Luoghi francescani, al via tre nuovi collegamenti Busitalia.

In occasione dell'anno giubilare e alla vigilia dell'anno che sarà caratterizzato dalle celebrazioni per gli 800 anni dalla morte di San Francesco, l'Umbria si conferma cuore pulsante della spiritualità francescana e della mobilità sostenibile. Grazie alla collaborazione tra Regione e Busitalia, dal 4 ottobre, saranno operative tre nuove linee sperimentali dedicate ai luoghi simbolo della vita di San Francesco, con l'obiettivo di promuovere un turismo lento, rispettoso e inclusivo.

"La nostra regione – dichiara la presidente Stefania Proietti – è da sempre un punto di riferimento per chi cerca spiritualità, cultura e bellezza paesaggistica. Con queste nuove linee, vogliamo offrire a pellegrini e turisti un'esperienza unica, che coniughi la scoperta dei luoghi francescani con una mobilità sostenibile e integrata. Questo progetto rappresenta un ulteriore passo avanti nella valorizzazione del nostro territorio e dei cammini francescani in un'ottica integrata tra regioni del centro Italia. Presto come Regione Umbria ci vedremo con i presidenti di Lazio e Toscana per azioni comuni di diffusione e promozione delle linee francescane".

L'assessore ai Trasporti, Francesco De Rebotti, aggiunge: "L'attivazione di queste linee è il risultato di un lavoro sinergico tra Regione e Busitalia, volto a potenziare il trasporto pubblico locale in vista del periodo di particolare afflusso turistico cui andremo incontro. Grazie a questa iniziativa sarà possibile raggiungere in modo semplice e diretto santuari di grande rilevanza spirituale e culturale, come Greccio, La Verna e il Sacro Speco di Narni. È un'opportunità per promuovere l'Umbria come destinazione di eccellenza, nel rispetto dell'ambiente e delle comunità locali."

I biglietti per le nuove linee che consentono di raggiungere in modo semplice e diretto alcuni tra i principali santuari francescani, saranno disponibili su tutti i canali Trenitalia, sul sito Busitaliashop.it e tramite l'app Salgo. I collegamenti saranno attivi fino al 6 gennaio 2026, secondo un calendario dedicato che includerà anche i giorni festivi.

Queste le tre nuove linee

• Linea 1: Perugia – Assisi – Foligno – Spoleto – Terni – Greccio (Ri): collega alcune delle principali città umbre al Santuario di Greccio, luogo in cui San Francesco realizzò la prima rappresentazione del presepe vivente;
• Linea 2: Assisi – Perugia – Città di Castello – La Verna (Ar): attraversa l'alta Umbria e conduce al Santuario della Verna, dove San Francesco ricevette le stimmate, rendendo il luogo uno dei principali centri della spiritualità francescana;
• Linea 3: Orvieto – Amelia - Narni (Convento dello Speco) – Greccio (Ri): parte da Orvieto, fa tappa al Santuario del Sacro Speco di Narni, legato alla vita eremitica di San Francesco, e prosegue verso il Santuario di Greccio.

ARMERIA ORVIETO
VIA DEI MELI N.11
05018 ORVIETO TR
☎ 0763 302830
TUTTO PER IL CACCIATORE
PORTANDO QUESTO COUPONS AVRAI UNO SCONTO DEL
15%
ESCLUSE ARMI E MUNIZIONI
Benelli CRISPI zamberlan DIOTTO CREAM

A Corbara due giornate di sport e passione tra Marche, Lazio e Umbria.

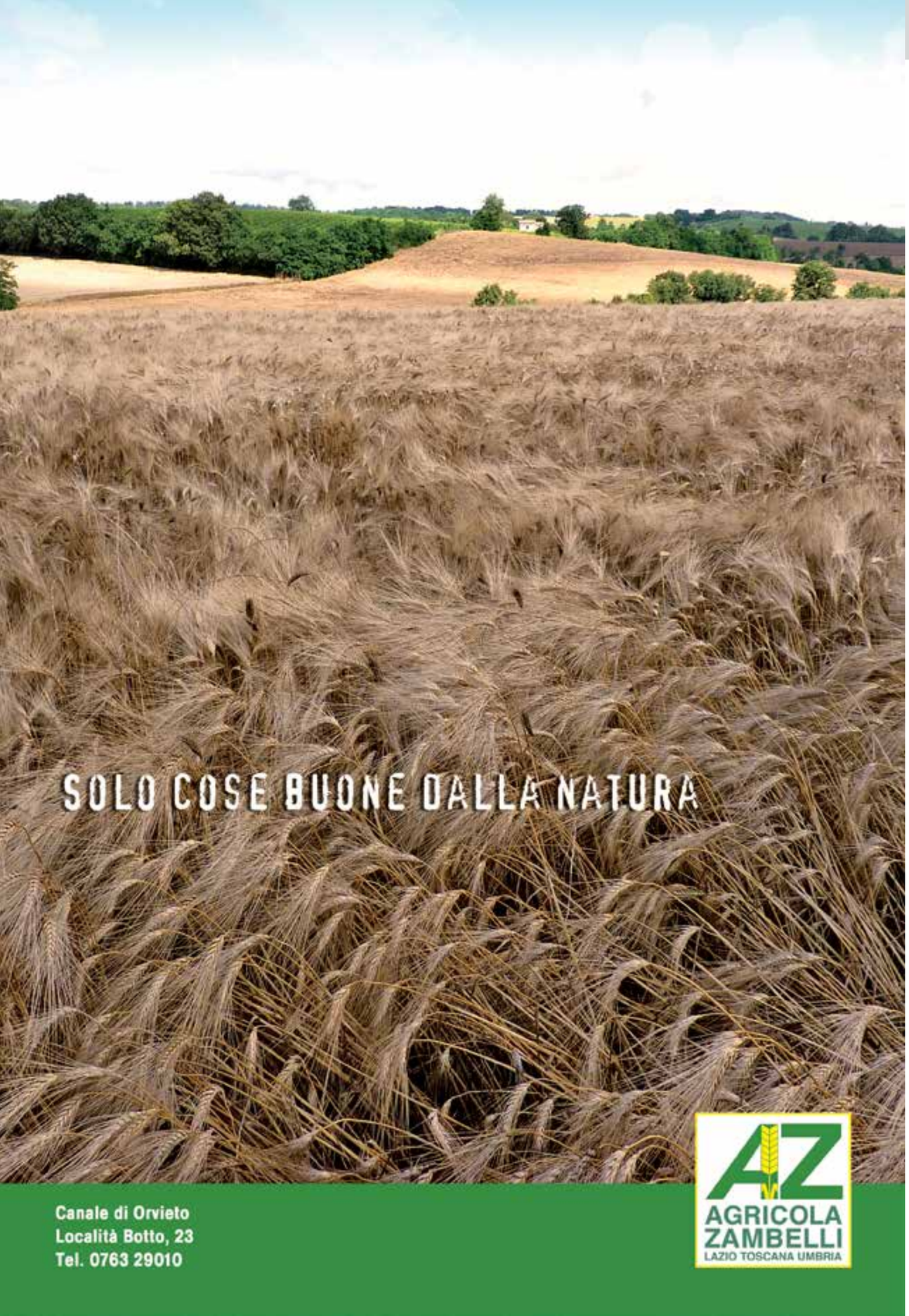
Il 13 e 14 settembre si sono svolte, nelle pescose acque del lago di Corbara, nelle zone Vigne 1 e 2, Casa Diroccata e Spianata di Schiavo, due importanti ed appassionanti gare di pesca che hanno visto protagoniste le rappresentative delle regioni Umbria, Marche e Lazio confrontarsi nelle ultime due prove del Trofeo di serie A4 la cui formula, quest'anno, metteva in competizione gli agonisti delle tre regioni. Due appuntamenti molto attesi dagli amanti della pesca sportiva, che hanno regalato due giornate di vera ed accanita competizione.

In condizioni molto favorevoli dal punto di vista atmosferico, la pescosità è stata abbastanza buona, con numerose catture che hanno contribuito a rendere l'evento vivace e combattuto fino all'ultimo minuto. Tra le specie più presenti nelle nasse dei concorrenti figuravano le bremes, diversi esemplari di pesce gatto channels e, per chi ha cercato delle alternative, bellissimi aspi, tutte specie, ben presenti nel lago, che hanno messo alla prova abilità e strategia dei partecipanti.

Fondamentale per la riuscita dell'evento è stata l'impeccabile organizzazione curata dalla società capitanata da Valentino Maggi, la Lenza Orvietana Colmic Stonfo, che ha gestito logistica, accoglienza e direzione della gara con grande professionalità, guadagnandosi il plauso di tutti i presenti. Dopo la stesura delle classifiche che il sabato hanno visto piazzarsi ai primi tre posti Aquafans, Goldenfish e lo Svasso Stella Marina, la domenica Blue River, e ancora Aquafans e Goldenfish, la classifica finale del Trofeo di serie A4 - 2025 ha visto sul podio al primo posto Blue River, seguita da Goldenfish ed Aquafans.

Un fine settimana da ricordare per chi ama la pesca e la competizione in uno scenario – quello di Corbara – che continua a confermarsi tra i più apprezzati per questo tipo di manifestazioni.

Renato Rosciarelli



Solo da Orsolini

CAMBIARE BAGNO È FACILE

COME DIRE MI PIACE

Qualunque sia il bagno che ti piace,
portaci una foto e noi lo realizziamo.

Paghi la metà. Il resto a tasso 0, in 8 anni.

TAN 0% TAEG 0%

PAGHI IN 96 MESI A TASSO ZERO TAN 0% TAEG 0%
In **96 mesi - prima rata a 30 giorni** - importo finanziabile da **€ 1.000 a € 35.000.** Esempio più oneroso: **€ 5.000** (importo totale del credito) in **96 rate** da **€ 52,08 - TAN fisso 0% TAEG 0%. Il** TAEG rappresenta il costo totale del credito espresso in percentuale annua e non include alcun costo a carico del cliente - **importo totale dovuto € 5.000.** Offerta valida dal **22/09/2025** al **31/12/2025.** Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per le informazioni precontrattuali richiedere sul punto vendita il documento "Informazioni europee di base sul credito ai consumatori" (SECCI) e copia del testo contrattuale. Salvo approvazione Agos Ducato S.p.A. Orsolini Amedeo S.p.A opera quale intermediario del credito NON in esclusiva.

ORVIETO NASCOSTA

Un piccolo viaggio alla scoperta di alcune curiosità su Orvieto e il suo ricchissimo territorio. Piccole chicche, spesso nascoste, legate a storie particolari, che forse vale la pena di ricordare e raccontare.

a cura di Marco Sciarra

ORFANI E ZITELLE A ORVIETO

È quasi impossibile ricostruire le vicende legate agli "esposti" di Orvieto, ovvero ai neonati abbandonati presso i conventi o l'ospedale.
Una curiosità è legata al cognome affidato ai ragazzi non adottati: da noi, invece che "Esposito" e "Degli Esposti", come avveniva nel sud Italia, si preferiva il cognome **"Stella"**, come atto di affidamento a Santa Maria della Stella, venerata in cattedrale e a cui è dedicato anche l'ospedale cittadino.
Per l'ultimo periodo di esistenza dell'orfanotrofio, rimandiamo al libro «***Avvolto in laceri panni. Il Brefotrofio di Orvieto fra 1700 e 1900***», curato dal laboratorio di storia dell'UniTre.
Noi, invece, volgeremo lo sguardo appena più indietro, alla scoperta di due personaggi a cui sono dedicate vie e vicoli sulla rupe.

Iniziamo da **Gerolamo Pecorelli**, cui sono intitolate una via e diversi vicoli nel quartiere olmo, non lontano dalla Misericordia, di cui abbiamo parlato un paio di mesi fa.

In un palazzo compreso tra quelle strade, infatti, il 28 marzo 1605, con un lascito testamentario del nobile orvietano Orazio Missini, fu istituito il «**Conservatorio delle zitelle sperse e povere**», modo non proprio garbato di chiamare un orfanotrofio femminile.
I redditi dei pochi fondi urbani di Missini non erano però sufficienti a mantenere in vita quest'opera pia; fu soltanto con il lascito di Gerolamo Pecorelli che l'orfanotrofio cominciò ad avere stabilità economica duratura (da notare che l'amministrazione del Conservatorio era laica).
Affidato alla Congregazione di carità con il regio decreto del 28 novembre 1867, fu poi chiuso e divenne una delle due scuole elementari di Orvieto centro, ospitando per diversi anni anche la scuola comunale di musica e un circolo ricreativo. Da qualche anno è un condominio privato.

E i maschietti?
C'era un posto anche per loro: l'**Orfanotrofio Pianzolano**.
Venne istituito il 22 settembre 1820 a seguito del testamento del chirurgo orvietano **Giovan Battista Pianzola**, che potete vedere ritratto nella Sala Unità d'Italia del Comune di Orvieto con un bulbo oculare in mano. Lo scopo dell'opera pia era fornire sussistenza, ricovero, educazione e professione agli orfani bisognosi di Orvieto, compresi in un'età tra i dieci e i vent'anni.
Con regio decreto 29 ottobre 1868 venne concentrato nella Congregazione di carità di Orvieto, che nel 1890 si trovò a dover chiudere l'Istituto perché non più in grado di far fronte alle spese, trasferendo gli orfani orvietani all'orfanotrofio di Siena.

Quelle di orfani e zitelle a Orvieto non sono soltanto pagine di archivio: sono storie che ancora oggi parlano alla città.
Gli istituti sorti grazie a lasciti e generosità privata hanno rappresentato per secoli un punto di riferimento per chi non aveva nessun altro, lasciando tracce che resistono nei nomi delle vie e negli edifici trasformati in scuole o abitazioni.
Oggi quegli spazi hanno cambiato volto, ma raccontarli significa riportare alla luce un patrimonio di solidarietà che ha contribuito a costruire l'identità della comunità orvietana.

Questa pagina è stata realizzata GRAZIE al contributo di ilVicinoPubblicitaria

IL VICINO PUBBLICITARIA
Via A. Costanzi 98 Orvieto TR
0763 393024

Bonus veicoli elettrici: cosa cambia davvero e come ottenerlo.

Il nuovo incentivo "zero emissioni" è realtà. Con il Decreto MASE, lo Stato mette sul piatto 597 milioni per accompagnare famiglie e microimprese verso l'elettrico, con una piattaforma digitale che prima registra i rivenditori (già dal 23/09/2025) e poi aprirà ai beneficiari. È una misura PNRR, con regole chiare e un calendario definito.

Per i privati l'incentivo è semplice: si può acquistare un'auto M1(veicoli destinati al trasporto di persone, aventi al massimo 8 posti a sedere oltre al sedile del conducente) 100% elettrica con prezzo di listino (al netto di IVA e optional) fino a 35.000 euro. L'importo del bonus dipende dall'ISEE e dalla residenza in area urbana funzionale (agglomerati con più di 50.000 abitanti o comprensivi di "aree pendolari" secondo criteri ISTAT): 11.000 euro se l'ISEE è ≤ 30.000, 9.000 euro se è tra 30.000 e 40.000. Servono però due impegni: rottamare un'auto a benzina/diesel fino a Euro 5 intestata da almeno 6 mesi e mantenere la proprietà per 24 mesi. Inoltre, niente cumulo con altri aiuti. È un patto chiaro: lo Stato aiuta se tu contribuisci a svecchiare davvero il parco circolante.

Per le microimprese (meno di 10 addetti e fatturato/attivo ≤ 2 milioni) l'orizzonte è operativo: fino a due veicoli commerciali elettrici N1/N2, con un contributo pari al 30% del prezzo (IVA esclusa) e tetto di 20.000 euro per veicolo. Anche qui vale la rottamazione (N1/N2 fino a Euro 5, intestati da 6 mesi), il vincolo dei 24 mesi, il regime de minimis e il divieto di cumulo. È un modo concreto per tagliare i costi di esercizio e l'impronta ambientale delle consegne dell'"ultimo miglio".

Come si ottiene il bonus: si entra nella piattaforma Sogei, si genera un voucher e il rivenditore lo scala dal prezzo in fattura. Attenzione alle scadenze: il voucher va validato entro 30 giorni dalla generazione e comunque entro il 30 giugno 2026; l'auto usata va consegnata al rivenditore e il demolitore deve perfezionare la pratica allo Sportello Telematico dell'Automobilista entro 30 giorni. Il bonus non può coprire l'acconto.

Un'ultima nota: dichiarazioni false, vendita prima dei 24 mesi o violazioni del de minimis portano alla revoca del contributo.

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

Manovra 2026: focus su famiglie, imprese e bonus edilizi.

La prossima Legge di Bilancio si annuncia come una manovra di equilibrio tra sostegno all'economia e vincoli di bilancio.

Da quello che trapela dalla stampa specializzata il Legislatore si sta focalizzando su tre direttrici: alleggerimento del carico fiscale, rilancio del settore edilizio e misure di semplificazione. Infatti viene confermata l'intenzione di ridurre l'Irpef per i redditi medi e introdurre un'Ires premiale per le imprese virtuose.

Per le famiglie si punta a rafforzare le detrazioni legate al numero dei figli e ad agevolare le giovani coppie nell'acquisto o affitto della prima casa.

Sul fronte della riscossione è prevista una nuova pace fiscale con rottamazione delle cartelle.

Il tema più delicato resta quello degli incentivi per gli immobili.

Senza nuove misure, dal 2026 la detrazione per ristrutturazioni scenderebbe al 36% per la prima casa e al 30% per gli altri immobili.

Il Governo sta valutando di mantenere un'aliquota uniforme al 50% e di dimezzare i tempi di recupero della spesa da dieci a cinque anni, così da rendere più immediato il beneficio. Restano però incerte le sorti di Ecobonus e Sismabonus, destinati a ridursi al 30%, mentre risultano confermati il bonus barriere architettoniche (75%) e il bonus mobili al 50% su una spesa massima di 5.000 euro.

Tra le proposte ritorna la cedolare secca al 21% anche per immobili commerciali, già sperimentata nel 2019, con l'obiettivo di contrastare la desertificazione dei centri storici.

L'estensione potrebbe riguardare locali fino a 600 mq, con ipotesi di ampliamento a 1.500 mq, ma resta il nodo delle coperture.

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

STUDIORB
RISORSE & BUSINESS
SERVIZI E CONSULENZE FISCALI E GIURIDICHE
di Rellini A. e Bartolini M.

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

LA FILOSSERA E LA SUA STORIA.

Il mondo del vino racchiude in sé racconti e storie. La storia della vite è millenaria, eppure poco più di un secolo fa il vino ha rischiato di scomparire. L'infestazione di un piccolo afide giunto dall'America, la fillossera, distrusse a fine del XIX secolo l'80% della Vitis vinifera a livello globale. Solo lo sforzo congiunto di molti studiosi permise di salvare la vite e il nostro amato vino.

Ma cos'è la fillossera? Si tratta di un piccolo insetto infestante, un afide che si nutre di linfa e attacca le radici della vite. Svolge il suo intero ciclo di vita a contatto con la pianta: dalle foglie, dove depone le uova, alle radici dove inizia a creare danni. L'attività di questo insetto è particolarmente perniciosa e i danni che provoca la fillossera sono molti: la sua puntura infatti genera tuberosità, delle voluminose escrescenze che alterano e indeboliscono la pianta, facilitando anche l'attacco di altri infestanti. In questo modo, dopo pochi anni la vite perisce, senza possibilità di cura.

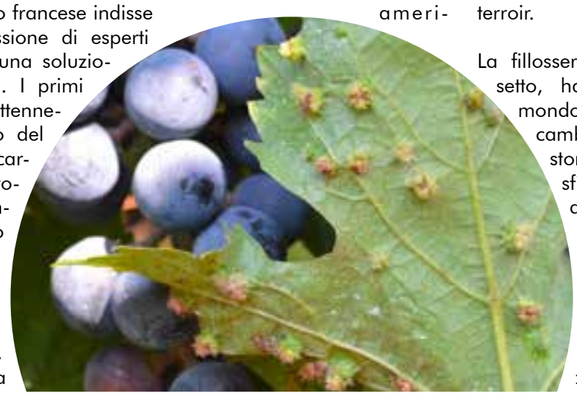
Originaria del Nord America, si pensa che la fillossera sia stata introdotta in Europa dalle Americhe alla fine del XIX secolo. Le navi commerciali iniziarono a trasportare colture e piante del nuovo continente ma, insieme a queste, attraversò l'oceano anche il terribile ospite. La fillossera sbarcò in Europa probabilmente nel porto di Marsiglia, negli anni Sessanta dell'Ottocento. In un periodo d'oro per la viticoltura francese, in cui il succo della vite era esportato in tutto il mondo dall'Impero Britannico, alcuni ricercatori inglesi si accorsero di alcune strane protuberanze sulle foglie di vite ma, non dandoci peso, non riuscirono a evitare il peggio. Nel 1863, le prime viti morirono nel Gard, in Occitania. Da lì a breve, l'insetto si diffuse per tutta la Francia e poi, tramite trasporto navale, in tutta Europa e nel mondo.

L'attacco fu feroce, non si trovò alcun modo per contenere la diffusione della fillossera, che, piano piano, stava banchettando con le viti del mondo intero. I tentativi di controffensiva furono molteplici: allagamento dei vigneti, compressione dei terreni, insabbiamento delle radici… ma nessun metodo ottenne l'effetto sperato. L'effetto dell'infestazione della fillossera fu così devastante che in Francia trovarono un epiteto eclatante per l'insetto: "la Bestia". L'intero sistema vino dell'epoca vide la più grande minaccia della sua storia. Non potendo più produrre e vedendo morire i nuovi impianti, numerosi produttori fallirono e la disperazione dilagante portò alla paralisi del settore.

La storia della fillossera della vite prosegue nel 1880, quando il governo francese indisse una commissione di esperti per trovare una soluzione definitiva. I primi successi si ottennero con l'uso del solfuro di carbonio, un prodotto di sintesi in grado di eliminare la fillossera che però, vista la sua potenza, presenta una minaccia per tutti gli altri organismi presenti nei vigneti. Molti si dissero contrari alla soluzione chimica proprio per questo motivo. Dopo anni di ricerche, si scoprì che la vite d'oltreoceano non veniva danneggiata come quella europea e nacque il filone "americanista", che vide nell'innesto la soluzione al problema. Con un taglio preciso, la parte radicale della vite americana viene giunta alla parte apicale della vite europea. Le radici della nuova vite sono immuni all'attacco della fillossera e le uve prodotte presentano le stesse caratteristiche di quelle originali.

La soluzione del portinnesto era lenta ma sicura: con il totale reimpianto del vigneto europeo era possibile, in qualche anno, ricreare un sistema agricolo resistente alla piaga. La lotta decennale vide la scomparsa di molte specie e una drastica riduzione della varietà genetica ma, almeno, la coltura della vite era salva.

La fillossera si combatte ancora oggi nei vigneti di tutto il mondo, per questo la tecnica del portinnesto con 'piede americano' è una prassi comune. Nonostante la piaga, alcune viti in giro per il mondo hanno ancora le loro radici originali: si tratta delle viti a 'piede franco', delle vere e proprie sopravvissute alla fillossera. Si trovano in regioni dove l'insetto non è mai arrivato, come in certe zone dell'Australia, o su terreni dove la fillossera non è riuscita a proliferare, come quelli a matrice sabbiosa del Languedoc o tra i vigneti più alti della Val d'Aosta. Alcune di queste viti sono tra le più antiche del mondo, piante centenarie con cui si producono vini davvero unici.



Sono molti i produttori che continuano a coltivare viti senza innesti, in parte per preservare un patrimonio antico, in parte perché si ritiene che, in questo modo, si preservi la purezza e l'autenticità delle uve.

I vini a piede franco possono rappresentare una sfida tecnica ed economica per i produttori, poiché richiedono maggiori cure e attenzioni rispetto alle viti innestate. Ma i vini sono apprezzati dagli intenditori per la loro autenticità e per la connessione con il terroir.

La fillossera, un piccolo insetto, ha portato l'intero mondo del vino a dover cambiare. Questa è la storia dell'ennesima sfida della natura e dell'uomo che, con forza e coraggio, crea qualcosa di nuovo per preservare la propria storia: l'essenza, vera, della tradizione.

I CASTELLI ROMANI

Borghi antichi, ville signorili, castelli medievali e resti archeologici animano il Parco Regionale dei Castelli Romani, in provincia di Roma. Disteso sui colli Albani, in passato era il luogo di villeggiatura prediletto dalle famiglie gentilizie della capitale e dai papi. Oggi con i suoi 1500 ettari di territorio protetto, ospita numerose specie animali, come tassi, martore, falchi pellegrini, istrici, e soprattutto il lupo, che ricopre un ruolo fondamentale in questo ecosistema.

Sono 16 i Comuni che fanno parte dell'area del Parco dei Castelli Romani, tuttavia per avere un panorama esaustivo della zona basta fare un tour toccandone almeno 4.

A cominciare da LANUVIO, borgo medievale che sorge nei pressi di Velletri.

Il centro storico di questo paese è racchiuso da una cinta muraria in peperino, superata la quale, per il perfetto stato di conservazione di case, palazzi e chiese, ci si può calare in un'antica atmosfera. Passeggiando tra le strade e i vicoli, si raggiunge la Rocca trecentesca, torre cilindrica originario carcere e oggi sede dell'enoteca comunale, dove si possono assaporare i pregiati vini Doc dei colli Lanugini e ammirare l'interessante esposizione di strumenti agricoli e per la vinificazione. Tra gli altri luoghi da visitare ci sono il palazzo baronale del sedicesimo secolo, costruito dalla famiglia Colonna e la vicina fontana degli Scogli, opera di Carlo Fontana del 1675; la Collegiata di Santa Maria Maggiore di fondazione medievale ma ristrutturata nel diciassettesimo secolo; ed infine il ponte Loreto, costruito intorno al II secolo a.C. e la Chiesa della Madonna delle Grazie, risalente al Cinquecento che conserva il quadro che ogni anno viene portato in processione dalla popolazione in segno di devozione. Per gli amanti delle rose da segnalare che nei primi di maggio si svolge la Festa della rosa, una ricca mostra-mercato in cui si possono ammirare oltre cento varietà di rose antiche, moderne e inglesi.

GENZANO

Da Lanuvio, percorrendo una strada panoramica si arriva a Genzano di Roma, caratteristica cittadina situata lungo la via Appia che si estende su un pendio esterno del cratere del lago di Nemi.

Il centro storico è ricco di testimonianze storiche e artistiche, tra cui il palazzo Sforza Cesarini attorniato da un immenso parco secolare, la chiesa San Francesco del XVII secolo e la chiesa della Santissima Trinità. Tre le vie principali, denominate "il tridente", realizzato in epoca settecentesca. Partono tutte e tre da Piazza Frasconi: la prima è via Garibaldi, che conduce alla strada del lago di Nemi, poi c'è via Buozzi ed infine via Berardi, attraverso la quale si giunge alla chiesa di Santa Maria della Cima. Proprio questa strada, in occasione della festività del Corpus Domini, viene ricoperta totalmente da un tappeto floreale di circa 2000 m², artisticamente composto, diventando la protagonista dell'antica e nota manifestazione dell'Infiorata.

ARICCIA

Percorrendo sempre la Via Appia si giunge ad Ariccia, tesoro artistico dei Castelli Romani. Qui si può visitare uno degli esempi architettonici più pregevoli del barocco europeo, in gran parte realizzato da Gian Lorenzo Bernini e Carlo Fontana: Il complesso monumentale di Piazza di Corte. Il complesso comprende: Palazzo Chigi, con i suoi saloni ricchi di decori e stucchi, preziosi mobili d'epoca, oltre alle pareti ricoperte dagli originari ornamenti in cuoio di Cordova; l'ampio parco circostante, e la Collegiata di Santa Maria Assunta, ispirata al Pantheon di Roma. Altri due i complessi religiosi da visitare: il Santuario di Santa Maria di Galloro e la Chiesa sconsacrata di San Nicola di Bari. Per gli amanti della gastronomia si sottolinea che questo paese è famoso per le sue "fraschette" in cui poter degustare la deliziosa porchetta di Ariccia. Attraversato il famoso ponte di Ariccia, viadotto stradale monumentale, alto una sessantina di metri e voluto da papa Pio IX, e proseguendo per due km circa si arriva ad Albano Laziale.

CASTEL GANDOLFO

Altra tappa di questo tour per il Parco dei Castelli romani è Castel Gandolfo, affacciato sul lago Albano e meta di villeggiatura di papi, cardinali e prelati della curia romana che soggiornavano nell'antica residenza dei Savelli, trasformata nel 1623 da Urbano VII in palazzo Pontificio. All'interno di quest'ultimo si trova l'importantissimo osservatorio astronomico, conosciuto come "la specola vaticana". Numerosi i monumenti di pregio presenti nel Paese: dalla chiesa di San Tommaso da Villanova, realizzata da Gian Lorenzo Bernini, alla cinquecentesca porta Romana; dalla maestosa villa di Clodio, eretta in epoca repubblicana ai Bagni di Diana (meglio noti come Ninfeo del Bergantino), voluti dall'imperatore Domiziano. Di particolare interesse e bellezza sono poi i resti delle antiche ville di Castel Gandolfo, come l'Albanum Domitiani, imponente residenza di campagna di Domiziano; villa Barberini e villa Cybo, collegate da un cavalcavia e da una loggia che riporta al palazzo pontificio.

FRASCATI

Da Castel Gandolfo, attraversato la "Città del Vino", Marino, si giunge all'ultimo luogo di questo itinerario. Frascati: reso noto dalle ville, costruite dalla nobiltà papale fin dal XVI secolo e destinate alla rappresentanza e al soggiorno estive.

Questi splendidi palazzi signorili, edificati dai più prestigiosi architetti ed artisti dei secoli XVI e XVII, sono circondati da terre coltivate, da boschi e da scenografici giardini. Meritano sicuramente una menzione: Villa Aldobrandini, Villa Falconieri, Villa Torlonia, Villa Tuscolana e Villa Mondragone. Alcune di queste ville sono visitabili tramite il Parco Regionale dei Castelli Romani all'interno del programma di visite guidate che annualmente il Parco propone.

FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA

BioNike 3D SALUTE E BELLESSERE

MY AGE PROGRAM

Amplia l'orizzonte della tua bellezza!

PROMO

-10€ all'acquisto di 1 prodotto

-25€ all'acquisto di 2 prodotti

-50€ all'acquisto di 3 o più prodotti

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

Nuovi Numeri 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

CLINICHEARCONE

Eccellenza dentale ad Orvieto

Herpes labiale: attenzione all'esposizione al sole, anche d'inverno.

Molte persone che soffrono di herpes labiale ricorrente hanno notato una cosa: dopo una giornata al sole, compare quella fastidiosa vescicola sulle labbra. Ma perché succede? Qual è il legame tra herpes e esposizione solare?

La risposta sta nel comportamento del virus herpes simplex di tipo 1 (HSV-1), che una volta contratto resta nel nostro organismo in forma latente, pronto a riattivarsi in determinate condizioni. E una di queste è proprio l'esposizione ai raggi ultravioletti (UV).

Diversi studi clinici hanno dimostrato che i raggi UV possono riattivare il virus dell'Herpes, causando una recidiva. Dopo un'esposizione prolungata, la prima manifestazione si verifica tipicamente entro 3–5 giorni, con vescicole che compaiono sul bordo del labbro, la zona più sensibile.

Le categorie più a rischio: sciatori, nuotatori, pescatori, agricoltori, persone che praticano attività all'aperto in estate o in alta quota.

La buona notizia è che possiamo prevenire efficacemente le recidive da sole adottando alcune strategie semplici ma efficaci.

Usa stick labbra con filtro solare (SPF 30 o superiore)

Proprio come proteggi la pelle con la crema solare, anche le labbra vanno schermate. Scegli uno stick labbra con filtro UV, da applicare più volte al giorno se ti trovi al mare, in montagna o sotto il sole diretto.

Evita l'esposizione prolungata nelle ore centrali. Se possibile, stai all'ombra o copri la bocca con una bandana o un cappello a tesa larga.

Considera l'**uso preventivo di antivirali**, in particolare in vista di vacanze o attività all'aperto.

Se, nonostante le precauzioni, l'herpes si manifesta, ci sono diversi rimedi che possono alleviare i sintomi e accelerare la guarigione:

Ghiaccio: Applicato ai primi segnali (formicolio, bruciore), può rallentare la replicazione del virus.

Aloe vera: Ha proprietà antivirali, antinfiammatorie e cicatrizzanti. Il gel puro di aloe è un rimedio naturale efficace e ben tollerato.

Farmaci da banco: Paracetamolo, ibuprofene o creme antivirali possono ridurre dolore e durata dell'episodio.

L'esposizione al sole è uno dei principali fattori scatenanti dell'herpes labiale, soprattutto per chi ha già contratto il virus. Tuttavia, con le giuste misure preventive – protezione solare specifica per le labbra, attenzione all'orario di esposizione, e se necessario il supporto farmacologico – è possibile vivere senza sorprese. In caso di herpes, puoi promuovere la guarigione usando un **balsamo labbra a base di tea tree oil**.

Dr. Marco Gradi
Specialista in Implantologia e Protesi

Dr. William Adramante
Odontoiatria Generale
Protesi · Gnatologia per disturbi dell'ATM
· Estetica Additiva

Dr. Alex Adramante
Conservativa
Endodonzia
· Protesi · Pedodonzia
Odontoiatria
Legale e Forense

Dr. Chiara Gradi
Igenista dentale
Sigillature
Estetica del sorriso

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

APERTO dal LUNEDI al SABATO dalle 9:00 alle 19:30
ORARIO CONTINUATO

Prima visita e check-up completo senza impegno

Finanziamenti a tasso 0 - AMPIO PARCHEGGIO

RITROVARE FRESCHEZZA NELLO SGUARDO: come ringiovanire il terzo superiore del viso con equilibrio e naturalezza.

DOTT.ssa
VALERIA REGGIANI

Il tempo, lo stress e le abitudini quotidiane si riflettono spesso sul nostro sguardo: fronte, area tra le sopracciglia e contorno occhi sono le prime zone del volto a mostrare i segni dell'invecchiamento. Le rughe di espressione diventano più evidenti, le palpebre possono apparire appesantite e lo sguardo perde la sua vivacità naturale. Oggi, grazie alla medicina estetica, è possibile intervenire su questa delicata area in modo mirato e rispettoso della fisionomia di ciascuno, per ottenere un effetto disteso, fresco e sempre naturale.

Qual è il trattamento consigliato?

L'approccio più efficace prevede l'utilizzo della tossina botulinica purificata: una sostanza sicura che, in dosi controllate e somministrata da professionisti qualificati, consente di rilassare in modo selettivo i muscoli responsabili delle rughe dinamiche. Agendo sui muscoli della fronte, della glabella e del contorno occhi, è possibile attenuare le linee d'espressione ed aprire visibilmente lo sguardo. L'obiettivo non è quello di "bloccare" le espressioni, ma di ridurre le contrazioni eccessive, ottenendo un volto più disteso, luminoso e coerente con la naturale mimica facciale.

Chi può beneficiarne?

È un trattamento adatto sia a chi desidera prevenire la comparsa di rughe, sia a chi presenta già segni evidenti del tempo. È possibile eseguirlo tutto l'anno, non necessita di anestesia, non lascia segni visibili e non richiede tempi di recupero: si può tornare subito alle proprie attività quotidiane.

La seduta dura circa 30 minuti ed i risultati iniziano a comparire dopo pochi giorni, stabilizzandosi nell'arco di due settimane. L'effetto ha una durata media di 4-6 mesi e può essere mantenuto nel tempo con trattamenti periodici.

Perché è fondamentale rivolgersi a uno specialista?

Trattare il terzo superiore del viso richiede una conoscenza approfondita dell'anatomia e della mimica facciale ed un approccio attento all'armonia globale del volto.

Nel mio ambulatorio ogni trattamento inizia con un'attenta valutazione: ascolto le aspettative del paziente, studio la sua mimica e propongo un piano personalizzato, sempre all'insegna della naturalezza e della sicurezza.

Il mio obiettivo non è alterare, ma restituire al viso la sua freschezza autentica, in sintonia con ciò che la persona sente di voler esprimere. La medicina estetica, se ben utilizzata, può diventare un valido strumento per ritrovare fiducia e benessere. Se desideri approfondire, sarò felice di accoglierti per una consulenza dedicata e professionale.

Dott.ssa Valeria Reggiani
Riceve su appuntamento presso: Studio Medico
via Garibaldi n° 39 Orvieto - Tel. 3498711083
valeriareggiani.v@gmail.com

PSICOLOGIA

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.

IL TEMPO UNA RISORSA O UN LIMITE DISTRUTTIVO.

Il concetto di tempo è un qualcosa che vive dentro e fuori le nostre esistenze. E mentre noi il tempo lo viviamo, lo perdiamo, lo ignoriamo, lo godiamo o combattiamo, esso esiste a prescindere da tutto, a volte remando a favore e regalandoci occasioni e opportunità, altre volte contro. Noi viviamo nell'illusione o di averne così tanto a disposizione da rimandare sempre a domani ogni cosa che a nostro avviso risulta scomoda o inutile, oppure il contrario, sentendo di non averne abbastanza. E ciò ci mette davanti a pericoli non irrilevanti come il non riuscire a godersi il momento presente e a investirlo nel bene o nel male nella connotazione di capro espiatorio togliendoci da ogni tipo di responsabilità. Quando soprattutto si ha la sensazione di perdere tempo o che questo ci sfugga è verosimile che non stiamo mettendo in atto qualcosa che vorremmo fare, sentendoci immersi nelle nostre abitudini, ma ci potremmo chiedere in questi casi se realmente abbiamo tutta questa voglia di andare oltre, visto che la routine che ci provoca insofferenza rappresenta parimenti una "confort zone" in cui ci si sente altamente protetti e con molti punti di riferimento. Ma come uscire dalla trappola del troppo o poco tempo a disposizione?

Possiamo immaginare Il nostro tempo come una tela bianca che ci offre l'opportunità di tracciarvi una figura che per noi abbia un senso, ossia che risulti a noi credibile. Questa metafora rimanda alla possibilità di imparare a vedere il tempo come qualcosa che siamo in grado di plasmare sulla base delle nostre esigenze. Possiamo quindi disegnare mentalmente il nostro tempo dandogli una forma in base a ciò che desideriamo per noi poiché è probabile che la vera ragione di un tempo che fugge o che va sprecato sia legata proprio a come non lo stiamo adeguando ai nostri bisogni più autentici. Per comprendere meglio tutto ciò è necessario un tempo ancora più specifico: un tempo di riflessione. Quest'ultimo ci dovrà spingere a vedere cosa davvero per noi è essenziale, come ci muoviamo nel nostro quotidiano e in che modo vogliamo starci dentro. Se cioè da una posizione libera (ecco il tempo che allora può divenire una risorsa) in cui ciò che accade attorno e dentro di noi viene accolto e affrontato, oppure restando passivi (ecco il tempo come limite distruttivo) dentro la sgradevolezza di un tempo che ci fa pure comodo non sentire più nostro senza prendersi la responsabilità di sentirsi padroni delle proprie azioni. Dunque, anche qui, come in tutte le cose, c'è una scelta da prendere ed ecco che ritorna preminente il tema dell'avere coraggio nel percorrere la strada più scomoda che però potrebbe allo stesso tempo portare a soddisfazioni inaspettate.

Al prossimo numero.

Per appuntamento: 339 2189490

Orvieto: Piazza Marconi, 1 - Perugia: Via del Bovaro,19
Studio FISIOMED in Ciconia: Via degli Aceri, 58/60

COOPERATIVA S. ANTONIO ABATE

La Cooperativa Sociale S. Antonio Abate di Monterubiaglio gestisce, da diversi anni, la struttura dell'ex Istituto San Domenico Savio, fondato da Mons. Marzio Miscetti.

Attualmente tale sede ospita anziani e persone con portamento fragile.
Recentemente la Cooperativa ha acquistato il complesso dalla Parrocchia di Monterubiaglio e conseguentemente ha realizzato una nuova ristrutturazione sia all'esterno che all'interno e nelle numerose camere.

Successivamente la zona sociale n. 12, capofila il Comune di Orvieto, con Determina Dirigenziale, ha autorizzato un ampliamento dei posti di ricovero fino a 20 unità, permettendo quindi maggiore possibilità di accettazione ospiti.
Il personale specializzato conta tredici unità impegnate a turno, giorno e notte, quotidianamente, nell'assistenza degli ospiti nelle varie fasi della giornata.
La Cooperativa ha a disposizione due pulmini per le varie uscite nel comprensorio e per le visite guidate.
L'esperienza trentennale garantisce massima serietà, un'altissima qualità del servizio offerto e soprattutto, la massima attenzione e delicatezza nella gestione degli ospiti.

Per Info Tel. 0763 626050 - Cell. 335 7632317

COOPERATIVA S. ANTONIO ABATE
Via del Poggio, 13/17
05014 Monterubiaglio (TR)
cooperativasantantonioabate@gmail.com

FISIOTERAPIA e OSTEOPATIA

LESIONE DELLA CUFFIA DEI ROTATORI

COSA È? È la lesione che può interessare uno o più dei quattro muscoli che avvolgono l'articolazione della spalla: il muscolo sottoscapolare, il sovraspinato, l'infraspinato e il piccolo rotondo. Il ruolo principale dei muscoli della cuffia dei rotatori è stabilizzare la testa dell'omero all'interno della cavità scapolare, consentendo alla spalla movimenti fluidi e controllati. Le cause che possono determinare una lesione alla cuffia dei rotatori possono essere differenti, come ad esempio il sovraccarico funzionale dovuto alle attività sportive o lavorative, l'invecchiamento, i traumi e gli incidenti. I sintomi più comuni in seguito ad una lesione dei muscoli della cuffia dei rotatori sono dolore alla spalla, debolezza, limitazione nel movimento, crepitio o schiocchi articolari e, meno frequentemente, gonfiore o infiammazione. La diagnosi viene fatta in base alla sintomatologia del paziente, mediante test specifici in studio e con l'integrazione dell'esame di Risonanza Magnetica o di Ecografia. Il trattamento dipende dalla gravità della lesione e può prevedere l'utilizzo di farmaci specifici e sedute di Fisioterapia per ridurre il dolore e l' infiammazione, sedute di Osteopatia per migliorare l' equilibrio posturale e prevenire il rischio di recidive e, nei casi più avanzati, l' intervento chirurgico. Se si sospetta di avere una lesione alla cuffia dei rotatori la prima cosa da fare è chiedere la consulenza di un professionista della salute che saprà consigliare, in base alla situazione, il percorso migliore da intraprendere.

STENOSI LOMBARE E FISIOTERAPIA

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

FISIOMED, al servizio della tua salute!

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

DOTT. MATTEO FUSO
Dottore in fisioterapia, specializzato in terapia manuale, Rieducazione Posturale Globale (RPG), trattamento fasciale e rieducazione vestibolare. Cell. 3279032936

SI RICEVE SU APPUNTAMENTO
FISIOMED srl - Ciconia, Via Degli Aceri n. 58/60

FISIOMED
FISIOTERAPIA ED OSTEOPATIA MEDICINA SPECIALISTICA

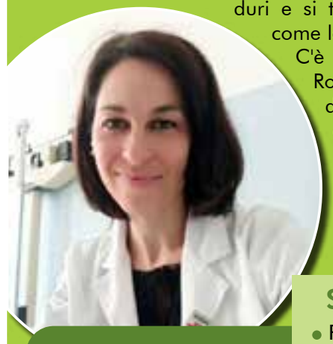
NUTRIZIONE

A CHI PIACE QUESTO FRUTTO?

I cachi sono frutti tipicamente autunnali e maturano proprio nei mesi di ottobre e novembre.
I cachi contengono:

- Numerosi sali minerali come calcio, magnesio e fosforo
- Vitamine A, vitamina C ed E e del gruppo B.
- Antiossidanti come betacarotene, licopene e zeaxantina.

Hanno delle proprietà energizzanti aiutando a combattere la stanchezza fisica e mentale.
Il caco ha inoltre proprietà antiossidanti, rinforza le difese immunitarie e offre protezione contro i radicali liberi.
Infine ha anche proprietà lassative grazie all'alto contenuto di fibre che favoriscono il transito intestinale.
Sapete che ci sono tante varietà presenti?
Quello alla vaniglia della Campania è uno dei più conosciuti e consumati, a differenza del cachi classico.
Il frutto è dolce, sodo e senza semi. Poi c'è Fuyu o Kaki mela (che io adoro), si mangiano quando sono ancora duri e si tagliano con il coltello come le mele.
C'è poi il cachi o loto di Romagna che ha polpa dura, colore giallo-arancio e diventa cremoso quando matura.



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

PACIAUTOQUATTRO

OUTLET
NUOVO & USATO

FIAT **600**
1.2 Hybrid Anno 2025 Km 200

~~€ 23.900~~ **€ 22.900**

FIAT **500** Dolcevita
1.0 hybrid 70cv Anno 2024 Km 14.725

~~€ 18.700~~ **€ 17.700**

LANCIA **YPSILON**
1.2 mhev LX e-dct Anno 2024 Km 7.665

~~€ 23.400~~ **€ 22.400**

FIAT **PANDA**
CROSS 1.2 Hybrid Anno 2024 Km 15.200

€ 12.900

HYUNDAI **KONA EV**
FL 39Kwh Xtech ITY Anno 2022 Km 14.000

€ 21.900

CITROEN **C3**
Van 1.5 Bluehdi 100cv S&S Feel M6
Anno 2021 Km 109.650

€ 11.900

JEEP **AVENGER**
1.2 turbo Altitude fwd 100cv
Anno 2024 Km 20.600

~~€ 23.400~~ **€ 20.900**

VEICOLI COMMERCIALI

CITROEN **JUMPER**
FURGONE 33 L3H2 BLUEHDI 140cv S&S
€ 19.900

CITROEN **JUMPER**
FURGONE 33 L3H2 BLUEHDI 120cv S&S
~~€ 28.400~~ **€ 27.400**

Concessionaria ufficiale per:

CITROËN · DS AUTOMOBILES · HYUNDAI · NISSAN · KIA · OMODA | JAECOO · FIAT · ABARTH · LANCIA · SPOTICAR

*Le foto sono puramente dimostrative

WWW.PACIAUTOQUATTRO.COM

seguici su

ORVIETO - Via dei Merciari, 1 | Via dei Muratori

Studio LIFE

Fisioterapia
Osteopatia

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
- ELETTROTERAPIA
- ONDE D'URTO
- IONOFORESI
- MAGNETOTERAPIA

SERVIZI

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

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

I professionisti di StudioLife:

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

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

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

Dott. GUGLIELMO GRAZIANI
Chinesiologo Clinico Massoterapista Ginnastica posturale.

Dott.ssa GIULIA GOVERNATORI
Nutrizionista.