adeguato di grassi mono e polinsaturi e un consumo moderato di pesce, latticini e carne.

(Fonte ANSA).

Glifosato, per la European Chemicals Agency non è cancerogeno.

Il glifosato "provoca gravi lesioni oculari ed è tossico per gli organismi acquatici con effetti di lunga durata", ma non ci sono prove sufficienti per classificarlo come "tossico" per specifici "organi bersaglio o come sostanza cancerogena, mutagena o tossica per la riproduzione".

È questo il parere della European Chemicals Agency (Echa), agenzia UE deputata alla sorveglianza delle sostanze chimiche, in merito al noto erbicida.

Il parere è stato anticipato dall'agenzia Ue in una nota e si inserisce nell'ambito di una più ampia valutazione della sostanza, i cui risultati complessivi saranno trasmessi alla Commissione europea e all'Autorità europea per la sicurezza alimentare (Efsa) entro metà agosto. A sua volta, "l'Efsa effettuerà la

sua valutazione del rischio del glifosato, che dovrebbe essere pronta nel luglio 2023", fa sapere l'Echa.

Sulla base di questi dati, continua l'agenzia Ue, "la Commissione presenterà quindi agli Stati membri una nuova relazione e un progetto di regolamento sulla possibilità di rinnovare o meno l'approvazione del glifosato".

La nuova valutazione dell'Echa stride con quella dell'International Agency for Research

on Cancer (Iarc), che nel 2015 ha classificato il glifosato come "probabilmente cancerogeno per l'uomo". La classificazione, spiega lo Iarc, "si basa su prove limitate di cancro negli esseri umani e prove sufficienti di cancro negli animali da esperimento".



Prenditi cura dei tuoi cuccioli

All they
need is
love!

Proteggici



Antiparassitari delle migliori marche scontati fino al

-30%

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



 **eolo**
CENTRO MEDICO
DIAGNOSTICO

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

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

Consulenza osteoporosi

PACCHETTO DONNA:

Mammografia digitale con tomosintesi
e visita senologica con ecografia

Visite geriatriche

con certificato medico-legale

Visite per l'udito

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

APERTURA PUNTO PRELIEVI



• **Analisi del sangue
base e specifici**



• **Pacchetti Check-up**

**Chiama e prendi
il tuo appuntamento**



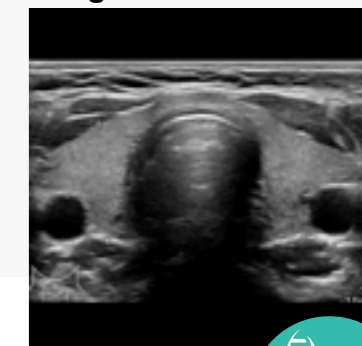
Ecografia 3D prenatale



Ecodoppler



Ecografie



NOVITÀ
Visite oculistiche
Ozonoterapia
Carbossiterapia
Laser terapia
Terapia sclerosante

