

MENSILE FINE MESE GIUGNO - LUGLIO 2019

EVENTI

Anno 10 n° 9 - aut. trib. di Tivoli n°24/2009 del 31/03/2009 - Iscr. Roc n°18528 - Periodico Gratuito - Territorio: Aniene - Tiburtino e zone limitrofe

FATTORIA PATRIZI
Agriturismo - Pizzeria
C.da Fontano Fresco, 13 - 00030 Bellegra (Rm)
tel. 06.95.61.63.14
Patrizio 333.7077345 - Rodolfo 338.5412954
www.fattoriapatrizi.it

Casa di riposo
Villa della Provvidenza
Olevano Romano (RM) Via Roma 69-81
tel. 069564874 www.villadellaprovvidenza.it

AGENZIA FUNEBRE
Floris Arte
Tramontano Eros
Cell. 335.6257015
Via Consolare Latina, 35 - 00034 Colleferro (Rm)
Tel. 06.97.004121 24h - Fax 06.97.200686
www.florisarte.com
e-mail: florisarte99@libero.it

Le Folle del Look
di Mario e Martina
DOVE IL LOOK DIVENTA ARTE
Via Valle Rotelle, 23 - 00030 Genazzano (Rm)
Tel. 06.92.355171

CONAD
GRUPPO A.P.L.
RISPARMIO E QUALITÀ GARANTITA.
SICUREZZA DELLA FILIERA CONTROLLATA.
Via Maremmana Superiore
00035 Olevano Romano (Rm)
Adiacente Centro Moda EXIVE

RADIO ONDA LIBERA
www.ondalibera.it
Via Santa Maria, 38/40
Palestrina (Rm)
Tel. 069535787
Fax 069537203



"Chiunque abbia realizzato qualcosa nella vita non sapeva come ci sarebbe riuscito. Sapeva solo che l'avrebbe fatto!"

Sommario

- pagina 02** Genazzano Bellegra - Gerano
- pagina 04** Sacro Ritiro di Bellegra
- pagina 06** Vallepietra - Arsial
- pagina 08** Colleferro
- pagina 11** X Comunità Montana
- pagina 13** Notizie dalla Ciociaria
- pagina 15** Parco Monti Lucretili
- pagina 21** Vignola - Subiaco
- pagina 25** Sambuci - Roiate
- pagina 28** Info utili



www.agenziaeventi.org

LA NOTIZIA

dell'Editore Emanuele Proietti

Allunghi la tua vita se fai mezz'ora di esercizio

Dedicare ogni giorno mezz'ora di esercizio fisico, dimenticando il cellulare o la TV, allunga la vita, perché riduce del 30 per cento il rischio di essere colpiti da una malattia seria. Lo rivela uno studio condotto dagli esperti della **Columbia University di New York**, negli Stati Uniti. Gli esperti hanno studiato per quattro anni la salute di ottomila cinquantenni e la quantità di esercizi da loro svolta ogni giorno. Hanno così scoperto che, dedicare trenta minuti al giorno a un esercizio fisico a bassa intensità, come le passeggiate, invece di restare seduti, riduce del 17 per cento il rischio di essere colpiti da un problema serio di salute. Praticare invece, una attività di intensità da moderata ad alta è due volte più efficace: può diminuire questo pericolo fino al 35 per cento. In pratica, fare esercizio per mezz'ora al giorno mantiene in buona salute più di una persona su tre.

Obitorio Tattoo
Via Cavour, 10
OLEVANO ROMANO
Filippo Rocchi
Cell. 366.9449396
328.1141128
obitorioattoo@gmail.com
Obitorio tattoo
Obitorioattoo

Persone che incontrano Persone
medihospes
www.medihospes.it | info@medihospes.it

Genazzano, al via l'Amministrazione CEFARO

A cura di Agenzia EVENTI

Precisamente l'8 giugno 2019 si è svolto il primo consiglio comunale, del nuovo corso amministrativo della bella cittadina di Genazzano, guidato dal neo Sindaco e stimato medico **Alessandro Cefaro**. In una sala consiliare gremita di cittadini il neo Sindaco come di rito, ha giurato fedeltà alla Costituzione Italiana, ringraziando subito dopo tutti coloro che gli hanno dato fiducia, ma anche tutti quelli che in qualche modo contribuiranno a lavorare per il bene comune di Genazzano e di tutti i Genazzanesi. I Consiglieri Comunali di maggioranza eletti che governeranno Genazzano insieme a Cefaro sono stati: **Morelli Angelo, Maggi Marisa, Lucci Massimiliano, Silvi Francesca, Sebastianelli Ramona, Trifogli Caterina, Zambon Alessio, Renzi Aurora**; della lista **"Patto Sociale per Genazzano"**, quelli che invece siederanno nei banchi dell'opposizione, **Antonio Tullio Brigida, Rueca Anna,**

Petrucci Alessandro; della lista **"Cittadini per Cambiare"**, e **Ciprotti Roberta**, della lista **"Genazzano in Comune"**. Nella seduta sono state inoltre assegnate anche le deleghe per la composizione della Giunta Comunale: **Morelli Angelo** vicesindaco ed assessorato ai lavori pubblici, gestione rifiuti, protezione civile e sport; **Maggi Marisa** assessorato alla coesione sociale, politiche di inclusione e città solidale; **Silvi Francesca** assessorato all'Istruzione, politiche dell'ambiente e della salute, politiche per la città, lavoro; **Lucci Massimiliano** assessorato alle culture, giovani e innovazione.

Al termine della seduta il Sindaco Alessandro Cefaro ha voluto esprimere anche la convinta volontà di rinnovare l'azione amministrativa, partendo da basi già buone e consolidate, stando tra i cittadini ed avviando da subito la macchina amministrativa con idee e progetti concreti e realizzabili.



Sullo sfondo il neo sindaco Alessandro Cefaro

BELLEGRA BARBEQUE Fest
29 - 30 GIUGNO 2019
PIAZZA DEL MUNICIPIO
BELLEGRA (RM)

PULLED PORK SANDWICH
PORK RIB
SALSICCE
ARROSTICINI
PATATINE
BIRRA
VINO

CARNE, VINO
MUSICA E DIVERTIMENTO!

Comune di Gerano
Città Metropolitana di Roma Capitale
in collaborazione con: PULSED & GERANO & Associazione Giovanile Geranas
REGIONE LAZIO

FESTA E FIERA SECOLARI DI S. ANATOLIA
Patrona di Gerano

9-10 LUGLIO
GERANO
Prato di Santa Anatolia

www.gerano.rm.gov.it | comune di gerano

3BICCHIERI
ENOTECA CON CUCINA

3 B I C C H I E R I
Borgo Mario Theodoli - 22
San Vito Romano
tel. 069571320
trebicchieri3@gmail.com

Sviluppo economico, Turismo e Cultura, Agricoltura: a Subiaco si discute la Strategia di Area Interna

Luciano Romanzi Presidente della X CMA: "È importante non perdersi in progetti senza sbocchi ma a volte bisogna anche un po' sognare, stimolare riflessioni pensando fuori dagli schemi".



In piedi a destra il Presidente della X CMA Luciano Romanzi durante il suo intervento

A Cura di Agenzia EVENTI

Si è tenuto nel pomeriggio di Lunedì 10 Giugno presso la Biblioteca Comunale di Subiaco un nuovo incontro pubblico per la definizione di una strategia di Area Interna nei settori Turismo e Cultura, Sviluppo economico e Agricoltura. Numerose le istituzioni e i cittadini presenti, che hanno avanzato proposte al tavolo di discussione presieduto da un team di tecnici della Presidenza del Consiglio dei Ministri. L'evento è stato aperto dal Sindaco del comune capofila Subiaco, **Francesco Pelliccia**, che

ha illustrato ai presenti dettagli sull'avanzamento dell'iniziativa e sui futuri step da intraprendere. Molte le proposte e le osservazioni sorte in seno al dibattito, che non di rado ha assunto toni accesi: tra queste, per quanto concerne il turismo, la necessità di ricorrere a ricerche con maggiore capacità di attrazione, valorizzare il sistema fluviale e quello dei cammini, adeguare il sistema di infrastrutture, coinvolgere i giovani in progetti transnazionali e rafforzare l'identità locale. Assai vivace anche la discussione

sul tema agricoltura che ha visto varie proposte, con particolare interesse per il potenziamento e l'innovazione delle filiere, del sistema di marketing e di quello logistico, l'utilizzo efficiente dell'acqua, la valorizzazione delle risorse boschive e lignee, l'istituzione di un laboratorio polifunzionale e la realizzazione di un mattatoio mobile. Filo conduttore che ha animato tutti gli interventi è l'assoluta necessità di fare rete e collaborare allo sviluppo sul territorio. Il **Presidente della X Comunità Montana dell'Aniene on. Luciano Romanzi**, presente all'evento, ha affermato: "Tutto inizia da qui, da queste proposte. È importante non perdersi in

progetti senza sbocchi ma a volte bisogna anche un po' sognare, stimolare riflessioni pensando fuori dagli schemi. Bisogna poi valutare sempre la sostenibilità dei progetti non solo a livello economico, ma anche a livello di risorse umane: le idee infatti camminano sulle gambe delle persone. Con la giusta strategia, anche dei vecchi progetti potrebbero essere ripresi con successo al giorno d'oggi". L'Amministrazione comunale di Subiaco ha dichiarato che sono previsti per Martedì 11 Giugno nuovi incontri con la **Formez PA** su ulteriori aspetti legati alla definizione di una Strategia d'Area.



In piedi a destra il Sindaco di Subiaco Francesco Pelliccia durante il suo intervento

PROFESSIONALITA'

COMPETENZA

COMPETITIVITA'

Occhiali da vista e da sole delle migliori marche
Lenti a contatto e soluzioni
Sviluppo e stampa



foto ottica
Colomei
dal 1978

NUOVE COLLEZIONI PRIMAVERA ESTATE 2018

VIENI A PROVARE IL TUO OCCHIALE

E RICEVERAI UN TRATTAMENTO SPECIALE PERSONALIZZATO

Via Borgo Mario Theodoli 30 - 00030 San Vito Romano (RM) Tel : 06-9572177

Festa Popolare con il Vescovo Mauro



Da Sinistra Padre Virgilio Maurizi il Prof. Filippo Sedda e la Dott.ssa Giorgia Proietti

A cura del Cronista Fra Lorenzo Conti

Il Ritiro di Bellegra, sta vivendo un particolare momento di grazia: 20 anni dalla canonizzazione di Tommaso da Cori

-21 Novembre 1999 con san Giovanni Paolo II-

20 anni dalla Beatificazione di Fra Mariano da Roccasale - 3 Ottobre 1999 - insieme al suo discepolo Diego Oddi, del quale celebriamo: 180 anni dalla nascita, 100 anni dalla morte, 20 dalla sua Beatificazione.

Date significative da ricordare. La Provincia di San Bonaventura dei Frati Minori, il Centro Culturale di Aracoeli in Roma, il Ritiro San Francesco di Bellegra, il 1 Giugno scorso ha svolto l'interessante Convegno:

"Fra Diego Oddi, la sapienza di un semplice".

Padre Virgilio Maurizi ha presentato i relatori e introdotto il nutrito programma pomeridiano leggendo la scheda storica - spirituale del nostro Convento. Molto apprezzato l'intervento del Prof. Filippo Sedda: "La Provincia Romana dei Frati Minori e fermenti di riforma", una voce autorevole e competente in questo settore.

Interessante lo spazio riservato alla nostra conterranea, la Dottoressa Giorgia Proietti: "Fra Diego da Vallinfreda misero peccatore", che ha fotografato la figura del Beato così come emerge dagli scritti inediti del Padre Adolfo Catena, allora Maestro dei Novizi a Bellegra. Un Beato Diego simpatico, da gustare, caro a tutti, morto in questo Sacro Ritiro il 3 Ottobre 1919 (esattamente 100 anni fa) mentre calavano le prime ombre della sera, cantando il notissimo inno mariano "Andrò a vederla un dì". Padre Virgilio, visibilmente soddisfatto, ha ringraziato i relatori, i numerosi presenti, in particolare Padre Alvaro Ciccotti del Centro Culturale Aracoeli, per la pronta disponibilità a pensare il programma

e la felice scelta degli esperti che lo hanno realizzato.

La festa riprende il giorno seguente, 2 Giugno. E' la data scelta con i Responsabili delle Associazioni per celebrare qui a Bellegra come Festa Popolare insieme i due Beati

Mariano e Diego, lasciando alle Comunità Ecclesiali di Roccasale e Vallinfreda l'impegno di onorare il loro Beato nella data liturgica scelta dalla Chiesa. Intorno

al nostro Vescovo Mauro sono stati circa 500 i pellegrini venuti dalle terre di Abruzzo e della Diocesi, accolti calorosamente dai Frati, animatori della bella Processione, l'omaggio floreale e la visita ai luoghi dei Beati.

La Celebrazione presieduta da S. Ec. Mons. Mauro Parmeggiani, con Don Angelo Parroco di Bellegra, P. Virgilio, P. Lorenzo, il Diacono permanente, il Signor Carletti, è stata solennizzata da canti magistralmente eseguiti dalle Rev.me Suore di Pisoniano.

Il Vescovo ha presentato Diego Oddi, discepolo di Fra Mariano, come "il frate questuante che ha

saputo portare la semplicità, la bellezza, il carisma francescano in tutti i paesi del territorio".

Questo luogo di preghiera ha dato alla Chiesa, all'Ordine Franciscano, alla Diocesi circa 100 Religiosi morti da santi. Alcuni nomi: Tommaso da Cori, Teofilo da Corte, Filippo da Velletri, Mariano da Roccasale, Diego Oddi, Adolfo Catena, Giuseppe Spoletini, Filippo Sales, Giacinto Bracci. Come ha detto il Vescovo: "Sono i Santi di Casa Nostra, quelli della Porta Accanto, che hanno intriso le nostre strade e le nostre vite di quella santità che se è vera, diventa vita buona, bella, evangelica, contagiosa. Santi da far conoscere particolarmente ai giovani perché provino a imitarli".

Se queste e questi, perché non io? A conclusione della giornata, bacio, benedizione con la reliquia, canto ai Beati. Si torna a casa in pace con Dio e il prossimo.

Cari amici lettori, arrivederci. I Beati Mariano e Diego intercedano per noi. Pace e Bene.



ALLEVAMENTO ETICO CARNI
A BASSO IMPATTO AMBIENTALE

FLEA PRODUTTIVA CORTA GARANTITA

ALIMENTAZIONE NATURALE

NO OGM

CARNI DI ALTA QUALITÀ

PERFETTE PER LE COTTURE IN BBQ

IDEALI PER LUNGHE FROLLATURE



Carni di prima...!



PROCARNI

Sede Legale:
Viale San Francesco D'Assisi, 134/a - 00035 Ottaviano Romano (RM)

Deposito e sezionamento:
Via Prenestina km. 55,700 - Loc.13 Moia dei Gatti - 00034 Genazzano (RM)

Tel. 06/9579191 - 06/95570184 - Fax 06/9579191

E-mail: procarni@libero.it Sito: www.procarni.com

“Il Vento, racconto di una canzone”, una storia di rock e provincia. Presentazione del libro di Vincenzo Elviretti sabato 6 luglio a Bellegra.

È uscito il 3 giugno il libro di **Vincenzo Elviretti** “Il Vento, racconto di una canzone” (Catartica edizioni, 168 pagine). La storia è ambientata a Bellegra e il protagonista è Fabietto, cantante di una rock band locale e addetto alla consegna di pizze a domicilio. *Il vento* è il titolo di una canzone scritta da Fabietto e i suoi amici musicisti. Quando parte del testo della canzone verrà trovato impresso sul pavimento del luogo del delitto del suo datore di lavoro Fabietto non verrà iscritto nel registro degli indagati ma dovrà combattere contro la vox populi: agli occhi della gente colpevole, quantomeno morale, del fattaccio. Non troverà

rifugio nella famiglia o negli amici, bensì nella letteratura e nei piccoli grandi rapporti di amicizia che si instaurano con gli animali domestici: cani, gatti, o pesci rossi che siano. Ma la cronaca si trasformerà in opportunità: *Il vento* diventa una hit radiofonica e Fabietto, assieme alla band, godrà di un periodo di gloria per caso. La casa editrice Catartica (che prende il nome da un album dei Marlene Kuntz, storica band alternative italiana) è una fresca realtà editoriale nata in Sardegna (precisamente a Sassari) nel 2017, capitanata da Giovanni Fara, e che ha all'attivo già diversi titoli pubblicati di narrativa e di saggistica. Il libro di Vincenzo Elviretti verrà presentato a Bellegra presso i locali della vecchia biblioteca comunale sabato 06 luglio alle 18:00. Organizzatori della presentazione sono i ragazzi dell'associazione culturale “Bellegrattiva”, con il patrocinio del Comune di Bellegra e la collaborazione dell'assessore alla cultura Alessandra Fanicchia. Assieme all'autore, modererà l'incontro **Roberto Censi**, presidente di “Bellegrattiva”; verrà inoltre affiancato da **Marco Pacioni** e **Gaetano Ciani**, per una visione critica del (con)testo e la lettura di alcuni passaggi de “Il vento, racconto di una canzone”.



Da Olevano Romano a Osaka: gli Invader Studios alla conquista del Giappone

“La BCC di Bellegra, ha l'indiscutibile plauso di aver da subito creduto e sostenuto il progetto di questa, inedita per certi aspetti, attività imprenditoriale”

A Cura di Agenzia EVENTI

A Olevano Romano un gruppo di intraprendenti ragazzi ha dimostrato che anche nei piccoli territori si può pensare in grande: è così che nel 2016 è nata la **software house indipendente Invader Studios**, “un gruppo di amici e professionisti del settore: (programmazione, grafica, audio, marketing, comunicazione ecc.) intenti nel voler dare sfogo alla propria creatività e idee in comune, oltre che uniti dalla passione per il survival horror (e per la saga di Resident Evil in particolare).”

L'impresa, sostenuta dalla **Banca di Credito Cooperativo di Bellegra, Gruppo Bancario ICCREA**, si è rivelata un grande successo. Con il loro eccellente lavoro su un remake non ufficiale del famoso titolo Resident Evil 2 i ragazzi hanno attirato l'attenzione dei fan di tutto il mondo e sono stati invitati a Osaka presso gli studi della Capcom, una delle più famose software house del mondo e produttrice della saga originale, dove hanno potuto vedere in anteprima i nuovi titoli ancora in fase di lavorazione, tra cui il remake ufficiale dello stesso Resident Evil 2. La Capcom ha inoltre voluto

omaggiare la **Invader Studios** inseguendola tra i ringraziamenti speciali nei titoli di coda del gioco.” Dovevosi sono stati i ringraziamenti che i ragazzi della Invader hanno rivolto pubblicamente nell'ambito della scorsa assemblea pubblica dei Soci della Banca della Città dei Panormi, tenutasi alcuni giorni fa presso il Ristorante –Albergo Sancamillo di Bellegra, in particolar modo ai vertici della BCC al **Direttore Generale Antonio Ciani** e al Presidente **Gianluca Nera**, e a seguire a tutto il **Consiglio di Amministrazione** per aver da subito creduto e sostenuto il loro progetto per certi aspetti inedito quale è il ricchissimo e complesso mondo dei videogiochi.



Bellegra
dal 1959

SEDE CENTRALE
E DIREZIONE BELLEGRA

00030 Bellegra - Via Roma 37

Tel. 06 9565666 - Fax 06 9565316

bellegra@bellegra.bcc.it

FILIALE DI
OLEVANO ROMANO

FILIALE DI
SAN VITO ROMANO

FILIALE DI
GERANO

FILIALE DI
GENAZZANO

00035 Olevano Romano

Viale V. Veneto, 11

Tel. 06 9562626

Fax 06 9565625

00030 San Vito Romano

Viale Giovanni XXIII, 2

Tel. 06 9571707

Fax 06 9571126

00025 GERANO

PIAZZA ROMA 7

Tel. 0774/798025

Fax 0774/798792

00030 Genazzano

Via Prenestina Nuova 43

Tel. 06 9540256

Fax 06 9540256

VALLEPIETRA - Terminati I festeggiamenti per la Trinità. "Più di 25mila i pellegrini presenti al santuario domenica 16 giugno"



Fonte: Subynews.it

Si sono conclusi da alcuni giorni con il rientro delle compagnie nei loro paesi i tre giorni di festeggiamenti in onore della Santissima Trinità nell'unico santuario ad essa dedicato che si trova a Vallepietra, nella diocesi di Anagni-Alatri.

Il bel tempo ha permesso lo svolgersi di tre giorni pieni di fede e devozione per la Trinità, oltre 25000 pellegrini appartenenti a più di 90 compagnie, provenienti da tutte le provincie del Lazio e non solo, si sono recati sul Monte Autore a pregare sul dipinto sacro delle tre persone; giorno e notte il santuario è stato sommerso dalla fede e devozione dei pellegrini, una fede che cresce e si rafforza anno dopo anno. Toccanti sono stati tre momenti importanti svoltisi nella giornata di Sabato, il primo l'ingresso delle compagnie nella grotta della Trinità, andato avanti anche Domeni-

ca; il secondo è stata la Messa e la Processione Eucaristica del Mons. **Lorenzo Loppa**, vescovo della diocesi Anagni-Alatri, a cui hanno partecipato più di 30 compagnie. Terzo momento, più suggestivo, è stata la processione lungo il Paese di Vallepietra con il quadro della Santissima

Trinità, portato a spalla da incollatori di diverse compagnie. Alla processione erano presenti oltre 40 stendardi e i pellegrini, al termine della processione, non sono riusciti ad entrare nella piazza per il gran numero.

Terminata la processione, il rettore del Santuario **Mons. Alberto Ponzi** ha ringraziato Dio e la Trinità per tutto il movimento che c'è stato in questi giorni, un movimento di fede e di festa.

Prima della benedizione, ha voluto ricordare alcuni pellegrini scomparsi e ha rivolto una preghiera particolare al capo compagnia di Torre Cajetani gravemente malato; inoltre ha augurato a tutti i pellegrini, che con sacrificio, impegno e fede sono arrivati al santuario, di tornare a casa rinnovati di un impegno per una vita bella che parli sempre di verità e bontà.

Il Vescovo durante l'omelia della

santa messa tenutasi sabato sera ha detto: "Siamo qui al santuario della Trinità per celebrare questa festa che riassume tutto quello che Dio ha fatto, fa e farà per noi. La Santissima Trinità è l'origine, il modello e la meta della vita della chiesa, in un documento del Concilio Costituzione sulla chiesa n.4 viene riportata una frase di San Cipriano in cui dice che la chiesa è un popolo che trae la sua unità dall'unione del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo, cioè dall'unità di una stessa persona nella Trinità. Bisogna mettere insieme due assoluti, quello della persona e quello della comunione che noi saremmo tentati di semplificare; non dovremmo sacrificare il bene comune per salvare le persone e nemmeno fare il contrario, piuttosto dobbiamo cercare di trovare un equilibrio".

Alla fine dell'omelia il Vescovo ha augurato a tutti di fare un buon rientro a casa, pieno di serenità e fede.

Domenica 16 Giugno il santuario lentamente ha iniziato a svuotarsi ma la devozione dei pellegrini si è spostata nei loro paesi di origine dove, dalle prime ore del pomeriggio, sono iniziati i festeggiamenti per accogliere le tante compagnie di ritorno dal pellegrinaggio che anche quest'anno ha riempito i loro cuori di devozione per la Trinità.

Arsial, giornata dedicata all'agricoltura multifunzionale

Fonte: Pagina Social FB Arsial

L'assessore all'Agricoltura della Regione Lazio **Enrica Onorati** alcuni ha aperto alcuni giorni fa i lavori della giornata dedicata all'agricoltura multifunzionale **PROGETTARE LO SVILUPPO** ponendo particolare attenzione sull' "ottica sistemica della multifunzionalità che coniuga risorse naturali e capitale dell'ambiente". **Angela Galasso**, del CdA Arsial, ideatrice dell'evento, ha ricordato come "molta strada sia stata fatta dalla prima legge quadro del 1985 sull'agriturismo, poi perfezionata nel 2001 con la normativa che ha fatto nascere la figura dell'imprenditore agricolo e meglio disciplinata negli anni a seguire. La multinazionalità ha un valore economico di prim'ordine anche sul valore della produzione agricola e crea occupazione. Il binario dell'agriturismo si avvale oggi di 25 mila imprese. L'agrisociale conta 3000 imprese, la trasformazione e vendita con farmers market e street food conta altre 3000 imprese che porteranno qualità e innovazione all'intero sistema". Presente al tavolo di lavoro anche il Presidente di Arsial **Antonio Rosati**.

IN PRACTICE



CAVE

CON



NOI SERVICE

COLLEFERRO

Via Pio XII, 79 (Nuova Sede)

Cell. 3394640623

www.inpractice.it

e-mail: inpractice2014@gmail.com

Via Ferri, 21

Galleria Salvo D'Acquisto

Cell. 3386144474

- **CONTABILITÀ E CONSULENZA DEL LAVORO** • **CAF E PATRONATO**
- **MUTUI - PRESTITI - CESSIONI**
- **TUTELA LEGALE E MEDICO LEGALE**
(RICORSI INVALIDITÀ, LAVORO E FONDI GARANZIA)
- **IMMOBILIARE - ASTE - RISANAMENTO PIGNORAMENTI IMMOBILIARI**
- **RISPARMIO ENERGETICO**
(PRODOTTI CON INCENTIVI CONTO/TERMICO ANCHE FINANZIABILI)
- **ASSICURAZIONI**



GAL Futur@niene:
Gruppo di Azione Locale
della Valle dell'Aniene

EVENTO DI PRESENTAZIONE

Venerdì 05.07.19 | Ore 17.00
"Porta del Parco"
Parco Regionale Naturale
dei Monti Simbruini
Corso Cesare Battisti, 71
SUBIACO

EVENTI TERRITORIALI
ATTIVITÀ DI ANIMAZIONE
Illustrazione delle Misure e degli ambiti d'intervento per lo sviluppo del territorio

Martedì 09.07.19 17:00	Giovedì 11.07.19 17:00	Lunedì 15.07.19 17:00	Mercoledì 17.07.19 17:00
Museo Mu.Vis "Museo di Vie e Storie" Via Santa Maria	Teatro Comunale La Fenice Piazza dei Martiri Antifascisti, 1	Sede della X Comunità Montana dell'Aniene Piazza 15 Martiri, snc	Casa della Cultura Piazza S. Lucia
VICOVARO	ARSOLI	AGOSTA	ARCINAZZO ROMANO

Attività finanziata dal FASIS e dal PSR Lazio 2014-2020 Piano di Sviluppo rurale

Grandi novità per la Villa di Orazio. "A Licenza: sottoscritto accordo tra il Comune e la Soprintendenza Archeologica".

A Cura di Agenzia EVENTI

Grandi novità per il Comune di Licenza, che grazie agli sforzi dell'Amministrazione ha sottoscritto un accordo con la Soprintendenza Archeologica per il Lazio ai fini della valorizzazione della Villa di Orazio. Il **Sindaco di Licenza e Presidente della X Comunità Montana dell'Aniene On. Luciano Romanzi** ha dichiarato entusiasta: "Un grande risultato che ripaga l'impegno profuso da tutto il Comune di Licenza e da me personalmente. È con grande soddisfazione che ringraziamo la Soprintendenza Archeologica e in

particolare il **Soprintendente Arch. Margherita Eichberg** per l'incarico affidatoci. Quanto prima provvederemo a rendere noti i dettagli relativi alle aperture quotidiane e settimanali della Villa di Orazio, che da un anno a questa parte veniva aperta con difficoltà in maniera saltuaria. Siamo e saremo costantemente all'opera per garantire la valorizzazione del sito archeologico della Villa e di tutte le risorse culturali, storiche e naturalistiche che la nostra Valle ha da offrire, anche tramite spettacoli e iniziative culturali."



Luciano Romanzi Presidente X C.M.A.

Anche a Rocca Santo Stefano si è discusso il futuro della Strategia di Aree Interne.

Il Sindaco di Rocca Santo Stefano Sandro Runieri: "Opportunità forse irripetibile, enti e privati camminino insieme per lo sviluppo locale"



In piedi il Sindaco di Rocca Santo Stefano Sandro Runieri, durante il suo intervento

A cura di Agenzia EVENTI

Si è tenuto nel pomeriggio di Venerdì 14 Giugno presso la Sala Consiliare del Comune di Rocca Santo Stefano il secondo incontro con le sub-aree per la definizione di una Strategia di Aree Interne. Numerosi gli operatori locali presenti oltre che alle stesse istituzioni. Il tavolo è stato aperto dai saluti del Sindaco del Comune ospitante **Sandro Runieri**, che insieme all'ing. **Fabio Brini**, coordinatore del gruppo incaricato di redigere il preliminare di strategia, ha introdotto ai presenti l'iniziativa. "Al giorno d'oggi i piccoli paesi della zona devono affrontare molte difficoltà quali lo spopolamento, la mancanza di lavoro, il doversi saper promuovere a livello turistico, sociale, culturale - ha affermato il Sindaco - dobbiamo far tesoro di questa opportunità forse irripetibile e pensare soprattutto ai giovani, alla loro preparazione e alle loro prospettive". Numerose le proposte presentate dai convenuti, in primis il potenziamento del sistema di trasporto locale a vantaggio dei pendolari e degli studenti, la formazione dei giovani e iniziative volte a promuovere il lavoro a distanza. Tra le altre proposte il miglioramento del sistema di infrastrutture ricettive, l'agevolazione delle imprese, in particolare quelle a carattere ecosostenibile, la manutenzione delle vie di collegamento rurali e il recupero dei sentieri boschivi, il potenziamen-

to della fibra ottica, la creazione di un centro di studi locale e lo sfruttamento di reti di economia solidale. Nel corso dell'evento è emersa inoltre la forte necessità di fare rete e costruire una consapevolezza che legghi la comunità territoriale, oltre che il bisogno di puntare su un mindset imprenditoriale che già in passato, proprio nella Valle dell'Aniene, ha portato a ottimi esiti. "Viviamo in luoghi con un tessuto sociale ben connesso, ma che rischiano di diventare dormitori - ha affermato il Sindaco di Canterano **Mario Teodori** - l'intera Valle ha le potenzialità per candidarsi a patrimonio **UNESCO**, considerata la ricchezza delle risorse storiche e naturalistiche. Il 60% dei Comuni italiani ha meno di 5000 abitanti, un nostro successo è un successo per tutti loro". Assai sentito anche l'intervento dell'on. **Luciano Romanzi**, Presidente della X Comunità Montana dell'Aniene, che ha dichiarato: "Occorre lavorare molto sui servizi: se si mette in piedi un servizio si genera lavoro. Ad esempio, ogni anno la festa della SS. Trinità attira 500.000 persone che costituiscono un'enorme opportunità per il territorio ma che purtroppo per la mancanza di alcuni servizi rischiano di non godere appieno della loro esperienza". L'incontro è stato chiuso dal Sindaco Runieri che, dichiarandosi disponibile a ulteriori proposte e sviluppi, ha ringraziato tutti i presenti.

PER OGNI TUA ESIGENZA ASSICURATIVA

IVANO STERBINI



ASSICURAZIONI
AGENZIA PLURIMANDATARIA

- Previdenza Integrativa
- Polizze Vita
- Investimenti
- Soluzioni personalizzate RC Auto
- Tutela della Persona
- Polizze Salute e Malattia
- Assistenza Legale e Peritale
- Soluzioni Assicurative Aziendali

V.le V. Veneto, 57/A - Olevano Romano (Rm)
Tel./Fax 06.95.62.393
isterbini.assicurazioni@gmail.com



SMILE BAR

- APERTURA CONTO GIOCO 
- GRATTA E VINCI 
- RICARICHE POSTEPAY 
- RICARICHE TELEFONICHE
- SERVIZI ON-LINE 



Via Casilina, 275
00038 Valmontone (Rm)

CACIO E PEPE

RISTORANTE PIZZERIA E... da Franco




Pizza e
pietanze
anche a
portar via

**Sempre aperti,
pranzo e cena
tranne il lunedì**

Via Cavour 1/3 - 00035 Olevano Romano (RM)
Tel. 06.95.63.302 - 333.77.00.237
mail: cacioepepesnc@gmail.com



Fava Federico

Viale Pio XII, 4
00036 Palestrina (Rm)
tel. 339.1458123
valentinaloreti@libero.it

Colleferro. Si è spento improvvisamente l'Isp. Sup. Giuseppe Rubino della Polizia di Stato. Un malore mentre era in servizio poi l'inutile corsa in ospedale

Fonte: Cronachecittadine.it

Nella giornata di Venerdì 21 Giugno, mentre era in servizio in commissariato ha accusato un malore.

I colleghi che lo hanno soccorso si sono resi immediatamente conto della gravità delle sue condizioni.

È stato subito allertato il 118 che è intervenuto trasportando l'ispettore in Ospedale a Colleferro, dove i sanitari hanno deciso per un trasferimento urgente presso il Policlinico di Tor Vergata a Roma. Qui i medici non hanno potuto far altro che con-

statarne la morte cerebrale a causa di un'emorragia. **Giuseppe Rubino aveva 53 anni**, dei quali 33 trascorsi al servizio della Polizia di Stato. Lo conosceva personalmente e l'abbiamo sempre incontrato col sorriso sulle labbra, cordiale, generoso e disponibile. Era amante degli animali e delle auto d'epoca. La notizia della morte ha sconvolto il commissariato e l'intera città. Ha lasciato nel dolore la moglie che ha dato l'assenso per la donazione degli organi. Le esequie si sono svolte nella mattinata di Mercoledì 26 Giugno alle 10:30 presso la Chiesa di San Bruno a Colleferro.



ALIMENTARI

L&L

Aperti da Lunedì a Sabato
ore 8:00/13:00
17:00/20:00
e anche la
Domenica mattina

RIPOSO
Mercoledì
Pomeriggio

Prodotti Alimentari delle migliori marche

- Pizza alla pala
- Polli alla Diavola (su ordinazione)
- Porchetta di ariccia
- Lasagne cotte (su ordinazione)

Fritti di ottima qualità
confezionati da "Italia Gastronomica"

Consegne a Domicilio



Via Empolitana, 84 - Pisoniano - Tel. 334.1116669



CENTRO
AUTO
PALIANESE

- Auto Plurimarche nuovo e usato
- Autonoleggio
- Assicurazioni
- Assistenza

PROMOZIONE NOLEGGIO



FIAT PANDA
1.2 b Lounge

TARIFFA MENSILE

€ 390 + IVA*



FIAT 500L
1.3/1.6 MJT

TARIFFA MENSILE

€ 490 + IVA*

*Kilometraggio limitato (max 3000 km)

La società si riserva il diritto di interrompere tale promozione in qualsiasi momento



RENAULT TRAFIC
9 Posti GT

TARIFFA WEEK END

€ 200 +IVA**

TARIFFA SETTIMANALE

€ 450 +IVA**

**Kilometraggio limitato

La società si riserva il diritto di interrompere tale promozione in qualsiasi momento

COLLEFERRO Via Casilina, km 50,400

Tel.: 06 97710040 - colleferro@centroautopalianese.it

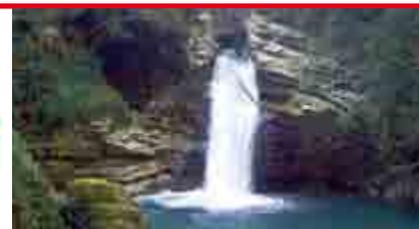
www.centroautopalianese.it

PALIANO Via Palianese Sud (3 km casello A1 Colleferro)

Tel.: 0775 533708 - paliano@centroautopalianese.it



Parco Naturale Regionale
Monti Simbruini



Recupero di un giovane falco pellegrino

Alcuni giorni fa il personale del Parco dei Monti Simbruini ha rinvenuto all'interno del territorio dell'area Protetta un giovane esemplare di Falco Pellegrino (*Falco peregrinus*) in una situazione di evidente difficoltà, anche se non presentava segni di traumi o ferite. In questo periodo dell'anno non è raro rinvenire giovani esemplari di avifauna che una volta lasciato il nido effettuano i loro primi voli poggiandosi sui rami bassi ma anche a terra, accuditi e ancora nutriti dai genitori; in genere se le condizioni sono ritenute tranquille conviene infatti lasciare questi animali sul posto. La situazione di oggi però non garantiva tali condizioni essendo l'area di rinvenimento abbastanza antropizzata. Il giovane falco pertanto è stato subito con-



ferito dai Guardiaparco dell'Ente Parco presso il Centro Recupero Fauna selvatica della Lipu di Roma per i dovuti accertamenti. Da una prima analisi l'animale è risultato essere debilitato presumibilmente per scarsa alimentazione ed è stato quindi trattenuto per una opportuna riabilitazione. Il Falco Pellegrino che tra l'altro è il simbolo del Parco Naturale Regionale dei Monti Simbruini, è un Falconide di medie dimensioni che prende il suo nome dal colore scuro delle penne della testa simile al cappuccio nero che veniva indossato anticamente dai pellegrini, ed è famoso per la sua abilità a raggiungere una velocità in picchiata, durante la caccia, intorno ai 300 km/h. Speriamo quindi di vederlo presto sfrecciare nei cieli del Parco.

Liberati in natura, dai guardiaparco, 2 civette e 1 falco pecchiaiolo

A seguito della ormai consolidata collaborazione tra il Parco Naturale Regionale dei Monti Simbruini ed il Centro Recupero Fauna Selvatica della Lipu di Roma, il personale guardiaparco dell'Ente, pochi giorni fa ha potuto rilasciare in natura un giovane falco pecchiaiolo (*Pernis apivorus*) e due civette (*Athene noctua*). I tre esemplari giunti nei mesi scorsi al CRFS con traumi di vario tipo sono stati curati e nutriti finché le loro condizioni non sono tornate idonee ad un rilascio in natura. Il falco pecchiaiolo è un migratore a lungo raggio che nidifica anche nei boschi dell'Appennino e sverna nell'Africa sub sahariana. La sua dieta ha una particolarità rispetto ad altri rapaci in quanto è composta principalmente da larve e adulti di insetti, soprattutto imenotteri. Le civette sono invece rapaci notturni che frequentano una grande varietà di ambienti,

anche zone antropizzate. La loro dieta è molto varia e comprende micromammiferi, rettili, anfibi e insetti. Si tratta di una specie sedentaria e territoriale, con abitudini prevalentemente notturne ma anche parzialmente diurna durante il periodo riproduttivo. Entrambe le specie sono vittime di arcaiche credenze popolari, ancora vive in alcune zone d'Italia, che portano alla loro uccisione: la civetta per esorcizzare la malasorte e il falco pecchiaiolo per scongiurare l'infedeltà coniugale, senza comprendere l'importante valore ecologico di queste due bellissime specie dei nostri cieli.



© Ente Parco Naturale Regionale Monti Simbruini - Via del Prati, 5 - 00020 Jenne (RM) - Tel. 0774/827219-21 Fax 0774/827183 - E-mail: monti.simbruini@simbruini.it - Posta certificata - CF 94006850583 - Privacy | Note legali - Netpartner-Parks.it



REGIONE
LAZIO

I RACCONTI DI EVENTI



a cura di Massimo Zianna

In anni remoti, in Polonia, nei pressi di un bosco, viveva una famiglia tanto solare quanto umile, composta da madre padre e un giovane ragazzo di nome Joshua.

Joshua era considerato da tutti un ragazzo d'oro.

LIGHTMAN

Aiutava sua madre nelle faccende domestiche ed era il braccio destro del padre per tutti i lavori edili di cui lui si occupava.

Un bel giorno, o meglio un semplice giorno, che sarebbe diventato il più straordinario della sua vita,

Joshua era diretto in città in sella alla sua bici e si ritrovò nel mezzo di una tempesta.

Decise di fermarsi sotto una pensilina degli autobus per trovare riparo. Appoggiò una mano ad un palo della luce e proprio in quel momento un fulmine si scagliò sul palo, venne avvolto da scintille, lampi e fuoco ma rimase incredibilmente illeso. Sconvolto ed incredulo riprese la sua bici.

Da quel giorno si accorse di essere diventato il più forte

supereroe di tutti i tempi.

Il suo nome era Lighthman.

Aveva dei poteri straordinari. Con un fascio di luce fortissimo riusciva a realizzare i desideri di ogni bisognoso.

In poche parole Lighthman, riaccendeva la speranza di persone che fino a quel momento speranze non avevano.



X COMUNITÀ MONTANA DELL'ANIENE

Ufficio Amministrazione - Piazza 15 Martiri Madonna della Pace - 00020 Agosta
Tel. 0774.829201/02 - E-mail: info@cmaniene.it - PEC: cmaniene@pec.it



Contratto di Fiume, Finalmente la Regione Lazio bandisce un avviso pubblico per un importo complessivo di 300.000,00 euro.

"Il prossimo appuntamento per il C.d.F. Aniene il prossimo 2 luglio al Monastero di S. Scolastica per la presentazione dei risultati del primo ciclo di tavoli territoriali relativi alla alta, media e bassa valle"



Il Presidente della X Comunità Montana dell'Aniene Luciano Romanzi durante il suo intervento

A cura di Gianni Russo

in collaborazione di Agenzia EVENTI

Anche **Luciano Romanzi** Presidente della X Comunità Montana dell'Aniene, a rappresentare il Contratto di Fiume per l'Aniene ha partecipato lo scorso giovedì 20 giugno

alla Biblioteca Altiero Spinelli nella sede della Regione Lazio alla presentazione della deliberazione di Giunta Regionale 4 giugno 2019 n. 337. per il la promozione, l' incentivazione e la sottoscrizione dei Contratti di Fiume <http://www.regione.lazio.it/rl/contrattidifiume/>.

Una serie di strumenti a sostegno dei 19 processi di contratti di fiume, attivati e/o annunciati nel Lazio con l'importante impegno di spesa di 300 mila euro. Il percorso verso la definizione di un contratto di fiume sull'Aniene è in assoluto la prima esperienza avviata nel Lazio e sicuramente tra le più complesse in Italia, interessando un'intera asta fluviale per circa 100 km, dalle sorgenti alla confluenza con il Tevere, con l'attraversamento nella parte conclusiva dell'area metropolitana romana ad aggiungere ulteriore peculiarità al percorso partecipato. Iniziato nel marzo del 2014 ha raggiunto la fase di attivazione con l'assunzione del



Sullo sfondo il tavolo di lavoro con Cristiana Avenali Resp. Ufficio di Scopo per i Contratti di Fiume

ruolo di capofila da parte della X Comunità Montana la sottoscrizione del manifesto d'intenti e l'avvio di un primo ciclo di incontri sul territorio vallivi per definire e condividere una strategia di azioni propedeutiche alla sottoscrizione del C.d.f. L'importante delibera regionale, fortemente voluta da **Cristiana Avenali**, Resp. Ufficio di Scopo per i Contratti di Fiume, è tra le prime in Italia a fornire risorse

e strumenti per rendere concreto lo strumento del C.d.F. e per la costruzione di uno sviluppo sostenibile a partire dal territorio fluviale. Il prossimo appuntamento per il CdF Aniene il prossimo 2 luglio al Monastero di S. Scolastica per la presentazione dei risultati del primo ciclo di tavoli territoriali relativi alla alta, media e bassa valle, seguirà invito ufficiale.



CONTRATTO
DI FIUME PER
L'ANIENE



Vapoforno Iannilli
di Iannilli Giancarlo

Bellegra - Via Roma, 63
Tel. 06.9566234 - 339.8677958

**AZIENDA AGRICOLA
FLORO-VIVAISTICA**

Piante da giardino - Ortaggi
Lavori di ogni genere

CESARE BELISARI
Perito Agrario
cesarebelisari@gmail.com

Via Tiburtina km 50,00 - MANDELA
Tel. 0774.498391 - Cell. 393.9985839
PIVA 09403490585



CARTA
del **DOCENTE**

SPENDI QUI IL TUO BUONO



- **Vendita diagnosi e riparazione PC, Notebook, Smartphone**
 - **Server e reti aziendali**
 - **Consumabili e accessori**
- **Assistenza sul posto e remoto**
- **Noleggio stampanti e fotocopiatrici**
 - **Assemblaggi personalizzati**
- **Consulenze Diagnosi e recupero dati**
 - **Partner Lenovo e Epson**

Via Cadorna 20 • Subiaco ☎ 0774 1906022
📍 RDW Informatica 🌐 www.rdw-informatica.it

L'uomo più longevo del Lazio è ciociaro di Piglio: nonno Domenico ha compiuto 107 anni

"Mangia poco ma un po' di tutto e non disdegna un sano bicchiere di Cesanese. Alcuni giorni fa grande festa circondato da figli, nipoti e pronipoti. Il saluto del sindaco Felli"

Fonte: CiociariaOggi.it

Mangia poco ma un po' di tutto, non disdegna un sano bicchiere di Cesanese, ovviamente di Piglio, ha trascorso una vita allevando animali e coltivando la terra. E oggi centra un bellissimo record. Buon compleanno a nonno **Domenico Loreti**, l'uomo più longevo del Lazio ha compiuto alcuni giorni fa la veneranda età di 107 anni. Nato nel lontanissimo, 1912 potrebbe scrivere decine di libri per quante cose ha visto. Oggi vive a casa di una delle figlie, Santina di 82 anni, ed è circondato dall'affetto dei suoi cari. La sua non è stata una vita facile. A sei anni infatti, come ci racconta la figlia, ha perso la mamma, ma questo forse lo ha fortificato e subito, tenendo conto dei tempi, ha iniziato a lavorare aiutando il padre. Racconta sempre, anche oggi, che quando aveva 17 anni e stava dormendo nella stalla bussò di notte un viaggiatore, che in bici da Nettuno stava andando a Filettino. Lo svegliò perché aveva fame. Domenico non ci pensò due



Nonno Domenico

volte e gli donò il suo fagotto: un pezzo di pane, formaggio e una bottiglia di vino. Un gesto che può dimostrare come è una persona. E così Domenico ha sempre mantenuto questo suo stile di vita: persona mite, lavoratore, dedito alla sua famiglia e soprattutto legato al suo paese natale. Oggi per lui sarà una giornata speciale. Nel pomeriggio sarà grande festa, attorniato come sempre dalle figlie Santina, Augusta e dal figlio Franco, dai nipoti e dai pronipoti nell'abitazione in via Piagge. A festeggiare Nonno Domenico sindaco **Mario Felli**. «Per me è un privilegio e un grande piacere festeggiare un compleanno così importante: 107 anni.

Domenico Loreti - h affermato Felli - è un prezioso testimone delle trasformazioni e dei cambiamenti vissuti dalla nostra società e custode dell'identità locale. È, altresì, testimone di quanto è piacevole e salutare vivere nel nostro amato paese. A nome mio e dell'amministrazione comunale desidero rivolgere a lui e alla sua famiglia ancora tanti auguri di buon compleanno». Auguri Domenico.

Fiuggi, Volontari per la città: profughi al lavoro. La paura diventa opportunità

"Accordo fra Comune e cooperativa Synergasia: una trentina di migranti ha già aderito alla proposta. Così Fiuggi diventa una vera città all'avanguardia"

Fonte: Ciociariaoggi.it

Trasformare drammi umanitari, paure immotivate e problemi a forte impatto sociale in opportunità per le comunità è possibile. In questa direzione si muove la delibera di giunta numero 80 del 30 maggio scorso che recepisce il protocollo d'intesa tra Prefettura di Frosinone, Comune di Fiuggi e cooperativa Synergasia per "l'individuazione di percorsi d'integrazione dei migranti ospitati nella città termale". Spiega l'assessore ai servizi sociali e turismo **Simona Girolami**: «È uno dei due progetti sui quali stiamo lavorando in sinergia con Synergasia. Porterà all'impiego dei migranti interessati a forme di volontariato per utilità sociale, con copertura assicurativa in capo all'Inail». Una trentina i soggetti a che già hanno aderito alla proposta, come confermato ieri dalla comandante della Polizia locale **Maria Assunta Trinti**. «Il secondo progetto - prosegue l'assessore Girolami - passerà attraverso i fondi europei e punta anch'esso all'inserimento sociale questa volta attraverso corsi di formazione professionale». Posta così, la questione comincia ad avere un senso e fa di Fiuggi una città all'avanguardia. Perché se si prendono 250 disperati (anche se adesso si sono ridotti a 91 dopo che molti sono andati via per libera scelta), gli stessi che in molti casi in fuga dalla guerra e

dalla fame e dopo aver attraversato i «lager» libici e il Mediterraneo a bordo di «bagnarole», e si catapultano in una città turistica concentrandoli in un solo quartiere allora sì che il problema diventa serio e di forte impatto sociale. Se invece all'interno di una popolazione di diecimila abitanti si trova il modo di gestire 91 disperati e collocarli in attività utili a loro stessi e alla comunità, in attesa di approdi



migliori, è certo che un problema sociale diventa un'opportunità per tutti. Perché di extracomunitari provvisoriamente ospitati a Fiuggi, così come altrove, ne abbiamo ascoltati tanti, spesso laureati, non ne abbiamo trovato uno solo che come prospettiva si è posta quella di restare negli alberghi fiuggini. Tutti hanno un parente o un conoscente da raggiungere in Francia o in Germania o sono in cerca di un posto di lavoro stabile con il quale poter aiutare i loro cari rimasti nei Paesi di provenienza



CONAD

RISPARMIO E QUALITÀ GARANTITA.
SICUREZZA DELLA FILIERA CONTROLLATA

GRUPPO A.P.L.





Via Armando Diaz snc

03014 Fiuggi (Fr)

Tel. 0775506525

Giacomo Orlandi il primo vero modello della Valle dell'Aniene



Giacomo Orlandi,
di autore tedesco sconosciuto

A cura del Prof. Giorgio Orlandi

Giacomo Orlandi nasce a Subiaco il 26 Giugno 1827 da **Clemente e Maria Ciaffi**; risiede in un palazzetto a ridosso della piazza Santa Maria della Valle e l'inizio della via della Montagna.

Giacomo è un ragazzo svelto pieno di interessi, che spesso incuriosito dai pittori, che venivano da tutta Europa per dipingere i nostri vicoli e sobborghi, intratteneva con loro momenti di simpatia, dove cercava, anche, di imparare qualche parola della loro lingua e posare per i più divertiti.

Si dice che fin da ragazzo anda-

va incontro ai pittori tedeschi per essere ritratto, riceveva dei consensi, quindi, comincia a pensare di andare alla capitale per intraprendere la carriera del modello.

Giacomo si trasferisce a Roma nel 1845, ha solo 18 anni, ma già sa quello che vuole, aveva conosciuto a Subiaco, molti artisti che erano venuti nei nostri luoghi, e questi lo avviarono subito a posare come modello.

La sera si ritrovava con i compaesani attorno a Via Margutta, piazza di Spagna per scambiare con loro le confidenze delle sue esperienze, ma Giacomo, molto ambizioso, frequentava, anche, il caffè Greco per farsi notare dagli artisti che frequentavano il suddetto locale; riusciva a farsi capire, malgrado la lingua, rimanendo interessante e simpatico, tanto che in poco tempo era conosciuto da tutti come "il riccio".

Numerosi artisti importanti han-



Giacomo Orlandi di Edgar Degas,
Tête d'homme [venduto da Sotheby's
nel 2017 a 516.500 dollari]

no ritratto il modello più richiesto del loro tempo; l'allora ventenne romano Giacomo Orlandi di Subiaco era una sorta di "top model" tra gli artisti stranieri, il volto ideale romano per eccellenza.

Le caratteristiche sorprendenti del giovane e dei capelli selvaggi e ricci erano la

sua caratteristica e animarono vari artisti a una serie di ritratti e studi.

I primi ritratti conosciuti del giovane Giacomo Orlandi provengono dal pittore francese **Jean-Léon Gérôme**, che realizzò tra il 1843 e il 1844 tre suoi ritratti.

Un disegno di **Johannes Niessen**, datato 1847,

seguito da un dipinto di Anselm Feuerbach del 1857/58. Gli ultimi quattro studi a noi noti oggi sono di Edgar Degas dal 1856 al 1859.

Il nostro quadro mostra il modello all'apice del suo successo. Cattura il momento fugace della giovinezza prima che la fama e la vita estatica nel circolo degli artisti prendessero il sopravvento.

Oggi a Subiaco, la famiglia erede del modello, è conosciuta come Orlandi "**Gliu Ricciu**" portando il suo nome e soprannome con tanta dignità. Proseguono con il nome di Giacomo ben 3 Orlandi: Giacomo di Virginio, Jacopo di Giorgio; Giacomo di Cristiano; tutti belli e degni del loro avo.



Giacomo Orlandi di ANSELM FEUERBACH 1857



Abbigliamento - Calzature

Telesforo

Paliano - Anagni

da oggi anche

Shop
ONLINE

Metti  su

  Telesforo Marielli Group
riceverai subito dei
buoni sconti per lo shop online

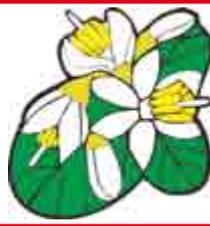
www.telesforoabbigliamento.it

PALIANO
Viale Cavour, 43
0775 579736

ANAGNI
Viale Regina Margherita, 84
UOMO - DONNA

ANAGNI
Via Vittorio Emanuele, 113
JUNIOR

ANAGNI
Via Vittorio Emanuele, 90
OUTLET



Parco Naturale Regionale Monti Lucretili



Nel più grande castello del Lazio i disegni dei più piccini: il Parco dei Monti Lucretili premia i migliori loghi del trentennale

A cura di Agenzia EVENTI

Si è tenuta Domenica 9 Giugno al Castello Savelli di Palombara Sabina, in occasione della 91esima "Sagra delle Cerase" l'iniziativa "Festa delle scuole del Parco", organizzata dal Parco Naturale Regionale dei Monti Lucretili in collaborazione con gli istituti scolastici della zona. Più di 600 bambini hanno partecipato al concorso per la creazione del logo del trentennale del Parco. Centinaia di disegni sono stati esposti all'interno del castello, e i migliori tre sono stati premiati: al primo e al secondo posto rispettivamente Irene Balbi e Diego Sanrocco dell'Istituto Comprensivo di Vicovaro (che riceverà un contributo per l'acquisto di materiale scolastico), terza classificata invece Sofia Falcone dell'I.C. di Palombara Sabina. Numerose le altre scuole partecipanti, che sono state premiate con

una targa. Visibilmente soddisfatta, la **Presidentessa del Parco Barbara Vetturini** ha affermato: "È la vittoria di tutti i bambini. Questi eventi sono fondamentali per capire come i più piccoli vivono il Parco o come vorrebbero viverlo. Da sempre ci siamo prefissati come obiettivo il coinvolgimento delle scuole e delle associazioni, e dato il successo riscontrato dai nostri programmi di educazione ambientale abbiamo intenzione di continuare in maniera sempre più energica con le nostre iniziative, affinché il nostro ente non venga visto come un ostacolo ma come promotore di una realtà da esplorare, rispettare, amare". "Già nel 2014 il Parco ha formato un Consiglio dei Bambini - ha aggiunto il **Direttore Laura Rinaldi** - e le loro proposte sono state ascoltate e inserite nel nostro piano d'assetto". Numerose le istituzioni presenti, tra

cui i sindaci **Alessandro Palombi** di Palombara Sabina e **Fiorenzo de Simone di Vicovaro**, i quali hanno ringraziato le scuole e il Parco per questa importante iniziativa di sensibilizzazione su tematiche oggi più che mai urgenti quali la consapevolezza e la tutela ambientale. Dello stesso parere i **Consiglieri Regionali On. Giancarlo Righini e Marco Vincenzi**, convinti della necessità di valorizzare il patri-

monio naturalistico locale. Non è mancato l'intrattenimento: l'evento è stato infatti allietato da canzoni sull'ambiente tratte dalle filastrocche di **Gianni Rodari** e accompagnate da illustrazioni, oltre che da laboratori artigianali per grandi e piccini.



Il Presidente del Parco Dei Monti Lucretili Barbara Vetturini durante il suo intervento



CONTATTI:

Tel: 0774/637027 Fax: 0774/637060

Email: info@parcolucretili.it Email: ente@pec.parcolucretili.it

Sede: Viale Adriano Petrocchi 11, 00018 Palombara Sabina (RM)

Sito: parcolucretili.it



REGIONE
LAZIO

La Boutique del Gusto

Da noi potete trovare in esclusiva:

- Pasta di Gragnano
- Pane cotto a legna con lievito madre
- Porchetta di Ariccia

Prodotti per Celiaci **Spesa a domicilio**

Qualità
Convenienza
Cortesia

Aperto anche il giovedì pomeriggio e la domenica mezza giornata

Via Vittorio Emanuele, 28 - SAN VITO ROMANO
Tel. 06 9572585 - Cell. 3492213397

Marina

PASTICCERIA
GELATERIA ARTIGIANALE

Con servizio a domicilio

RINFRESCO PER 15 PERSONE

- 30 Pizzette
- 20 Rustici
- 15 Tramezzini
- 15 Panini
- 1 Crostata
- 1 Vassoio di biscotti
- 20 Mignon

€ 59,00

RINFRESCO PER 30 PERSONE

- 40 Pizzette
- 25 Rustici
- 40 Tramezzini
- 20 Panini o cornettini
- 1 Crostata
- 1 Kg Mignon
- 1 Kg Biscotti

€ 85,00

RINFRESCO PER 50 PERSONE

- 2 Kg Pizzette
- 1 Kg Rustici
- 50 Tramezzini
- 30 Cornetti
- 1,5 Kg Mignon
- 1 Crostata
- 1 Torta Rustica
- 1 Vassoio di biscotti
- 1 Focaccia

€ 159,00

SU OGNI RINFRESCO ORDINATO CI SARÀ UNO SCONTO SULLA FORCA

Via Giovanni XXIII, 36 - S. VITO ROMANO
Tel. 06.9571062

CONAD

GRUPPO A.P.L.

**RISPARMIO E QUALITÀ GARANTITA.
SICUREZZA DELLA FILIERA CONTROLLATA**

DA OGGI
ti diamo ancora
DI PIÙ
per la tua spesa



**PREPARATI CALDI
E PIZZA ALLA PALA
TUTTI I GIORNI
ANCHE SU
PRENOTAZIONE**



**PESCE FRESCO
E FRITTURA
TUTTI I GIORNI
ANCHE SU
PRENOTAZIONE**



**APERTI TUTTI I GIORNI
DALLE ORE 8.00 ALLE ORE 20.00
LA DOMENICA
DALLE ORE 8:00 ALLE ORE 13:00.**

**Via Maremmana Superiore
00035 Olevano Romano (Rm)
Adiacente Centro Moda
EXIVE di Mampieri Sandro**

SUPER DIAMOND

Un mese ricco di successi questo per il team delle Renzi.

Un meritissimo 7° posto su 31 società partecipanti al TROFEO LAZIO FISR ha permesso alla ASD DIAMOND pattinaggio di portare a casa un impor-



ante riconoscimento durante una sentita manifestazione a cui hanno partecipato emozionati le allenatrici, il presidente, le atlete e un pubblico d'eccezione...i genitori.

Poi il campionato regionale formula UISP dove Rossi, Cola, Romani, Leo, Paolucci e Rotondi hanno portato in pista il loro disco di gara ottenendo tutte buone piazzamenti, per alcune è stata la prima esperienza di campionato.

Complimenti a Rotondi Greta anno 2009 che si è piazzata terza nella sua categoria, Gre-

ta al 2° anno di campionato ha pattinato con molta eleganza meritando così il podio.

Emozionante è stato anche il saggio di fine stagione sportiva 2018\2019.

Un PALAOLIMPIC gremito di spettatori ha applaudito i gruppi diretti dalle allenatrici Silvia e Sara durante il saggio intitolato "la Skating Cruise".

Da Napoli alle Hawaii per poi finire in Spagna più precisamente ad Ibiza poi una tappa a Sharm el-Sheik e anche a Pechino, un viaggio straordinario sui pattini con la presenza di un marinaio e 2 hostess d'eccezione. Un saggio impegnativo patrocinato dal comune di Colleferro, che ha visto la partecipazione del Sindaco Pierluigi Sanna e del Presidente del Consiglio del comune di Colleferro Vincenzo Stendardo.

Il pattinaggio artistico prosegue a Colleferro fino a fine luglio, e riprende con i corsi il 9 settembre 2019.

Per info sui corsi o appuntamento per prove gratuite (3920104058)

Dott.ssa

STUDIO DENTISTICO Sara Fei

Odontoiatra

Conservativa, endodonzia, protesi, implantologia, ortodonzia e pedodonzia. Ortopanoramica in sede



CONVENZIONATO

PRONTO-CARE



CONVENZIONATO

Dopolavoro

ATAC COTRAL

Viale Vittorio Veneto, 76

00035 Olevano Romano (Rm)

Tel. 06.95.63.494 - Cell. 328.30.69.253



CONAD



GRUPPO A.P.L.




Suppli € 1,00

1 Pollo arrosto € 5,90

1/2 Pollo arrosto € 3,00

Frittura di Anelli di Calamari € 2,99 l'etto

Frittura Mista € 1,99 l'etto

SU PRENOTAZIONE

PRIMI E SECONDI CALDI

OLEVANO ROMANO

Via Maremmana Sup. Km. 1,300 - 06.95.63.486

Listino PIZZERIA

Per prenotazioni 06.95 63 486

	Prezzi	Pala	Kg
MARGHERITA - Pomodoro, Mozzarella		€ 7,90	€ 8,90
LE FARCITE		€ 9,90	€ 10,90
CROSTINO - Mozzarella, Prosciutto Cotto		//	//
PATATE - Mozzarella, Patate		//	//
ZUCCHINE - Mozzarella, Zucchini		//	//
BOSCAIOLA - Mozzarella, Funghi, Salsiccia		//	//
ORTOLANA - Mozzarella, Zucchini, Melanzane, Peperoni		//	//
SALSICCIA E PEPPERONI - Mozzarella, Salsiccia, Peperoni		//	//
PATATE E COTTO - Mozzarella, Patate, Prosciutto Cotto		//	//
PATATE E SALSICCIA - Mozzarella, Salsiccia, Patate		//	//
LA DIAVOLA - Pomodoro, Mozzarella, Salsiccia Piccante		//	//
LE SPECIALI		€ 12,90	€ 13,90
NAPOLI - Pomodoro, Mozzarella, Alici		//	//
PORCINI - Mozzarella, Funghi Porcini		//	//
CARCIOFINI E TONNO - Mozzarella, Carciofini, Tonno		//	//
4 FORMAGGI - Mozzarella, Formaggi Misti		//	//
PATATE E SALMONE - Mozzarella, Patate, Salmone		//	//
ZUCCHINE E SALMONE - Mozzarella, Zucchini, Salmone		//	//
FIORI DI ZUCCA E ALICI - Mozzarella, Fiori di Zucca, Alici		//	//
SPECK E PROVOLA - Mozzarella, Speck, Provola, Funghi		//	//
CIPOLLINA - Mozzarella, Pomodorini, Tonno, Cipolla		//	//
CAPRICCIOSA - Funghi, Pomodoro, Mozzarella, Carciofini, Olive, Uovo		//	//
GAMBERETTI - Gamberetti, Zucchini, Mozzarella		//	//
RADICCHIO - Ricotta, Noce, Radicchio, Gorgonzola		//	//
BUFALINA - Pomodoro, Bufala, Maionese, Insalata		//	//
BRESAOLA - Funghi, Parmigiano a Scaglie, Bresaola, Mozzarella		//	//
PANNERE - Mozzarella, Pomodoro, Salsiccia Piccante, Gorgonzola		//	//
GIGGI - Mozzarella, Porcini, Zucchini, Pachino		//	//
NDUIA - Mozzarella, Provola, Nduja		//	//
TARTUFO - Mozzarella, Tartufo Valpromena, Bufala		//	//
TARTUFO PLUS - Tartufo Valpromena, Bufala, Salsiccia, Lardo		//	//
A VOSTRO GUSTO - Ingredienti a vostra scelta		//	//

DIMENSIONE DONNA

La vittimizzazione

«Se l'è cercata» è un pensiero di pancia, che scaturisce quasi per istinto dopo aver preso conoscenza di una notizia negativa.

La colpevolizzazione della vittima è un meccanismo che mette in atto la persona di fronte ad eventi che non riesce a controllare e che scombinano la sua "normalità" di vita, la teoria del mondo giusto attuata dalla società. Spesso rifiutiamo di credere che esistano situazioni ingiuste in cui una persona soffre senza motivo quindi, per confermare la nostra idea, siamo convinti che ognuno ottiene ciò che si merita.

Viene idealizzata l'immagine di un mondo giusto, in cui tutto accade per una ragione, dunque anche la violenza. Questa ipotesi è quella più consolatoria, dal momento che assicura a noi, che siamo convinti di agire sempre nel modo corretto, una sorta di protezione illusoria.

Fare i conti, quotidianamente, con i molteplici rischi del vivere nel mondo richiede uno sforzo mentale elevatissimo, con un costo enorme in termini di tensione costante, preoccupazioni e stress.

Per questo motivo, alcuni processi ci portano a ridurre questa insicurezza, rendendo il nostro ambiente sociale più familiare e confortevole, e in un mondo nel quale gli eventi positivi sono la norma, gli accadimenti negativi riguardano solamente coloro che, in qualche modo, se lo meritano o se la sono andati a cercare.

Poi, quando questo fenomeno psicologico incontra il pregiudizio e lo stereotipo nei con-

fronti dei gruppi sociali, c'è la tendenza a colpevolizzare la vittima in base al genere, alla nazionalità e all'orientamento sessuale.

Perché incolpare il loro modo di essere (che consideriamo in qualche maniera differente dal nostro) ci consente di sentirci al riparo dai pericoli e di sotto-

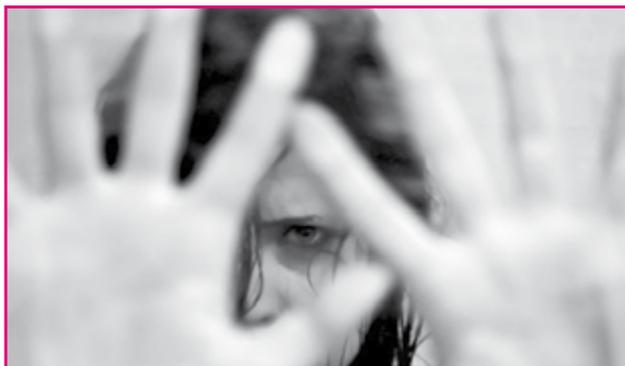
comportamento della vittima che diventa un atto irresponsabile e doveva prevederne le conseguenze e non l'autore che compie il reato.

Ovviamente chi è solito commentare i fatti in questo modo non è intrinsecamente malvagio, nella maggior parte dei casi si tratta di avere poca sensibilizzazione sul problema, perché di problema si tratta. Molti sono sicuramente in buona fede quando dicono che la vittima avrebbe dovuto comportarsi in un modo piuttosto che in un altro.

L'intenzione è comprensibile, ma mettere in discussione il comportamento della vittima non è il miglior metodo. Con questa mentalità la radice del problema continuerà a esistere e rischia addirittura di rinforzarsi.

stimare la nostra percezione di coinvolgimento, fisico ed emotivo.

Il pericolo di questo meccanismo è che legittimare più o meno direttamente la violenza comporta di conseguenza un'accettazione della limitazione di libertà; è il



Dimensione Donna

LA VASCA CON LO SPORTELLO

RIMBORSABILE AL 100%

• GARANZIA 20 ANNI • PRODOTTO IN ITALIA

PENSIAMO A TUTTO

NOI !!

**GARANZIA
20 ANNI**

*Abbattiamo le barriere
architettoniche*

Numero Verde Gratuito
800702661

Esposizione in Via Vitellia, 2 - 00030 Bellegra (Rm)

Tel. 06.9566176 - Cell. 377.5031658 - 392.0684333



INAUGURAZIONE

DOMENICA 30 GIUGNO 2019

ORE 17,30

SUBIACO

VIA CAVOUR, 77

TEL. 0774.281513

DA LUNEDÌ 1 LUGLIO APERTI DALLE 9:00 ALLE 19:00

f PILMOS BARBER SHOP @ PILMOS_BARBERSHOP_SUBIACO

Rete Imprese Bellegra, presentata la prima guida turistica cartacea della città dei panorami.

Alessandro Pascucci Presidente della Rete: " riterritorializzare il nostro territorio montano deve essere la direttrice per non disperdere un patrimonio unico che i nostri nonni e padri ci hanno lasciato, in eredità"



Al centro il Presidente della Rete Imprese Bellegra Dott. Alessandro Pascucci. In fondo a destra il Presidente della BCC di Bellegra Dott. Gianluca Nera

**Di Emanuele Proietti Agenzia
EVENTI - www.agenziaeventi.org -**

Iniziativa come quella che si è svolta nella prima mattinata di mercoledì 05 Giugno nell'aula consiliare del Comune di Bellegra, (come ha ricordato non solo il Sindaco della città dei panorami **Flavio Cera**, durante il suo intervento di apertura dell'Evento, della presentazione della prima guida turistica cartacea di Bellegra, ma anche lo stesso Sindaco di Roiate **Antonio Proietti**, il Presidente della Rete Imprese **Alessandro Pascucci**, come pure il Presidente della BCC di Bellegra dott. **Gianluca Nera** e in qualche modo anche tutti coloro che in vario modo hanno contribuito alla realizzazione della prima guida turistica cartacea, come tra gli altri: il Consigliere comunale di Bellegra **Oswaldo Susini**, l'artista **Bruno Schina**, le Sig.re; **Adele Mori**, e **Lilia Cera**, le maestre e i maestri degli alunni dell'Istituto Comprensivo di Bellegra), dovrà servire soprattutto ai ragazzi, e

alle nuove generazioni, di conoscere e conseguentemente coltivare le radici del nostro bellissimo e inestimabile patrimonio enogastronomico, se si vuole evitare di perderlo per sempre. Doverosi sono stati infine i ringraziamenti del Presidente della Rete Pascucci, in particolar modo alla BCC di Bellegra, che ha contribuito concretamente a realizzare la guida, (una banca del territorio sempre attenta e disponibile a sostenere quelle iniziative volte in particolar modo a valorizzare il bellissimo patrimonio locale), alle Istituzioni locali coinvolte nel progetto, agli insegnanti delle scuole dell'Istituto Comprensivo, e agli stessi alunni, (in tantissimi presenti a questa bella iniziativa). "Per aver sostenuto e creduto in un progetto che può essere strumento utile e indispensabile per "riterritorializzare" il nostro territorio montano se non si vuole disperdere un patrimonio unico, inestimabile, che i nostri nonni e padri ci hanno lasciato, in eredità" ha dichiarato in fine durante il suo intervento Pascucci.



FABBRICA INFISSI

INFISSI LEGNO ALLUMINIO PVC - PORTE BLINDATE
GRATE PROTETTIVE - PERSIANE BLINDATE

FINESTRE NURITH

LE NOSTRE PROMOZIONI

Finestra 1 ante in PVC cm 70x130	€ 170
Finestra 2 ante in PVC cm 120x130	€ 290
Porta-finestra 1 ante in PVC cm 70x220	€ 365
Porta-finestra 2 ante in PVC cm 120x220	€ 590
Porta corazzata ad 1 ante	€ 350

PORTE CORAZZATE ALLA ROMANA
 PORTE CORAZZATE CON VETRO BLINDATO E GRATA
 GRATE PROTETTIVE QUALSIASI DISEGNO



GENAZZANO Via Valmontone, snc - Tel. 06 9578510
www.fibaserramentiinfissi.it - Cell. 335 8334687



Via dello Scalo San Lorenzo, 1 - 00185 Roma
consorzioclscoop@gmail.com
 06.44360833 - 06.49384505

Consorzio Logistica Servizi
 NAZIONALI
 il vantaggio di un unico interlocutore

Valmontone. Di diversa nazionalità ma parlavano la stessa lingua in fatto di spaccio. Un 32enne romeno e due italiani, di 52 e 22 anni, arrestati dai Carabinieri.

Fonte: Cronachecittadine.it

Un 32enne romeno e due italiani, di 52 e 22 anni, uniti per lo spaccio: arrestati dai Carabinieri della Compagnia di Colferro con l'accusa di detenzione ai fini di spaccio di sostanze stupefacenti in concorso. Alcuni giorni fa, i militari della Stazione Carabinieri di Valmontone hanno dato vita ad un mirato servizio di osservazione e pedinamento nei confronti dei tre pusher che hanno fermato e controllato tra Valmontone e Artena, a bordo dell'autovettura del 52enne. Nell'auto i Carabinieri hanno rinvenuto 10 dosi di cocaina, pronte allo spaccio. Le operazioni sono proseguite nelle abitazioni degli arrestati dove i Carabinieri hanno rinvenuto altri 17 grammi di cocaina, vario materiale per il confezionamento e un bilancino di precisione. I pusher, tutti con precedenti, sono stati arrestati e sottoposti agli arresti domiciliari nelle rispettive abitazioni. All'esito del giudizio, l'attività dei Carabinieri di Valmontone è stata convalidata e per i tre è scattato l'obbligo di firma in attesa di giudizio definitivo.



SERRONE - Presentato il progetto Farm Hospitality 4.0

Fonte: Subynews

Presentato ieri il progetto "Serrone Farm Hospitality 4.0" promosso dall'amministrazione comunale guidata dal sindaco **Giancarlo Proietto**, con il supporto degli Spazi Attivi Lazio Innova di Colferro e Ferentino.

Il progetto si configura come un Percorso "pilota" di rigenerazione e valorizzazione (marketing del luogo) di spazi interni ed esterni del borgo per creare un laboratorio territoriale di ospitalità dei rigeneratori dove si può abitare e lavorare, stabilmente o temporaneamente, nell'ambito di espe-

rienze turistiche, di cooperazione territoriale, di campus estivi, di cantieri scuola e ricerca, di botteghe scuola legate a mestieri tradizionali.

Il borgo promuove un percorso di rigenerazione e riqualificazione attraendo ospiti e nuovi residenti interessati a partecipare con le proprie competenze/esperienze al percorso rigenerativo. Gli ospiti potranno avere una serie di vantaggi e possibilità di essere inseriti in attività/progetti di interesse professionale, di studio, di ricerca, di networking e di formazione/qualificazione.



Giancarlo Proietto sindaco di Serrone

ROBISTROT
di Roberto Vergara

...dalla colazione alla cena

...dalle 05.00 alle 24.00 DOMENICA CHIUSO

Robistrot rispecchia l'idea del Bistrot francese, locale che offre piatti semplici, di buona qualità serviti in modo informale a prezzi popolari.

SPECIALITÀ PESCE

Viale S. Francesco d'Assisi, 107 Tel. 06.9564258
Olevano Romano - Roma roby69vergara@gmail.com



Vignola non si ferma: gli Equi, i Briganti e Santa Chelidonia al centro della ricerca delle radici di Subiaco



In piedi con il microfono il Presidente della X CMA Luciano Romanzi durante il suo intervento

A cura di Agenzia EVENTI

A Subiaco la piccola comunità della frazione di Vignola dimostra ancora una volta il suo grande impegno per il territorio: Sabato 8 Giugno si è tenuto presso i locali della Chiesa di S. Chelidonia l'evento "Alla ricerca delle nostre radici", incentrato sulla vita della Santa protettrice di Subiaco e sulla storia locale, con particolare riferimento al periodo pre-romano e ai fenomeni di brigantaggio che interessarono l'area nella seconda metà dell'800. L'incontro è stato aperto dal moderatore **Giulio Checchi** e dall'intervento del **Dott. Benedetto Appodia** dell'Università Popolare di Subiaco, il quale, ricordando l'impegno dell'ente nell'attività di ricostruzione storica e promozione culturale, ha fornito

ai presenti un dettagliato contesto sulla situazione locale ai tempi di Garibaldi: "Subiaco non era un'isola ma una terra di frontiera, una zona montuosa dove i contatti con i briganti erano frequenti. Si tratta della vera vita dei nostri antenati, ed è importante che venga messa per iscritto affinché non se ne perda la memoria". È poi intervenuto **Alessandro Scafetta**, che ha presentato vari ed emozionanti aneddoti tratti dal suo libro "**Briganti, carbone e polenta**", frutto di trent'anni di ricerche sul brigantaggio locale e in particolare sulla banda di Domenico Fontana, famosa in tutto il territorio per sequestri e schermaglie con le truppe zuave. A questo meraviglioso carosello di storie è seguito un suggestivo intermezzo artistico sulla vita di Santa Chelidonia in versi e musica eseguito da **Jessica Panzini** e **Alessio Checchi**. Ed è proprio sulla vita della Santa che si è focalizzato il successivo intervento del **prof. Paolo Capitani**, il quale si è poi profuso in un excursus sulle popolazioni eque che abitavano la zona

e sulla storia religiosa di **Mora Ferogna**, così chiamata in quanto sacra alla dea della natura e della vita Feronia. Santa Chelidonia condusse qui la sua vita di romitaggio, e presso l'eremo al giorno d'oggi sorge una cappellina affrescata. L'esperta di storia e arte medievale **Dott.ssa Fabiana Federici**, avendo scoperto il santuario per caso, ha descritto in dettaglio ai partecipanti all'evento le peculiarità artistiche da lei riscontrate in tali pitture. La parola è poi passata al **prof. Gianni Sbraga**, che dopo aver aggiunto ulteriori dettagli storici sul tema del brigantaggio ha rimarcato la necessità di portare avanti un lavoro di promozione culturale al fine di definire nuovi valori sociali e umani condivisibili per il bene della comunità. Dal pubblico è intervenuto l'**Arch. Fabio Orlandi**, che ha esposto ai presenti le sue scoperte in merito alle rovine di antichi insediamenti equi nella zona. Ultimo a intervenire è stato il Presidente della **X Comunità Montana dell'Aniene On. Luciano Romanzi**, che ha definito l'iniziativa come un pezzo di storia sul quale iniziare a costruire per

le prossime generazioni, ricordando come attualmente l'ambiente politico stia volgendo la sua attenzione ai piccoli centri e ai territori montani. "Aiutandoci riusciremo a fare del bene – ha concluso il Presidente – purché si partecipi tutti insieme e non in maniera divisa e settoriale". L'incontro è stato chiuso da **Giulio Checchi**, che tra gli applausi dei presenti ha annunciato la prossima realizzazione di un centro di osservazione contro le malattie da dipendenza. L'evento è stato organizzato dal gruppo spontaneo della comunità di Vignola formato da **Rita Pelliccia**, **Nadia Vannoli**, **Maddalena Casalino**, **Fabio Lollobattista**, **Gilberto Orlandi**, **Luciano Sugamoto**, **Alessio Checchi**, **Enzo Timperi**, **Angelo Ciucci** e **Manuel Orlandi** che, con il loro impegno, hanno aggiunto un nuovo, importante tassello contro l'indifferenza.



Parte del pubblico presente all'Evento

Asilo nido comunale



L'isola
che non c'è

Aperti dal Lunedì
al Venerdì
dalle ore 7,30
alle ore 16,30

Struttura
molto accogliente
e dotata di tutti
i comfort



Piazza Carol Wojtila – Olevano Romano (RM)

Asilo nido – Ludoteca

da 0 a 3 anni



MARY
POPPINS



- Spazio esterno
- Stanza della psicomotricità
- Ambienti separati
- Stanza del sonno
- Diverse fasce orarie
- Personale qualificato
- Servizio mensa

Aperti
dal Lunedì al Venerdì

Animazione
Cerimonie
ed Eventi



FESTEGGIA DA NOI IL TUO COMPLEANNO

- Allestimento personalizzato
- Animatrici
- Trucca bimbi
- Sculture di palloncini
- Bolle di sapone
- Baby Dance
- Giochi di gruppo e molto altro ancora...

Via Roma, 34-39 – Olevano Romano (RM)

Per informazioni contattare l'Amministratrice dei Centri Dott.ssa Alessandra Silei cell. 333.2533036

di Manuela Guardabassi



il tuo caffè

CARD



**SOLUBILI POP...
GINSENG, CAMOMILLA,
CIOCO NOCCIOLA E
TANTI ALTRI GUSTI...
16 CAPSULE A**

€ 4,20

*OFFERTA NON CUMULABILE
CON ALTRE PROMO*

**GRANI • CIALDE • CAPSULE
THÈ • INFUSI • TISANE
MACCHINETTE • ACCESSORI**

Tel. 334 8009088

 Il Tuo Caffè Di Manuela Guardabassi

Via Cavour, 19 - Olevano Romano (Rm)

*Pasta all'uovo
di Serenella Ronzani*

L'angolo della Pasta

Specialità Gnocchi "a coa de sorica"

Prodotti confezionati artigianalmente solo con l'utilizzo di materie prime di altissima qualità.

Da noi potete trovare sempre qualità, convenienza e cortesia, il tutto condito dalla passione che mettiamo quotidianamente nel nostro lavoro che svolgiamo con amore e professionalità da tantissimi anni per il soddisfacimento delle richieste dei nostri affezionati clienti, e per quelli che speriamo lo diventeranno.



Via Nuova, 78
GENAZZANO (RM) Tel. 06.95.78.544

Rollare le bionde non fa meno male

le sigarette "fai-da-te", ovvero quelle confezionate dal fumatore acquistando tabacco e cartine, sempre sigarette sono. Dobbiamo sfatare il mito che siano meno dannose. Al loro interno vi sono le stesse componenti delle sigarette prodotte industrialmente. Ognuna è composta da tre elementi. Il più importante è il tabacco. La maggior parte delle sigarette in commercio contiene una miscela di tabacchi essiccati che differiscono per la varietà della pianta e per il processo



di lavorazione: alcuni sono fatti seccare in essiccatoi a temperatura e umidità controllate, altri al sole, altri ancora sono affumicati. **Le sigarette possono inoltre contenere tabacco espanso e ricostituito:** si tratta degli scarti di lavorazione del tabacco "ricostituiti" in una lamina attraverso un processo fisico e chimico che prevede l'utilizzo di diverse sostanze come l'anidride carbonica e il freon. Il secondo elemento costitutivo delle sigarette è la carta: non è semplicemente un involucro ma è usata per regolare la combustione e modificare le caratteristiche del fumo. La variabile importante è la sua porosità: più aria riesce a passare e più i composti del fumo che arrivano dalla sigaretta sono diluiti. L'ultimo è il filtro: i più diffusi sono costituiti di fibre di acetato di cellulosa incollate con un agente indurente che permette al filtro di mantenere la forma. L'unica differenza tra quelle industriali e le "fai-da-te" è dunque nel processo di assemblaggio. Il danno è assicurato in entrambi i casi.

Fonte Oggi



Via 6 Giugno, 250 - Olevano Romano
Per Info: Jennifer 333.78.31.626



POLIAMBULATORIO

La Stazione S.r.l.

**POLIAMBULATORIO
CONVENZIONATO A.S.L.:**

- Analisi cliniche
- Fisiokinesiterapia
- Radiologia

- Visite specialistiche
- Esami strumentali

CAVE

Via Speciano, 5/6
sanitas2002@tiscali.it

**MAXI
CAMPAGNA
PREVENZIONE
LUGLIO/AGOSTO 2019**

ZAGAROLO

V.le della Stazione, 14
poliamblastazione@tiscali.it

Per appuntamenti e info:

**06 9508050
06 95000296**

Per appuntamenti e info:

**06 9575508
06 95003115**



SPQR
**COMUNE DI
OLEVANO
ROMANO**



**ASSOCIAZIONE
COMMERCianti
OLEVANO ROMANO**



REGIONE LAZIO



**10^a Festa
San Giuseppe Artigiano**

Olevano Romano dal 28 al 30 Giugno 2019





4 PUNTO 4

Produttori diretti

PORTE - FINESTRE
ZANZARIERE
PERSIANE BLINDATE
PORTONI BLINDATI
GRATE BLINDATE

FINESTRE NURITH

PROMOZIONI

PORTA IN NOCE o
CILIEGIO o BIANCA € 115

PORTONCINO BLINDATO € 350

ZANZARIERE da € 33/mq



PALESTRINA (RM) - Via Pedemontana, 78
Tel. 06 9539132 - 335 8334687
quattropunto4@gmail.com

T
&
Bar

Bar Tabacchi

PONTE ORSINI

di Sbardella Carmela



Via Prenestina, 1
Paliano (Fr)

POINT Officina Meccanica

SERVICE CAR

Centro Gomme SBARDELLA



PALIANO (Fr) - Via Prenestina, 1
Tel: 0775.578551 - pointservicecar@libero.it
Enrico 339.3415848 - Mario 338.8771299

Mangiare cibi biologici riduce il rischio di cancro: lo studio che lo conferma

A cura di: *Cereagricola FLLI. Ciani* - Fonte: *Greenme.it*

L'annosa questione se valga la pena o no mangiare biologico per preservare la propria salute dal rischio tumori sembra arrivare a un punto di svolta: coloro che mangiano spesso alimenti bio avrebbero il 25% di probabilità in meno di sviluppare un cancro. È pronto ad ammetterlo un nuovo studio che ha osservato migliaia di adulti francesi. Un team di ricercatori ha voluto infatti analizzare in una ricerca quale sia l'associazione tra una dieta a base di alimenti biologici (cioè una dieta meno incline a contenere residui di pesticidi) e il rischio di cancro e dal loro studio di coorte è in effetti emersa una significativa riduzione del rischio tumori tra gli alti consumatori di alimenti biologici. Se già un precedente studio aveva collegato una dieta basata per la maggior parte sul junk food a un maggior rischio di patologie cancerogene,

ora si vuole sostenere che, anzi, una maggiore frequenza di consumo di alimenti di derivazione bio è da associare, al contrario, a un ridotto rischio di cancro. Lo studio: I ricercatori hanno studiato 68.946



volontari adulti provenienti dalla Francia che hanno fornito informazioni su quanto spesso mangiavano alimenti biologici, bevande e integratori alimentari. Ai partecipanti è stato assegnato un punteggio, basato sulla frequenza con cui mangiavano quel tipo di alimenti che andavano dalla "maggior parte del tempo" a "ma" o "non so". Durante due appuntamenti di follow-up, uno nel 2009 e un altro nel 2016, i ricercatori hanno seguito le diagnosi di cancro (il più diffuso risultava il cancro al seno). Altri tumori osservati includevano cancro alla prostata, cancro della pelle, cancro del colon-retto, linfomi non-Hodgkin e linfomi. Le persone che hanno riportato punteggi di consumo di alimenti biologici più alti avevano meno probabilità di diagnosi di cancro rispetto al resto del gruppo: nello specifico, coloro che consumavano il cibo biologico avevano il 25% di probabilità in meno di contrarre il cancro. Quel numero è cresciuto di oltre la metà quando si guardava a casi di linfoma non Hodgkin. Ciò non significa necessariamente che il cibo bio sia l'unica ragione per cui le persone abbiano meno probabilità di sviluppare il cancro, ma è da scovare anche negli altri stili di vita o nei fattori ambientali.

La ricerca contraddice anche alcuni dati riportati in uno studio precedente, il Million Women Study, che collegava il consumo di alimenti biologici a un lieve aumento del rischio di cancro al seno e in generale, ci tengono a sottolineare nella ricerca: "le preoccupazioni sui rischi dei pesticidi non dovrebbero scoraggiare l'assunzione di frutta e verdura convenzionale, soprattutto perché i prodotti biologici sono spesso costosi e inaccessibili a molte popolazioni".

Cereagricola
F.Lli Ciani s.r.l.

Prodotti per l'Agricoltura - Piantine da orto
Sementi - Cereali - Mangimi - Fertilizzanti
Macchine Agricole - Arredo Giardino
Impianti Irrigazione e Piscine

Via Prenestina Km. 55,700 (Loc. Erba Putine)
00030 GENAZZANO (Rm)
Tel. e Fax: 06.9579156

www.cereagricolaciani.it
cereagricolasrl@pec.it
Tel. e Fax: 06.9579156

Continua a Sambuci il dialogo sulla Strategia di Aree Interne

Romanzi: "Dobbiamo fare bene per fare da esempio. E' importante credere in quest'occasione e riconoscerne l'importanza. Occorre coinvolgere i giovani che, se ieri speravano in un posto fisso, oggi incontrano enormi difficoltà a trovare anche solo un lavoro".



A cura di Agenzia EVENTI

Si è tenuto nel pomeriggio di Martedì 18 Giugno il quarto incontro con le sub-aree per la definizione di una **Strategia di Aree Interne**. L'evento, che si è tenuto a Sambuci, ha coinvolto la sub-area comprensiva dei comuni di Cerreto Laziale, Licenza, Gerano, Mandela, Percile, Saracinesco e Vicovaro, oltre che dello stesso paese ospitante.

Numerosi i sindaci, assessori e consiglieri presenti, così come numerose le idee proposte al tavolo di discussione. A fornire dettagli sulle opportunità offerte dall'iniziativa sono stati il sindaco di Licenza e Presidente della X Comunità Montana dell'Aniene **On. Luciano Romanzi** e l'arch. **Fabio Brini**, coordinatore del gruppo incaricato di redigere il preliminare di strategia.

Tra gli argomenti trattati la necessità di contrastare il turismo "mordi e fuggi" migliorando il sistema di infrastrutture e servizi, di potenziare i collegamenti tra paesi, di stimolare l'artigianato riducendo la pressione

fiscale. Si è discusso inoltre di **branding territoriale** a confronto con le realtà straniere, di contrasto allo spopolamento, di ricettività in forma diffusa e di censimento delle case inutilizzate. Per quanto riguarda l'agricoltura e l'imprenditoria, vi sono state proposte sull'istituzione di un centro polifunzionale per la trasformazione dei prodotti locali, oltre che sull'importanza di implementare programmi semplici e accessibili a supporto delle imprese.

"Dobbiamo fare bene per fare da esempio - ha affermato l'On. Romanzi - è importante credere in quest'occasione e riconoscerne l'importanza. Occorre coinvolgere i giovani che, se ieri speravano in un posto fisso, oggi incontrano enormi difficoltà a trovare anche solo un lavoro".

Lo stesso Sindaco di Sambuci **Francesco Napoleoni**, appassionato di storia, ha fornito un contributo diretto alla discussione proponendo un percorso culturale sugli autori locali.

In occasione dell'evento i convenuti hanno avuto modo di visitare lo stupendo Castello Theodoli, fiore all'occhiello di Sambuci fin dal X secolo d.C. e sede della Sala Consiliare.

Comune di Roiate

Comune metropolitana di Roma Capitale

R...ESTATE CON NOI

7 Luglio: Escursione di Orienteering a Monte Livata (Associazione Largo ai Bambini);
2 Agosto ore 21.00: Serata Cinema (Largo ai Bambini);
3 agosto dalle 17.00: Pomeriggio per Bambini con Teatrino delle Marionette - P.le della Libertà (a.t. Pro Loco);
3 Agosto: Arrivo Ragazzi dello YAP - Progetto Comune di Roiate, Sentiero Verde e YAP Italia (Youth Action for Peace Italia);
Dal 5 al 9 e dal 12 al 16 Agosto: **Great Estivo** organizzato dal Consiglio dei Giovani (Roiate in Progress);
9 Agosto ore 19.30: Festa dello YAP Musica e Degustazioni Prodotti - P.le della Libertà (Comune di Roiate e a.t. Pro Loco);
10 Agosto dalle 19.00: Percorso Eno-gastronomico "Calici & Sapori Sotto le Stelle" Centro Storico (a.p.s. Roiate in Progress);
11 Agosto dalle 15.30: Pomeriggio per bambini con gonfiabili, musica, zucchero filato, mascotte e palloncini + spettacolo di magia con il "mago boom" presso P.le della Libertà (a.t. Pro Loco);
13 Agosto: Rafting a Subiaco (Associazione Largo ai Bambini);
15 Agosto dalle ore 21.00: Cocomerata P.le della Libertà (Centro Sociale Anziani);
16 Agosto dalle ore 19.30: Gnoccata di S.Rocco - P.le della Libertà (Centro Sociale Anziani);
17 Agosto dalle ore 19.00: Cena in Piazza con i Commercianti e Produttori di Roiate "Produciamo e Cuciniamo a km0";
Ore 21.00: Concerto con la Band "Contatto Zero" - P.le della Libertà (a.t. Pro Loco);
25 Agosto dalle 8.00: Donazione Sangue in collaborazione con l'AVIS comunale Ugo Fioramonti di Paliano - P.le della Libertà (a.t. Pro Loco);
25 Agosto ore 18.30: Laboratorio di circo e arrampicata per bambini (Largo ai Bambini);
25 Agosto dalle 21.00: Concerto Fanfara dell'Arma dei Carabinieri - P.le della Libertà;
30 Agosto dalle 21.00: Spettacolo di magia comica con il "Mago Ivan" e a seguire Dj set con "Paolo Dj" presso Piazza Umberto I (a.t. Pro Loco);
31 Agosto e 1 Settembre: 2ª Festa della Birra - P.le della Libertà (a.p.s. Roiate in Progress);
3 Settembre: Mani in pasta Laboratorio di cucina per bambini (Largo ai Bambini);
6 - 7 e 8 Settembre: Sagra Dell'Abbacchio 39ª Edizione;

Le Petit Café

Aperitivi e rinfreschi



Cocktail Bar / Pub
Primi e secondi piatti
cucina espressa

Prezzi più bassi del mercato



Ampio parcheggio
zona rifornimento

Via Casilina Km 46,400 - 00038 Valmontone (Rm) - Tel. 366.226.0771

CONSEGNA A DOMICILIO

sul territorio dei comuni di
CAVE e **GENAZZANO**

Costo del servizio solo 1,00€
Spesa minima di 20,00€



06 9580432
Per maggiori informazioni

Via Prenestina Nuova - **Cave** (RM)
(adiacente Eurospin - Home Brico)

Regione Lazio: LEGALITÀ: AL VIA LA II° EDIZIONE DELLA SUMMER SCHOOL ANTIMAFIA



Al via da lunedì 8 a venerdì 12 luglio la II° Summer School "Lazio Senza Mafie". Un'esperienza formativa speciale promossa dalla Regione Lazio, in collaborazione con CROSS – Osservatorio sulla Criminalità Organizzata dell'Università di Milano e l'Associazione "Avviso Pubblico - Enti Locali e Regioni contro le mafie" e il coordinamento scientifico del prof. Enzo Ciconte. La Summer School è rivolta a studenti universitari, operatori dell'antimafia sociale, amministratori pubblici e ordini professionali. Le lezioni si terranno da lunedì 8 a venerdì 12 Luglio al WeGil in Largo Ascianghi, 5 a Roma. Sono disponibili 80 posti al costo di 50 euro, ridotto a 30 euro per gli studenti. La quota delle iscrizioni sarà destinata ad una associazione che gestisce un bene confiscato. Le iscrizioni si raccolgono collegandosi al sito www.lazioenzamafie.it dove è possibile scaricare anche il programma definitivo.

Le lezioni si svolgeranno dalle 9 alle 17 e saranno tenute da docenti universitari, giornalisti, esponenti delle Forze di Polizia e della Magistratura tra cui Giuseppe Pignatone, Michele Prestipino (Procuratore facente funzioni Procura di Roma), Lucia Lotti (Procuratore Aggiunto Procura di Roma), Giovanni Russo (Procuratore Aggiunto Direzione Nazionale Antimafia), Roberto Sparagna (Sostituto Procuratore Procura di Torino), Francesco Gosciu (Capo centro DIA Roma), Giovanni Sozzo (Comandante ROS Carabinieri Roma), Giuseppe Dinoi (Comandante GICO Guardia di Finanza Lazio), Luigi Silipo (Capo Squadra Mobile Questura Roma) Stilian Cortese (Comandante G.O.A. Guardia di Finanza Lazio) Nando Dalla Chiesa, Lirio Abbate, Floriana Bulfon, Fabrizio Feo, Vincenzo Spagnolo e numerosi docenti, tra i più qualificati studiosi di mafie, di varie Università italiane. "Riconoscere le mafie, la loro presenza, il loro modo di agire è il primo passo per costituire un fronte comune e generare una reazione che ci chiama tutti in causa. Tutti siamo responsabili. Tutti possiamo fare qualcosa. E se tutti facciamo qualcosa, e quindi diventiamo un insieme, siamo più forti delle mafie – parole del presidente, Nicola Zingaretti, che ha aggiunto: con questo obiettivo abbiamo voluto la II° edizione della Summer School Antimafia del Lazio. Un'iniziativa dedicata in particolare ai giovani, un nuovo importante tassello nella mobilitazione civile e culturale che stiamo promuovendo per sconfiggere le mafie nella nostra regione".

"La conoscenza è una delle armi più potenti che abbiamo a disposizione per sconfiggere le mafie. Siamo convinti che bisogna prima di tutto, sapere come i poteri criminali si muovono, quali sono i loro affari e interessi, come si insinuano nei quartieri, nei territori, nell'economia e nelle pubbliche amministrazioni. Solo così possiamo far crescere la consapevolezza del pericolo rappresentato dalle mafie e rafforzare le ragioni di un impegno collettivo per la legalità e la giustizia sociale" – parole di Gianpiero Cioffredi, presidente dell'Osservatorio per la Sicurezza e la legalità.

AL.P@.

Polisini Alfredo

Impianti Elettrici ed Elettronici

Impianti elettrici, civili e industriali - Automazioni - Allarmi
T.V.C.C. - Impianti TV, sat/digitale terrestre - Fotovoltaici
Cablaggio strutturato/rete dati e centrali telefoniche
Fibra ottica - Video/citofonia - Impianti elettronici in genere
Rigenerazione di centrali elettroniche
e revisioni motori per automazioni.

Via Speciano, 102 - 00033 Cave (Rm)
elettroimpiantialpo@gmail.com - alfredopolisini@pec.it
tel/ fax: 06.9507609 - cell. 3331157199



Via Prenestina Nuova km. 59,613

00033 Cave (Rm)

(Piazzale Eurospin)

Tel. 328.0822327

334.3398425

Aperto tutti i giorni
dalle ore 6:00 alle ore 20:00

Il Capriccio dei Bimbi snc

di Sambucini Fernanda e Pamela

Abbigliamento, Intimo
carrozzine

Strepitosi

Saldi estivi

nel mese di luglio

Via Cavour, 76 - Olevano Romano (Rm)

Tel. 06.88799985

PER INFO: WWW.ROMALAVORO.INFO

Roma Lavoro

11.655 BIDELLI

In TUTTO il LAZIO
ANNO SCOLASTICO 2019/2020



ARCHIVISTI e BIBLIOTECARI

Candidature ai BENI CULTURALI

GIARDINIERI

MUNICIPALIZZATA Provincia di Roma

LICENZA MEDIA

27 IMPIEGATI

CAMERA di COMMERCIO ROMA

SUDOKU

8			3			2		
	4	5	2		9	6	8	
	3		7				5	
	6	3		5		7		
5				9	7		6	
		7		3		8	5	
	9	8			1		7	4
		4	6		3		8	2
	7		9					



NEGOZIO **ebay**

VENDITA

mariani.valter

RICAMBI MOTO USATI ONLINE E AL DETTAGLIO



RESTAURO MOTO D'EPOCA

Via casilina Km. 49,450 - 00034 Colleferro

Tel. e Fax 06.97080677 Cell. 339.2076986

"MENSILE EVENTI"

aut. trib. di Tivoli n°24/2009 del 31/03/2009 - Iscr. Roc n°18528
MODA, CULTURA, BUSINESS, NOTIZIE UTILI, BENESSERE, POLITICA,
ISTITUZIONI, RUBRICHE, DIFFUSIONE GRATUITA
TERRITORIO: ANIENE - TIBURTINO - E ZONE LIMITROFE FONDATA NEL 2009

Redazione e Pubblicità:

Agenzia EVENTI Via Porta San Francesco, 12 - 00030 Bellegra (Rm)

Tel/ Fax 06.95.65.425 - 333.58.47.567

E-mail: proietti.eventi@yahoo.it - PEC: emanueleproietti@pec.it

Collaboratori a titolo gratuito:

Editore: Emanuele Proietti

Direttore Responsabile: Daniele Crescenzi

Stampa: Tipografia "Nuova Stampa" - Cave (Rm) - 06.95.81.258

Manoscritti e foto, anche non pubblicati, non vengono restituiti.

Nuova Store

Summer SALE

by



dal 1 al 31
Luglio 2019

- SCONTI fino al 70%!

DUE PIANI

PRIMO PIANO

Arredo Casa in Stile
Country • Shabby Chic • Industrial
Bomboniere e Liste di Nozze
Allestimenti Eventi e Confettate

SECONDO PIANO

"La Profumeria des merveilles"
Fragranze Francesi per la
Casa • Corpo • Tessuto
Candele e Saponi Natural
Accessori Moda e Bijoux
Linea Make Up

Genazzano Rm Via dell'Acqua Santa 4

06.87563579

TORTILLA DI PATATE CON MAIS E PEPPERONE

INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

1 kg di patate; 1 peperone verde; 1 cipolla rossa grande; 2 spicchi di aglio; 2 pomodori; 3 cucchiaini di mais al naturale; 6 uova; 2 cucchiaini di prezzemolo fresco tritato; 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva; sale; pepe.

PREPARAZIONE

✓ Sbollentate le patate in abbondante acqua bollente salata per circa 5 minuti, quindi scolatele e lasciatele intiepidire.

✓ Scaldate l'olio in una padella capiente e fatevi saltare la cipolla affettata, le patate pelate e tagliate molto sottilmente, l'aglio schiacciato, il peperone a dadini, i pomodori privati

della polpa interna e fatti a pezzettini, e il mais. Regolate di sale e di pepe.

✓ Eliminate l'aglio e, quando sarà tutto ben rosolato e tenero, versate nella padella le uova precedentemente sbattute. Regolate di sale e pepe. Coprite con un coperchio e lasciate rapprendere.

✓ Girate la tortilla molto delicatamente, facendo attenzione a non romperla. Terminate la cottura in forno già caldo a 200 °C per 5-8 minuti, finché non sarà ben cotta e dorata.

✓ Lasciate intiepidire, cospargete con il prezzemolo fresco e tagliate a cubotti. Servite con una bella insalata o in versione finger food (basterà tagliarla a cubetti più piccoli).

L'eccesso a tavola fa il fegato grasso

La steatosi epatica, patologia che comunemente viene definita "fegato grasso", è sempre più un'emergenza.

Secondo le ultime stime, in Italia il 25% della popolazione ne soffre. Una condizione di per sé non pericolosa, che, però, in presenza di alcuni fattori scatenanti, può evolvere in quella che gli addetti ai lavori chiamano Nash, la steatoepatite non alcolica, un disturbo che negli Stati Uniti

rappresenterà la prima causa di trapianto di fegato. Il fegato grasso, dunque, è l'anticamera di un problema ben più grande, una vera bomba a orologeria. Quando ciò accade assistiamo a un cambiamento del tessuto

epatico. Mentre nella steatosi epatica parte del fegato iè costituito da accumuli di grasso, nella Nash spesso ci sono vere e proprie formazioni di tessuto fibroso. Questo,

sostituendo il tessuto originale, compromette progressivamente la funzionalità dell'organo con i problemi che ne conseguono. Le cause di questo passaggio non sono ancora molto chiare. Se da un lato diversi studi indicano una predisposizione genetica, dall'altro il ruolo della dieta comincia a farsi sempre più chiaro.

Eccesso di carni rosse e insaccati, utilizzo di zuccheri industriali, grassi trans e grassi polinsaturi sono solo alcuni dei fattori. Fare prevenzione cambiando le nostre abitudini alimentari è di fondamentale importanza per evitare questo processo e, più in generale, per vivere a lungo in salute. È importante farlo sin da piccoli: in Italia si stima che il 15% dei bambini sia affetto da fegato grasso ma si arriva fino all'80% tra i bambini obesi.



**NE SOFFRE L'80%
DEI BIMBI OBESI**



ORDINE DEI GIORNALISTI

del Lazio



Agcom: al via regolamento contro l'hate speech

Nessun tentativo di limitare la libertà d'espressione, "ma uno strumento per proteggerla attraverso la completezza dell'informazione. Generalizzazione, semplificazione e incompletezza nel dare le notizie favoriscono gli stereotipi e i pregiudizi". Lo spiega Antonio Nicita, commissario Agcom, illustrando

il Regolamento, dell'Autorità per le Garanzie nelle Comunicazioni sul contrasto all'hate speech, al quale il Consiglio Nazionale Ordine dei Giornalisti (Cnog) ha contribuito con specifiche indicazioni. "Siamo convinti che il regolamento possa aiutare a disincentivare il linguaggio dell'odio e a porre l'attenzione su chi viola i principi deontologici - sottolinea Carlo Verna, presidente del Cnog -. Sono comportamenti che possono venire anche da chi è iscritto all'Ordine dei Giornalisti. Per questo sono previste nelle regole tutta una serie di fasi intermedie per avvertire chi si sta allontanando da un linguaggio volto alla costruzione della comunità". Il Regolamento, già in vigore, stabilisce "i principi e le disposizioni cui devono adeguarsi i fornitori di servizi media audiovisivi e radiofonici soggetti alla giurisdizione italiana nei programmi di informazione e intrattenimento per assicurare il rispetto della dignità umana e del principio di non discriminazione e contrasto alle espressioni di odio" si spiega. Si stigmatizzano nei media le "rappresentazioni stereotipate e le generalizzazioni, che attraverso il ricorso a espressioni d'odio possono generare pregiudizi nei confronti di persone che vengano associate a una determinata categoria o gruppo oggetto di discriminazione, offendendo così la dignità umana e generando una lesione dei diritti della persona". L'Autorità vigila sulle possibili violazioni attraverso un'azione di monitoraggio e tiene conto anche delle segnalazioni qualificate di associazioni e altre organizzazioni rappresentative dei diritti degli utenti. In caso di violazioni episodiche l'Autorità, previo contraddittorio, le segnala sia al fornitore di servizi media che sul proprio sito, mentre in caso di violazioni sistematiche o comunque gravi, scatterà un procedimento sanzionatorio (sul quale anche l'Ordine potrà fare una propria indagine), che ha come tetto massimo per la multa, circa 260 mila euro. Per l'Agcom, che ha lanciato contro l'hate speech anche uno spot, costruito sullo slogan "Ci sono tante parole, scegliamo quelle giuste", resta la questione della comunicazione via web sulla quale l'Autorità non ha poteri diretti: "sono soggetti che spesso hanno applicato loro codici autoregolamentazione legati al contrasto dell'hate speech - dice Nicita -. Lì si tratterà di avviare un dialogo sulla trasparenza nell'applicazione di quelle regole".



Libreria
Libera...mente

Libri - Fumetti
& Graphic Novel
DVD e CD Musicali
Oggettistica e ... idee...

Via Roma n. 73/75
Olevano Romano
tel/fax 069563230
cell. 334 6519134
www.liberamentelibri.it
liberamentolevano@gmail.com



Via 6 Giugno, 26 Olevano Romano
Tel 0683515374



OCCHIALI IN CANTIERE



13 luglio

ore 14:00



Diretta

**RADIO RADIO
a Frosinone**

Special Summer

50%
special

Dal 6 al 13 luglio
50% DI SCONTO su
tutti gli **occhiali da VISTA!**

**Solo il 13 luglio anche su
tutti gli occhiali da SOLE!**

Non cumulabile con altre promo in corso

CAPENA (RM) - Via Tiberina km 16.200, 34I

COLLEFERRO (RM) - c.c. Fontana dell'Oste - Via Fontana dell'Oste, 33

FROSINONE - Via Dei Monti Lepini km 6.200

www.occhialincantiere.it
seguici su  

La creatività si può allenare. Ecco 5 tecniche per farlo al meglio.

A Cura di Tiziana e Martina Morasca - Fonte: MILLIONAIRE.IT



da destra Tiziana e Martina Morasca

1. CHIEDI COME UN BIMBO. Adotta lo spirito del principiante. Fa come se ignorassi tutto. Elenca i perché, le domande sul problema,

risalendo di domanda in domanda, mettendo sempre più a fuoco quello su cui devi lavorare. Annota le risposte.

2. DIVENTA IL PROBLEMA. Identifica il problema per cui cerchi idee. E prova a esserci dentro. Chiudi gli occhi. Racconta la storia. Esempio: come reinventare una carta da parati. Identificazione: "Sono una pelle. Sono costituita da strati. Come una cipolla. Se levo quello superficiale, ne ho uno nuovo sotto". Idea: "Faccio una carta da parati multistrati. Se

levo quello vecchio, sotto c'è una carta nuova, magari di un altro colore".

3. VAI IN GIRO. Le idee arrivano se esci dal blocco fisico in cui sei. Cammina. In un posto naturale, in un supermercato o una strada. Ripetiti il problema, ma lascia navigare sguardo e mente, annotando le idee stimulate da ciò che vedi. Al ritorno rileggi o riascolta.

4. FAI UN BRAINSTORMING. Esprimi tutte le idee che ti passano in testa, a tutta velocità, in quantità, senza giudicarle. Poi scegli. L'ideale è in gruppo, ma

puoi anche dialogare ad alta voce con il tuo smartphone.

5. SII WALT DISNEY. Trasforma l'immaginazione in idee concrete, in tre fasi. 1) Sogna. Rilassandoti, vaga con la mente nell'argomento della tua ricerca. 2) Realizza. Racconta il tuo sogno con una serie di schizzi, uno storyboard, non importa se disegni male. Identificati con i personaggi. 3) Critica. Pensa a chi è destinata l'idea, ai dettagli, raccogli osservazioni di chi hai attorno. Poi chiediti: come? Quando? Dove? E riparti.

SINDROME DELLA CUFFIA DEI ROTATORI

A CURA DEL DOTT. FLAVIO RANALDI

SINDROME DEL PIRIFORME

E' una patologia che insorge quando il muscolo piriforme, situato nella regione del gluteo, comprime o irrita il nervo sciatico. Questo fenomeno produce una sintomatologia simile ad altre condizioni che evolvono in sciatalgia, per questo motivo risulta essere di difficile individuazione da parte del medico.

QUALI SONO LE CAUSE?

La compressione del nervo sciatico da parte del muscolo piriforme può dipendere da:

- alterazioni congenite (ovvero presenti alla nascita) della morfologia del muscolo o del nervo sciatico;

dott. Flavio Ranaldi

- presenza di un importante trauma al gluteo che abbia comportato la formazione di un ematoma e successivamente di tessuto cicatriziale;
- ipertrofia del muscolo piriforme per eccessivo utilizzo (ciclismo, corsa a lunga distanza, etc.);
- esiti di iniezioni intramuscolari in sede glutea;
- uno spasmo del muscolo piriforme di origine idiopatica, non nota;
- esiti di chirurgia ortopedica a livello del femore;
- miosite ossificante a livello del piriforme;
- dimetrie degli arti inferiori;
- posture non corrette.

I sintomi tipici della sindrome del piriforme sono:

- un dolore al gluteo che giunge fino alla natica;
- un dolore simile alla sciatalgia, ovvero che si irradia inferiormente alla natica e alla superficie posteriore della coscia;
- intorpidimento, formicolii e riduzione della sensibilità cutanea nel territorio del dolore;
- compromissione della forza muscolare della gamba affetta nelle forme più avanzate;
- riduzione della mobilità dell'anca;
- talvolta presenza di una tumefazione solida alla palpazione esterna della regione glutea.

Il dolore è esacerbato in posizione seduta o accovacciata, mentre si allevia con il movimento e la camminata.

TRATTAMENTO RIABILITATIVO: COME CURARE LA SINDROME DEL PIRIFORME

Il trattamento di questa patologia è costituito dall'applicazione di:

- Tecniche manuali (la compressione ischemica è tra le tecniche manuali più utilizzate per trattare la contrattura del muscolo piriforme. Oltre a questa seguono numerosissime tecniche di trattamento del tessuto mio fasciale e tessuti molli.);
- Mezzi fisici (i più utilizzati in questa condizione sono il laser ad alta potenza e la Tecarterapia);
- Esercizi (esercizi di allungamento per il muscolo piriforme).

Se il dolore dovesse superare la soglia di tolleranza sono consigliati farmaci analgici tipo FANS che vanno a ridurre l'infiammazione sempre sotto stretto controllo del tuo medico

Fisiomed Dott. Flavio Ranaldi

FisiMed
sport & riabilitazione

Dott. Flavio Ranaldi
Fisioterapista

Viale Vittorio Veneto, 97e
00035 Olevano Romano (Rm)

338.9451284

fisiomed.ranaldi@gmail.com

ASSICURAZIONI
di Tiziana e Martina Morasca

CONSULENZA
• RCA
• Polizza Vita
• Fondi Pensione
• Infortuni e Malattia
• Investimenti
• Modulo Legale
• Leghe e Dolo

Via Cadorna, 18 - Subiaco - Rm -

Tel. 0774.83457 - 3393697813 - 3204147307

e-mail: assicurazionimorasca@tiscali.it

NUTRISALUS L'angolo della salute
Group



Estate, tempo di diete ma attenti a quelle fasulle

Care lettrici e lettori, questo è il periodo dove si pretende di mettersi in forma con poco tempo e sperando che qualcuno abbia la pillola magica. Il periodo delle diete più disparate e delle mitiche diete chetogeniche, che fanno perdere peso in poco tempo fanno delle controindicazioni che devono essere tenute in grande considerazione.

La dieta chetogenica fa perdere peso, anche in maniera consistente e velocemente, ma ci deve essere un periodo di adattamento ed un controllo medico. Appena finito il periodo chetogenico, va messo in atto un piano dietologico nutrizionale adatto a non far riprendere i chili persi e soprattutto a riadattare il corpo ad una dieta normale.

Molti ormai vedono programmi settimanali che sostituiscono i pasti, hanno carattere chetogenico, ma non prendono in considerazione il metabolismo della persona. Prima di intraprendere un periodo chetogenico, bisogna fare uno screening metabolico per controllare i livelli dei parametri ematici e come si comporta il nostro metabolismo se sottoposto a certi stimoli. Inoltre, queste diete non cercano di mantenere un giusto rapporto tra massa magra e grassa ed in molti casi sono squilibrate dal

punto di vista nutrizionale.

Per seguire queste diete bisogna comprare dei kit che durano in genere una settimana. Questi programmi sono pubblicizzati da molte ditte ed una di queste diete (pubblicizzata in TV) è finita nel mirino de "IL FATTO ALIMENTARE", quotidiano online indipendente (ilfattualimentare.it). Hanno chiesto il parere della ANSISA (Associazione Nazionale Specialisti in Scienza Dell'alimentazione) in merito a "Quali problemi può causare un apporto energetico al di sotto del metabolismo basale?"

Un apporto energetico così ridotto può portare a un rapido calo ponderale, ma crea qualche problema perché non soddisfa il fabbisogno di macro e micronutrienti (col rischio di sviluppare stati carentiali), e causare una significativa riduzione del metabolismo basale.

Questo vuol dire che la persona consuma le riserve più facili da reperire come le proteine muscolari, riducendo la massa muscolare attiva, ed entra in una modalità "protettiva" di "risparmio energetico" (motivo per cui diventa più semplice riacquistare velocemente il peso perso quando si termina la dieta). Cercare di perdere velocemente peso per la cosiddetta "prova costume", è un errore, compresa l'obesità infantile.

Nel mese di ottobre e novembre il nostro centro attivò attività di studio occasionali a favore di chi vuol fare un regime per se stessi e i familiari, sotto la supervisione di esperti.

I bambini dell'Europa meridionale - Italia compresa - continuano a soffrire di obesità più dei loro coetanei del resto del continente, forse a causa della progressiva scomparsa della dieta mediterranea, ormai sostituita da uno stile alimentare di tipo "occidentale".

L'ennesimo allarme arriva da uno studio realizzato dall'Orms. In 21 Paesi europei su oltre 600 mila bambini e bambine, che ha confermato come nei luoghi nati della dieta mediterranea - come Spagna, Grecia, Italia - si registrino i livelli di obesità infantile severa più alti d'Europa.

Spesso parlo del rischio del sovrappeso in età adolescenziale e dei pericoli per la vita da adulti. Un nuovo studio è stato pubblicato il 20 maggio sulla rivista Circulation suggerisce che solo pochi chili in più durante l'adolescenza possono tradursi in probabilità più elevate di sviluppare malattie cardiache in età adulta come negli adulti.

Angelo De Martino

NUTRISALUS
Group

CENTRO STUDI E RICERCA SOVRAPPESO E OBESITÀ

STUDIO: Via G. Verdi, 34
00030 LABICO (Rm)

Tel/Fax: 06 97652547 - Cell: 347 7646086

angelodemartino@nutrisalus.it - www.nutrisalus.it



DELBRUSCO.COM

NOLEGGIO E VENDITA TENDOCOPERTURE

- ✓ GAZEBO
- ✓ TENSOSTRUTTURE
- ✓ VELE
- ✓ DEHORS
- ✓ PERGOTENDE
- ✓ OMBRELLONI
- ✓ GRANDI COPERTURE
- ✓ TELONI IN PVC SU MISURA

GAZEBO



GAZEBO MAXI



VELE



DEHORS



DEHORS



DEHORS



OMBRELLONI



TELONI IN PVC SU MISURA



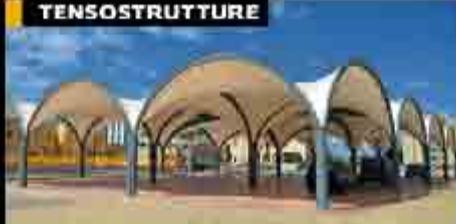
PERGOTENDE



GRANDI COPERTURE



TENSOSTRUTTURE



TENDOCOPERTURE



📍 VIA COLLE OSPEDALE N.22 - VALMONTONE (RM)

☎ 06.95.90.164

✉ INFO@DELBRUSCO.COM