

## 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

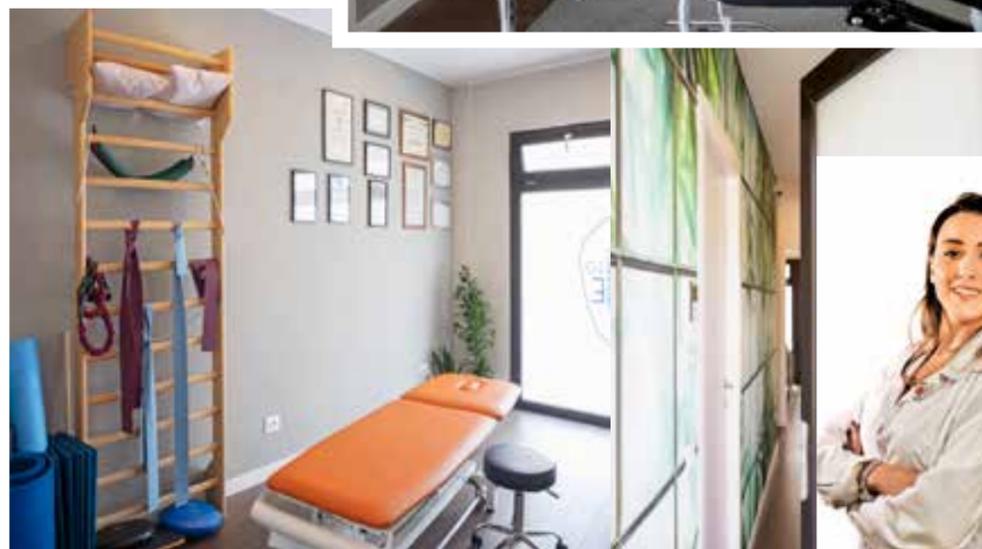
- TECAR TERAPIA
- ULTRASUONI
- LASER YAG
- TENS
- ELETTROTHERAPIA
- ONDE D'URTO
- IONOFRESI
- MAGNETOTERAPIA

## SERVIZI

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



Fisioterapia · Osteopatia



**ATTIVA LA TUA SALUTE**

**Dott.ssa Nutrizionista**  
*Giulia Governatori*

VALUTAZIONE STATO NUTRIZIONALE E COMPOSIZIONE CORPOREA

SOVRAPPESO, OBESITÀ, SOTTOPESO

EDUCAZIONE ALIMENTARE

SINDROME METABOLICA (IPERTENSIONE | DIABETE | IPERCOLESTEROLEMIA)

ALIMENTAZIONE DELLA DONNA (GRAVIDANZA | ALLATTAMENTO | MENOPAUSA)

PATOLOGIE INTESTINALI, INFAMMATORIE E AUTOIMMUNI

**PRENOTA SUBITO UN CONSULTO**

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

### I professionisti di FisiLife:



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



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



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



Dott. GUGLIELMO GRAZIANI  
Chinesiologo Clinico  
Massoterapista  
Ginnastica posturale.



Dott.ssa GIULIA GOVERNATORI  
Nutrizionista.



# CLINICHE ARCONE

Eccellenza dentale ad Orvieto

## “La mia saliva produce tartaro”: è davvero così?

Capita spesso che alcuni pazienti dicano all'igienista che la loro saliva “produce molto tartaro”. La formazione del tartaro sui tuoi denti è davvero causata dalla saliva?

Per fare chiarezza dobbiamo prima precisare alcune nozioni.

### Cos'è il tartaro?

Il tartaro è un deposito che si crea quando la placca batterica presente sui denti si mineralizza a causa dei sali contenuti nella saliva.

Si sviluppa sia sopra il livello della gengiva, ma anche al di sotto del margine gengivale. Solitamente ha un colore biancastro, ma a volte può essere anche più scuro, giallo o addirittura marrone.

### Perché il tartaro è dannoso?

Quando la placca si calcifica e diventa tartaro, i batteri contenuti in essa perdono la loro vitalità e non riescono a compiere le loro attività metaboliche. Per questo il tartaro di per sé non sarebbe così dannoso poiché i batteri non producono tossine. Il danno sta nel fatto che il tartaro è una superficie molto ruvida che agisce come una calamita per la placca vitale. Questa sostanza infatti è molto ruvida e sopra la sua superficie si depositano nuovi batteri, che fai fatica a rimuovere completamente.

Questi microrganismi che si depositano sul tartaro sono attivi e vitali e possono produrre delle tossine dannose per le tue gengive. Infatti spesso potresti notare del sangue quando ti lavi i denti, perché i tessuti della tua bocca sono irritati e infiammati a causa della placca batterica depositata sul tartaro.

### La saliva produce tartaro: cosa c'è di vero

La velocità di formazione del tartaro e la sua quantità dipendono da molti fattori, come l'alimentazione, la composizione della saliva, ma anche l'età o la presenza di malattie. Ci sono

persone che hanno molto tartaro e altre che ne hanno meno. Alcuni studi hanno dimostrato che nelle persone che presentano molto tartaro la saliva ha una composizione diversa rispetto ai soggetti con poco tartaro.



Anche se la saliva influenza la formazione del tartaro, il punto di partenza è sempre la placca batterica. Se rimuovi correttamente i batteri ogni giorno dai tuoi denti il tartaro non si forma, o comunque si presenta in minore quantità.

### Previene la formazione del tartaro con l'igiene orale

La placca batterica si mineralizza in circa 12 giorni. Una volta che si è solidificata, per te diventa impossibile rimuoverla con gli strumenti che hai a casa. Potresti imbatterti, in internet o sui social, in diverse pubblicità di attrezzi miracolosi per togliere il tartaro da solo. Purtroppo questi strumenti possono essere molto dannosi, perché graffiano la superficie dei denti peggiorando la situazione.

Per questo ti consiglio di affidarti al tuo igienista dentale di fiducia, che può rimuovere questi depositi dai tuoi denti in totale sicurezza.

Per contrastare la formazione del tartaro devi quindi rimuovere ogni giorno la placca batterica, utilizzando gli strumenti più indicati per te. Durante l'appuntamento in studio il tuo igienista dentale può mostrarti come fare e cosa utilizzare.



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



### AD ORVIETO UN POLO DIAGNOSTICO RADIOLOGICO COMPLETO

Direttore Sanitario  
Dott. Carmine Piunno - Medico Ortopedico

Questo mese vi presentiamo

## DOTT.SSA GIULIA BUFFELLI

Biologa nutrizionista esperta in nutrizione clinica.

La Dott.ssa Giulia Buffelli laureata con lode in Scienze dell'alimentazione e della nutrizione umana all'Università Campus Biomedico di Roma, con l'indirizzo nutrizione clinica con particolare attenzione a condizioni di obesità e malattie metaboliche quali sindrome metabolica, diabete, dislipidemia e obesità.

Da sempre attenta e appassionata allo studio e all'approfondimento della salute della donna e del bambino sia nelle condizioni fisiologiche che patologiche della vita. Perfezionata in nutrizione pediatrica e gravidica nel 2020.

Ha competenze nel trattamento di condizioni fisiologiche e patologiche con esperienza consolidata nell'informazione medico-scientifica.

Si occupa di:

- nutrizione gravidica (per gravidanza fisiologica o in presenza di diabete)
- nutrizione pediatrica (in soggetti sani, in sovrappeso, obesità e sportivi)
- sindrome metabolica (anche post menopausa)
- dislipidemie
- diabete



### ARTRITE REUMATOIDE

L'Artrite reumatoide è una malattia infiammatoria cronica autoimmune che colpisce maggiormente le articolazioni, prevalentemente mani e piedi. I sintomi principali sono: dolore, rigidità articolare (soprattutto mattutina), limitazione nei movimenti ed astenia. La diagnosi viene effettuata da un medico specialista in reumatologia, grazie ad una valutazione clinica e l'esecuzione di esami diagnostici. Nella maggior parte dei casi, grazie alle cure a disposizione, è possibile convivere con tale patologia ed avere una buona autonomia nelle attività di vita quotidiana. La cura farmacologica, grazie a farmaci specifici, aiuta a ridurre il dolore e l'infiammazione. Essendo coinvolte le articolazioni, la fisioterapia ricopre un ruolo importante insieme alla cura farmacologica. Lo scopo del trattamento fisioterapico è quello di migliorare la mobilità a livello muscolo-articolare, lavorando sia nella prevenzione che nella cura dei problemi derivanti da tale patologia, aiutando il paziente a mantenere la propria autonomia nello svolgimento delle attività di vita quotidiana.



FISIOTERAPIA E OSTEOPATIA

### OSTEOPATIA PER IL TRATTAMENTO DEL DOLORE CERVICALE

Il Dolore cervicale è spesso causato da alterazioni posturali, come ad esempio una eccessiva tensione muscolare o una ridotta mobilità delle vertebre cervicali. A volte il dolore può essere accompagnato da mal di testa e sensazione di sbandamento durante il movimento della testa e del collo. L'Osteopata, attraverso una attenta valutazione e test specifici di mobilità, è in grado di individuare le principali cause del dolore ed attraverso il trattamento manuale di ripristinare un migliore equilibrio posturale. Le tecniche utilizzate durante il trattamento sono differenti 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 o articolare e tecniche specifiche per la mobilità viscerale e craniosacrale. Essendo il trattamento di Osteopatia sempre personalizzato al paziente è possibile curare individui di ogni età: bambini, giovani ed anziani.



**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**

## PROPRIETÀ DEL MAGNESIO



**Il magnesio ha diversi ruoli importanti:**

1. È fondamentale in gravidanza e la sua carenza può portare a un parto prematuro.
2. Influisce sulla fertilità in particolare sulla fertilità maschile.
3. Ha un'azione antiossidante riparando le cellule dai danni dei radicali liberi.
4. Ha un ruolo importante nel metabolismo osseo ed è importantissimo durante la menopausa.
5. Ha un ruolo importante a livello umorale e a livello muscolare.

**Ma ha tantissimi altri benefici:**

Il magnesio è contenuto nelle verdure con foglie verdi come spinaci e bietole, nei legumi, cereali, noci e semi. Un'importante fonte di Mg è rappresentata dal minerale disciolto nell'acqua: il contenuto è tanto più elevato quanto maggiore è la durezza dell'acqua.

Nella donna il magnesio ha un ruolo importante nella sindrome premestruale. Per molte donne il periodo che va dall'ovulazione al nuovo ciclo mestruale può essere caratterizzato da irritabilità, sbalzi di umore e gonfiore addominale, a cui si aggiungono anche cefalea e fame nervosa. Ci sono studi che dimostrano come il magnesio in associazione con la vitamina B6 normalizzi l'azione degli ormoni su sistema nervoso diminuendo i sintomi della sindrome premestruale.

Il magnesio ha un ruolo importante in gravidanza. È utile per contrastare l'insonnia, la debolezza e aiuta a mantenere l'utero rilassato regolando le contrazioni.



**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

# ARBATAX

## LA CATTEDRALE ROSSA

In Ogliastra, nella costa centro-orientale della Sardegna, spicca una splendida 'cattedrale' naturale di porfido rosso che affiora da acque verdi smeraldo offrendo uno spettacolare contrasto cromatico grazie anche a scogli bianchi e ciottoli colorati

Un panorama mozzafiato che deriva il suo nome dalla straordinaria particolarità delle falesie di porfido affioranti dal mare.

La baia delle Rocce Rosse si apre a oriente del porto di Arbatax, frazione turistica di Tortoli, con un fondo di scogli bianchi e alte rocce di granito rosso, che conferiscono un aspetto unico ed estremamente affascinante. Il loro riflesso dona all'acqua un colore cangiante sul verde smeraldo.

Qui è stata ambientata la

scena finale del cult 'Tra-volti da un insolito destino' di Lina Wertmüller (1974). La composizione è unica al mondo, seppure altre falesie di porfido rosso punteggiano il litorale ogliastrino, come, per esempio, is Scoglius Arrubius, due faraglioni alti venti metri, simbolo della magnifica spiaggia di Cea, che si estende pochi chilometri a sud.

I roccioni di porfido sono una grande attrazione degli esperti tuffatori. Di fronte alla spiaggetta 'rossa',

c'è il mare aperto. Attorno tutti i servizi utili: ampio parcheggio adatto anche ai camper, hotel, bar, punto di ristoro e locali di vita notturna particolarmente animata.

Dietro le Rocce Rosse spicca la stupenda Cala Morresca, che prende il nome dalle incursioni dei pirati saraceni (is morus) che nell'VIII secolo misero a ferro e fuoco la costa. La spiaggia ha fondale limpido, scogli di granito, sabbia dorata e fitta vegetazione che borda

la caletta.

A pochi chilometri altre imperdibili spiagge: il Lido di Orri, sedici chilometri di litorale fatto di insenature e spiaggette deserte, tra cui la splendida Cala Ginepro, la bella San Gemiliano, e



il già citato paradiso tropicale di Cea, lunga oltre un chilometro, compresa nei territori di Tortoli e Barisardo.

Arbatax, porto turistico e commerciale della costa orientale, deve probabilmente il nome alla parola araba per 'quattordici', con riferimento alla quattordicesima torre di avvistamento che sorge nelle vicinanze.

La località è l'insolito quanto suggestivo scenario di un appuntamento annuale di grande fascino e tradizione, il festival Rocce Rosse Blues, vetrina per musicisti di fama internazionale.

Le Rocce Rosse di Arbatax, chiamate anche con il nome di Cattedrale del Mare, si sono formate nel corso del tempo attraverso l'azione dei diversi agenti atmosferici stagionali. Possenti, fini, non troppo alte e composte di porfido rosso, esse danno origine a

meravigliose sfumature in pieno contrasto con il color smeraldo del mare.

In precedenza, il piazzale circostante era una ricca e fruttuosa miniera.

Proprio qui, i minatori estravano il porfido rosso – di cui sono costruite le rocce – un materiale lavico che, al tempo, era usato per costruire e abbellire il porto, i borghi e le città vicine.

Un passato, questo, che è ancora vivo e visibile nei tre gruppi di resti incorniciati tra le rocce. Resti che fungevano da riparo ai minatori e agli scalpellini nel primo Novecento.

Parliamo di un periodo in cui anche il grande foro frontale inserito nella Cattedrale – ora scena di tutti gli scatti – era usato sotto forma di rifugio, come si può intuire dalla presenza di calce e pietra.

Effettivamente, uno dei tre resti era proprio attaccato alla roccia e oggi, questo, ci lascia la testimonianza del duro lavoro svolto dai minatori più di 100 anni fa.



Cook for you!

LA NOSTRA PASSIONE, LA NOSTRA CUCINA,  
LA NOSTRA ATMOSFERA...  
IL VOSTRO EVENTO.



### CATERING

Buffet personalizzati per le tue occasioni speciali, compleanno, feste a tema in una location scelta da te.

Consegna/Ritiro o Chef, Servizio e Allestimento.



### CHEF PRIVATO

Una cena esclusiva creata su misura per te e i tuoi ospiti, come al ristorante ma nella tua casa, nel tuo giardino o nel tuo posto del cuore.

Chef, Servizio e Mise en place.



### EVENTI

Per un pranzo o una cena di gruppo o per promuovere i tuoi prodotti e distinguerti dai tuoi competitor, nella tua azienda, in fiera o nel nostro ristorante.

Cena servita o Buffet.

PORTIAMO NELLA TUA TAVOLA  
I SAPORI DELLA NATURA!

Tutti i nostri eventi sono personalizzati, chiamaci, raccontaci le tue idee e i tuoi desideri, studieremo la proposta più adatta alle tue esigenze per rendere il tuo evento indimenticabile  
visavis.homerestaurant@gmail.com - t. 331.2117528

@visavis\_cucina\_eventi

RISTORANTE *Gourmet* Vis à Vis

Piazza XXIX Marzo, 8A Orvieto (TR)  
t. 331 2117528



Per :  
EVENTI  
FIERE  
MANIFESTAZIONI  
MOSTRE  
INAUGURAZIONI  
ALLESTIMENTO VETRINE  
SVENDITE  
CONVEGNI  
CONCERTI  
E ALTRO ANCORA!



# NOLEGGIO DISPLAY A LED



Offriamo varie possibilità di formato per tutte le esigenze.  
Inoltre forniamo servizio di installazione e supporto tecnico.  
PREVENTIVI PERSONALIZZATI PER OGNI RICHIESTA.



**IL VICINO**  
PUBBLICITARIA

0763.393024 335.1242981

via A. Costanzi 98 Orvieto (TR) - info@ilvicino.it

# MACINTOSH

Lo scorso 25 gennaio Apple Macintosh ha compiuto 40 anni. In molti hanno definito il Mac come "il computer che ha cambiato tutto".



Proviamo a ripercorrere le principali novità che apportò il Macintosh (Mac) al mondo del personal computer. Intanto il **design**: fino ad allora i computer erano giganteschi moloch per lo più prodotti da IBM, mentre il Mac si presenta come un oggetto esteticamente gradevole, curato in ogni suo dettaglio, ridotto nelle dimensioni e, in un certo senso, più semplice da usare.

L'altra grande novità fu la **Graphical User Interface**, l'innovativo software Macintosh anch'esso curato in ogni suo piccolo particolare in un mondo che fino ad allora era dominato da infinite righe di testo. Ad esempio, le icone non furono disegnate da un programmatore ma da una talentuosa designer, Susan Kare, che conosceva bene il mestiere di comunicare attraverso le immagini, riducendo al massimo gli

elementi necessari. Il design dell'interfaccia fu uno dei principali vantaggi competitivi di Apple da quel momento in poi nei confronti della concorrenza.

Infine il **mouse**. I precedenti modelli Xerox a cui Apple si era ispirato per il precedente computer chiamato Lisa, avevano un mouse a tre tasti, mentre questo del Mac ne aveva uno solo che aveva tre diverse funzioni

a seconda se premuto una volta, due volte veloce o tenuto schiacciato e poi rilasciato. Il mouse era poi così essenziale che nella tastiera all'inizio non c'erano nemmeno i tasti di posizione.

E poi l'introduzione dei font in combinazione con la Apple Laserwriter, che avviò di fatto il settore del **Desktop Publishing** di cui l'azienda di Cupertino ha da sempre conservato la leadership.

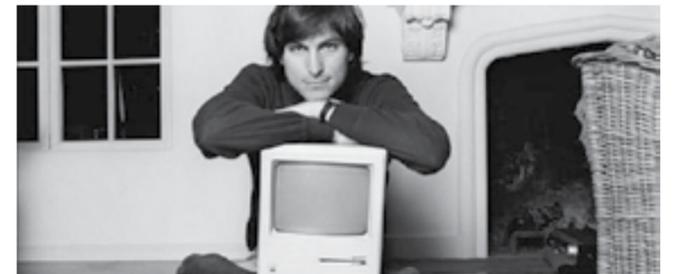
L'altro elemento straordinario di Macintosh fu la campagna marketing e di comunicazione a partire dallo spot di 60" più iconico e mitico di sempre che andò in onda un'unica volta durante il break del terzo quarto del Super Bowl il 22 gennaio 1984. Si tratta appunto di "1984", il commercial diretto da Ridley Scott - fresco di successo con Alien e Blade Runner -, un esempio illuminante di narrazione per immagini: in un'ambientazione distopica un gruppo di persone dai capelli rasati marcia in un tunnel trasparente per poi sedersi in una sala dove un orwelliano Grande Fratello sta pronunciando un discorso retorico e oppressivo da un enorme schermo.



I colori dell'ambiente sono desaturati e virati su tonalità del blu (guarda caso i colori dell'IBM). A un certo punto compare un'atleta che impugna un martello dal lungo manico: ha i capelli biondi, indossa pantaloncini rossi e ha una canottiera bianca con un disegno stilizzato del Macintosh. Arrivano delle guardie con l'elmetto che cercano di fermare la giovane donna, ma questa, raggiunta la sala, fa roteare il martello e lo scaglia contro lo schermo con un grido liberatorio. La luce irradia il pubblico che rimane a bocca parte avvolto da un vento che soffia potente dallo schermo infranto e mentre

l'immagine scompare scorre verso l'alto la scritta (in inglese): "Il 24 gennaio Apple introdurrà Macintosh. E capirete perché il 1984 non sarà come '1984'". Il riferimento è ovviamente il romanzo di fantascienza di George Orwell che prevedeva un futuro distopico e oppressivo e on un regime dittatoriale e omologante. Ovviamente nel gioco dei simboli, il Grande Fratello dai colori cupi è IBM, mentre l'atleta dai colori vivaci che scaglia il martello è Apple. Uno spot

bello e rivoluzionario ideato dall'agenzia Chiat/Day e voluto fortemente da Steve Jobs e John Sculley di Apple, che recentemente è stato rieditato in 4K. Il 24 gennaio alla John Hancock Hall di Boston, Steve Jobs fece il primo delle sue celebri presentazioni (Keynote) che, nel corso del tempo, divennero dei veri e propri eventi, grazie sia al contenuto da lanciare sul mercato sia a una liturgia quasi da messa laica. Insomma, 40 anni e non sentirli.



## San Marino e la produzione di cannabis terapeutica.

Cannabis terapeutica, autorizzate alla produzione quattro aziende tra cui Valpharma. Un quinto imprenditore è in attesa dell'ok dell'Authority sanitaria, mentre fervono i lavori di ampliamento della PromoPharma a Acquaviva. È stato ratificato durante il Consiglio del febbraio del 2023 il decreto per "il rilascio dell'autorizzazione alla coltivazione, trasformazione e commercio di semilavorati infiorescenze e medicinali derivati di cannabis".

Nuove rotte

A fare il punto sul tema è il direttore dell'Authority Claudio Muccioli. I ter normativi, che modifica la precedente legge del 2021, consente dunque alle imprese di insediarsi sul Titano ed avviare la coltivazione, una volta ricevuta l'autorizzazione dall'Authority

Due le precisazioni del direttore: la normativa sammarinese ha fatto una scelta pratica e diretta che non confonde i vari settori della cannabis. Sul Titano, cioè, sarà possibile costituire società che opereranno direttamente nell'ambito della cannabis terapeutica, dalla coltivazione ai cicli di trasformazione sino alla produzione del farmaco, tramite officina farmaceutica e sempre nel pieno rispetto delle norme. Gli imprenditori devono prevedere un investimento «da 3- 4 milioni di euro, per creare strutture industriali, tra l'altro energivore, dotate di serre tecnologiche e rispettose di un regime di produzione con piante coltivate in idroponica (metodo di coltivazione fuori suolo, ndr).

L'auspicio delle aziende, segnala ancora Muccioli, è di cominciare il prima possibile con un unico obiettivo: diventare mercato di riferimento anche per l'Italia, dove il fabbisogno annuale è di 500 chili ma la filiera, condotta dall'istituto farmaceutico militare di Firenze, non arriva a produrne 150.

Quanto ai semi, sono registrati e compresi in parametri già definiti, tuttavia il Titano proseguirà gli studi per realizzare prodotti che abbiano efficacia terapeutica ma senza effetti collaterali. Altrettanto importante la formazione dei medici, «fermo restando che i farmaci non sono adatti solo a terapia del dolore o tumori ma anche a molte patologie neurologiche».

In Italia, conclude il dirigente, esistono varie malattie per cui la cannabis è riconosciuta come terapia, in quanto rimborsata dal sistema pubblico ma ciò non significa che non sia efficace in altre. La certezza è che per San Marino si aprono ricavi economici e occupazionali strizzando l'occhio non solo all'Italia, partner commerciale primario, ma all'Europa.

sanitaria con il nulla osta del Congresso. «Sempre l'Authority comunica all'International control bureau dell'Onu la quantità annuale di cannabis che si intende coltivare» chiarisce Muccioli. Numeri su cui, beninteso, non si sgarra «perché qualora siano prodotte quantità in eccesso, saranno depennate dalla produzione dell'anno successivo».

## Nestlé nei guai.

Leader mondiale nel mercato delle acque minerali, Nestlé Waters ha informato le autorità francesi nel 2021 di aver utilizzato trattamenti ultravioletti vietati e filtri a carboni attivi su alcune delle sue acque minerali per preservarne "la sicurezza alimentare", ha dichiarato lunedì 29 gennaio all'Agence France- Presse (AFP), confermando l'informazione del quotidiano Les Echos.

Sebbene questi trattamenti "abbiano sempre mirato a garantire la sicurezza alimentare", essi "hanno portato l'azienda a perdere di vista la questione della conformità normativa", ha detto Nestlé Waters all'AFP.

I marchi interessati, Perrier, Vittel, Hépar e Contrex, tutti di proprietà di Nestlé, sono ormai "pienamente conformi al quadro normativo applicabile in Francia", promette l'azienda.

La normativa vieta qualsiasi disinfezione dell'acqua minerale, che deve naturalmente essere di elevata qualità microbiologica, a differenza dell'acqua del rubinetto, che

viene disinfettata prima di diventare potabile. Un regolamento la cui interpretazione esclude i trattamenti ultravioletti e i filtri a carboni attivi utilizzati da Nestlé Waters almeno fino al 2021, senza che si conosca la data esatta di cessazione.

Ma l'azienda giustifica l'uso di queste tecniche con "cambiamenti nell'ambiente attorno alle sue fonti, che a volte possono rendere difficile il mantenimento della stabilità delle caratteristiche essenziali" delle sue acque, vale a dire la loro sicurezza alimentare e la loro composizione in minerali.

La cessazione dell'uso di questi dispositivi di trattamento e filtraggio ha costretto Nestlé Waters a sospendere l'attività di alcuni dei suoi pozzi nei Vosgi, a causa della "loro sensibilità ai rischi climatici", determinando una riduzione dei volumi di produzione di Hépar e Contrex.



## Gli italiani leggono le etichette di tutti i prodotti prima di acquistare.

Il 42% dei clienti della Gdo consulta sempre le etichette di tutti i prodotti che sta per comprare. O che sta per consumare a casa. E il 53% lo fa solo per alcune categorie di prodotto. È quanto emerge dall'analisi di 136mila referenze per un valore di oltre 46 miliardi di euro, pari all'82,6% di quanto venduto in ipermercati e supermercati. L'indagine di Ipsos per la 14esima edi-

barre, ha rilevato anche che il 38% degli italiani non legge l'etichetta solo se si tratta di un prodotto già conosciuto. Mentre il 16% non lo fa per fretta o mancanza di curiosità.

Tra le informazioni più cercate sulle confezioni (82% della clientela) c'è lo smaltimento dell'imballaggio, seguito dalla scadenza (63%), luoghi di produzione e di origine (44%), modalità d'uso e preparazione (31%) e infine i valori nutrizionali, nel complesso (27%) o per il contenuto di grassi e zuccheri (31%).



## INSONNIA.

Quattro italiani su dieci hanno difficoltà a dormire, secondo i dati di un'indagine di Statista Consumer Insights. I nuovi dati fanno luce sulla prevalenza del problema nei diversi paesi, affliggendo più di un terzo degli intervistati in ciascuna popolazione intervistata e oltre il 40% negli Stati Uniti, Francia, Sud Africa e Italia. Per disturbi del sonno si intendono i problemi legati all'addormentamento o al mantenimento del sonno, compresa l'insonnia. Agli intervistati è stato chiesto se avevano avuto disturbi del sonno nei 12 mesi precedenti l'indagine.

In tutti i paesi inclusi nel grafico, le donne avevano maggiori probabilità di aver avuto disturbi del sonno rispetto agli uomini. In Italia la differenza

è stata particolarmente marcata (54% delle donne contro 34% degli uomini). Negli Stati Uniti la differenza è stata di 7 punti percentuali (43% donne contro 36% uomini).

Secondo la Sleep Foundation, le donne e le persone asse-

ormoni, e di differenze basate sul genere, che "potrebbero essere guidate da disparità sociali e culturali". Anche la predisposizione a determinati problemi di salute fisica o mentale viene citata come possibile fattore che si ritiene porti a tassi più elevati di insonnia nelle donne.

Residenti in Italia

Al 31 dicembre 2022 la popolazione in Italia conta 58.997.201 residenti. Rispetto al 2021 si registra una flessione pari a -32.932 individui, a sintesi di un calo significativo dovuto a una dinamica demografica ancora negativa pari a -179.416 persone e di un recupero censuario pari a + 146.484 persone. È quanto emerge dal report Popolazione residente e dinamica demografica dell'Istat, per il 2022, che fotografa an-



gnate come donne alla nascita hanno maggiori probabilità di soffrire di insonnia. I ricercatori affermano che questo è il risultato di una combinazione di fattori basati sul sesso, come la produzione di

## Quanto costa un conto corrente?

Nel 2022 la spesa per la gestione di un conto corrente bancario di tipo "tradizionale" (accessibile cioè sia attraverso lo sportello sia con modalità di home banking) è stata pari a 104 euro, in aumento rispetto al valore registrato nell'anno precedente (94,7 euro). È quanto emerge da una indagine condotta dalla Banca d'Italia sulla spesa dei conti correnti delle famiglie. L'incremento è legato alla crescita delle spese sia fisse sia variabili. Per le prime l'aumento, pari a 5,9 euro, è dovuto principalmente ai canoni

di base. Le spese variabili sono cresciute di 3,4 euro, in prevalenza per effetto della maggiore operatività della clientela, mentre le commissioni sono risultate pressoché invariate. La stima non include la spesa per i conti correnti postali, per i quali si rimanda al rapporto integrale. Sono altresì esclusi i conti correnti bancari on line, rivolti a consumatori che intendono svolgere operazioni prevalentemente attraverso internet. Nel 2022 la spesa di gestione di un conto on line è stata pari a 33,7 euro, 0,7 euro in più

rispetto all'anno precedente. Per i conti collegati a contratti di apertura di credito in conto corrente, la commissione per la messa a disposizione dei fondi è stata pari in media all'1,7 per cento del credito accordato, come nell'anno precedente. La commissione media di istruttoria veloce applicata sugli sconfinamenti è diminuita da 16,9 a 16,4 euro; il calo è stato accompagnato da una minore durata dello sconfinamento. L'indagine raccoglie informazioni analitiche sulle spese di gestione effettivamente sostenute dalle famiglie nel corso del 2022 e documentate negli estratti conto. Per ciascun conto e per ciascuna tipologia di servizio ad esso associato sono rilevati il numero di operazioni svolte nell'anno e la spesa corrispondente, permettendo di calcolare il costo medio unitario delle operazioni. La stima della spesa riflette sia gli effettivi comportamenti dei correntisti (i quali possono aumentare o diminuire il proprio ricorso ai servizi collegati al conto), sia le condizioni concretamente applicate dagli intermediari.



## Crollano in cinque anni i consumi di vino: -8%. Gli spumanti tengono a galla il comparto.

I dati dell'Osservatorio Uiv-Ismea su base Ismea-Nielsen-IQ restituiscono un quadro non sorprendente di quello che è stato l'andamento vinicolo di questo 2023, anche rispetto agli anni passati.

Il primo dato è il calo degli acquisti sul mercato nazionale, pari a -3,1% nel 2023 (per un valore di poco superiore ai 3 mld di euro), per un totale di meno di 1 miliardo di bottiglie vendute nella Gdo e nel retail italiano rispetto al 2022. A valore il dato è in timida crescita (+2,6%), ma per effetto dell'inflazione. Nel dettaglio,

i fermi calano a volume del 3,6% (i rossi a -4,9%), gli spumanti calano del 2% (crescono solo gli charmat non Prosecco: 7,1%).

A dirci qualcosa su com'è cambiato il mercato è il paragone con i dati sui consumi di cinque anni fa, che mostrano un crollo di 8 punti percentuali, pari a 100 milioni di bottiglie in meno acquistate nel 2023 rispetto al 2019.

In questo arco di tempo, i rossi fanno peggio della media (-15%), così come

i vini comuni (-17%) e le Igt (-13%) e le Dop (-2%).

Tengono i bianchi (+3%) e crescono a doppia cifra i rosati,

che segnano +17%.

A crescere sensibilmente nel quinquennio sono gli spumanti: +19% vs il -11% dei fermi, grazie in primis al Prosecco che, negli ultimi cinque anni segna +30% (nonostante il recente calo).

Ancor più impressionante il dato degli altri metodi charmat: +42% in cinque anni (+7,1% nell'ultimo anno).



## Epic Games ha perso la battaglia legale contro Apple.

Il capo di Epic Games, editore di Fortnite, ha annunciato che la battaglia legale della sua azienda per costringere Apple ad aprire i suoi iPhone a negozi di app alternativi è "persa" dopo che la Corte Suprema degli Stati Uniti ha rifiutato di ascoltare il caso. "La battaglia legale per aprire iOS (il sistema operativo mobile di Apple, ndr) a negozi e servizi di pagamento concorrenti è persa negli Stati Uniti", ha scritto Tim Sweeney su X. "Questo è un risultato triste per tutti gli sviluppatori", ha aggiunto. La Corte Suprema ha annunciato che non avrebbe ascoltato i ricorsi di Apple o Epic nella lunga causa, chiudendo di fatto la diatriba in corso e nata nel 2020. L'accusa era quella di esercitare un monopolio sul mercato 'mobile' attraverso i sistemi Android e iOS e sulle commissioni per gli sviluppatori. Apple e Google prelevano fino al 30% su tutte le transazioni finanziarie effettuate nei loro negozi di app, suscitando lamentele per un'ingiusta "tassa". Due anni fa, in seguito alla causa tra Apple ed Epic, un giudice federale statunitense chiese ad Apple di consentire agli editori di offrire metodi di pagamento alternativi agli utenti, ma soprattutto stabili come Epic non fosse riuscita a dimostrare come l'azien-

da di Cupertino avesse violato la legge sulla concorrenza. Le due aziende hanno presentato ricorso contro questa decisione, che è stata sottoposta al vaglio della Corte Suprema.

Tim Sweeney ha dichiarato che spetta ora ai governi e alle autorità di regolamentazione ordinare ad Apple di rendere i suoi iPhone compatibili con i nuovi sistemi di pagamento.



Ha inoltre elogiato il Digital Markets Act (DMA) dell'Unione Europea, che consentirà di realizzare questo obiettivo in Europa a partire dal 7 marzo.

Il mese scorso, Epic ha ottenuto una vittoria inaspettata negli Stati Uniti contro Google, quando una giuria ha stabilito, scrive AFP, che il gigante di Internet abusava del suo potere per soffocare la concorrenza nel mercato delle applicazioni mobili tramite Android. A differenza di Apple, Google consente negozi alternativi, ma secondo Epic Games si tratta di un'illusione e Android non è certo più aperto di iOS. [agi.it](https://www.agi.it)

## "Gambero Rosso" stronca il granchio blu.

Che sapore ha il granchio blu? Quello di "un astice mancato" o che "non ce l'ha fatta" a diventarlo. A chiederselo e a risponderci è il Gambero Rosso in una inedita stroncatura del crostaceo dell'estate 2023, che ha invaso mari, lagune, fiumi e financo i laghi, quello di Mas-saciuccoli stando alle cronache, divorandosi ogni genere di pesce.

I redattori della sofisticata rivista gourmet si sono infatti concessi o "regalati" una pausa dall'intenso lavoro estivo con uno spaghettono al crostaceo blu del momento in riva al mare. E osservano: "La pasta è servita bella al chiodo, saltata con pomodoro ciliegino, un ottimo olio piccante e dosi generose dell'invasore delle coste italiane, che ama le vongole e si diverte a ricamare le reti dei pescatori e degli allevamenti con le sue lunghe chele", spiega l'articolo, "le venature sono tipicamente bluastre" ma "il sapore?". Già, e il sapore?

Ed ecco il risultato dell'inedita degustazione gourmet: "Fondamentalmente, il granchio blu sa di poco", il primo appunto, anche se "il ricordo è lontanamente legato alla dolcezza dell'astice", tuttavia "l'intensità è nettamente inferiore, così come la sua consistenza, più sfilacciata e meno carnosa".



Punto. Seguono poi una serie di annotazioni: "La sapidità è sussurrata, l'eco marina è molto sottotraccia". Insomma, "ci gustiamo, con un certo piacere, un ottimo spaghetti al pomodoro con un 'ricordo' di mare, dovuto probabilmente alla pochissima polpa bianca e delicata che offre il crostaceo".

Conclusione? "Ecco", scrive il recensore, "bisogna armarsi di pazienza e in tema abbinamenti" il granchio blu "lo vediamo più accanto a ricche insalate che sui primi".

Ecco però il giudizio di un esperto, Maurizio Criscuolo, titolare del Jolly Lido e di Osteria Nuova ad Anzio, secondo il quale va fatta "una prima distinzione tra i granchi blu dell'Adriatico e quelli del Tirreno", perché "i primi hanno una pezzatura piuttosto ridotta mentre quelli del Tirreno hanno un sapore assai più intenso e interessante". I primi costano sui 5 euro, i secondi sui 13 al chilo, riferisce il ristorante. Anche i mari e le acque hanno il loro perché.

# O.M.A.R.

Officina Veicoli Industriali



L'officina O.M.A.R. è in grado di far fronte a qualsiasi tipo di riparazione e attività in tempi molto contenuti, sia su prenotazione che in caso di emergenza.

Ciò è reso possibile grazie ad un orario esteso di apertura, alla possibilità di reperire ricambi 24 ore su 24 e ad una squadra pronto intervento in caso di emergenza.

L'assistenza 24h viene attivata tramite una semplice telefonata. Il nostro personale si attiverà immediatamente prestando soccorso al veicolo in panne, rimettendolo di nuovo in marcia nel minor tempo possibile. La OMAR esegue lavori di carrozzeria su telai e componenti meccanici con sabbatura, verniciatura, piccoli allestimenti e personalizzazioni.

Eseguiamo ristrutturazioni di vecchi veicoli e ci dedichiamo al montaggio di accessori.

Abbiamo una vasta gamma di pneumatici per auto, veicoli commerciali e autocarri con prezzi molto competitivi e vantaggiosi con possibilità di pagamenti dilazionati e personalizzabili.

Grazie alle nuove attrezzature di cui siamo dotati possiamo intervenire e riparare tutti i nuovi sistemi elettronici di frenatura come ABS/EBS e sospensioni pneumatiche.

Ritenendo che sia di naturale importanza il fattore ricambi a magazzino, la OMAR grazie al proprio magazzino riesce a soddisfare le riparazioni più comuni avendo a disposizione pezzi di ricambio originali e sistemi informatici per la ricerca e gestione dei particolari.

Inoltre avendo stretto accordi con i suoi principali fornitori riesce a reperire tutti i componenti non disponibili nel giro di poche ore.

REVISIONI INFERIORI 35 Q.li

Lunedì - Venerdì  
08:00 - 13:00 / 15:00 - 18:30  
Sabato 08:00 - 12:00

REVISIONI SUPERIORI 35 Q.li

1 volta al mese  
solo su prenotazione  
e svolta da funzionari DTT

OFFICINA AUTORIZZATA  
FORD TRUCKS



O.M.A.R.

Officina Veicoli Industriali

Via dei Tessitori, 14 Orvieto (TR)

Tel. 0763 316284 - 339 8490905 - Fax 0763 316007

[amministrazione@officinaomar.it](mailto:amministrazione@officinaomar.it) - [www.officinaomar.it](http://www.officinaomar.it)

## La stazione di servizio è un LUOGO TUTTO DA SCOPRIRE! Festival Snack Bar

con Caffè Vergnano  
VIENI A TROVARCI



Come sempre vi aspettiamo con la nostra gentilezza e cortesia, con i nostri prodotti di ottima qualità, oltre ai tanti servizi offerti a tutti i nostri clienti.

Siamo sempre a disposizione con gustose colazioni, tante idee per i tuoi pranzi veloci, gli aperitivi e il nostro ottimo caffè, che oggi diventa Vergnano, per iniziare al meglio la tua giornata!



Tra i tanti servizi offerti: tabacchi, ricariche, pagamenti, Supernalotto e molto altro.  
Vendita diretta di olio Podere Torricella

*Ti aspettiamo!*

Stazione servizio IP  
Maiolini e Galanello  
Via A. Costanzi, 108 Orvieto (TR)  
Tel. 347 0890342



**NOTIZIA BOMBA !!!**

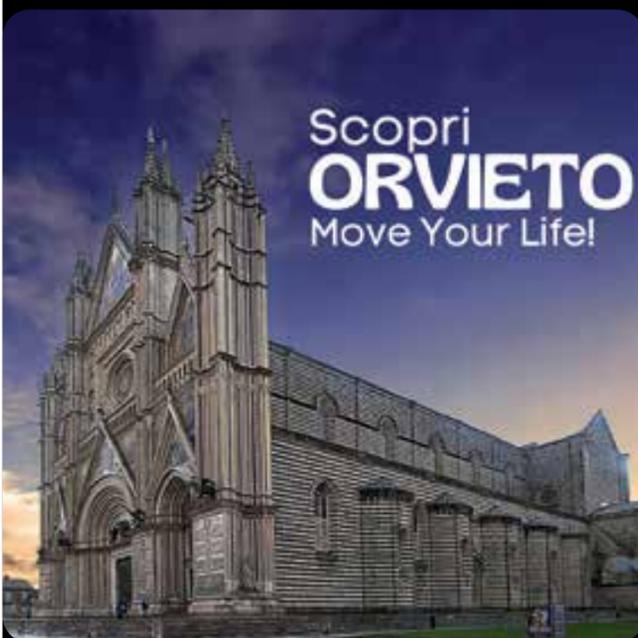
## VINCI DI CORTO MUSO

Gioca d'anticipo e aggiudicati fino a

**€ 10.000**

DI ECOINCENTIVI per la tua auto da **ROTTAMARE!**

STR. BAGNORESE 11, ORVIETO (TR) 05018  
 ☎ 0763-302547 ✉ galaauto@galasrl.it



Scopri **ORVIETO**  
Move Your Life!

**MOVERS**

☎ 0763 302 547  
389 145 2283

✉ orvieto@moversrent.it

📍 Orvieto (TR)  
Strada Bagnorese, 11



È ARRIVATO IL NUOVO **BONUS // TRICOLORE FIAT**  
 ACQUISTA IL TUO MODELLO PREFERITO A UN PREZZO SPECIALE, GRAZIE AGLI INCENTIVI STATALI E AL BONUS TRICOLORE FIAT.



**PA** PACIAUTOQUATTRO

Via dei Merciarì, 1 - ORVIETO (TR)  
Tel. 0763 316236

**NUOVA FIAT 500X**

TUA DA 237€/MESE



ANTICIPO: 0  
 TAN (FISSO) 4,95%  
 TAEG 10,26%

CON FINANZIAMENTO, ROTTAMAZIONE E INCENTIVI STATALI

**NUOVA FIAT 500E**

TUA DA 190€/MESE



CON ANTICIPO  
 ZERO A  
 INTERESSI  
 FISSI  
 TAN 0%  
 TAEG 0,00%

SOLO CON ROTTAMAZIONE, INCENTIVI STATALI E LEASING

**NUOVA FIAT 600E**

TUA DA 299€/MESE



VALIDITÀ 21/01/2024  
 TAN (FISSO) 4,49%  
 TAEG 4,99%

SOLO CON ROTTAMAZIONE, INCENTIVI STATALI E LEASING

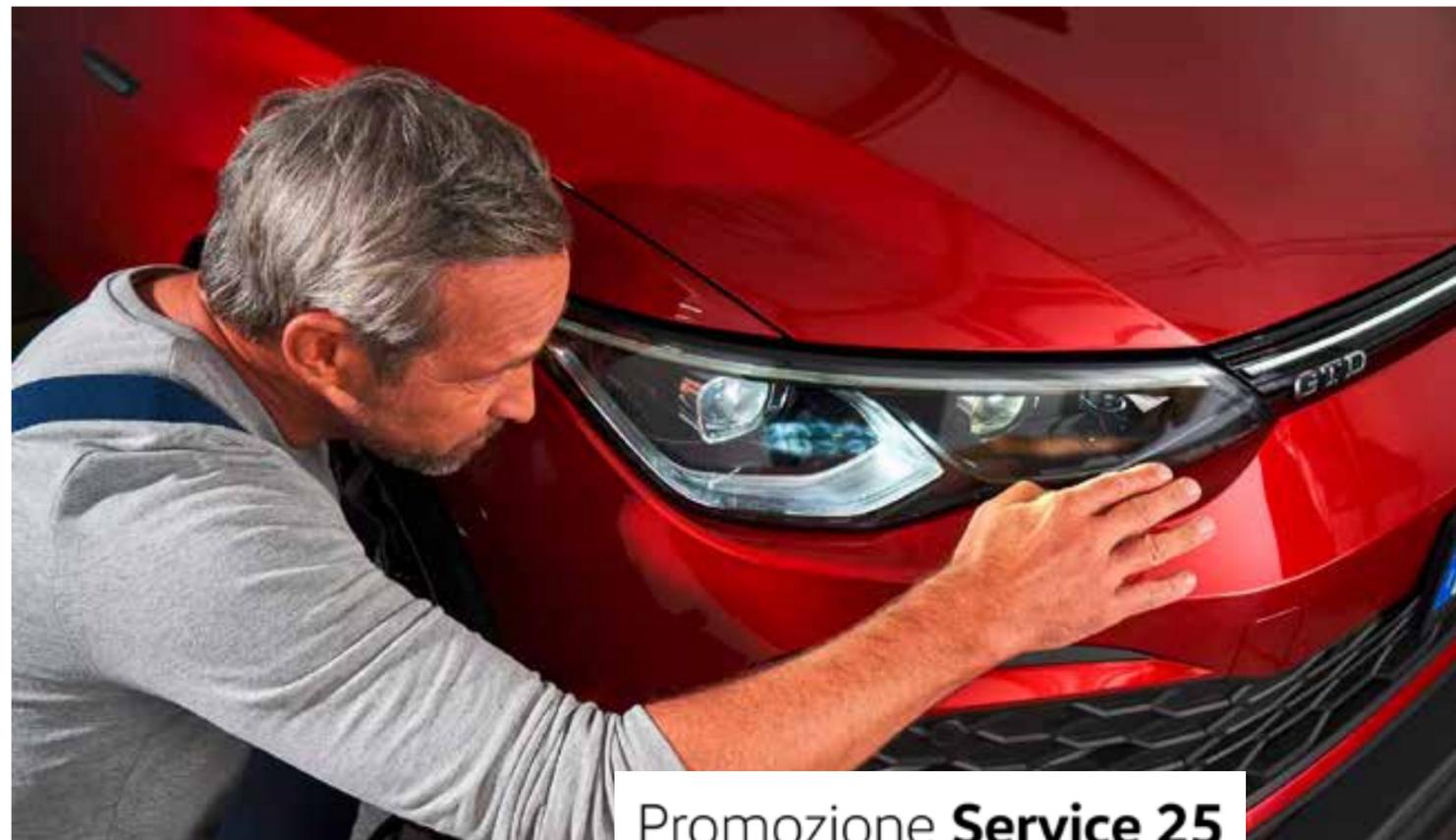
**NUOVA PANDA HYBRID**

TUA DA 123€/MESE



ANTICIPO: 0  
 TAN (FISSO) 0,75%  
 TAEG 10,04%

CON FINANZIAMENTO, ROTTAMAZIONE E INCENTIVI STATALI



### Promozione **Service 25**

La qualità di sempre, ancora più vantaggiosa.

Mantenere la tua Volkswagen in perfetta forma conviene sempre, anche se gli anni e i chilometri percorsi insieme cominciano ad essere importanti.

Con la Promozione Service 25, puoi usufruire di uno **sconto del 25%** su ricambi originali impiegati per gli interventi di manutenzione/riparazione più comuni.

Scarica il coupon su [volkswagen.it](http://volkswagen.it) e recati presso **AUTOVER Centro Volkswagen Service:**

La promozione è valida fino al 31 marzo 2024.

Via dei Vasari, 2 - Orvieto (TR) - Tel. e Fax 0763.316244 - [info@autoverorvieto.it](mailto:info@autoverorvieto.it)



Seguici su

SALONE  
**STEFANIA ANSELMI**

*Laura Anselmi*

**NOI AMIAMO I TUOI CAPELLI**

AC EXCLUSIVE MASTER PLATINUM CLUB  
ACCADEMIA ALDO COPPOLA

ALDO COPPOLA shu uemura

L'OREAL PARIS KÉRASTASE PARIS

Via Monte Bianco, 18/20/22/24  
ORVIETO SCALO - TR

Tel. 0763 302503 / 327 0781909

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

*gracie*  
facebook

