

GUSTO BUENO

è uno snack rinfrescante per cani nutriente e pieno di gusto, facilissimo e pratico da preparare: bastano 30 minuti nel congelatore per ottenere uno snack irresistibile e rinfrescante per tutti i cani.

Disponibile in 3 appetitosi gusti.



SNACK RINFRESCANTE PER CANI



Innovativo snack semiumido, da conservare fuori dal frigo: non si scioglie.
Non richiede preparazione:
bastano 30 minuti in congelatore per una merenda fresca e gustosa.
Pratico e comodo, perfetto per le giornate più calde e afose.
è possibile consumarlo anche a temperatura ambiente.



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

COMPENSORIO



Liceo Artistico Livio Orazio Valentini - IISACP Orvieto.

Progettare il paesaggio. Le proposte del Liceo Artistico per riqualificare il sentiero CAI Sferracavallo - Rocca Ripesena.

Il progetto Pcto 'Progettare il Paesaggio' riguardante la riqualificazione del Sentiero Cai che dall'Oasi dei Discepoli di Sferracavallo sale verso Rocca Ripesena, lungo 7,4 chilometri è stato presentato lunedì 5 giugno nella Sala consiliare del Comune di Orvieto dagli studenti delle classi 3°B, 3°C, 4°B e 5°B - Indirizzi Architettura ed Arti Figurative - del Liceo Artistico "Livio Orazio Valentini" su input dell'A.Ge. Orvieto e sotto la guida dei professori Elisabetta Sarpano, Daniela Benigni, Mauro Santorelli e Roberto Forlini. I ragazzi in seguito ad una serie di sopralluoghi e ad un'analisi territoriale hanno lavorato seguendo tre filii conduttori che nello specifico hanno riguar-

dato : un'analisi storica artistica, la progettazione di interventi di riqualificazione ambientale e la progettazione di interventi di arredo urbano. Obiettivo principale di questo progetto è quello di valorizzare il sito e l'intero percorso senza alcuna alterazione territoriale al fine di renderlo



fruibile a turisti e cittadini che abbiano a cuore il rispetto e la conservazione del patrimonio naturale e culturale esistente in un'ottica di promozione sociale. Gli interventi proposti si sono incentrati sull'inserimento lungo il percorso di un'ade-

guata segnaletica, della piantumazione di alberi ad alto fusto, della costruzione di staccionate in prossimità dei punti più ostici da percorrere, della creazione di piccole piazzole per sostare, da arredare con elementi di arredo urbano e sculture utilizzando materiali come legno pietra e terracotta.



Questa pagina è stata realizzata GRAZIE al contributo di Alta Norcineria Oreto

Via del Duomo 45 - Orvieto (TR)
Tel 0763 319884 - mob. 339 7570600

Misure di prevenzione contro la zanzara tigre, emessa un'ordinanza.

Il sindaco di Orvieto, Roberta Tardani, ha emesso un'ordinanza che contiene le "Misure preventive contro le zanzare - Aedes albopictus e Culex pipiens - e nei confronti delle malattie infettive trasmesse da tali vettori". Con tale atto l'amministrazione comunale intende adottare e porre in essere tutte le misure idonee e necessarie a tutela della salute e dell'igiene pubblica per prevenire e controllare le malattie infettive trasmissibili all'uomo attraverso la puntura di zanzare e in particolare le malattie infettive di origine tropicali trasmissibili dalla zanzara tigre (Aedes albopictus) e le altre malattie infettive trasmissibili dalla zanzara

comune (Culex pipiens). I provvedimenti sono validi dal 1 luglio al 31 ottobre e sono rivolti a tutti i cittadini, soggetti pubblici, amministratori condominiali, società che gestiscono le aree di centri commerciali, artigianali, industriali e in generale a tutti coloro che abbiano la effettiva disponibilità di aree aperte e/o di edifici destinati ad abitazione e ad altri usi e/o che abbiano la effettiva disponibilità di aree strutturate con sistemi di raccolta delle acque meteoriche.

La responsabilità delle inadempienze all'ordinanza è attribuita a coloro che risultano avere titolo per disporre legittimamente del sito in

25 a 500 euro. Gli interventi di disinfestazione obbligatori, non eseguiti dai trasgressori, verranno effettuati d'ufficio con l'addebito della spesa a carico degli inadempienti.

L'attività di vigilanza e controllo e l'applicazione delle sanzioni ai trasgressori è affidata alla Polizia locale, al personale Ispettivo dei competenti servizi del Dipartimento di Prevenzione della Azienda Usl



Umbria 2 nonché ad ogni altro funzionario di polizia giudiziaria a ciò abilitato dalle disposizioni vigenti.

cui le inadempienze saranno riscontrate. La mancata osservanza di tali disposizioni è punita con una sanzione amministrativa pecuniaria da

Liceo Classico F.A. Gualterio - IISACP Orvieto.

Bibliosofiamo, ovvero pensieri in gioco: tutti insieme per fare filosofia.

Bibliosofiamo è il titolo dell'evento conclusivo di un progetto più ampio, "FilosofARE: pensieri in gioco", curato dai docenti del liceo F.A. Gualterio, professori Angelo Marocco e Chiara Scurti, all'interno del laboratorio storico - filosofico, un contenitore di attività eterogenee pensato per promuovere un apprendimento trasversale e inter-attivo tra soggetti e saperi.

L'appuntamento, che si è svolto negli spazi del porticato dell'ex convento di San Francesco e della sala Digipass, ha coinvolto, per un

pomeriggio di giochi, sfide e storie filosofiche, circa cento studenti tra i liceali e bambini della scuola primaria Barzini, in una perfetta e vivace sinergia già sperimentata con successo.

Formula vincente non si cambia allora.

E se nel mese di marzo i ragazzi di Palazzo Clementini erano stati ospitati dall'Istituto di piazza Marconi, stavolta la cornice è stata la biblioteca, luogo della e per

la città. Qui Socrate e Ippazia, rappresentati da alcuni liceali, hanno accompagnato gli ospiti in vere e proprie sfide con e di filosofia.



Il tutto attraverso giochi, attività ed esperimenti pensati e costruiti dalle studentesse e dagli studenti del Liceo per consentire ai più piccoli di entrare in contatto con certi temi: il relativismo, i dilemmi morali, l'origine del mondo, il problema del tempo e molto altro.

A conclusione del pomeriggio un doppio scambio di doni: un coloratissimo gioco dell'oca costruito dai bambini con diversi quesiti e un'opera prima "Fiabosofia: filosofia con le favole", un libretto di racconti, scritti direttamente dai liceali, su temi liberamente scelti e ispirati alle grandi questioni della filosofia.



Pizza del Popolo 2, Orvieto
Tel 0763 342790 - Mob 349 5520288

Queste pagine sono state realizzate grazie al contributo di Osteria da Mamma Angela e Mira Orvieto.

Istituto Professionale di Stato per l'industria e l'artigianato - IPSIA Orvieto.

La rivoluzione eco-friendly della produzione intelligente: Sostenibilità ambientale e innovazione all'IPSIA di Orvieto.

Durante l'anno scolastico 2022/2023 da poco concluso i ragazzi delle classi 1 A - 2A -3A dell'Istituto Professionale di Stato per l'Industria e l'artigianato di Orvieto seguiti dai docenti Alessandro Pescolloni,

e dalla Prof.ssa Elisabetta Sarpano hanno avuto modo di sviluppare un progetto legato alla sostenibilità ambientale un tema molto sentito da quest'Istituto che la prof.ssa Caterina Leonardi tende ad inclu-

dere costantemente nella sua didattica al fine incoraggiare e sensibilizzare gli studenti a comprendere l'importanza di questo argomento sia nelle loro future professioni sia nella loro vita quotidiana. Il progetto

nello specifico si è concentrato sulla realizzazione di una pala eolica verticale. Terminato l'assemblaggio sono state effettuate diverse prove di resistenza, la durata e le prestazioni aereeodinamiche. Sono poi stati scelti materiali appropriati per la stampa 3d delle pale che viste le dimensioni sono state suddivise in sezioni stampate separatamente e successivamente assemblate.



MIRA ORVIE TO FORNITURE MATERIALI INERTI
GESTIONE RIFIUTI - TRASPORTI

Via a. Costanzi, 58 - Orvieto (TR) - Sede operativa: Via dei Funari, zona ind. Fontanelle di Bardano 05018 Orvieto (TR) - Tel. 0763 302398

Export Umbria a 934 milioni, crescita del 24,1%.

Le esportazioni distrettuali umbre hanno raggiunto il valore di 934 milioni di euro nel 2022, nuovo punto di massimo dal 2008, con una crescita di oltre 180 milioni di euro rispetto all'anno precedente (+24,1%).

Dopo il ritmo sostenuto nei primi tre trimestri, anche nell'ultima parte dell'anno l'export ha continuato a crescere a doppia cifra (+13,3% nel quarto trimestre), con un pieno recupero dei valori pre-Covid, che sono stati abbondantemente superati (+168 milioni di euro; +21,9%).

Questi risultati sono spiegati in parte dall'aumento dei prezzi alla produzione che si è intensificato nel corso del 2022, ma una stima del dato al netto dell'effetto prezzo conferma crescite consistenti

sia nel confronto con il 2021 (+14,2%), sia rispetto al 2019 (+7,4%) a dimostrazione dell'elevata reattività e competitività delle specializzazioni distrettuali.

Come emerge dal Monitor dei distretti dell'Umbria, elaborato dalla direzione Studi e ricerche Intesa Sanpaolo, tutti e tre i distretti monitorati mostrano una crescita importante rispetto all'anno precedente.

Tra questi, il distretto che registra la crescita percentuale più marcata è quello della Maglieria e abbigliamento di Perugia (+25,6%), seguito dall'Olio umbro (+22,9%) e dal Mobile dell'Alta Valle del Tevere (+18,9%).

Per quanto riguarda i mercati di destinazione gli Stati Uniti rafforzano il proprio

ruolo di primo mercato di sbocco, e con circa 180 milioni di euro rappresentano il 19% delle vendite estere dei distretti (era il 16,4% nel 2021). Questo incremento è stato trainato principalmente dal distretto della Maglieria e abbigliamento di Perugia (+59,7%), che ha superato i 145 milioni di vendite verso gli Stati Uniti.

Positiva, inoltre, la dinamica verso i mercati asiatici come Cina (+63,6%) e Repubblica di Corea (+49,6%); in questo caso il distretto più dinamico è stato quello dell'Olio umbro che ha più che raddoppiato le vendite verso que-

sti mercati (+103,5%).

Tra i mercati europei, si segnala in particolare la buona evoluzione verso la Francia (+21,9%) e la Spagna (+50,4%). A causa delle tensioni geopolitiche il mercato che mostra il ritardo maggiore è la Federazione Russa, con un calo delle vendite del 48,4%.



Recupero delle prestazioni sanitarie saltate.

L'Umbria fa decisamente meglio della media nazionale nel recupero delle prestazioni sanitarie saltate per la pandemia.

Secondo un'analisi della fondazione indipendente Gimbe il dato totale è infatti pari all'89% mentre la media del Paese è del 65%, 21 punti in meno.

Nello specifico la percentuale di recupero dei ricoveri chi-

rurgici programmati è pari al 74%, l'otto in più dell'Italia nel suo complesso che è al 66%.

Secondo Gimbe la percentuale di recupero delle prestazioni ambulatoriali è pari al 94%, 37 in più. Altri dati forniti dalla fondazione riguardano la percentuale del finanziamento rendicontato rispetto a quello assegnato pari al 62%

(dato Italia 69%) e la percentuale di committenza alle strutture private accreditate, pari al 11% (29% la media del Paese). Gimbe sottolinea infine che la regione ha recuperato le prestazioni di screening nel 2021.



in **COPERTINA**

Artista in copertina questo mese è **Graziella Rocchi Paoletti**:

"La maestosa rupe di Orvieto vista con l'arte del pirografo su legno di Graziella Rocchi Paoletti"



il Vicino cerca "artisti"!!!

Dipingi, ami la fotografia, disegni, ti diverti con matite e carboncini,...

ANCHE TU IN COPERTINA!

il tema lo decidi tu! manda ciò che più ti piace a info@ilvicino.it

#ilvicinocercaartista

Istituto Tecnico Agrario "F.lli Agosti" - Bagnoregio.

La sfida sostenibile: il Progetto didattico "Conoscere il Biodistretto Lago di Bolsena".

L'Istituto Omnicomprensivo "F.lli Agosti" di Bagnoregio, sensibile alle tematiche della sostenibilità ambientale, ha aderito ad un progetto didattico di grande attualità "Conoscere il Biodistretto Lago di Bolsena" che ha preso l'avvio con le classi prime e vedrà coinvolte nel giro di 5 anni tutte le classi dell'Istituto superiore. Gli obiettivi del progetto sono:

- Formare dei cittadini responsabili e consapevoli
 - Sviluppare una valutazione critica dei comportamenti e delle attività umane che hanno una ricaduta sulla salute degli ecosistemi del territorio.
 - Sviluppare il senso di appartenenza al territorio e il rispetto dell'ambiente.
 - Promuovere una riflessione sulle opportunità lavorative offerte dal territorio.
- Sotto la guida dei loro insegnanti i ragazzi hanno potuto



sperimentare nuove esperienze formative:

- Conoscere la formazione vulcanica del territorio e gli insediamenti dei suoi antichi abitanti.
- Visitare un'azienda agricola biologica per comprendere l'importanza dell'agricoltura sostenibile per la salute dell'ambiente e delle persone.
- Partecipare ad un seminario sul tema

della sostenibilità e della biodiversità tenuto da uno studioso del Comitato Scientifico del Biodistretto.

Infine i ragazzi hanno partecipato al concorso finale, collaborando in piccoli

gruppi hanno simulato la creazione di un'azienda agricola biologica con tutte le tappe per realizzarla, trasferendo così i concetti appresi sul territorio e sulla realtà lavorativa.

La classe vincitrice dell'Istituto è stata premiata con una visita guidata all'Isola Bisentina dove i ragazzi hanno potuto ammirare la bellezza e la biodiversità del nostro territorio ed acquisire consapevolezza sulla necessità di salvaguardare la preziosa risorsa del lago di Bolsena.



Questa pagina è stata realizzata grazie al contributo di Bigi Vini Orvieto

Produttore n°1 di
bottiglie di vino
a Orvieto

-BIGI-
VINO

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

Partecipazione delle imprese umbre a fiere: il nuovo bando dalla Regione.

È stato pubblicato martedì 20 giugno, sul BUR (Bollettino ufficiale della Regione Umbria) il nuovo bando della Regione Umbria dedicato alle fiere. Una misura fortemente voluta dall'amministrazione a favore delle imprese del territorio, che permetterà di finanziare progetti di internazionalizzazione costituiti da più fiere, fino ad un numero massimo di cinque, realizzate sia in Europa che nei Paesi extra-UE, includendo anche le fiere digitali.

L'assessore regionale allo Sviluppo economico Michele Fioroni ha sottolineato che "le fiere rappresentano indubbiamente uno strumento fondamentale per le nostre imprese. Un primo step per penetrare i mercati internazionali, accessibile anche alle realtà più piccole che a partire da questi

eventi possono intraprendere un percorso più strutturato di attività all'estero".

L'assessore ha inoltre aggiunto che "oggi usciamo con un bando da 700.000 euro che permetterà di coprire le attività svolte da gennaio 2023 fino a novembre 2024, ma in realtà è solo parte di una manovra più ampia.

A brevissimo, infatti, porteremo in Giunta un'ulteriore misura, da 1.000.000 di euro, destinata alle fiere che si svolgeranno da settembre 2023 fino a giugno 2024. In questo modo l'amministrazione vuole dare alle imprese gli strumenti per programmare le proprie attività con un orizzonte temporale ampio, facilitando la definizione di strategie di crescita che non debbano rincorrere questo o l'altro bando, ma che possano godere di

una strumentazione flessibile". Rispetto alle caratteristiche del bando appena pubblicato sul BUR, la misura è rivolta a micro, piccole e medie imprese che possono partecipare sia in forma singola che come rete. L'avviso finanziario fino a cinque fiere svolte in Italia o all'estero e realizzate dall'impresa dal 1° gennaio 2023 fino a novembre 2024. Il contributo concesso è a fondo perduto e va dal 50 al 70% della spesa, a seconda della dimensione dell'azienda e della tipologia di fiera, prevedendo un contributo maggiore per quelle realizzate a livello extra-UE.

Rispetto alle precedenti edizioni del bando fiere, sono stati inoltre elevati i limiti di spesa massimi, sia per le fiere comunitarie che per quelle extra-comunitarie, per tener conto dell'aumento dei costi

effettivamente a carico delle realtà che vogliono partecipare alle attività fieristiche.

Sarà possibile presentare domanda a partire dal 5 luglio fino al 29 settembre 2023 e la misura sarà gestita da Sviluppo Umbria, il cui Amministratore Unico, Michela Scurpa, ha sottolineato che "la Società per lo Sviluppo economico della Regione Umbria è al fianco delle imprese che vogliono esportare, e lo fa con competenze sempre maggiori.

Il Bando fiere rappresenta solo una delle forme di supporto all'internazionalizzazione che Sviluppo Umbria gestisce ed è affiancato da un'attività costante di consulenza e promozione di misure nazionali e comunitarie che possono facilitare notevolmente la penetrazione dei mercati esteri".

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 Sfraccavallo ORVIETO · Corso del Popolo 47 int. 16b TERNI
tel. 0763.343638 - fax 0763 216201 - e-mail: info@studiorborvieto.it

www.studiorborvieto.it

"Educare attraverso lo sport": la Lenza Orvietana ha collaborato alla manifestazione presso lo stadio L. Muzi.

Il mondo della scuola da sempre si fa promotore della diffusione dello Sport tra le nuove generazioni, quelle che rappresentano il futuro e che, con l'acquisizione dei valori impartiti dalle varie discipline, si auspica che possano essere i migliori protagonisti della società nella quale si troveranno ad operare.

E' questo lo spirito con cui l'Istituto Comprensivo Orvieto Montecchio di Ciconia, ha inteso organizzare la festa di fine anno scolastico all'insegna di alcune attività sportive presso lo stadio L. Muzi di Orvieto, mediante una impeccabile organizzazione curata dai docenti di Attività Motorie, i Proff. Enrica Rapaccini e Franco Picchialepri. Nell'arco di una splendida mattinata di sole, la manifestazione ha visto protagonisti gli alunni della suddetta scuola media impegnati in varie specialità con atteggiamento gioioso tipico dell'età, ma anche rispettoso, come deve essere, delle regole di ogni singola disciplina.

Riportiamo la nota che i due Docenti hanno inviato alla stampa:

"Si è svolta, presso lo stadio Muzi di Ciconia, la festa finale dello sport intitolata "Educare attraverso lo sport". L'iniziativa organizzata dai docenti di scienze motorie, Prof. Picchialepri Franco e Prof.ssa Rapaccini Enrica, ha visto gli alunni protagonisti di questa giornata all'insegna dei valori che lo sport trasmette. La riuscita della manifestazione è stata possibile grazie alla collaborazione di alcune associazioni sportive del territorio. (Associazione Libertas Orvieto, Lenza Orvietana, Orvieto F.C., Orvietana Rugby, Orvieto Volley Accademy, Associazione Pertica-Pentathlon Moderno Uisp Orvieto) Una giornata di sport per salutare l'anno scolastico che si sta per chiudere dove tutti gli alunni del-



la scuola secondaria di primo grado hanno partecipato con grande gioia e divertimento. Il dirigente scolastico Dott.ssa Isabella Olimpieri ha ringraziato associazioni sportive, autorità presenti e genitori per la riuscita della manifestazione. Erano presenti il coordinatore regionale di educazione fisica Prof. Bertinelli Lorenzo, l'assessore allo sport del comune di Orvieto, Moscatelli Carlo, la presidente del Panathlon Prof.ssa Lucia Custodi e la Governatrice dell'area X del Panathlon International Prof.ssa Rita Custodi. L'istituto comprensivo crede molto nello sport come veicolo educativo, sociale e di aggregazione". (Da aggiungere, circa le presenze, anche quella del Presidente del Comitato Provinciale FIPSAS di Terni, Valter Chiari, che ha assistito alla manifestazione ed ha collaborato alla buona riuscita della "pescata" organizzata dalla Lenza Orvie-

tana e di cui parliamo appresso) Tra le Associazioni Sportive la "nostra", la Lenza Orvietana, ha partecipato di buon grado sulla scia di una attività che aveva intrapreso presso tutti gli alunni delle classi seconde e di cui parliamo appresso) Tra le Associazioni Sportive la "nostra", la Lenza Orvietana, ha partecipato di buon grado sulla scia di una attività che aveva intrapreso presso tutti gli alunni delle classi seconde

tana e di cui parliamo appresso) Tra le Associazioni Sportive la "nostra", la Lenza Orvietana, ha partecipato di buon grado sulla scia di una attività che aveva intrapreso presso tutti gli alunni delle classi seconde

le roubasiennes, alcuni panchetti e, nel totale rispetto della fauna ittica, una serie di pesciolini in plastica dotati di magneti. I ragazzi si sono sfidati accanitamente manovrando opportunamente le canne sedette che a loro volta portavano un magnete appeso

ad un filo: quando riuscivano a far combaciare, ad una notevole distanza, le due calamite, effettuavano una "cattura". Il tutto si è svolto sotto lo "sguardo" attento di alcuni pesci posti in un acquario, debitamente protetto dal sole, che sono stati oggetto di attenzione e curiosità da parte di tutti i convenuti. Tutta la manifestazione ha ricevuto un plauso da parte dei presenti, specialmente dei genitori, e la nostra "pescata" è risultata tra le più ammirate.

Renato Rosciarelli



Zaghino VASTA SCELTA DI • Canne • Mulinelli
• Accessori ed esche vive, anche per il mare.

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

SOLO COSE BUONE DALLA NATURA



Canale di Orvieto
Località Botto, 23
Tel. 0763 29010

LE CITTÀ SENZA AUTOMOBILI.

Un sogno. Una possibilità.

Vivere senza automobili, rinunciando ad inquinamento, traffico, stress ma anche alla praticità di poter raggiungere con facilità e velocità i servizi di prima necessità.

Per molti, soprattutto in un Paese come l'Italia (il più motorizzato d'Europa assieme al Lussemburgo), può sembrare uno scenario irrealizzabile, ma nel mondo esistono diversi centri urbani che hanno detto "no" ai veicoli motorizzati.

Spesso parliamo di insediamenti piccoli e remoti, lontani dalle vie di comunicazione ed immersi nella natura. Basti pensare a Chamois, un piccolo borgo della Valle d'Aosta a 1800 metri di altezza nel cuore della Valtournenche. Chamois è raggiungibile in funivia, in elicottero oppure con



una mulattiera pedonale e ci vivono poco più di 100 persone. I beni di prima necessità vengono portati a monte con una teleferica, dato che è l'unico Comune italiano sulla terraferma non raggiungibile in automobile.

Alcune località, come Venezia o la marocchina Fes-el-Bali, sono prive di automobili per evidenti ragioni di necessità, oppure perché le strade sono talmente strette e impervie da rendere il traffico veicolare impossibile. In altre città, come la belga Ghent, è stato deciso di pedonalizzare il centro storico ed i suoi dintorni in maniera piuttosto aggressiva, con poche o nessuna eccezione. La decisione, adottata nel 1996 per risolvere i problemi derivanti

dagli ingorghi e dall'inquinamento, ha dato i suoi frutti ed ha reso la città più piacevole per residenti e turisti.

L'isola di Lamu, il più antico e meglio preservato insediamento Swahili dell'Africa Orientale, consente ai residenti di spostarsi solo a piedi, in bicicletta oppure sul dorso di un cammello per esaltare la bellezza della sua città antica.

Negli Stati Uniti non mancano le comunità raggiungibili a piedi, in elicottero o persino a dorso di mulo. Il portale TravelAwaits cita il caso di Supai, in Arizona, distante circa 13 chilometri dalla strada più vicina. Qui anche la posta viene recapitata grazie all'aiuto dei muli: questi animali, per raggiungere Supai, devono faticare non poco e sopportare una salita di circa 16 chilometri.

Il fatto che Supai sia così lontana dalla civiltà ha anche i suoi lati positivi: non ci sono luci artificiali per chilometri e di notte



si può ammirare uno splendido cielo stellato. Le oasi car-free non mancano anche nel resto degli Stati Uniti. Da Governors Island, un piccolo paradiso naturale appena fuori Manhattan a Tangier Island, in Virginia, dove prospera l'industria ittica e la pesca del granchio.

A livello nazionale, appena l'8,7 per cento delle famiglie statunitensi vive senza automobili, e in buona parte del Paese praticamente tutte le persone possiedono almeno un veicolo. Un'interessante ricerca realizzata da Chris Winters, scrittore e bibliotecario in pensione, ha però evidenziato l'esistenza di interi quartieri nelle città più grandi dove quasi nessuno guida. I dati, ottenuti analizzando il censimento e riportati da Streetsblog Usa, dimostrano che le aree con meno automobili sono anche quelle più povere. Altrimenti sono zone universitarie.

Parlando di metropoli, tra gli esempi più virtuosi c'è senza dubbio quello di Parigi. La città della sindaca socialista Anne Hidalgo sta facendo da apripista a livello globale per quanto riguarda le politiche



dedicate alla mobilità sostenibile. Entro l'inizio del 2024, infatti, il centro della capitale francese diventerà una enorme zona a traffico limitato.

La misura riguarderà i primi quattro arrondissement e alcune aree del V, del VI e del VII, tra Boulevard Saint-Germain e il fiume Senna. Potranno entrare in auto solo i residenti, chi deve effettuare delle consegne e pochi altri.

Spostiamoci ora in Corea del Sud, dove il governo e gli investitori privati hanno dato vita ad una smart city sostenibile, Songdo, con l'obiettivo di ridurre al massimo l'inquinamento atmosferico e l'utilizzo delle automobili.

La città, che si trova a 50 chilometri dalla capitale Seul, ospita già più di 100.000 persone, e l'addio ai veicoli a motore è frutto di un'apposita progettazione urbanistica.

Non ci sono palazzi che distano più di 12 minuti a piedi dalla fermata di



un mezzo di trasporto pubblico; la rete di piste ciclabili si estende per 25 chilometri; il trasporto su ferro collega comodamente Songdo con Seul ed altre città. Insomma, un modello simile a quello della "Città dei 15 minuti". Il 40 per cento delle aree urbane di Songdo è destinato al verde, mentre gli edifici sono stati costruiti con tecniche avanzate per rispettare tutti gli standard energetici e ambientali. L'obiettivo è di raggiungere i 300.000 abitanti entro il 2023.

Nella regione delle Grand Sierras di Córdoba, in Argentina, c'è una cittadina chiamata La Cumbrecita,

dove è vietato l'accesso alle auto e tutti gli itinerari turistici si svolgono a piedi. Questa caratteristica l'ha resa il primo insediamento completamente pedonale di tutta l'America Latina. La Cumbrecita, borgo a 1.450 metri sul livello del mare nella valle di Calamuchita (sempre nelle Grand Sierras), è

un rifugio dove trovare tranquillità e serenità a contatto con la natura. E senza il rombo dei motori. Tutto, in questa cittadina, si svolge all'insegna dell'ecosostenibilità: dalla differenziata alle case alimentate con energia rinnovabile, passando per il recupero delle acque tramite innovativi processi di depurazione. Un'altra peculiarità di La Cumbrecita? È costruita in stile bavarese e vanta forti legami culturali con la Germania.

Linkiesta

**PANE
E PAZIENZA**
di Gentile e Iannucci
Produzione Artigianale

ORVIETO
Corso Cavour, 19
☎ 388 7814021

"Stiamo venuti da lontano armati di Pane e Pazienza, con un biglietto in mano e un'idea nella credenza..."

FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA

DEFENCE HAIR



Speciale 1+1
SCEGLI 2 PRODOTTI
IL MENO CARO È INCLUSO*



PROMO LUGLIO

DEFENCE
Speciale struccanti
Viso • Occhi • Labbra

14,90€



TRIDERM

FORMATO PICCOLO
5,90€

FORMATO GRANDE
9,90€



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

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.



CHI ODISIA È SEMPRE E SOLO DISTRUTTIVO?

L'odio oggi rappresenta una piaga, un fenomeno così tanto presente nelle nostre vite da costringere spesso e volentieri anche le istituzioni ad organizzare campagne pubblicitarie contro di esso ed i pericoli che genera. Nonostante l'impulso all'odio sia una cosa naturale, la parola stessa è considerata quasi un tabù dalla società. Tuttavia, l'impressione è che tale sentimento sia il più delle volte visto in modo superficiale, come un qualcosa che, seppur condannato e punito (giustamente in molti casi), non viene valutato nelle sue complete e reali implicazioni, soprattutto rispetto a degli aspetti che possono risultare pure costruttivi. È vero che chi odia può provare a distruggere la causa di origine, giustificando questa volontà, ma è altrettanto possibile utilizzare l'odio in modo non negativo. L'odio è il sentimento o il risentimento che sorge nei confronti di qualcosa o qualcuno che per il soggetto viene ritenuto di ostacolo alla propria vita, ma, se sublimato (spostato verso una meta socialmente accettabile), può essere parimenti di aiuto nel migliorare e fortificare se stessi, nonché la società. L'odio può essere ancor più della rabbia un propulsore, un motore per la persona, spingendola ad affrontare il pericolo, lo stimolo angosciante e motivandola ad andare oltre i propri limiti e paure. Esso impone attenzione, capacità reattive ed un esporsi e un mettersi in gioco che non viene di frequente preso in esame. Certamente l'odio, per diventare funzionale, si deve deviare dagli uomini alle situazioni, dalle persone alle convinzioni prefissate e professate. Se ad esempio io, per mie esperienze, odio tutto ciò che è ingiusto posso usare tale sentimento per non tirarmi indietro rispetto ad altre situazioni che mi possano fare rivivere vissuti precedenti, spingendo anche altri ad unirsi con me per contrastare quegli stessi eventi che, seppur in modi diversi, hanno destabilizzato e condizionato me stesso. L'odio, dunque, può essere un cardine di unione e non solo di divisione. Un certo Carl Schmitt (giurista e politologo tedesco) affermava che "la società e la politica nascono a partire dalla designazione di un nemico comune" con l'odio che in base a ciò risulta proprio divenire un elemento di coesione. Certo, e voglio risottolinearlo, l'odio deve essere sublimato e la scelta del nemico deve essere contestualizzata e ben ponderata. Di sicuro le società in salute riescono a sublimare tale sentimento ed a convogliarlo dentro le regole della conflittualità, mutandolo da cancro a linfa motrice. Per arrivare a tutto questo, comunque, le varie persone devono analizzare profondamente il loro odio e non di reprimerlo o sfogarlo impulsivamente, con il soggetto che lo prova che non si può permettere di rinchiuderlo in una prigione interna, bensì deve avere il coraggio di elaborarlo facendolo diventare un suo punto di forza e non di debolezza. Del resto, affrontare ciò che ci rende fragili ci aiuta a diventare più forti e non il contrario. **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

Disabilità, l'ospedale di Terni fa scuola in Italia: oltre 200 persone assistite nell'ultimo anno e mezzo.

Ecco come funziona il Centro accoglienza disabilità del Santa Maria. Dallo scorso ottobre avviato anche un percorso di assistenza all'avanguardia per i pazienti più fragili.

Sono più di 200 i pazienti con disabilità presi in carico dal Centro di accoglienza disabilità (Cad) dell'ospedale di Terni, attivato a febbraio 2018 con lo scopo di favorire l'accesso ai servizi sanitari anche con il supporto delle associazioni del territorio.

Senza contare le numerose richieste di supporto telefonico, il servizio nei primi diciotto mesi di attività ha preso in carico circa 200 persone con disabilità, di cui oltre 50 con grave disabilità complessa nell'ambito del progetto DAMA (Disabled advanced medical assistance). Centosessantacinque sono provenienti dalla provincia di Terni, 24 dalla provincia di Perugia e i restanti da fuori regione (Marche, Campania, Calabria).

Il Cad prevede un punto di accoglienza all'ingresso dell'ospedale Santa Maria di Terni, dove opera del personale formato che segue i pazienti con disabilità grave attraverso due percorsi dedicati: uno che facilita la prenotazione e l'effettuazione di prestazioni ambulatoriali richieste dal medico di famiglia o dallo specialista e uno in regime di urgenza per l'accesso al pronto soccorso, mediante una linea preferenziale nell'ambito del codice colore assegnato al triage.

Un segnale forte e concreto di attenzione verso i bisogni speciali e le problematiche di tutti coloro che vivono la condizione di disabilità e dei loro familiari, che è stato preso come modello anche da altri ospedali italiani e che in pochi mesi è stato potenziato per arrivare a garantire la presa in carico della disabilità complessa cognitivo relazionale e neuromo-

toria, consentendo all'azienda ospedaliera di Terni, di entrare nella rete nazionale DAMA e divenire centro di riferimento per l'Italia centrale e meridionale.

Al servizio si può accedere anche da un numero verde aziendale 800.50.50.83, attivo dal lunedì al venerdì dalle 8 alle 14. Per garantire la presa in carico di persone con disabilità complessa, l'ospedale di Terni si è dotato di una equipe



multidisciplinare dedicata che viene attivata nell'iter diagnostico terapeutico in base ai bisogni rilevati e che settimanalmente si riunisce. Inoltre, dallo scorso ottobre, l'equipe del Cad/Dama ha attivato un nuovo percorso dedicato ai pazienti fragili, che solo pochi ospedali italiani garantiscono: grazie all'equipe di Neurofisiopatologia, infatti, è ora possibile effettuare esami elettroencefalografici anche su pazienti non collaboranti per disabilità intellettiva, mediante sedazione con un particolare farmaco che non interferisce sui risultati dell'esame.

*Nella foto, da sinistra: Stefano Cappanera, responsabile Stewardship Antimicrobiologica, dirigente medico della Clinica di Malattie infettive; Domenico Frondizi, responsabile della struttura di Neurofisiopatologia; Rita Commissari, responsabile della struttura di Anestesia e Rianimazione; Massimo Rizzo, dirigente medico della Direzione medica di presidio; Lorella Angeli, infermiera; Agnese Barsacchi, responsabile Servizio infermieristico tecnico riabilitativo ostetrico; Marsilio Francucci, responsabile della struttura di Day Surgery; Donatella Perugini, infermiera.

TERAPIE MANUALI

- MASSAGGIO DECONTRATTURANTE E SPORTIVO
- RIABILITAZIONE PRE E POST INTERVENTO CHIRURGICO
- OSTEOPATIA E OSTEOPATIA PEDIATRICA
- GINNASTICA POSTURALE
- RIABILITAZIONE PAVIMENTO PELVICO
- LINFODRENAGGIO
- KINESIOTAPING
- BENDAGGI FUNZIONALI

TERAPIA STRUMENTALE

- TECAR TERAPIA
- ULTRASUONI
- LASER YAG
- TENS
- ELETTROTHERAPIA
- ONDE D'URTO
- IONOFRESI
- MAGNETOTERAPIA

SERVIZI

- CONVENZIONI ASSICURATIVE
- TERAPIE A DOMICILIO
- CONSULENZE MEDICHE
- PERSONAL TRAINER
- Esame di valutazione e Programmi personalizzati
- NUTRIZIONISTA



Fisioterapia · Osteopatia



ORVIETO, Piazza Olona 21 (Sferracavallo) - Tel. 329 9219878 - 339 2028734

I professionisti di Fisiolife:



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



Dott. GIACOMO CROCCOLINO
Masso-
Fisioterapista,
Chinesiologo,
Osteopata,
Ginnastica Posturale,
Mezieses.



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



Dott.ssa CHIARA DELLI POGGI
Endocrinologia,
Diabetologia,
Malattie del
metabolismo.



Dott. GUGLIELMO GRAZIANI
Chinesiologo Clinico
Massoterapista
Ginnastica posturale.



Dott. FRANCESCO CECCARELLI
Biologo,
Nutrizionista.



CLINICHE ARCONI

Eccellenza dentale ad Orvieto

RIVELATORE DI PLACCA: COS'È E PERCHÉ SI USA.

Lavarsi i denti almeno 2 volte al giorno e utilizzare il filo interdentale quotidianamente sono le armi più importanti per prevenire le malattie gengivali e qualsiasi problema legato ai denti. L'obiettivo è rimuovere la maggior quantità possibile di placca batterica, il biofilm sottile responsabile delle patologie a carico di denti e gengive. Ma come fai a sapere che i tuoi sforzi sono realmente efficaci? Con il rivelatore di placca!

Hai appena finito di lavarti i denti e hai anche passato il filo interdentale: come fai a sapere se hai fatto un buon lavoro e svolto un'igiene profonda? Passare la lingua sui denti generalmente può darti delle indicazioni molto utili: se scorre sui denti senza incontrare ostacoli e la superficie ti sembra liscia allora sei un virtuoso dello spazzolino; se, invece, al tatto i denti appaiono ruvidi e riesci ancora a percepire la presenza di piccoli residui di cibo allora dovresti ripetere l'operazione dedicando un'attenzione maggiore.

Allora, come fai a sapere se stai effettivamente eliminando la placca? Un modo efficace è quello di utilizzare un rivelatore di placca. Un agente rivelatore di placca è una formulazione che, quando applicata sui denti, tingerà temporaneamente di un colore ben visibile la placca batterica presente.

Questo prodotto per l'igiene dentale che puoi facilmente acquistare in farmacia, si trova sotto forma di:

- tampone
- compresse o pastiglie
- soluzione orale

Nessuna delle sostanze coloranti presente negli agenti è in alcun modo nociva per l'essere umano.

Dopo aver lavato accuratamente i denti (ti ricordiamo che è sempre preferibile impiegare dai 2 ai 3 minuti per lo spazzolino) e aver passato il filo interdentale, l'agente che hai scelto seguendo le semplici istruzioni indicate:

- il tampone (simile a un cotton fioc) va passato con attenzione su tutte le superfici dei denti
- le pastiglie, sicuramente il metodo di rilevazione più usato, vanno fatte sciogliere in bocca distribuendo la saliva sulla superficie dei denti per almeno 30 secondi; una volta concluso il processo di distribuzione si può sputare e verificare allo specchio la presenza della placca evidenziata dalla colorazione
- la soluzione orale è simile a un collutorio con cui effettuare un risciacquo di almeno 30 secondi che poi andrà sputato per poter vedere allo specchio la placca rivelata

La colorazione della placca non solo ti aiuta a vedere quanto bene hai usato spazzolino filo interdentale, ma può anche mostrare le aree che necessitano di una igiene più accurata. Ad esempio, se noti che la colorazione si concentra sul bordo gengivale, ciò potrebbe significare che lo spazzolino non raggiunge in modo efficace in quell'area. In questo modo, puoi sfruttare il rivelatore di placca perfezionare la tua igiene orale quotidiana.

La colorazione svanisce in poche ore, quindi ti consigliamo di programmare l'operazione in un giorno in cui sai di rimanere a casa. Il test più importante rimane comunque la seduta di igiene professionale da effettuare una volta ogni sei mesi e che potrà valutare davvero l'efficacia dell'igiene orale domiciliare. Contattaci per prenotare la tua prossima pulizia dei denti!



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.

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
Igenista dentale
Sigillature
Estetica del sorriso



Dr. Noemi Bilotta
Igenista Dentale
Sigillature
Estetica del
sorriso



Deborah Bilotta
Assistente dentale



Francesca Bacchio
Assistente
alla poltrona
odontoiatrica



Strada dell'Arconi, 13 - Orvieto (TR) - Tel. 0763/302429
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

