



PER CONTATTI E PUBBLICITÀ: Tel. 347. 8521307 - direzioneilfaro@gmail.com - www.ilfaroinrete.it

GIORNALE | INTERNET | SOCIAL | RETE | EVENTI | BUSINESS NETWORKING

Il Faro Buongustaio

La Comunicazione per il settore Enogastronomico

FEDERICI

Il chicco & il calice

Girasole RISTORANTE

Il Faro
Giornale di Informazione, Comunicazione e Reti
Eventi e Business Networking

ARIS

AEC

PASTERIA

Ristorante AL 58
SANTA MARINELLA

Conciliatore

Luciana Portento
Professionista dell'Acqua

ViniAmo... 3a Edizione

CARADONNA
AGENZIA AGRICOLA

MORETTI
voglia di bere

Convivio Ampelo
IL SALOTTO URBANO PER APPASSIONATI
DI VINO E CUCINA CREATIVA

MORESCHI
caffè bistrot

Sancarraro

Locanda MADONNA DELLE VIGNE

RISTORANTE L'incanto Marino

DANIELGELÒ
Laboratorio di Gelateria Artigianale

Vai a pag. 50

Diventa il nostro Riferimento!

Ristoranti, Bar, Hotel, Cibi, Vini e Bevande, Eventi

Per info. Pubblicità Tel. 347 85 21 307

Copertina di Riccardo Cristofanilli



- I Professionisti**
pag 4,10,11,15,16,18,33,35,36, 45
- Eventi**
pag 8,23,31,41,46,47,48,49
- Cultura e Arte**
pag 37,42,44
- Il Faro dei Vigili del Fuoco**
pag 38,39

SPECIALE BUONGUSTAIO
da pag 50 a pag 64

- Medicina e Benessere**
pag 19,20,21,22,24,25,26,27,
28,29,30,32
- Attualità e Turismo**
pag 5,6,7,8,9,13,14,17,34,40,
43,44

GIORNALE E PORTALE INTERNET

SOCIAL E APP

UFFICIO STAMPA

EVENTI

MANIFESTAZIONI CITTADINE

IN OLTRE 15 CIRCUITI DI BUSINESS NETWORKING

PUBBLICITÀ COMPLETA NEL CIRCUITO DEL FARO 2024

Inizia un bel Viaggio...Curiosità sul Giappone!



Inizia un bel viaggio! Quello che hai scelto o quello che ti è venuto a cercare. In entrambi i casi, ti porta al cambiamento, uscendo dalla tua area di comfort, un'altra prospettiva. E' un percorso che è bello condividere. Viaggiare richiede apertura mentale, equilibrio, curiosità complice ed un "buon carattere" per affrontare scelte, prove e godere dello stupore delle novità senza stress. E' una scelta che non tutti fanno.

Il viaggio è ritmo, scoperta e gioia, è incontro e confronto! Sono emozioni! Quando torni puoi scegliere di riprodurre ciò che ti ha conquistato. Quando si è lontani da casa ci si avvicina a ciò che vorresti essere. Ti fa sentire chi ti vuole bene. Viaggiare è creatività, crescita culturale ed incontro con l'altro. Ci si connette con le parti di sé ed è allora che risuoniamo! Viaggiare è meta ed un nuovo inizio e come una bella storia d'amore ti aiuta a tirar fuori quelle parti più belle di te che ti fanno crescere e che ti realizzano. **Inizia un bel viaggio... in Giappone!** E' veramente un piacere rilevare quel grande rispetto umano che incontri in questo Paese. La gentilezza va oltre l'inchino e spesso è più caloroso di un abbraccio. È scortese perdere la pazienza, si gestiscono le situazioni di conflitto anche se poi il Giappone è al 7° posto per i tassi di suicidio. Si evita il contatto fisico troppo ravvicinato. Niente baci o abbracci, non sono affatto ben visti. Infatti, è difficile incontrare innamorati che si fanno effusioni in pubblico.



Il tasso di nascita in Giappone è così basso, che i pannolini per adulti sono più venduti di quelli per bambini. Di primati il Giappone ne ha tanti, ma questo è uno triste: il tasso di natalità tra i più bassi al mondo. Si vedono, infatti, poche carrozzine. Ci sono più animali domestici che bambini!

Letichetta giapponese ha le sue regole. E' proibito fumare in strada perché, secondo la legge, si può correre il rischio di bruciare qualcuno. Meglio... anche se poi lo si può fare nei punti segnalati. Non si possono indicare le persone (anche in Italia in realtà), e rispettare il tono di voce (non si urla) è una regola. Se bussi alla porta vieni rimproverato ed è vietato parlare al tel. nei mezzi di trasporto o soffiarsi il naso in pubblico è un gesto poco educato.

Il Giappone ha i treni più puntuali del mondo e la gente in fila per uno, è attenta a non superare o prevaricare. Prevale sempre l'ordine e la pulizia. Non si trova una carta per terra neanche alla stazione e trovare un cestino è quasi impossibile. I rifiuti si riportano a casa e poi, veramente lo si fa. Un "Consiglio PORTENTOSO"? Usa le App per chiamare



gli Hub taxi e tradurre i testi! Nonostante sia la terza potenza economica al mondo ed un paese altamente tecnologico, l'uso della carta di credito non è così praticato. In molti locali si può pagare solo in contanti. Occorre fare attenzione e non rimanere senza! In questo momento è molto conveniente andare in Giappone e l'euro rispetto allo yen è favorevole (ultimo valore 166,85). Si può cenare bene anche a 15 euro. E' una moda ora in Italia tra Sushi e sashimi, anche se il riso bianco non è proprio quello a cui siamo abituati (veramente troppo incollato)! E' una questione di gusti la cucina giapponese...a chi piace! Ogni anno in Giappone vengono utilizzati 24 miliardi di paia di bacchette.

Fare rumore mentre si mangia, risucchiare il ramen in modo rumoroso o il brodo di una zuppa calda, è considerato un gesto maleducato in Italia. In Giappone invece, è segno che il cibo è buono ed è un complimento al cuoco ma il rumore può risuonare cacofonico alle nostre orecchie. Comunque non è consuetudine lasciare le mance e se ti viene da brindare...non dire *cin-cin!* Si metterebbero a ridere, gli ricorda *ochin-chin*, cioè la parola usata dai bambini per indicare il pene! La cucina tradizionale giapponese è nota certo tra le più sane del mondo: il tasso di obesità è il più basso e la sua gente vive più a lungo. **Magari anche per l'acqua!** Bere l'acqua in maniera corretta per disintossicarsi dalle tossine e dalle scorie in eccesso è in Giappone una pratica importante.

gli Hub taxi e tradurre i testi! Nonostante sia la terza potenza economica al mondo ed un paese altamente tecnologico, l'uso della carta di credito non è così praticato. In molti locali si può pagare solo in contanti. Occorre fare attenzione e non rimanere senza! In questo momento è molto conveniente andare in Giappone e l'euro rispetto allo yen è favorevole (ultimo valore 166,85). Si può cenare bene anche a 15 euro. E' una moda ora in Italia tra Sushi e sashimi, anche se il riso bianco non è proprio quello a cui siamo abituati (veramente troppo incollato)! E' una questione di gusti la cucina giapponese...a chi piace! Ogni anno in Giappone vengono utilizzati 24 miliardi di paia di bacchette.



Fare rumore mentre si mangia, risucchiare il ramen in modo rumoroso o il brodo di una zuppa calda, è considerato un gesto maleducato in Italia. In Giappone invece, è segno che il cibo è buono ed è un complimento al cuoco ma il rumore può risuonare cacofonico alle nostre orecchie. Comunque non è consuetudine lasciare le mance e se ti viene da brindare...non dire *cin-cin!* Si metterebbero a ridere, gli ricorda *ochin-chin*, cioè la parola usata dai bambini per indicare il pene!

La cucina tradizionale giapponese è nota certo tra le più sane del mondo: il tasso di obesità è il più basso e la sua gente vive più a lungo. **Magari anche per l'acqua!** Bere l'acqua in maniera corretta per disintossicarsi dalle tossine e dalle scorie in eccesso è in Giappone una pratica importante.

ILLUMINA LA TUA ATTIVITÀ CON IL FARO
Giornale, Portale Internet www.ilfaroinrete.it, Social, Eventi, Circuiti Business

Alcuni dei Circuiti del Giornale Il Faro **565** IL SALOTTO CULTURALE DELL'EUR




















....Oltre alla piacevole presenza ad Eventi presso altri Circuiti come quelli del Rotary Club, dell'Accademia internazionale Mauriziana, della Camera e del Senato, del Comune di Roma, dell'Ambasciata del Messico e di diverse Associazioni...ed ogni mese, presso Eventi privati, pubblici e manifestazioni cittadine!

Per info PUBBLICITÀ Tel 347 8521307

L'occasione del Viaggio è stato, infatti, per i **50 anni dell'Acqua Kangen, la Convention Mondiale ad Okinawa** (dove c'è il tasso più alto di centenari), 6000 persone e 50 paesi intervenuti. Un Faro che si è acceso sul Benessere e sulla **Professionista dell'Acqua, Luciana Portento** oltre che grande organizzatrice, compagna di viaggio strepitosa (insieme agli amici conosciuti in questa occasione)! Si è aperto un mondo da condividere...quello della Kangen, insieme ai suoi campi di Curcuma, agli allevamenti di carni e pesci con l'Acqua Kangen dove in Giappone ci sono anche hotel e ristoranti!



Quanti distributori automatici, uno ogni 23 persone ed il Giappone è disseminato di 5,52 milioni di macchinette. E' possibile entrare in un hotel e non incontrare alcuna persona. Immagini dell'intelligenza artificiale ti accolgono con proiezioni di animali preistorici e ti fanno il check-in o, meglio, ti fanno compagnia mentre lo fai. Le stanze d'albergo anche a 4 stelle sono molto piccole, spazi misurati, giusto per aprire le valigie. A differenza dei bagni che sono uno spettacolo! La tecnologia è avanzata e nei water è possibile ritrovare tanti altri servizi come la musica ed il bidet con diversi spruzzi, altamente high-tech! La tecnologia e la pulizia prevalgono sempre!

Consiglio l'esperienza di dormire nei *ryokan*, le tipiche case giapponesi, talvolta antiche e con giardino interno, ma possono essere strutture moderne al pari di alberghi a 4 stelle con il fascino dell'accoglienza e la tipica calorosità. Soprattutto a Kyoto, dormire nei *futon*, magari doppi, direttamente a terra o su un tatami è un'esperienza da fare. La mattina li mettono via, per tirarli fuori solo per dormire. Le case Giapponesi sono molto essenziali anche nell'arredamento, a differenza dei giardini curatissimi, dove si trova chi li cura anche sotto un temporale.

L'esperienza nelle terme giapponesi è da fare, negli *Onsen* con le vasche calde e fredde, divisione tra uomini e donne...Nudi e prima ovviamente ben lavati! Il Giappone è uno dei paesi più sicuri al mondo, quasi si può lasciare una borsa incustodita senza timori! Quasi...

Rituali e regole di etichetta caratterizzano la società dove l'apparenza è fondamentale. L'abnegazione, il rispetto dell'autorità e la proiezione di sé nella società, conduce ad una sorta di auto-annullamento al servizio dell'interesse pubblico. I dipendenti giapponesi si sacrificano alle loro aziende, difficile che le cambino anche perché dovrebbero ricominciare da zero e sono chiamati guerrieri aziendali. Diverse le circostanze di morti improvvise correlate all'eccessiva attività lavorativa.

Confucio afferma che, se uno sceglie il lavoro che ama, in pratica non lavorerà mai, neanche per un giorno in tutta la sua vita. In Giappone il lavoro non è una costrizione ed oltre al mezzo per sostenersi, è un dovere sociale, un legame generazionale in un mondo dove ciascuno ha il suo ruolo che serve a far marciare l'ingranaggio sociale. Ci si dedica alla famiglia, si vive nel ricordo degli antenati. Si entra più in una dimensione spirituale anche tra i diversi templi e "la parte fisica si sente di meno" e più nel contatto con la natura. La Metro di Tokyo è un grande labirinto

con le sue 13 linee, tra colori, numeri e lettere, una città sotterranea anche a 2 piani. Tra i suoni dei cinguettii come miraggio di un parco e le musiche dei videogiochi si



percorrono centinaia di metri. Le persone indossano le mascherine al minimo raffreddore, ci sono negozi e colonne di persone in fila che seguono il rispetto del silenzio, i cellulari non prendono suono. Le persone dormono in treno ed in automatico si risvegliano alle fermate. I fumetti ti accompagnano sui manifesti. Trovi scolaresche con la divisa, impiegate con le giacche nere e donne con il Kimono. A Shinjuku, lo snodo ferroviario più grande di Tokyo, il più trafficato al mondo (oltre 3 milioni di passeggeri ogni giorno) spuntano professioni per noi inesistenti, come "lo spingitore di persone nei vagoni". Lì il contatto non manca. Nel groviglio puoi perdere l'orientamento ma si trova chi ti aiuta ed addirittura ritorna indietro dopo 15 minuti per portarti a meta se crede di aver dato l'indicazione sbagliata! Ci sono poi sempre i taxi con la guida a destra e con la scritta S.RIDE. Togliersi le scarpe quando si entra in una casa è un must assoluto. Questa è anche la norma per diversi ristoranti! Tra scarpe con altissimi tacchi di gomma e sandali giapponesi artigianali si vive quel mix perfetto tra tradizione e modernità, tra passato e moda del futuro. Apri la mente alla cultura dell'esperienza del viaggio, puoi scoprire le tue origini come in Giappone oppure il senso della spiritualità ed oltre, uno scorcio sul tuo futuro innovativo! L'onda fluttuante per tutti...dove tutto scorre! Ogni porta come a Fushimi Inari a Kyoto, è un'opportunità! Ecco la figura del Daruma con la filosofia giapponese della perseveranza, dove si colora un occhio, il tuo obiettivo e quando lo si raggiunge si tinge l'altro...Inizia così un nuovo viaggio personale seguendo la direzione del Kaizen, quello del miglioramento continuo nella nostra vita, sempre con il sorriso e la gentilezza! **Valentina Tacchi**

L'ACQUA NON È TUTTA UGUALE

Acqua Ionizzata Alcalina

Scopri gli straordinari benefici

Luciana Portento
Imprenditrice Green
Professionista dell'Acqua
Tel 328 9465456



LA RUBRICA LEGALE

Screenshot e i messaggi testo e audio di WhatsApp possono costituire valida prova in un processo?

Avv. Daria Colica e Avv. Valeria Zuccarello

tel. +39 347 9368029 - +39 339 2001966 - Vedi Rubrica sul Portale www.ilfaroinrete.it



Le chat su WhatsApp costituiscono valida prova in un processo civile o penale ed in quanto tali possono essere utilizzate e prodotte in giudizio al fine di dare prova dell'esistenza di un proprio diritto. Spesso sono utilizzate per dimostrare la sussistenza di un diritto di credito o lo svolgimento di un'attività

lavorativa od anche come prova di un reato.

La Corte di Cassazione penale, sez. V, con sentenza del 16/01/2018, n. 8736, ha sancito il principio della perfetta validità ed ammissibilità come prova in giudizio della copia cartacea di un cd. "screenshot" acquisito da un telefono cellulare o altro supporto informatico affermando che dati informatici contenuti in un pc vengono ricondotti tra le c.d. prove documentali e affermando che per l'estrazione di questi dati non occorre alcuna particolare garanzia.

Secondo tale orientamento, quindi ogni documento acquisito liberamente ha valore di prova anche se mancante di certificazione e sarà poi il giudice adito a valutarne l'attendibilità.

Per evitare però contestazioni sulla loro genuinità o sulla loro presunta falsificazione, è opportuno produrre in giudizio i messaggi whats app, gli screenshot e gli audio a seguito di trascrizione da parte di un perito specializzato che abbia la competenza e gli strumenti adatti a metterli per iscritto e che sappia come usare i supporti informatici nei quali sono presenti.

Anche tali supporti devono essere acquisiti al processo. Secondo l'orientamento maggioritario di legittimità, le **conversazioni su WhatsApp costituiscono prova documentale** che può essere utilizzata nel corso del processo soltanto in quanto il supporto in cui esse sono registrate sia stato acquisito al processo. Ciò serve per



verificare con certezza sia la paternità delle registrazioni sia l'attendibilità di quanto da queste provato.

Con riferimento ai c.d. screenshot, secondo una recente sentenza della Corte di Cassazione sono utilizzabili come prova documentale in quanto considerati come un documento informatico valido riconducibile alla categoria di cui all'art. 234 c.p.p. anche se privo di attestazione ufficiale che ne confermi l'autenticità utilizzabile dal giudice nel processo penale ai fini della decisione. (cfr altresì sentenza 22/02/2018 n° 8736, V Sezione della Cassazione penale con la quale è stato affermato infatti il principio secondo cui la riproduzione di uno "screenshot" rappresenta una prova legale a tutti gli effetti, a prescindere dalla sua autenticazione).

Sono da ritenersi pienamente utilizzabili, in quanto legittima ne è l'acquisizione come documento, i messaggi sms fotografati dallo schermo di un telefono cellulare sul quale gli stessi sono leggibili in quanto non è imposto alcun adempimento specifico per il compimento di tale attività, che consiste nella realizzazione di una fotografia e che si caratterizza soltanto per il suo oggetto, costituito appunto da uno schermo sul quale sia visibile un testo o un'immagine (**Sezione 5 Penale 24 giugno 2022 n. 24600**).

IL SALOTTO CULTURALE

DELL'EUR

CULTURA - INCONTRI BUSINESS
EVENTI - FORMAZIONE

AFFITTO SALA RIUNIONI PER:

CORSI DI FORMAZIONE PRIVATI E AZIENDALI
RIUNIONI TRA PROFESSIONISTI
INCONTRI BUSINESS-OFF-SITE
BRAINSTORMING -SEMINARI
PRESENTAZIONE di LIBRI-OPERE-PROGETTI



Via Laurentina n. 565
00143 Roma
Adiacente Metro
linea B Laurentina
Capolinea Stazione
Autobus

565



STUDIO LEGALE

Avv. Daria Colica
Cell. 347 9368029
Avv. Valeria Zuccarello
Cell. 339 2001966



Redazione del Giornale
IL FARO

Dott.ssa
Valentina Tacchi
Cell. 347 8521307
www.ilfaroinrete.it



WIO
World Intercultural Organization

UNIONE CITTADINI ROMANI
Presidente Liberato Mirena
Cell. 340 685 1319



CIRCUITO ITALIANO
IN LIRE

Giuseppe Rotundo
Cell. 348 8914517
www.il-lire.com

Monopattini elettrici: sta per finire l'incubo urbano per autoveicoli e pedoni?



È evidente che i monopattini elettrici sono pericolosi. E non solo per chi li conduce, ma anche per chi spesso li vede sbucare all'improvviso anche dove non potrebbero circolare!

A Parigi i 'trottinette' Non circolano più già dal 1 settembre 2023, dopo il referendum in cui quasi il 90% dei votanti li aveva messi al bando. Anche a Roma aspettavamo da almeno due anni le regole per i monopattini. Le nuove norme del Codice della Strada, faticosamente approvate a dicembre (con 145 sì, 122 astenuti e nessun voto contrario), renderanno obbligatori il **casco**, l'**assicurazione** RC verso terzi, ed il **contrassegno** di identificazione, stampato da IPZS, che permetterà di associare univocamente il mezzo al suo proprietario, e applicare le multe per le infrazioni. Il ddl dovrebbe diventare operativo entro l'estate, speriamo non ritardi troppo perché poi il 24 dicembre 2024 arriva il Giubileo!

Le nuove norme potranno contribuire a regolare l'uso e abuso dei monopattini, e diminuire gli incidenti, pericolosi soprattutto per chi li conduce, che non ha nessuna protezione. Una polizza infortuni, anche se non obbligatoria, potrà essere utile almeno quanto la RC!

Giorgio G. Bottari

GuruWalk incorona Roma: la capitale mondiale delle passeggiate



Se ci fosse una città in grado di primeggiare nel mondo per le passeggiate, quella sarebbe sicuramente Roma. E ora c'è una classifica a confermarlo.

Secondo GuruWalk, il sito dedicato ai tour cittadini a piedi, Roma è stata incoronata come la città più suggestiva da esplorare a piedi. GuruWalk ha analizzato le prenotazioni effettuate in 800 città di 120 paesi nell'ultimo anno, da aprile 2023 ad aprile 2024. Dopo Roma, sul podio ci sono Budapest e Barcellona. Secondo GuruWalk, Roma si distingue per il "grande numero di monumenti che confonde i turisti sul da farsi". Una delle caratteristiche distintive di Roma è la sua accessibilità a piedi. La maggior parte delle attrazioni turistiche sono facilmente raggiungibili senza dover fare affidamento sui mezzi di trasporto. Basta percorrere pochi passi per trovarsi di fronte al magnifico Colosseo, al suggestivo Foro Romano, al maestoso Pantheon o alla maestosità della Fontana di Trevi. Questa prossimità tra le meraviglie della città crea un'esperienza senza pari per i visitatori, che possono passeggiare senza sforzo da un capolavoro all'altro, immergendosi completamente nell'atmosfera unica di Roma. Roma, con la sua ricca storia che si intreccia armoniosamente con la modernità, offre un mix irresistibile di antiche rovine, opere d'arte maestose e un'atmosfera palpitante. Ogni passo attraverso le strade di questa città è un viaggio nel tempo, un'immersione nella grandezza del passato e nel vibrante presente. **Giorgia Fidato**

Ing. Giorgio Gaetano Bottari

Consulente Assicurativo e
Previdenziale
Progetti Assicurativi su Misura
Servizi di Brokeraggio

Cell +39 335 7740722
giorgio.bottari@tiscali.it
skype: giorgio.g.bottari



Specialista nella Valutazione del Rischio
Analisi e Confronto Soluzioni Assicurative
Soluzioni specifiche per le Aziende e Studi Professionali
Assicurazioni Multirischi per le Imprese
Coperture specifiche per Professionisti
Globali Fabbricati dei Condomini
Consulenza Assicurativa Amministratori Condominiali
Copertura dei rischi Bonus per l'Edilizia
Consulente per la Casa e la Famiglia
Coperture per la Salute
Long Term Care (LTC)
Infortuni Singole e di Gruppo
Fideiussioni e Cauzioni.

FEDERICO SIRACUSA

DOTTORE
COMMERCIALISTA
E REVISORE LEGALE



ATTIVITÀ PROFESSIONALE

Sono stato Presidente del Collegio dei Revisori contabili di un'Azienda Speciale della Camera di Commercio, Industria e Artigianato di Firenze e della Camera di Commercio di Roma, su designazione del Ministro dello Sviluppo Economico.

Revisore contabile, su designazione del Ministro della Salute, di due importanti aziende ospedaliere.

In passato ho anche ricoperto l'incarico di membro del

Collegio sindacale di un Fondo Pensione e di una importante Società cooperativa. Relatore in alcuni convegni per la formazione professionale dell'Ordine dei Dottori Commercialisti di Roma.

ATTIVITÀ ISTITUZIONALE

Sono stato Vice Presidente del Consiglio del Municipio XII (ora IX) di Roma e Membro delle Commissioni Ambiente e Commercio del Municipio.

Via delle Montagne Rocciose, 68 | 00144 Roma
☎ 06 5068 4161 | ✉ federico.siracusa68@gmail.com

Autonomia differenziata delle Regioni

Cosa prevede il disegno di legge

Definite le procedure legislative e amministrative. In 11 articoli e le intese tra Stato e Regioni che chiedono l'autonomia differenziata nelle 23 materie tra le quali: tutela della salute, Istruzione, Sport Ambiente, Energia, Trasporti, Cultura e Commercio Estero.

I principali punti sono:

Richieste di Autonomia - sentiti gli enti locali Le regioni possono procedere alla richiesta

Determinazione livelli essenziali delle prestazioni - Lep - Sono 14 le materie definite dal LEP - i livelli essenziali delle prestazioni - devono essere garantiti in modo uniforme su tutto il territorio nazionale, per la tutela dei diritti civili e sociali per tutti i cittadini.

Principi di trasferimento - tali principi per il passaggio delle competenze alle singole Regioni, sarà concesso solo di seguito alla determinazione dei Lep e nei limiti delle risorse disponibili in legge di bilancio.

Entro 24 mesi dall'entrata in vigore del disegno di legge, il Governo dovrà varare i decreti legislativi per determinare livelli e importi dei Lep.

Stato e Regioni avranno 5 mesi di tempo per arrivare ad un accordo che potrà durare fino a 10 anni per poi essere rinnovato, o potranno terminare prima con un preavviso di almeno 12 mesi

Cabina di regia - presso il Dipartimento per gli affari regionali e le autonomie della Presidenza del Consiglio sarà istituita la cabina di regia composta da tutti i ministri competenti e una segreteria tecnica.

Si provvederà alla ricognizione del quadro normativo in relazione a ciascuna funzione amministrativa statale e delle regioni ordinarie,

e all'individuazione delle materie o ambiti di materie riferibili ai Lep sui diritti civili e sociali che devono essere garantiti su tutto il territorio nazionale.



Clausola di salvaguardia - estendere la legge anche alle regioni a statuto speciale e le province autonome e reca la clausola di salvaguardia per l'esercizio del potere sostitutivo del governo.

L'esecutivo può sostituirsi agli organi delle regioni, delle città metropolitane, delle province e dei comuni qualora gli enti interessati si dimostrino inadempienti riguardo a trattati internazionali, normativa comunitaria o vi sia pericolo grave per la sicurezza pubblica e occorra tutelare l'unità giuridica o quella economica, in particolare modo la tutela dei livelli essenziali delle prestazioni sui diritti civili e sociali. **Lia Abonico**



Ing. **Iacopo Romi**

La Nostra consulenza per la Tua Casa



Scopri di più



VALUTAZIONI IMMOBILI GRATUITE,
COMMERCIALIZZAZIONE PER
VENDITA ED AFFITTI IMMOBILI
RESIDENZIALI E COMMERCIALI

CONTATTI

349.5807247

info@realestateservices.it

via P.Barison n.42 - Roma

Giubileo 2025: Roma in Trasformazione tra Cantieri e Sogni di Rinascita



In vista del Giubileo del 2025, Roma è in fermento con numerosi progetti di riqualificazione urbana che mirano a migliorare piazze, strade, ponti e spazi pubblici verdi. Attualmente, **solo il 27%** delle opere è terminato o in corso, con diversi interventi critici e complessi ancora da avviare o in fase iniziale.

Piazze principali:

- Piazza San Giovanni in Laterano: lavori avviati ad aprile 2023, previsti in linea con i tempi, **per un investimento di 15 milioni di euro**, con focus su pavimentazione e spazi verdi.

- Piazza del Risorgimento: lavori in corso per una riqualificazione significativa che include nuove aree pedonali e un parcheggio interrato.

- Piazza dei Cinquecento: l'intervento, iniziato a ottobre 2023, mira a trasformare l'area antistante la Stazione Termini in una vera piazza pubblica, con completamento previsto per il Giubileo.

Quartieri e arterie:

- Prati: Riqualificazione stradale in fase avanzata, **con il 60%** delle strade principali già completate. Via Ottaviano sarà resa più pedonale entro l'autunno 2024.

- Via della Conciliazione e Piazza Pia: I lavori includono lo sviluppo di un'area pedonale e la costruzione di un nuovo sottopasso per decongestionare il traffico, con conclusione prevista per dicembre 2024.



Spazi verdi e interventi periferici:

- Banchine del Tevere: Lavori di riqualificazione lungo il fiume mirano a migliorare le sponde da Ponte Regina Margherita a Ponte Cestio e da Ponte Cavour a Ponte Garibaldi.

- Parco Schuster: Completamento previsto per l'autunno 2024, con rinnovamento degli spazi verdi presso la Basilica di San Paolo fuori le mura.

- Passeggiata del Gelsomino: connessione pedonale in costruzione tra la Stazione Ferroviaria San Pietro e la Basilica di San Pietro, con completamento all'inizio del 2025.

Nonostante il significativo impegno e gli investimenti, le tempistiche restano una sfida critica. La burocrazia e la necessità di mantenere la città funzionante complicano ulteriormente il quadro. Tuttavia, l'obiettivo è rendere Roma più accogliente non solo per i pellegrini ma anche per i suoi abitanti, promuovendo una nuova identità urbana sostenibile ed efficiente

Alessandro Mistretta



ORGANISMO AUTORIZZATO DAL MINISTERO DELLO SVILUPPO ECONOMICO E DAL MINISTERO DEL LAVORO E POLITICHE SOCIALI PER:

Verifiche Ascensori D.P.R. 162/99

Verifiche Impianti Elettrici di Messa a Terra D.P.R. 462/01

Verifiche Attrezzature di Lavoro art. 71 D.Lgs. 81/08

altri servizi

- VERIFICHE PORTE E CANCELLI AUTOMATICI
- VERIFICHE TERMOGRAFICHE
- VERIFICHE SCALE E TAPPETI MOBILI
- ACUSTICA AMBIENTALE
- VALUTAZIONE RISCHIO SICUREZZA INFORMATICA
- CORSI PER PROFESSIONISTI



www.sidelmedspa.com  

25 anni di competenza, imparzialità ed esperienza.

CONTATTI

ING. Francesco Terrone
348/4413617

Nasce la Consulta sullo Sviluppo economico e Turismo del Municipio Roma IX

Un ruolo nuovo anche per la Pro Loco Municipio IX



È stato raggiunto un importante traguardo nel IX Municipio. Il 16 luglio presso la Vaccheria all'Eur, è stata presentata la Consulta sullo Sviluppo economico e Turismo da parte di **Titti Di Salvo, Presidente del IX Municipio e del Vice Presidente Augusto Gregori**. All'incontro sono intervenuti anche Giuseppe Grazioli - Presidente Commissione Commercio Municipio Roma IX Eur, Roberto Baiocchi - Presidente Commissione Regolamenti Municipio Roma IX Eur e l'Assessore al Turismo Alessandro Onorato che ha ricordato come sia cresciuta a Roma la permanenza media di un turista dai 2,34 giorni del Pre Covid ai 4,1 giorni nel 2023.



Erano presenti realtà economiche, sociali e culturali, consiglieri, Associazioni, Federturismo, Confcommercio e Comitati di quartiere. La Presidente Titti Di Salvo ha sottolineato come Prossimità e Collaborazione siano parole fondamentali per avviare il cambiamento di Roma. Una città così grande, 13 volte Parigi, 12 volte Barcellona, vede il IX° Municipio più grande addirittura di Milano, implica oltre che il decentramento, la collaborazione. "La Consulta Municipale - ha sottolineato la Presidente Titti Di Salvo - potrà aiutare lo sviluppo del territorio, con la sua vocazione economica, di specializzazione e di turismo congressuale anche con

Investimenti rivolti alla cultura".

La Presidente Titti Di Salvo ha sottolineato come Prossimità e Collaborazione siano parole fondamentali per avviare il cambiamento di Roma. Una città così grande, 13 volte Parigi, 12 volte Barcellona, vede il IX° Municipio più grande addirittura di Milano, implica oltre che il decentramento, la collaborazione. "La Consulta Municipale - ha sottolineato la Presidente Titti Di Salvo - potrà aiutare lo sviluppo del territorio, con la sua vocazione economica, di specializzazione e di turismo congressuale anche con

un grande laboratorio di partecipazione attiva - ha precisato Gregori - collaborando con il privato e le Associazioni. Tra le iniziative, il Protocollo d'Intesa siglato 1 anno e mezzo fa con la Comunità cinese - ha ricordato Gregori - grazie anche alla collaborazione con la Wio di Liberato Mirena, con Elena Ma Jun - Presidente della BEI DI - International Association For Tourism and Culture Promotion". "Ci sono 2 milioni e mezzo di turisti cinesi che vengono in Europa e l'Italia è la prima tappa. Vogliamo portare sempre più imprese a Roma - ha dichiarato Elena Ma Jun - ricordando la collaborazione con la Wio, il IX Municipio anche per la sua posizione strategica, vicina all'Aeroporto di Fiumicino, in vista poi dell'"Expo Cina-Italia". "Il 20 Ottobre ci sarà all'Eur questo Evento importante- ha annunciato Liberato Mirena, Presidente della W.I.O. Word Intercultural Organization - vedrà le eccellenze italiane e cinesi, dalla moda all'artigia-



nato, dalla cultura alle esposizioni gastronomiche, dai talent di canto ad incontri business. Le imprese dell'Eur e non solo, avranno l'opportunità



di mettersi in rete anche con quelle cinesi. Eventi internazionali hanno visto poi sempre la sinergia con il IX Municipio - ha precisato Mirena - come l'Expo Universale insieme alla collaborazione con la Bei Di che si è tenuto lo scorso anno, al Laghetto all'Eur con 40 Paesi intervenuti, 300



espositori e 200.000 presenze al giorno, insieme all'evento della Notte Bianca del IX Municipio". In qualità di Presidente anche della Pro loco Municipio Roma IX Gregori - e la Consulta vogliamo strutturarla come organo accanto all'Amministrazione a livello istituzionale. Abbiamo trasformato il Municipio in

di mettersi in rete anche con quelle cinesi. Eventi internazionali hanno visto poi sempre la sinergia con il IX Municipio - ha precisato Mirena - dell'Info Desk che potrà agevolare i turisti e quanti verranno sul territorio sulle imprese, le eccellenze e le attrazioni. C'è poi "Il Faro" presente da sempre sul territorio del IX Municipio che fa rete, promuovendo gli eventi del territorio come l'Expo, vicino agli imprenditori ed alle realtà sociali, per diffondere la sinergia dei legami che, con il Salotto Culturale dell'Eur insieme allo studio legale Avv Daria Colica e Valeria Zuccarello contribuirà a dar luce a collaborazioni di valore! **Valentina Tacchi**

Il Ministero del Turismo inaugura l'estate con la fase sperimentale della banca dati delle strutture ricettive (B.D.S.R.)

Reclutate, per ora, Liguria, Sardegna, Calabria, Puglia, Sicilia, Veneto, Lombardia, Marche ed Abruzzo ma entro il 1° settembre è prevista l'estensione alle restanti regioni per acquisire i C.I.N. di tutte le strutture presenti sul territorio nazionale, e allora, di sommerso, non resteranno che i resti di velieri pirata e di qualche anforetta insabbiata sui fondali



I vertici di Via di Villa Ada hanno definitivamente vagliato la necessità di relegare i pirati del turismo sui nostri fondali grazie all'introduzione della banca dati delle strutture ricettive, finalizzata a standardizzare i processi di censimento delle strutture alberghiere, extralberghiere e di immobili in locazione breve per finalità turistiche. La piattaforma informativa consentirà l'assegnazione dei codici di identificazione nazionali alle singole strutture ricettive (C.I.N.) ottenibili tramite presentazione dell'istanza sul portale.

Chi dovrà richiedere il C.I.N.?

Ad esclusione delle case religiose di ospitalità no-profit, dovranno richiedere l'emissione del C.I.N.:

- I titolari o gestori delle strutture turistico-ricettive alberghiere ed extralberghiere;
- I locatori di unità immobiliari ad uso abitativo destinate a contratti di locazione per finalità turistiche;
- I locatori di unità immobiliari ad uso abitativo destinate alle locazioni brevi ai sensi della L. n. 96/2017.

Una volta acquisito, il C.I.N. dovrà essere esposto all'esterno dell'immobile e indicato sugli annunci on-line.

Nuovi requisiti in ordine alla sicurezza e dispositivi.

Preliminarmente alla richiesta del C.I.N. sarà necessario verificare il rispetto dei requisiti di sicurezza degli impianti tecnologici e dei dispositivi installati nella propria struttura, infatti, tutte le unità immobiliari destinate alla locazione breve o per finalità turistiche, gestite in qualunque forma (imprenditoriale e non imprenditoriale), devono

- con decorrenza dal 01/01/2024
- essere munite di dispositivi funzionanti per la rilevazione di gas combustibili e del monossido di carbonio nonché di estintori portatili a norma di legge (D.M. 03/09/2021, Allegato I, punto 4.4). Le unità immobiliari destinate alla locazione breve o turistica gestite in forma imprenditoriale (comprese quelle esercitate ai sensi dell'art. 1, comma 595, L. n. 178/2020) devono, inoltre, essere munite dei requisiti di sicurezza degli impianti prescritti dalla normativa vigente (D.M. n. 37/2008).

Il turismo è una cosa seria e i pirati ci piacciono solo nelle favole che raccontiamo ai nostri figli.

Insomma, questa potrebbe essere la (s)volta buona per instaurare in Italia uno standard di qualità e controllo delle forme turistiche: d'altronde, un po' di rum tra i caraibi del Tirreno e qualche benda nera all'occhio ancora fanno effetto, ma il lieto fine di queste storie, si sa, è da sempre riservato ai buoni.

Dott. Luigi Cacciatore

ARCHITETTO

Via Gualtiero Castellini, 12 00197 Roma (RM, Parioli)

Tel 06/952.134.99 - www.lcarchitetto.it



Anne Bonny, piratessa del mare dei Caraibi attiva nelle bande dei bucanieri del XVIII secolo

VALUEQUALITY CONSULTING

Ing Valerio Moschella

Contatti: 338 992 85 46 | Via Eugenio Bertini, 38 - 00134 Roma
valerio.moschella@gmail.com | www.valuequalityconsulting.com

SERVIZI OFFERTI

- Certificazione di qualità ISO9001
- Certificazione della sicurezza secondo il modello ISO45001
- Certificazione di prodotto e marcatura CE
- Certificazione ambientale UNI EN ISO 14001
- Certificazione EMAS
- Certificazione etica SA8000
- Certificazione ISO27001 Security informatica
- Certificazione Dispositivi Biomedicali (Reg. EU 2017/745 MD e Reg. EU 2017/746 IVD)
- Certificazione ISO 14064 Emissioni gas serra
- Superbonus
- Diagnosi energetiche
- Certificazione sistema di gestione energia ISO50001
- Progettazione impianti fotovoltaici e per le energie rinnovabili
- Agrivoltaico

L'INTERVISTA

Intervista ad Alessio Arcangeli, titolare di Menlight Una Sicurezza ed un Benessere per le Aziende ed i lavoratori

Alessio sei arrivato ad un bel successo con Menlight, al traguardo dei 3 anni dalla nascita del tuo brand. Quali sono i vostri servizi?

 Menlight offre tutti i servizi a 360 gradi sulla Sicurezza del lavoro. Sono quelli necessari ad ogni azienda che ha almeno un dipendente, più tutti gli altri di specificità. Innanzitutto, la parte di valutazione del rischio, la consulenza sulla Sicurezza D.Lgs 81/08, la nomina e incarico come RSPP, il servizio di sorveglianza sanitaria, medicina del lavoro e tutta la parte della formazione, a partire dal RSPP fino all'RLS, corsi antincendio e primo soccorso. Inoltre, Qualità e Certificazioni Iso, GDPR e Privacy. Un sistema di gestione della sicurezza sul lavoro, efficace e certificata, così da poter aderire anche alla scontistica sul premio INAIL per aderire a dei bandi di gara. Più tutela significa anche più Risparmio ed un recupero delle risorse finanziarie.

Presto ci sarà anche una bellissima Novità di Menlight....

Ho iniziato a sviluppare un Software che si chiamerà "Menlight Spaces" che servirà ad aiutare le Aziende a non perdersi i documenti, una sorta di database, un sistema di gestione dove saranno inseriti ed organizzati tutti i documenti come se ci fosse un'ispezione. Si potranno scaricare quando si ha necessità, anche più volte. Oltre ad essere un Contenitore diventerà un "Remember" per le scadenze ed anche per la Formazione, le visite mediche e gli appuntamenti. Dietro al Software (qui sta anche l'innovazione) ci sarà l'impronta di Menlight con l'assistenza e la disponibilità dei nostri valori aggiunti!

Menlight è proprio quella luce e leggerezza che servono per la crescita delle Aziende...

Spesso l'azienda vede la Sicurezza non come un'opportunità ma solo come un obbligo. Luce e leggerezza perché attraverso il nostro modus operandi, attraverso la nostra formazione, intendiamo alleggerire l'azienda. Menlight è composto, infatti, da "Men" consapevolezza e mente dell'uomo e "Light" come luce sulle opportunità e come leggerezza. La sicurezza è fondamentale. Per questo è importante affidarsi a noi, per stare tranquilli!

L'altra innovazione è la nuova figura professionale del Light Mentor. In cosa consiste?

Il Light Mentor è quella figura che farà da ponte tra il datore di lavoro e lo stesso R.S.P.P. (Responsabile del Servizio Protezione e Prevenzione), all'interno degli organici aziendali come figura esterna competente. Coordina persone ed attività per essere sempre in linea con le normative e gli aggiornamenti, oltre a verificare le diverse opportunità ed alleggerire così gli impegni aziendali. Utile anche per i clienti dei commercialisti e dei consulenti del lavoro.

Hai anche un altro obiettivo quest'anno che punta sempre a lavorare sulla persona, sul lavoratore?

Mi piacerebbe occuparmi come formatore della Sicurezza BSS, Sicurezza Comportamentale, cioè lavorare sui comportamenti già ottimali delle persone, portandole ad eccellere più che avere timore della sanzione. Lavorare in sicurezza creando cultura nel lavoratore e nella azienda. **Valentina Tacchi**



GESTIONALE CONDIVISO Space

Menlight Space è il nostro Software di gestione digitale per condividere informazioni, schede tecniche, livelli e step formativi, appuntamenti, processi e aggiornamenti.

Utile per monitorare gli stati di avanzamento delle attività delle aziende che scelgono di portare avanti il percorso "Menlight Program" - Programma Azienda Sicura e di inserire al proprio interno, come collaborazione esterna, la nostra figura di Light Mentor per il coordinamento di queste attività.



La sicurezza è
l'**INVISIBILE** che **ESISTE**

I SERVIZI

- **Incarico RSPP**
- **Sicurezza sul lavoro**
- **Formazione D.LGS 81/08 e attrezzature**
- **GDPR e Privacy**
- **Certificazione ISO e Qualità**
- **Formazione finanziata**

Guidiamo le aziende verso il loro migliore benessere, attraverso la gestione di attività, la programmazione e l'erogazione di corsi di formazione dedicati alla sicurezza, alla crescita professionale e personale delle risorse interne.



Contatti: Via di Vigna Girelli, 74 - 00148 Roma - Tel. 333.4743087

info@menlight.it - www.menlight.it

INFORMAZIONI BANDI



Francesca Sperzagni
TRIBUTARISTA
 Via Salaria 290, Roma
 338/6821387
 francescasperzagni@virgilio.it

Incentivi fotovoltaico Parco Agrisolare

E' possibile presentare domanda per gli **incentivi per il Fotovoltaico del "Parco**



Agrisolare" erogati dal Ministero dell'Agricoltura, della Sovranità alimentare e delle Foreste (MASAF) e rivolti alle imprese agricole. Il bando 2024, del valore complessivo di **850 milioni di euro**, riconosce incentivi per la realizzazione di impianti fotovoltaici da installare su edifici ad uso produttivo del settore agricolo, zootecnico e agro industriale. Prevede contributi a fondo perduto fino all'80%.

Fondo 394/81: finanziamenti per la competitività internazionale delle imprese

E' uno strumento di finanziamento SIMEST, in convenzione con il Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale - MAECI, volto a supportare gli investimenti per la crescita estera delle imprese italiane. La dotazione è pari a **4 miliardi di €** attraverso sei diverse linee di intervento. L'agevolazione (importo minimo euro 10.000,00) ha l'obiettivo di supportare le imprese che intendano sviluppare il commercio elettronico sui mercati esteri, finalizzato alla distribuzione di beni e/o servizi dell'Impresa prodotti in Italia o con marchio italiano, attraverso la creazione o il miglioramento di una piattaforma propria, o di un proprio spazio dedicato su una piattaforma di terzi. L'importo massimo dell'Intervento Agevolativo che l'Impresa Richiedente può chiedere un finanziamento pari al minore tra 500.000€ oppure il 20% dei ricavi risultanti dal fatturato medio del biennio.

Bando on - Nuove imprese a tasso zero

E' l'incentivo per i **giovani** e le **donne** che vogliono diventare imprenditori. Le agevolazioni sono valide in **tutta Italia** e prevedono un mix di finanziamento a tasso zero e contributo a fondo perduto per progetti d'impresa con spese fino a **3 milioni di euro**, che può coprire fino al **90% delle spese totali ammissibili**. Sono previste le imprese che abbiano una compagine sociale composta per almeno il **51% da giovani under 35** e da donne di tutte le età.

BANDO

Sei una donna o un under 35 e vuoi diventare imprenditore?

L'ESPERTO RISPONDE

Un Poker d'estate: zanzare e mosche, topi e blatte



Con il caldo prendono velocità ed incrementano la loro presenza tutti gli infestanti. Topi e blatte (noti come scarafaggi, sono onnivori con abitudini notturne, prediligono luoghi caldi e umidi) dal basso, zanzare e mosche dall'alto.

Le richieste d'intervento si elevano. Le emergenze anche...Il caldo poi aumenta la decomposizione dei rifiuti che genera blatte ed attrae topi.

E' importante tenere tutto il più pulito possibile, non tenere acqua stagnante, per esempio, quella delle piscine e delle innaffiature. "E' importante - evidenzia il nostro esperto Cesare Balsamini - prevenire. La Prevenzione è utile anche per evitare il deporre di altre uova. Allora non avere fogliami sovrapposti, fare ordine nelle aree verdi e non avere erba alta o rovi è un consiglio da tenere sempre a mente. Il nostro esperto Balsamini ci indica proprio l'attenzione al verde pubblico e privato. Per le mosche ci sono solo dispositivi di cattura in base a dove ci si trova, in città o in campagna. E' da tener conto, infatti, il contesto dove ci si trova per prevenire o contrastare la crescita delle larve. Prevenzione e lotta integrata è la formula vincente per questo Poker d'Estate. Il Comune lo dà come indicazione ma non si applica sempre. Seguiamo i Consigli dell'Esperto!



CESARE BALSAMINI
 SPECIFICI PER NATURA

SERVIZI

- SANIFICAZIONE
- DISINFESTAZIONE
- DERATTIZZAZIONE
- PROGRAMMA PERSONALIZZATO

Ad ogni infestante il suo specifico trattamento, ad ogni cliente il suo specifico programma nel rispetto dell'ambiente, delle persone e degli animali domestici.

CONTATTACI

(+39) 338 9485570
 Via Selva Nera 275
 00166 Roma
 info@cesarebalsamini.it

www.cesarebalsamini.it

Rinnovare la casa con l'arte del riciclo: un'armonia tra risparmio ed ecosostenibilità



Comprare? No! Riciclare!
È questa la parola d'ordine per rinnovare la nostra casa! Si tratta di una scelta vincente che non solo permette di risparmiare denaro, ma che rappresenta anche un atto di amore verso il nostro pianeta. Acquistare ai mercatini dell'usato e sfruttare soluzioni di riciclo per arredare la propria abitazione, infatti, offre innumerevoli vantaggi, con un impatto positivo sull'ambiente e sulle nostre finanze.

A guadagnarci sono davvero tutti. Per i consumatori, acquistare beni usati è spesso più economico rispetto all'acquisto di prodotti nuovi. Allo stesso modo, vendere oggetti non più utilizzati permette di recuperare una parte del denaro speso, riducendo i costi complessivi e promuovendo un consumo più responsabile.

Infine, a beneficiare più di tutti è proprio l'ambiente. Il mondo produce oltre 2 miliardi di tonnellate di rifiuti solidi urbani ogni anno e l'allarme sui rischi dell'inquinamento è altissimo, con dati paurosi e prospettive quasi apocalittiche. L'arte del riciclo si rivela quindi una scelta vincente per ridurre il volume dei rifiuti, per promuovere l'economia circolare, per supportare l'economia locale e per conservare le risorse naturali. Riutilizzare e riciclare permette anche di sviluppare la creatività. Gli oggetti possono essere trasformati, riparati o combinati in modi nuovi e unici. In Italia, il mercato dell'usato sta vivendo un periodo di grande crescita e popolarità. Secondo il "Rapporto Coop 2023" sui consumi e



gli stili di vita degli italiani, circa 33 milioni di italiani hanno venduto o acquistato beni usati nel 2023. Questo dato riflette una tendenza crescente verso la sostenibilità e il risparmio economico, soprattutto in un periodo di inflazione e riduzione del potere d'acquisto. La spinta viene soprattutto dai giovani: i mercatini dell'usato e i vintage market stanno diventando sempre più popolari specialmente tra i le nuove generazioni, che sembrano essere molto sensibili alla tematica ambientale. Tra gli oggetti più acquistati nei mercatini dell'usato ci sono articoli d'abbigliamento e accessori, oltre che mobili usati, libri, fumetti e vari oggetti da collezione.

Sei pronto a dare una seconda vita ai tuoi oggetti e a scoprire tesori unici per la tua casa? Visita il Mercatino dell'Usato di Roma Eur - Mostacciano e inizia a rinnovare i tuoi spazi con l'arte del riciclo!

Alessandro Gian Maria Ferri



**PORTACI
IL TUO
USATO!**



ROMA EUR

Piazza B. V. del Carmelo, 1A
Tel. 06 97603111 ☎ 380 7927649
romaeur.mercatinousato.com
Mercatino dell'usato Eur

aperto 7 giorni su 7
9.30/19.30
orario continuato

Oasi di Studio e Relax: le Biblioteche all'aperto di Roma



Durante la bella stagione, alcune biblioteche di Roma si trasformano in piccole oasi di natura e cultura, dove è possibile leggere, preparare un esame o lavorare. Circa

20 biblioteche su 40 offrono questo servizio in città. Questi luoghi offrono un'opportunità unica per godere della cultura e della natura, trasformando le biblioteche in veri e propri rifugi all'aperto. Alcuni esempi eccellenti sono:

La Biblioteca Fabrizio Giovanale, è un'ex fattoria che offre un ambiente ideale per studiare e lavorare. Dispone di 60 posti all'aperto sotto i portici dell'edificio principale. La biblioteca organizza periodicamente attività per adulti e bambini, come letture di libri e laboratori. Un'interessante curiosità è che la sala di lettura era una "vaccheria" e conserva ancora una mangiatoia, mentre la "Stalla dei Tori" è ora utilizzata per attività culturali.

La Biblioteca Villino Corsini, situata all'interno di Villa Doria Pamphilj. Qui è possibile studiare, leggere e usufruire del WiFi. La biblioteca dispone di prese per caricare il proprio PC e permette di ordinare o prendere in prestito libri da altre biblioteche, se non presenti. Nel Parco del Pineto, un'area verde di 243 ettari, si trova la Biblioteca Casa del Parco. In un giardino recintato, si possono trovare tavoli e sedie sotto gli ombrelloni per ripararsi dal sole. La biblioteca possiede oltre 13 mila titoli. L'area ospita l'antico Casale del Giannotto, un edificio di quattro piani con pilastri decorativi in rilievo, che nel 1861 divenne proprietà del principe Torlonia. **Giorgia Fidato**

Addio Stress del Parcheggio: arriva l'App che ti aiuta a trovare parcheggio



Il problema del parcheggio a Roma è ben noto ai romani: si perde tempo prezioso alla ricerca di un posto libero, specialmente in zone affollate come Prati o Piazza Fiume durante le ore di punta, o nel vivace quartiere

di Trastevere durante i weekend serali. Ma diciamocelo, anche sotto casa in moltissime zone della nostra amata ma sfidante città. Fortunatamente, una nuova soluzione si sta facendo strada per alleviare questa frustrazione quotidiana: PLATEasy, un'applicazione creata da giovani romani che mira a semplificare il problema del parcheggio nella capitale. L'idea è semplice ma geniale: gli utenti segnalano sui loro dispositivi quando stanno per lasciare un parcheggio, permettendo agli altri membri della community di avvicinarsi e prendere il posto. Questo sistema di condivisione di informazioni sui parcheggi liberi o in procinto di liberarsi offre un modo efficiente per ottimizzare il tempo e ridurre lo stress legato alla ricerca del parcheggio. Simile a Waze, PLATEasy crea una comunità di automobilisti solidali che si aiutano reciprocamente, migliorando l'esperienza di parcheggio per tutti gli utenti. Inoltre, coloro che partecipano attivamente alla community accumulano una reputazione che può essere premiata con vantaggi aggiuntivi, come una maggiore facilità nel trovare parcheggio. Speriamo che funzioni!!! **Giorgia Fidato**



ASSOCIAZIONE PROFESSIONALE STUDIO TECNICO Geom. C. Aiuti e Geom. M. D'Alesio

Da 30 anni nel settore, esperti di Urbanistica ed Edilizia, Progettazione, Vigili del Fuoco, Catasto, Suap Commercio, Stime immobiliari, DUE DILIGENCE, Condoni Edilizi, Autorizzazioni Paesagistiche, Agibilità, Particelle ASL, Autorizzazioni Insegne, Autorizzazioni Passi carrabili, APE, Assistenza in fase di compravendita, Pratiche per apertura attività extralberghiere, Redazione tabelle millesimali.

Perizie per il Tribunale.

Viale della Tecnica, . 205 - 00144 ROMA
Tel. 0645447366 - cel studio 360350166
aiuti.dalesio@adconsult.it







**Distribuzione prodotti detergenza
e materiale consumabile**

Pulizie uffici e case vacanze
Pulizie a fondo post cantiere
Noleggio biancheria
Sanificazioni



Via D. Purificato, 290
00125 Roma
info@axaproduzioni.com

DAVID SPUGNINI
3898771212

RUBRICA CONTRO LA VIOLENZA SULLE DONNE

Scarpette Rosse



Femminicidio: la parola dell'anno per la treccani



Senza ombra di dubbio, la parola dell'anno è "femminicidio". L'Istituto dell'Enciclopedia Italiana Treccani ha deciso così relativamente alla campagna di comunicazione intitolata #leparolevalgono per promuovere un uso corretto e consapevole della lingua. Sono 54 le donne uccise dall'inizio dell'anno. Cos'è il femminicidio? La Treccani ci dice essere "l'uccisione diretta o provocata, eliminazione fisica di una donna in quanto tale, espressione di una cultura plurisecolare maschilista e patriarcale che, penetrata nel senso comune anche attraverso la lingua, ha impresso sulla concezione della donna il marchio di una presunta, e sempre infondata, inferiorità e subordinazione rispetto all'uomo". La scelta di nominarla "parola dell'anno", prosegue l'Istituto, evidenzia "l'urgenza di porre l'attenzione sul fenomeno della violenza di genere, per stimolare la riflessione e promuovere un dibattito costruttivo intorno a un tema che è prima di tutto culturale: un'operazione pensata non solo per comprendere il mondo e la società che ci circondano, ma anche per contribuire a responsabilizzare e sensibilizzare ulteriormente lettori e lettrici su una tematica che inevitabilmente si è posizionata al centro dell'attualità". **Simona Consoni**



FUNERARIA
DIVINO AMORE®

Un buon tacer non fu mai detto

Via Ardeatina, 984 Roma - Tel. 06.7100043

333.2883533 (Claudio)
334.6566268 (Simone)
funerariadivinoamore@gmail.com

Scuola - Stop da Settembre ai Cellulari in classe



A partire dall'anno scolastico 2024/2025, i cellulari saranno banditi dalle classi delle scuole dell'infanzia fino alla terza media, anche per le attività educative e didattiche ad eccezione di casi di disabilità o con disturbi specifici. La preoccupazione per l'impatto negativo che l'uso eccessivo dei cellulari può avere sul naturale sviluppo cognitivo e sull'attenzione dei ragazzi ha portato alla decisione annunciata dal Ministero dell'Istruzione e del Merito, guidato dal Ministro Giuseppe Valditara, attraverso una circolare. Consentiti invece pc e tablet, ma sotto la guida dei docenti. Studi internazionali hanno infatti dimostrato che l'uso del cellulare in classe, anche a scopo educativo, può incidere negativamente sul livello degli apprendimenti degli alunni. Recenti analisi, inoltre, hanno dimostrato un aumento preoccupante anche in Italia di minori affetti dalla sindrome dell'Hikikomori, ossia il fenomeno dell'isolamento sociale volontario che comporta il ritiro dei giovani nel chiuso delle proprie case rinunciando ai rapporti con il mondo esterno. Ecco il caro diario cartaceo che ritornerà a colorarsi! **Alessandro Gian Maria Ferri**

LA RUBRICA DELL'AVVOCATO PENALISTA

Maltrattamenti in famiglia e violenza assistita



Avv. Paola Picciotto
Avvocato Penalista
avv.paolapicciotto@gmail.com - Cell. 339 406 2631

Il reato di maltrattamenti è una delle dinamiche frequenti all'interno delle famiglie, ma cosa succede se ad assistere alle vessazioni ci sia un minore? Ha rilevanza questa cosa? Vediamolo insieme ricostruendo un caso. Il soggetto in questione perpetrava maltrattamenti nei confronti della moglie alla presenza anche della figlia minore. I maltrattamenti consistevano in accuse, insulti, violenza fisica e psicologica, comportamenti aggressivi e violenti, urla continue nonché prelievo di denaro senza permesso.

Tutte queste condotte erano totalmente riconducibili al delitto previsto e punito dagli artt. 81cpv e 572 (maltrattamenti ai danni di più persone) in considerazione della sussistenza dei seguenti requisiti:

- abitualità delle condotte e reiterazione nel tempo
- obiettiva lesività di tali comportamenti con conseguente capacità di determinare uno stato di sopraffazione nelle persone offese;
- dolo, ovve ro la precisa volontà di instaurare un regime di vita vessatorio, con continue sofferenze e mortificazioni per la moglie e la figlia conviventi.

Il tribunale ha inoltre confermato che oltre al reato di maltrattamenti ci fossero anche gli estremi per il reato di violenza assistita, dal momento che la figlia minore ne ha indirettamente subito le conseguenze negative essendo costretta a vivere in un contesto familiare di continue

vessazioni nei confronti della madre.

Tale situazione ha aggravato e condizionato la già fragile condizione psicofisica della ragazza. Ricordiamo che il delitto di maltrattamenti in famiglia è un delitto abituale in pratica, le vessazioni siano esse fisiche o morali siano esse condotte omissive nei confronti dei bisogni assistenziali e omissive a cui viene sottoposta "una persona della famiglia o comunque convivente" devono essere plurime e reiterate nel tempo. Non rileva poi il fatto poi che gli episodi aggressivi si siano alternati a momenti di "normalità" se la protrazione della condotta abbia comunque generato uno stato di vessazione e soggezione. Interessante è evidenziare quanto segue. L'art. 572 del codice penale al secondo comma prevede una circostanza aggravante speciale che è stata introdotta dalla L. n 69 del 2019 ("La pena è aumentata fino alla metà se il fatto è commesso in presenza o in danno di persona minore). Questa circostanza aggravante si distingue peraltro in modo sostanziale dalla "violenza assistita" vediamo in che modo. Nel primo caso della circostanza aggravante, è sufficiente che il minore assista ad uno degli episodi di violenza, non è richiesta l'abitualità caratteristica che, invece, è necessaria per la configurazione del reato di violenza assistita dove i maltrattamenti vengono commessi in modo abituale e il minore ne risente e soffre delle vessazioni fisiche e psicologiche. Non solo! Lo stato di sofferenza e di umiliazione delle vittime può derivare anche dal clima violento e teso che solitamente si instaura in conseguenza di atti di sopraffazione.

RISTRUTTURAZIONI
ARREDO & MATERIALE EDILE





Frandi

[HTTPS://FRANDI.CASA/](https://frandi.casa/)



RIFERIMENTO SU ROMA E LITORALE PER
**RISTRUTTURAZIONI, FORNITURA DI
 MATERIALE EDILE, ARREDO BAGNO E
 ARREDO CASA**

INCREDIBILI SCONTI FINO AL 50%
 su pavimenti, rivestimenti e
 articoli sanitari di alta qualità.

**Ti regaliamo un
 condizionatore a pompa di
 calore freddo/caldo se scegli
 di ristrutturare con noi.**




@FRANDI.NET

Via Eugenio Villoresi, 64 - 00148 Roma
 (+39) 0665004980 info@frandi.net

Il vostro corniciaio di fiducia

DI FABIO

CORNICI
 LAVORAZIONE ARTIGIANALE
 DORATURA e RESTAURO

Via Satrico, 63 - 00183 Roma
 06 77209890 - 3477811042

Facebook: /difabiocornici - Instagram: laboratorio83




La Direttiva NIS2 per la Sicurezza Informatica: nuovi obblighi di per grandi e medie imprese

Entro Ottobre 2024 le aziende si devono adeguare

Proverò a spiegare la Direttiva NIS2 in breve così da capirne al massimo la sua importanza e il suo impatto nel nostro lavoro.



Che cosa cambia con la Direttiva

NIS2? Ha creato nuovi obblighi di Cybersicurezza per grandi e medie imprese nei settori alimentare, manifatturiero e della pubblica amministrazione che saranno obbligate a rispettare requisiti stringenti in materia di Governance, continuità operativa, presidio della catena fornitura, segnalazione degli incidenti e gestione dei rischi per la sicurezza informatica.

Qual è il suo obiettivo principale? Conseguire un livello di sicurezza informatica comune all'interno dell'UE. La nuova Direttiva si applica a tutte le organizzazioni identificate come soggetti "Essenziali" o "Importanti".

Quali sono i principali obblighi che impone la NIS2? Governo della Cybersecurity: gli organi di gestione devono approvare le misure per la gestione dei rischi adottate dall'organizzazione, seguire un'adeguata formazione e garantire una formazione analoga ai propri dipendenti. Gestione dei rischi: i soggetti sono tenuti ad adottare misure tecniche, operative e organizzative per gestire i rischi posti alla sicurezza dei sistemi informatici e di rete che i soggetti utilizzano nelle loro attività o nella fornitura dei loro servizi.

Continuità operativa: i soggetti devono garantire la continuità dei propri servizi e ridurre al minimo l'impatto di eventuali interruzioni attraverso misure quali la gestione del backup, il ripristino in caso di disastro e la gestione delle crisi.

Sicurezza della catena di approvvigionamento: i soggetti sono chiamati a proteggere la propria catena di fornitura valutando le vulnerabilità specifiche dei propri fornitori e l'adeguatezza delle loro pratiche di sicurezza informatica.

Segnalazione degli incidenti: i soggetti sono obbligati a segnalare gli incidenti che abbiano un impatto significativo sulla fornitura dei propri servizi ai rispettivi CSIRT o autorità nazionali competenti, con un preallarme entro 24 ore e una notifica completa/integrativa entro 72 ore dalla conoscenza dell'incidente

A che tipo di sanzioni si va incontro se non la si rispetta? Dipende principalmente se un operatore sia qualificato come essenziale o importante:

- **Essenziali:** sanzioni pecuniarie amministrative pari a un massimo di Euro 10.000.000 o a un massimo del 2% del totale del fatturato mondiale annuo per l'esercizio precedente, se tale importo è superiore.
- **Importanti:** sanzioni pari a un massimo di Euro 7.000.000 o a un massimo di almeno l'1,4% del totale del fatturato mondiale annuo per l'esercizio precedente, se tale importo è superiore.

Se vuoi conoscere le tue vulnerabilità o avviare un processo di gestione e controllo dei rischi informatici come richiesto dalla nuova Direttiva NIS2 ed evitare di incorrere nelle nuove sanzioni previste, puoi richiedere la nostra Easy Check Gratuita per un controllo e analisi preliminare della tua rete. **Luca Sabene**

Informatica Enea Tel. 3701028405

LUCA SABENE Consulente Informatico



RIPARAZIONE PC | NOTEBOOK | MAC
ASSISTENZA SMARTPHONE | TABLET
STAMPANTI CASA | UFFICIO
CARTUCCE E TONER ORIGINALI | COMPATIBILI
ASSEMBLAGGIO PC PERSONALIZZATI

CI PRENDIAMO CURA DEI VOSTRI DISPOSITIVI

Contatti:
06.456.66.541 | 370.102.8405
info@informaticaenea.it

www.informaticaenea.it



Le Auto del Futuro e la Rivoluzione Imminente All'Alba di un Nuovo Viaggio



Le auto del futuro stanno per rivoluzionare il nostro modo di vivere e muoverci, diventando simboli di un'era nuova e sostenibile. Alimentate da energie rinnovabili e dotate di intelligenza artificiale, queste meraviglie tecnologiche offriranno un'esperienza di guida senza precedenti.

Innovazioni nelle Batterie e nell'Autonomia - Le nuove batterie, frutto di avanzamenti nella tecnologia allo stato solido, promettono di essere più leggere, riciclabili e con una densità energetica superiore. Questi progressi permetteranno viaggi più lunghi e tempi di ricarica significativamente ridotti. Un viaggio di mille chilometri con una singola ricarica sarà presto una realtà quotidiana, eliminando l'ansia da autonomia che ha afflitto i veicoli elettrici finora.

La Rivoluzione della Guida Autonoma - Rappresenta uno dei cambiamenti più attesi. Grazie a sensori avanzati e algoritmi di machine learning, le auto saranno in grado di navigare in modo sicuro ed efficiente in qualsiasi condizione stradale. La comunicazione tra veicoli e tra veicoli e infrastrutture ridurrà drasticamente il numero di incidenti, migliorando la sicurezza stradale a livello globale.

Strade Intelligenti per un Traffico Ottimizzato - Anche le infra-

strutture stradali subiranno una trasformazione radicale. Le strade intelligenti, dotate di sensori e connessioni alla rete, monitoreranno in tempo reale il flusso del traffico, le condizioni meteorologiche e lo stato della carreggiata. Queste informazioni saranno utilizzate per ottimizzare il traffico, ridurre gli ingorghi e migliorare la manutenzione stradale.

Le superfici stradali innovative non solo saranno capaci di autoripararsi e di produrre energia attraverso pannelli solari integrati, ma sfrutteranno anche l'energia cinetica generata dai veicoli in movimento. Questa energia, accumulata tramite speciali sensori e sistemi di conversione, sarà utilizzata per alimentare l'illuminazione stradale, i semafori e altre infrastrutture urbane, riducendo ulteriormente l'impatto ambientale e i costi energetici delle città.

Un'Esperienza di Guida Trasformata - Gli interni delle auto del futuro offriranno un comfort lussuoso e sostenibile, con materiali ecologici e un'acustica impeccabile. I display multifunzione integreranno informazioni e intrattenimento, mentre la realtà aumentata fornirà dati in tempo reale direttamente sul parabrezza, migliorando la navigazione e la sicurezza. La connettività avanzata permetterà il controllo remoto delle funzioni del veicolo tramite smartphone o altri dispositivi, rendendo ogni auto un hub mobile di informazione e intrattenimento, perfettamente integrato con la vita digitale dell'utente. Le auto del futuro rivoluzioneranno la mobilità, diventando compagni di viaggio intelligenti e sostenibili. Trasformeranno il modo in cui viaggeremo, contribuendo a un mondo più efficiente, sicuro e rispettoso dell'ambiente. La nuova era della mobilità sarà caratterizzata da un'integrazione perfetta tra tecnologia avanzata e sostenibilità. *Alessandro Mistretta*

TLMF SOLUTION

Lucio Tonci





SVILUPPIAMO BUSINESS E ATTIVITÀ AZIENDALI PER FARE LA DIFFERENZA

Connettività

Per privati, professionisti, aziende e Pubblica Amministrazione: la migliore tecnologia per essere sempre connessi, sia in ufficio che in trasferta, in modo sicuro e personalizzato.

Clouding, Hosting e Virtual Machine

Cloud ibridi e privati che garantiscono massima sicurezza, protezione e versatilità: per gestire l'archiviazione, replicare i dati da server a server e attivare piani di disaster recovery.

Digitalizzazione

Strategie per realizzare soluzioni semplici, veloci e intuitive per il tuo progetto di business, con l'obiettivo di raggiungere e offrire servizi a tutti i tuoi clienti, anche quelli più lontani.

Noleggi Operativi

Terminali e dispositivi di lavoro high-tech per performance sempre all'altezza alle tue esigenze. Disponi di tutti i benefici del noleggio: dall'aspetto fiscale, all'assistenza inclusa.

Funzionalità

CRM e soluzioni gestionali integrabili per ottimizzare tutti i processi aziendali: un'organizzazione sicura per la condivisione delle risorse tecniche e delle informazioni.

Energia e Ambiente

Un supporto nella verifica dei consumi, nell'ottimizzazione delle spese e nel miglioramento degli impianti: per un consumo energetico efficiente, autonomo e sostenibile.



+39 0685874311 - +39 3792202800

tlmfsolution.com | info@tlmfsolution.com



IL DOTTORE COMMERCIALISTA

Concordato preventivo biennale: quale allegria...!?



Alessandro De Filippis

Dottore Commercialista

Via Giuseppe Viner, 100 (Zona Axa-Acilia) 00125 Roma

Tel 06.69.32.11.14 - Cell 335.62.91.399

Buongiorno, chiedo chiarimenti riguardo il concordato preventivo. Da quello che capisco non sarà più necessario fare la contabilità della mia azienda e la dichiarazione dei redditi? Grazie per i chiarimenti.

No!!!! Mi scuso in anticipo per la risposta secca ma questo nuovo strumento, il concordato preventivo biennale (CPB) è lungi dall'essere una semplificazione per il contribuente, rappresentando un ulteriore adempimento a carico dei Consulenti, con l'aggiunta delle consuete incertezze ai quali il nostro legislatore fiscale ci ha, ahinoi, abituato. Quindi, cerchiamo di capire che cos'è il CPB. Trattasi di un accordo tra Fisco e Contribuente che ha come principale conseguenza che per gli anni "concordati" non si potrà subire un accertamento fiscale (salvo casi particolari...).

Questo, però, non significa che il contribuente (ditta individuale, Società o professionista) non sia tenuto ad adempiere ai suoi consueti obblighi fiscali, contabili e dichiarativi.

Tralasciando i risvolti costituzionali di tale sistema, di cui molti, io compreso, nutrono dubbi, vediamo brevemente come funziona questa novità.

L'agenzia delle entrate invia ai contribuenti una proposta con la quale comunica i redditi che quest'ultimo dovrà dichiarare nei due

anni successivi (relativi anno in corso e quello dopo); quest'ultimo, ovvero il "povero" consulente avrà a disposizione qualche manciata di giorni nel periodo peggiore della vita di uno studio professiona-



le (ovvero l'arco temporale in cui si preparano le dichiarazioni dei redditi) per valutare la proposta, consultarsi con il cliente e, in caso, procedere all'adesione.

Nella valutazione il Consulente dovrà anche verificare che il cliente abbia i requisiti per poter eventualmente accedere al CPB ovvero non si trovi in una delle tante e confuse cause di esclusione previste dalla disciplina in materia.

Insomma un sistema macchinoso molto lontano dall'obiettivo prefissato e tanto a lungo declamato, ovvero la semplificazione fiscale e un miglioramento dei rapporti Fisco/Contribuente.

El-Mar Home
COMPLEMENTI PER LA CASA

Non vendiamo oggetti, regaliamo emozioni!

Specializzati nella vendita, anche online, di **complementi di arredo** e **articoli da regalo** e **BOMBONIERE** per tutti gli eventi, dall'**oggettistica di design** ai **complementi per la tavola**.

Siamo rivenditori dei migliori brand del settore: Sia Home Fashion, Rogaska Cristalli, Edg, Baci Milano, Versace, Rosenthal e tanti altri...

Per la tua **lista nozze**, un **regalo importante** o un **pensiero originale e di gusto** vieni a trovarci in negozio in zona EUR oppure acquista direttamente nel nostro sito di shop online, la nostra fantasia nel proporre le più originali idee regalo è al tuo servizio.



www.elmarhome.com

Chiudere è aprirsi al nuovo



Dott.ssa Nunzia Fasano
Psicologa, psicoterapeuta
Salita del Poggio Laurentino, 18 - Roma
nunziafasano@nunziafasano.com
cell. 347 6611972

Questo tema è sorto da una delle interviste realizzate da Valentina Tacchi, la giornalista direttrice del Faro. Un momento per aiutare a far pensare, in una visione psicosomatica spirituale. E' quanto è emerso da una riflessione sulla terrazza della salute del centro F.M all'EUR: il concetto di chiusura. Dalla matrice ispiratrice dei miei consulti



terapeutici, attraverso uno dei miei 4 libri di poesia, si medita. Collegandosi all'archetipo della Poesia. Sfogliando le pagine si vede il messaggio che arriva in quel momento. In questo caso: quando dobbiamo chiudere? Quando il chiudere è un aprire a nuove opportunità e non una fuga dalle difficoltà che ci permettono di evolverci? Chiudere alla violenza diventa una capacità di non ferirci. Chiudere quando non siamo più in una relazione sana, dove la tossicità irradia non solo quel contesto, ma come una nube tossica si propaga in ogni direzione della nostra vita. Chiudere allora è deporre le armi dell'inganno e fare pace con l'illusione, capire che se non riesco non è un fallimento ma una crescita se accetto il mio limite. Il problema del femminicidio ci insegna, purtroppo. Tante convinzioni negative ereditate ci ostacolano nel capire quando la chiusura come l'apertura è un modo per imparare a stare al mondo. A volte si fa finta di farlo magari per non dimenticare alcuni momenti belli. Ma il passato non deve divorarci e non far vivere il presente. Bisogna allora elaborare il distacco ed ogni attaccamento è importante che sia sano. Così come la chiusura non deve inaspirci o indurirci ma aprirci... al nuovo.

LA RUBRICA DEL CONSULENTE DIREZIONALE

Decidere nella vita e sul lavoro



Per prendere decisioni, nella vita personale così come sul lavoro, ognuno di noi utilizza almeno tre modelli: uno è basato sulla razionalità, uno sulla razionalità limitata e l'ultimo sull'intuizione. Il modello che si basa sulla razionalità attraverso delle fasi ben precise: definizione del problema, individuazione di un criterio decisionale, assegnazione di un peso ad ogni criterio scelto, costruzione di alternative,

valutazione delle alternative e selezione dell'alternativa migliore. Questo modello decisionale presume che il decisore disponga di informazioni complete, sappia individuare le opzioni in modo imparziale e scelga l'opzione che alla fine massimizza la propria utilità. Ma la maggioranza delle decisioni tuttavia non segue il modello della razionalità. Quasi tutti infatti alla fine si accontentano di trovare una soluzione accettabile, piuttosto che una ottimale. La nostra naturale capacità di elaborare informazioni è infatti limitata e questo rende impossibile valutare tutte le variabili necessarie ad ottimizzare. La maggior parte delle persone risponde ad un problema complesso riducendolo ad un livello comprensibile più agevole. Si entra nei confini della razionalità limitata, in cui si costruiscono modelli semplificati che estrapolano dai problemi le caratteristiche essenziali, senza coglierne tutta la complessità. Il decisore arriva ad una scelta in grado di essere soddisfacente e sufficiente al tempo stesso, non ottimale in assoluto, ma assolutamente accettabile. L'ultimo modello, basato sull'intuito, ha sede invece all'esterno del pensiero cosciente, è veloce e affettivamente carico, poiché coinvolge la sfera emozionale. Questo processo decisionale si affida ad associazioni olistiche e a collegamenti tra informazioni più disparate. L'intuizione è un processo tutt'altro che semplicistico e per esprimersi al meglio ha bisogno di anni di esperienza e apprendimento.

Giuseppe Rotundo

LEONARDO
 EDILIZIA SOSTENIBILE.it

DANIELE MARTELLI

LA CASA È UN' OPERA D'ARTE PER LA VITA

SERVIZI OFFERTI

- RISTRUTTURAZIONI
- SISTEMI A SECCO
- TINTEGGIATURE
- OPERE IN LEGNO
- ISOLAMENTO ACUSTICO
- FACCIATE VENTILATE
- LAVORI EDILI CON FUNI
- IMPERMEABILIZZAZIONI
- SOLUZIONI PER L'UMIDITA'
- ISOLAMENTO TERMICO
- EFFICIENZA ENERGETICA
- INSTALLAZIONE LINEE VITA

S. B. S.

SALUTE BENESSERE SICUREZZA

I VANTAGGI DI COSTRUIRE ECOSOSTENIBILE

Contatti: 345.5389463 | **800 96 02 69** | Via Savoia, 78 - 00189 Roma
 info@edilleonardo.it | www.edilleonardo.it

LA RUBRICA DELL'OSTEOPATA

L'energia vitale alla base del tuo benessere



D.ssa Cristina Bernard

Osteopata e Fisioterapista

V.le Cesare Pavese, 277 EUR - Tel. 06.64532056 - 3396128991 - Omya Studio

L'Osteopatia è una terapia manuale basata su un approccio olistico e complementare alla medicina tradizionale, riconosciuta dall'Organizzazione mondiale della Sanità. Attraverso una valutazione specifica, l'Osteopata, individua le "disfunzioni somatiche", cioè le alterazioni dello stato di salute causate da eventi stressanti esterni o interni all'organismo, come traumi e/o patologie psicofisiche. Le disfunzioni si manifestano principalmente sul sistema muscolo scheletrico con dolore o riduzione di mobilità, ma anche sul sistema fasciale e viscerale. Si tratta di un sistema di cura che rispetta la relazione tra corpo, mente e spirito e che ricerca lo stato di salute della persona, e non la malattia, andando a stimolare il ripristino della mobilità fisiologica a livello dei diversi sistemi (circolatorio, respiratorio, fasciale, nervoso, muscolo-scheletrico), sfruttando la capacità intrinseca del corpo di autoguarirsi, secondo uno dei principi conosciuti dal Dott. Andrew Taylor Still, fondatore dell'Osteopatia. L'Osteopatia, grazie proprio ai principi su cui si basa, può intervenire sulle persone di tutte le età, dal neonato all'anziano, alla donna in gravidanza, eliminando gli ostacoli (disfunzioni), che non permettono al sistema di raggiungere il proprio equilibrio per favorire il fluire dell'energia vitale. L'Osteopatia è indicata in tutti i disturbi di origine funzionale, in presenza di sintomi causati da un'alterazione della mobilità articolare e tissutale, ed in assenza di lesioni organiche.



OMYA

Festival Olistico del Benessere

Il 21 Settembre 2024

Tutti Insieme in Armonia!

Il trattamento osteopatico è indicato nei casi di:

- Disturbi muscoloscheletrici (cervicalgie, dorsalgie, lombalgie, distorsioni, colpo di frusta);
- Disturbi e viscerali (stipsi, colite, gastrite, reflusso gastroesofageo);
- Disturbi posturali e del movimento;
- Disturbi uro-ginecologici (dismenorrea, endometriosi, dispareunia, cistiti ricorrenti, incontinenza, patologie vulvari);
- Gravidanza (preparazione bacino e strutture vertebrali al parto, sequele post-partum)
- Cefalee, emicranie, nevralgie, sinusiti, stanchezza cronica;
- Neonati (disturbi del sonno, coliche, suzione difficoltosa, rigurgiti, torcicollo congenito, plagiocefalie e asimmetrie cervico-craniali);
- Bambini (otiti ricorrenti, sinusiti, disturbi visivi, problematiche in ambito ortodontico, asma, allergie);
- Sportivi professionisti o dilettanti, per migliorare la performance, prevenire gli incidenti ed accelerare i tempi di guarigione;
- Esiti di interventi chirurgici.

CHI SIAMO

Osteopata, fisioterapista, nutrizionista, psicologo.

CENTRO SALUTE DONNA

Cura delle patologie, delle disfunzioni del pavimento pelvico e dei disturbi della menopausa.

Visite specialistiche con medico esperto di patologia vulvare.

Vagy combi, trattamento all'avanguardia che unisce radiofrequenza all'elettroporazione.



OMYA Studio
Viale Cesare Pavese
277, ROMA EUR
Cell: 350 032 0319
www.omyastudio.it
cristinabernard007@mail.com

ATTIVITÀ

RIFLESSOLOGIA PLANTARE,
MASSAGGIO TERAPEUTICO,
TERAPIE ENERGETICHE,
POSTURALE, PILATES, ANTIGRAVITY,
AERIAL YOGA, YOGA, QIGONG,
GINNASTICA DOLCE.



IDENTITÀ, EMOZIONI, RELAZIONI E PIACERE IN UN GIOCO E ACCATTIVANTE INTRECCIO PER AIUTARTI AD ACCRESCERE LA CONSAPEVOLEZZA DI TE E DELLE TUE RELAZIONI AFFETTIVE E NON. RICORDA CHE LA RELAZIONE PIU' IMPORTANTE DELLA TUA VITA E' QUELLA INTERIORE.

LA SOSTENIBILE BELLEZZA DELL'ESSERE

LA RELAZIONE E LE SUE IDENTITÀ

- **CRISTINA BERNARD: OSTEOPATA, FISIOTERAPISTA, ESPERTA IN SESSUOLOGIA**
- **ROBERTO PATRICOLO: BUSINESS COACH, ESPERTO DI NEUROSCIENZE E RELAZIONI**
- **MONICA SANTOS: LIFE E BUSINESS COACH, ESPERTA IN RELAZIONI AFFETTIVE**

Per prenotare il corso
tel. 350 032 0319

SABATO 19 OTTOBRE 9.30-13.30
PRESSO VIVAI VALVERDE, VIA APPIA ANTICA 172
QUOTA DI PARTECIPAZIONE 77€.

“ADHD Italia: l’Associazione che coordina le organizzazioni di volontariato sul disturbo da “Deficit di Attenzione e Iperattività” Nella Regione Lazio attività ed Eventi a sostegno delle famiglie



ADHD Italia è un’Associazione che rappresenta un coordinamento di organizzazioni di volontariato italiane impegnate in merito al disturbo da “Deficit di Attenzione e Iperattività” (acronimo inglese ADHD, da cui l’utilizzo nel nome stesso dell’Associazione) costitui-

tasi il 30 Ottobre 2021, per riunire insieme Organizzazioni italiane che forniscono supporto ad adulti, adolescenti e bambini con disturbo da deficit di attenzione e iperattività e disturbi con esso in comorbidità. Il coordinamento si avvale dell’attività di volontari esperti in orientamento familiare e mutuo sostegno, insieme alla collaborazione di clinici esperti sul disturbo ADHD e del comitato scientifico. L’obiettivo di creare un coordinamento per l’Italia nasce dalla necessità di aumentare la forza delle organizzazioni esistenti che operano sulle problematiche inerenti il disturbo ADHD e la presa in cura delle persone che ne soffrono, cooperando tutte insieme al fine di condividere idee progettuali, azioni, informazioni, iniziative e per promuovere miglioramenti nei servizi di sanità pubblica e nella tutela e salvaguardia dei diritti delle persone che ne sono affette.

Cristina Lemme

Presidente ADHD ITALIA OdV - Coordinatore Malattie Neuropsichiatriche Infantili, Psichiatriche e Dipendenze Patologiche della Cabina di Regia per la Sanità Partecipata della Regione Lazio

Vice Presidente Consulta DSM ASL ROMA 4

Cell 377 2979 584 presidenza@adhditalia.org

presidenza@adhditalia.org adhdlazio@pec.it

Serena Pascucci

Socio Fondatore ADHD ITALIA ODV

Vice Presidente ADHD LAZIO ODV - Coordinatore sede di Roma

Delegata Referente Consulta Disabilità Roma Capitale

Delegata Referente supplente Consulta Disabilità Municipio III

Cell. 3393788572 vicepresidente@adhdlazio.org

adhdlazio@pec.it

COME CONTATTARE L’ ASSOCIAZIONE ADHD ITALIA

WEB **www.adhditalia.org**

Mail **presidenza@adhditalia.org – info@adhditalia.org**

FB **@adhditalia**



COME CONTATTARE ADHD LAZIO ODV:

Pagina FB : **@ADHD-LAZIO** - IG: **@adhdlazio**

Sito **www.adhdlazio.org**

COME ISCRIVERSI AD ADHD LAZIO ODV

https://www.adhdlazio.org/2024/01/02/campagna-iscrizioni/

Disregolazione dell’asse microbiota-intestino-cervello nel disturbo da deficit di attenzione e iperattività



Dott.ssa Anna Costa

Neuropsichiatra Infantile

Responsabile del Servizio di Neuropsichiatria Infantile e Disturbi del Neurosviluppo - Unità Operativa Semplice di Pediatria - Fondazione Policlinico Campus Biomedico di Roma

Tel. 06 22518423

anna.costa@policlinicocampus.it

Negli ultimi anni molti studi clinici hanno evidenziato l’esistente relazione bidirezionale tra il microbiota intestinale e l’ADHD. Il collegamento risiede nell’asse microbiota-intestino-cervello, per cui un cambiamento in ciascuno di questi tre livelli altera gli altri vicendevolmente. Infatti, è stata riscontrata una maggior prevalenza di Disturbi Gastrointestinali Funzionali (FGIDs) negli individui diagnosticati con un Disturbo del Neurosviluppo (NDD) e in particolar modo in pazienti diagnosticati con ADHD. Il microbiota gioca un ruolo fondamentale nei meccanismi fisiopatologici dell’ADHD, potenziando i meccanismi di neuroinfiammazione e stress ossidativo e interferendo nella neurotrasmissione catecolaminergica. Sulla base di questi studi abbiamo cominciato a registrare nei pazienti ADHD afferenti al Servizio di Neuropsichiatria Infantile e Disturbi del Neurosviluppo dell’Unità Operativa di Pediatria della Fondazione Policlinico Campus Biomedico di Roma, la presenza di Disturbi Gastrointestinali Funzionali (FGIDs) per valutarne la prevalenza ed i possibili fattori di rischio, confrontando i pazienti con ADHD con e senza sintomi intestinali funzionali valutandoli secondo i criteri di Roma IV concesso dalla Rome Foundation.

Il nostro studio ha evidenziato una prevalenza dei FGIDs maggiore nella popolazione ADHD (40%) rispetto alla popolazione pediatrica generale (23%) ed una complessa correlazione con i disturbi del comportamento nei bambini con ADHD. I bambini con FGIDs presentano un profilo clinico e comportamentale più severo, con livelli più alti di disattenzione e lamentele somatiche, influenzati dall’alterazione del microbiota. Inoltre, questi bambini mostrano un maggiore rischio di comorbidità con disturbi neuropsichiatrici, come ansia (36% vs 25%) e disturbo oppositivo provocatorio (45.5% vs 28%).

Lo studio ha anche rilevato che i bambini con FGIDs hanno maggiore difficoltà alimentari e del sonno: presentano un’alimentazione selettiva (25% vs 11%) e problemi del ritmo sonno-veglia più frequenti. Questi fattori sono importanti per l’autoregolazione e possono contribuire a un quadro clinico più severo e comportamenti aggressivi.

Infine, è stata osservata una maggiore presenza di familiarità per patologie autoimmuni nei bambini con ADHD e FGIDs (64% vs 16%), suggerendo un possibile legame genetico e/o immunologico tra i disturbi gastrointestinali e l’ADHD, collegato al microbioma.

Prevenzione dei Tumori al Seno: Nuove Frontiere Diagnostiche



dr Cristiano Turchetti

Medico chirurgo - Specialista in Radiodiagnostica

Tel 3385669436 - 0651531340 - cristiano.turchetti@gmail.com

La prevenzione dei tumori al seno è di cruciale importanza nella lotta contro questa patologia che rappresenta una delle principali cause di mortalità tra le donne. Un approccio proattivo nella diagnosi precoce può ridurre significativamente la mortalità e migliorare

le prognosi. Tra le innovazioni diagnostiche, la mammografia con tomosintesi rappresenta una delle tecnologie più avanzate e promettenti.

La mammografia con tomosintesi, conosciuta anche come mammografia 3D, offre una visualizzazione tridimensionale della mammella, permettendo di individuare lesioni che potrebbero non essere visibili con la mammografia tradizionale. Questo approccio migliora la sensibilità e la specificità dell'esame, riducendo il numero di falsi positivi e falsi negativi. La capacità di rilevare tumori in fase iniziale è fondamentale, poiché un trattamento tempestivo può significativamente migliorare le probabilità di guarigione. Nonostante l'alta efficacia della mammografia con tomosintesi, è essenziale completare questa indagine con un esame ecografico mammario bilaterale. L'ecografia mammaria è particolarmente utile nelle donne con tessuto mammario denso, dove la mammografia può avere limitazioni. L'ecografia permette di distinguere tra cisti e masse solide e può identificare lesioni non visibili alla mammo-

grafia. Infine, una visita senologica è fondamentale per una diagnosi completa ed accurata. Il senologo, esperto nella patologia mammaria, esegue un esame clinico approfondito e può correlare i risultati radiologici con i segni clinici, fornendo una valutazione complessiva della salute mammaria.

In conclusione, la prevenzione del tumore al seno attraverso un percorso diagnostico integrato, che combina mammografia con tomosintesi, ecografia mammaria e visita senologica, rappresenta l'approccio più efficace per una diagnosi precoce e accurata. Questo metodo multimodale aumenta le possibilità di rilevare tumori in stadi iniziali, migliorando significativamente gli esiti per le pazienti.

Il silenzio va interpretato



Maria Ferrara

Esperta in counseling per terapia individuale e di coppia tel. 347 7964210

ariaferr.ferrara@gmail.com

L'utilizzo che facciamo del silenzio nella comunicazione non è uguale per tutti, perché a seconda della persona a cui è rivolto, può avere un significato diverso. Il silenzio è infatti un potente veicolo di significati dietro il quale, ci sono molte

ragioni. Una di queste può essere la rabbia, l'indifferenza, l'ostilità, la delusione; raramente si associa alla calma interiore o ad un tipo di condivisione per arrivare a stabilire un contatto più diretto con gli altri. Tendiamo molto spesso ad associare il silenzio al dolore, alla solitudine, al rifiuto da parte degli altri o alla nostra incapacità di dialogare con loro.

Interpretare IL SILENZIO nel modo giusto non è mai facile. Occorre acquisire una buona capacità di osservazione e di comprensione nei riguardi dei nostri interlocutori. Compito non certo semplice se non c'è anche la volontà di aprire varchi attraverso le barriere difensive personali, proprie e altrui.

Tuttavia, per decifrare il silenzio, ci aiuta osservare anche il linguaggio del corpo, vale a dire atteggiamenti, sguardi, espressioni del viso della persona con la quale abbiamo a che fare. Gli atteggiamenti e la postura del corpo ci può rivelare ansia, insicurezza, preoccupazione o rabbia e ostilità. Si utilizza il silenzio per difesa, quando ci sentiamo sopraffatti dalle pressioni esterne o anche a causa della timidezza. E' indispensabile capire che nelle relazioni, non esiste il silenzio come assenza di comunicazione, perché sottintende comunque messaggi e motivazioni implicite. Sta a noi quindi, saperlo interpretare e riempirlo di senso, per stabilire con gli altri un contatto senza equivoci.



STUDIO RADIOLOGICO A ROMA EUR

- DIAGNOSTICA PER IMMAGINI
- RISONANZA MAGNETICA APERTA SETTORIALE (Articolazioni e Colonna)
- DENSITOMETRIA OSSEA COMPUTERIZZATA (MOC DEXA)
- TC MULTISLICE
- ECOGRAFIE
- ECO COLOR DOPPLER
- RADIOLOGIA GENERALE
- MAMMOGRAFIA DIGITALE CON TOMOSINTESI
- CONE BEAM

www.diagnosticacmc.it

PER INFO E PRENOTAZIONI: 06.51531340

Via A. M. Lorgna, al civico 30

(Fonte Meravigliosa) - Metro Laurentina

“International Fashion Gala” tra moda e solidarietà



Ha avuto luogo a Grottaferrata, il 13 luglio, presso il Park Hotel Villa Ferrata, l'International Fashion Gala che ha unito con successo moda, imprese e solidarietà. Le donazioni hanno contribuito alla Casa di Accoglienza di Ariccia. Lo ha sottolineato il Sindaco Gianluca Staccoli ed accoglie le donne vittime di violenza o in recupero dalla tossicodipendenza.

talia, dalla Romania e dalla Moldavia davanti alla giuria internazionale di professionisti della moda, comunicazione, sport e politica. Poi passerella delle modelle dei bellissimi abiti di 4 brands. Infine, cena di Gala a bordo piscina insieme a diversi Circuiti come l'Aerec, il Team 4.0, il Lions Club, Tota Pulchra e la Mediterraneos Production sotto i flash del giornale Il Faro.

Ha avuto luogo a Grottaferrata, il 13 luglio, presso il Park Hotel Villa Ferrata, l'International Fashion Gala che ha unito con successo moda, imprese e solidarietà. Le donazioni hanno contribuito alla Casa di Accoglienza di Ariccia. Lo ha sottolineato il Sindaco Gianluca Staccoli ed accoglie le donne vittime di violenza o in recupero dalla tossicodipendenza.



La **Confimea Sanità** ha accolto questa iniziativa insieme ai numerosi imprenditori intervenuti all'evento. Ideatore del Format Riccardo Gubiani; Marina Colicchio, Supervisor e Isa Doglia coordinatrice dell'evento e membro di Giuria. L'artista Elena Presti, cantante ed attrice ha presentato la serata, che è stata allietata anche da esibizioni musicali al pianoforte, chitarra e performance canore. Hanno sfilato giovani provenienti dall'I-



La **Confimea Sanità** ha accolto questa iniziativa insieme ai numerosi imprenditori intervenuti all'evento. Ideatore del Format Riccardo Gubiani; Marina Colicchio, Supervisor e Isa Doglia coordinatrice dell'evento e membro di Giuria. L'artista Elena Presti, cantante ed attrice ha presentato la serata, che è stata allietata anche da esibizioni musicali al pianoforte, chitarra e performance canore. Hanno sfilato giovani provenienti dall'I-

La **Confimea Sanità** ha accolto questa iniziativa insieme ai numerosi imprenditori intervenuti all'evento. Ideatore del Format Riccardo Gubiani; Marina Colicchio, Supervisor e Isa Doglia coordinatrice dell'evento e membro di Giuria. L'artista Elena Presti, cantante ed attrice ha presentato la serata, che è stata allietata anche da esibizioni musicali al pianoforte, chitarra e performance canore. Hanno sfilato giovani provenienti dall'I-





SERVIZI OFFERTI

- Visite Chirurgia generale
- Chirurgia Plastica e Ricostruttiva
- Medica Estetica
- Malattie e cura della pelle
- Chirurgia Vascolare
- Ginecologia Ostetricia
- Cardiologia e Cardiochirurgia
- Ortopedia e Traumatologia
- Scienze della nutrizione
- Vulnologia
- Ecografie



CONTATTI
IMERA MEDICA

Viale Aldo ballarin n 19 scala Q interno 1 e 2
imeramedica@gmail.com
3337101337 +390689510499



 @Poliambulatorio Imera Medica
www.imeramedica.it

L'archetipo apre la porta all'ipnosi?



Dr.ssa Elvira Angela Paracini
Analogista, Esperta tecniche di regressione, Counselor, Personal Health Coach,
Condizione di Gruppi di Training autogeno
Info: lestradedibenessere@gmail.com - cell. 349 4506194

Sfatiamo un'idea: in ipnosi non si dorme non si perde conoscenza. E' uno stato in cui tutti **andiamo anche spontaneamente**, quando **rallentiamo le onde cerebrali**, come ci accade al mattino appena svegli (**stato Alfa** delle onde cerebrali). **L'inconscio, a cui puoi accedere con l'aiuto dell'archetipo**, memorizza tutte le emozioni e sensazioni vissute e ricorda anche quello che si vede con la visione periferica. Questo consente di rivivere esperienze al fine di superare problemi o difficoltà ed evitare di ammalarsi. Vediamo cosa è **l'archetipo**? Dobbiamo ricorrere ad una rappresentazione mentale primaria, come quando i bambini associano le immagini ai suoni e agli oggetti. Infatti l'archetipo si esprime sotto forma di disegni, **SIMBOLI**. In modo semplificato, quel disegno ci trasmette emozione che crea l'immagine dentro di noi. Facciamo un esempio nei bagni pubblici vediamo il simbolo fatto di semplici aste, che rappresentano l'uomo o la donna, simboli che hanno un contenuto più ampio di quello del disegno. Nel nostro immaginario questi simboli prendono un significato. Ogni simbolo ha, pertanto, la capacità di **evocare concetti complessi** in maniera altamente sintetica sul piano cognitivo e fortemente mobilitante sul piano emotivo. L'archetipo ed il simbolo hanno radici geometriche, studiate particolarmente da Platone. Queste figure geometriche rappresentano dentro di noi un mondo emozionale intenso. Questo simbolismo



può essere usato per dialogare e rendere dinamiche queste rappresentazioni, nel mondo inconscio. Faccio un esempio semplice: se prendo dei numeri come 1,2,3 sono solo dei numeri. Ma se tra di loro inserisco un simbolo come "x" avrò una moltiplicazione, se inserissi un "+" avrei un'addizione, ecc.,

rendendo dinamici quei numeri.

Ecco che attraverso un semplice simbolismo archetipale attiviamo il dialogo con il nostro inconscio! Eccezionale, direi. Possiamo così far emergere risorse inesprese, ricordi emotivi, intuizioni, aumentare le capacità attentive, la concentrazione, superare problemi, sciogliere impedimenti e veramente farci del bene.

Un Bonus per te che stai leggendo: potrai conoscere qual è il tuo personale simbolo con un semplice test di pochi minuti. Imparare ad usare questo strumento davvero straordinario per rieducare la mente inconscia a funzionare correttamente, ti aprirà ad un mondo nuovo dove sfrutti il 97% delle capacità mentali. Ti immagini cosa puoi realizzare?

Alla fine del testo aggiungi conosci il tuo simbolo gratuitamente Scrivendo alla mail indicata.

- **RICOVERI (Riabilitazione neuromotoria e del linguaggio cod.56 Riabilitazione estensiva ex art.26 - Medicina)**
- **RIABILITAZIONE ex art.26 (Semiresidenziale, Ambulatoriale, Domiciliare)**
- **DAY HOSPITAL RIABILITATIVO ● NEUROPSICHIATRIA INFANTILE**
- **R.S.A "Appia Felice"**



- SERVIZI PRIVATI**
- **TERAPIE MANUALI (posturale, cranio sacrale, viscerale, miofunzionale, Taping, kinesi, idrokinesi)**
 - **TERAPIE STRUMENTALI (Tecar, InterX, Laser, Bemer, Pedana Delos, Tens)**
 - **INDAGINI STRUMENTALI (Radiologia digitale, Ecografia, ECG, Doppler, Ecocolor Doppler, Elettromiografia, Holter)**
 - **ANALISI CLINICHE ● RICOVERI PRIVATI**



VILLA FULVIA
 CASA DI CURA

Accreditata SSN - Certificata ISO 9001

Via Appia Nuova, 895 (ingresso auto)
 Via Acerenza, 3 (ingresso pedonale)
 Tel. 06710501 - Fax 0671050525
 info@villafulvia.it

www.villafulvia.it



Convenzionata in forma diretta con le seguenti compagnie assicurative:
ALLIANZ, RBM SALUTE, CASPIE, GENERALI, FASI, FASI OPEN, FASCHIM, PREVIMEDICAL, POSTEVITA, COOPALUTE

L'INTERVISTA

FAR....Risultati con il Coach Roberto Farris

Ciò che siamo determina ciò che attraiamo

Gli esercizi per una nuova consapevolezza



Quante sensazioni invadono il nostro cuore...Quante emozioni proviamo, a volte le lasciamo libere, altre volte le blocchiamo o le dirottiamo. L'armonia interiore è fondamentale ed è una conquista importante, soprattutto, quando siamo sotto pressione o non ci sentiamo liberi di essere noi stessi.

"Proprio quando siamo sotto stress per motivi diversi, è importante staccare la mente e capire meglio cosa ci turba - ci consiglia il Coach Roberto Farris - e fare silenzio dentro di noi. Per staccare dal pensiero è fondamentale meditare o pregare". Pensiamo a quei momenti in cui vogliamo dedicarci del tempo di qualità, magari ci troviamo immersi nella natura, es. in un prato verde, davanti ad un bosco o in una spiaggia, magari davanti ad un bel Faro circondato dal mare e dagli scogli. Siamo lì con diversi stati d'animo, con la voglia di vivere il presente, il "qui ed ora", con il desiderio di farci sorprendere, emozionandoci degli attimi; eppure potremmo farci catturare da pensieri non belli che si insinuano e ci portano lontano. Vorremmo affrontare persone o cose che ci creano tensioni, o quei conflitti dentro di noi che non si sbloccano. Comunque vorremmo, ma spesso non sappiamo il "come". L'energia positiva può lasciare il posto alla paura, al controllo, alla frustrazione. **Ecco allora che il Coach Roberto Farris consiglia gli esercizi di radicamento.** Chiudere gli occhi e creare silenzio dentro di noi. La sua voce ci guida, oltre a guidare se stesso. "Chiudiamo gli occhi ed immaginiamo che dai nostri piedi partano delle radici che ci connettono alla madre terra" - inizia così a rilassarci Roberto - "e che attraverso di esse il nostro corpo faccia scorrere via tutte le sensazioni stanche, le energie disarmoniche, i pensieri limitanti, si ripulisca di tutto ciò che non è amore. Ora immaginiamo dall'alto la splendida luce di una stella che entra nella nostra testa e scende nel corpo, illuminando tutte le nostre cellule.

La luce purifica tutto il nostro essere ed il corpo diventa più rilassato, radicato al terreno". "E' un modo per entrare più in connessione con noi stessi", ci sottolinea Roberto e si respira profondamente. Sentire il nostro corpo che respira, è importante per entrare in connessione. Scopriamo che ciò che noi siamo veramente non è ciò che pensiamo. Siamo molto di più. Questa è una consapevolezza che ci ispira. "Oggi cosa ci rende felici?" Se fosse l'ultimo giorno della mia vita, sto vivendo ciò che desidero? E se non è così, cosa mi manca? Ciò che sto facendo è veramente ciò che voglio? Spesso non si sta bene in una situazione, ma non si è disposti a cambiare. Importante è iniziare a farlo, fare il primo passo: lungo la nostra strada gli aiuti ci arriveranno, anche se non sappiamo "da dove". "Se vuoi conoscere te stesso, entra nella tua essenza, entra nel tuo



cuore, contatta l'anima e lo spirito". Il mondo in cui viviamo ci "bombarda" di condizionamenti, ma nessuno può indicarci la via migliore se non la parte più profonda di noi stessi. Per

questo Roberto ci invita a trovare il tempo, almeno 15 minuti al giorno, per meditare. Possiamo fare silenzio per ascoltarci. Fissare un punto nello spazio, ascoltare i pensieri senza giudicarli, senza contrastarli. Ci sarà un momento in cui ci accorgiamo che non pensiamo più, che siamo in connessione. Presto potremo avere una rivelazione, una nuova consapevolezza, vedere ciò che non abbiamo ancora visto, o vedere le cose con occhi diversi. Comunque ciò di cui abbiamo veramente bisogno ci verrà a trovare. E' importante, infatti, avere una buona armonia interiore. La "sincronicità" consiste proprio in questo: "Ciò che siamo determina ciò che attraiamo".

Valentina Tacchi

Prenota un incontro con il Coach Rob al tel. 347 3535410



DR. ROBERTO FARRIS
 MENTAL E TALENT COACH, TRAINER, IPNOTISTA,
 MENTORE SPECIALIZZATO NELLA LEGGE DI ATTRAZIONE,
 FISICA QUANTISTICA APPLICATA AGLI OBIETTIVI
 PER TRADURLI IN RISULTATI STRAORDINARI

Per approfondire gli argomenti potete andare sul sito www.ilfaroirete.it cerca: Roberto Farris

SESSIONI INDIVIDUALI E DI GRUPPO
 TEAM BUILDING - SPORT E BUSINESS COACHING
 FORMAZIONE PER IMPRENDITORI E PROFESSIONISTI
 CORSI PER AZIENDE

www.benesserefisicoemozionale.com

347 3535410

robertofarris@me.com

fb: Roberto Farris - Find your Way fb: benessere fisico ed emozionale



Desideri esprimere al massimo il tuo potenziale e tradurre i tuoi obiettivi in risultati?

Contattami!

CENTRO MEDICO POLISPECIALISTICO

ASTER
DIAGNOSTICA

UN POPOLO DI POETI DI ARTISTI DI EROI
DI SANTI DI PENSATORI DI SCIENZIATI
DI NAVIGATORI DI TRASMIGRATORI

**APERTI
LA
DOMENICA**

SERVIZI ATTIVI DI DOMENICA MATTINA

 **ANALISI CLINICHE**

 **RADIOLOGIA**

 **ECOGRAFIA**

 **RISONANZA MAGNETICA APERTA**

 **T.A.C.**

Prelievi senza appuntamento dalle 8:00 alle 10:30

**Via delle Costellazioni, 306 - Roma zona EUR Torrino
Tel. 06 5291330 - www.asterdiagnostica.it**

Rimorso o rimpianto: cosa è meglio?



La vita quotidiana di tutti noi è fatta di scelte e come ben sappiamo decidere di scegliere implica delle conseguenze non solo per noi ma anche per chi ci sta intorno. Può risultare difficile intraprendere una strada piuttosto che un'altra, ogni scelta comporta dei rischi, a volte non prevedibili.

Il rimorso porta ad essere invasi da un sentimento di pentimento rispetto ad un'azione messa in atto, pervasa da un grande **senso di colpa** verso l'altro. Al contrario il rimpianto, si caratterizza per uno **stato d'incertezza** che incessantemente, ritorna nel presente, generando ansie e malinconie.

E' capitato a tutti di trovarci di fronte ad un bivio senza sapere cosa fare, cosa decidere o di voler semplicemente scappare dinanzi ad una scelta per la quale non ci sentivamo pronti di agire.

In alcuni momenti della vita, la paura ha il sopravvento e ci limita. Il film "Sliding Doors" esprime chiaramente il significato. Si può vedere Helen, la giovane ragazza in corsa per prendere la metropolitana, come le si prospettino due vite diverse a seconda che decida di **"prendere o perdere"** il treno. Ciascuno di noi, dovrebbe essere in grado di assumersi completamente la responsabilità delle proprie scelte. Dietro un rimorso di solito c'è sempre una lezione, anche un errore può migliorarci!

Vivere nella piena consapevolezza senza condizionamenti esterni ci permette di sentirci più realizzati e soprattutto se stessi. Considerando che la vita non aspetta nessuno, diversamente dalla preferenza del sentimento, meglio provare, anche sbagliando, piut-



tosto che vivere nel rimpianto di non averci provato. Torturarsi per ciò che non si è fatto è davvero inutile visto che non potremo mai saperlo...

Tutti abbiamo un vissuto, e tutti abbiamo fatto o non fatto cose. La questione non consiste nel preferire uno stato all'altro, quanto nel trovare il modo di liberarsi dall'angoscia che entrambi possono generare, trasformando il dolore del rimorso e la malinconia del rimpianto in una condizione di serenità.

Il rimorso e il rimpianto sono legati al passato, quello che conta veramente è ciò che decidiamo di fare oggi per il domani!

Katia Delon

**SERVIZIO RESIDENZIALE, AMBULATORIALE e DOMICILIARE ex art. 26
NEUROPSICHIATRIA INFANTILE - HOSPICE - R.S.A.**



la Vostra salute è la Nostra dedizione

SERVIZI RIABILITATIVI PRIVATI

Tecarterapia • Laserterapia ad alta potenza • Onde d'urto • Idrokinesiterapia
Rieducazione Neuromotoria • Kinesiterapia • Rieducazione Posturale Individuale
Linfodrenaggio manuale • Magnetoterapia • Ultrasuoni • Elettroterapia • Neurotape

Convenzionata in forma diretta con le seguenti compagnie assicurative: ALLIANZ, RBM SALUTE, CASPIE, GENERALI, FASI, FASI OPEN, FASCHIM, PREVIMEDICAL, POSTEVITA, COOPALUTE



PRESIDIO SANITARIO

Accreditata SSN e Certificata ISO 9001



Via Mentore Maggini, 51

(ROMA - ZONA LAURENTINA)

tel. 0651037

info@villaardeatina.it

www.villaardeatina.it



Elisir di giovinezza



Eccoci davanti allo specchio... potrebbe essere l'esigenza di ognuna di noi quella di voler migliorare l'aspetto esteriore e creare un ciclo virtuoso con l'autostima che, aumentando, fa aumentare anche il nostro fascino personale. Quando mi sento bene e ho fiducia in me anche la mia pelle ha un aspetto fantastico!

Ma cosa intendiamo per aspetto fantastico? Vogliamo che elasticità, compattezza e luminosità scaturiscano dall'interno. Quindi per sentirmi davvero meglio e avere una pelle magnifica, mi serve andare più a fondo: devo aiutare la pelle dall'interno. La vera bellezza è quella interiore...Quante volte abbiamo sentito questa frase, parlando della bellezza dell'Anima. Noi abbiamo un po' giocato con le parole volendo indicare come il nostro aspetto esteriore dipenda moltissimo dallo stato interiore, dal giusto stato fisico. L'aspetto di una persona sana sarà visibile attraverso l'organo più esteso del nostro corpo, la pelle, che rispecchia quindi la nostra bellezza naturale. I nutricosmetici sono prodotti di bellezza che agiscono dall'interno per migliorare l'aspetto esteriore della pelle a cui offrono sostegno per un ottimo funzionamento e struttura. A differenza dei trattamenti di bellezza tradizionali, che intendono idratare la pelle dall'esterno, riteniamo che i programmi idratanti funzionino meglio se accompagnati da integratori alimentari che agiscono dall'interno e i nutricosmetici rappresentano una vera e propria soluzione di bellezza olistica ed efficace. Sappiamo che in una pelle sana e giovane, l'elastina e il collagene sono in fasci robusti, adatti a trattenere l'acido ialuronico, vettore principale dell'idratazione che porta compattezza e luminosità alla

pelle. Ma non tutti sanno che il collagene portato dall'esterno, contenuto in creme o altri trattamenti, non è altrettanto efficace quanto quello prodotto dalla pelle dall'interno, in modo naturale. Come fare, dove trovare un nutricosmetico sicuro ed efficace, a prova di bomba? Beh, se vi è piaciuta la presentazione, potete rifarvi alla email indicata a fondo pagina. Scrivetemi! **Edgarda Brigliadori**
contatti@metamorphosya.com

Inaugurazione della sede del "Viaggio nel Benessere" a Mostacciano



PARRUCCHIERE



SPA TRATTAMENTI PER CAPELLI
TAGLIO - COLORE - BALAYAGE - OMBRE'



VIA DEI CORAZZIERI, 15 ROMA EUR
TEL. 06 5919410 CRAZY GROUP

Perché l'estate risveglia la passione: l'aumento degli stimoli nella stagione dell'amore



L'arrivo dell'estate porta con sé una rinnovata vitalità e un'energia travolgente. È la stagione in cui la natura esplose in tutta la sua magnificenza, risvegliando in noi una profonda connessione con i ritmi e gli istinti della nostra specie in continua evoluzione. **L'estate diventa la stagione dell'amore, un periodo in cui gli stimoli si moltiplicano, accendendo la scintilla della**

passione. Esistono molteplici ragioni per cui l'estate risveglia la passione: l'impatto degli stimoli ambientali, eventi sociali e nuove occasioni relazionali, l'esposizione di parti "riservate" del corpo in altre stagioni coperte, voglia di libertà, tempo libero, sollecitazioni psicologiche e tante altre particolarità che caratterizzano questa stagione "unica".

Con l'arrivo del caldo, le persone indossano abiti più leggeri e rivelatori, che svelano molti segreti con trasparenze (soprattutto femminili) ed aderenze, mettendo in mostra zone del corpo ad alto coefficiente di attrazione.

La pelle esposta attiva aree specifiche del nostro cervello associate alla gratificazione e al piacere, innescando una risposta combinata, psicologica e fisiologica, che può tradursi in un aumento di appetiti ed attrazioni sessuali.

L'aumento del tempo libero favorisce la creazione di nuovi legami e il rafforzamento di quelli esistenti.

Il caldo estivo, in particolare, può avere un effetto benefico sulla nostra libido. **Quando le temperature esterne sono più elevate, il nostro corpo tende a produrre più testosterone, l'ormone associato al desiderio sessuale sia negli uomini che nelle donne.**

Oltre all'aumento dei livelli di testosterone, l'esposizione al sole e al caldo stimola la produzione di altri ormoni chiave, come l'ossitocina e la dopamina. **L'ossitocina, spesso definita l'ormone dell'amore, svolge un ruolo fondamentale nel promuovere il legame e**

l'intimità nelle relazioni.

La dopamina, d'altra parte, è associata al piacere e alla gratificazione. Quando i livelli di dopamina sono elevati, tendiamo a provare maggiore eccitazione e motivazione, fattori che possono contribuire a un aumento del desiderio sessuale e dell'energia nelle relazioni. **Questo picco ormonale, combinato con gli altri fattori ambientali e sociali dell'estate, crea un terreno fertile per il risveglio della passione e dell'intimità nei rapporti interpersonali.**

È noto che lo stress accumulato durante l'anno può avere un impatto negativo sulla libido e sulla qualità delle relazioni; il riposo estivo rappresenta un'opportunità preziosa per ricaricare le batterie, riattivare la mente, risvegliare l'immaginario erotico, infittire gli scambi e le comunicazioni in presenza ma anche a distanza con le tecnologie. Per sintetizzare ogni strumento è prezioso per accendere la "miccia" seduttiva...si moltiplicano strategie di corteggiamento, opportunità ed occasioni per arrivare ad appaganti intimità sessuali.

L'estate favorisce la fantasia, libera l'immaginazione, attiva la curiosità ed il rilassamento mentale.

Quando ci sentiamo rilassati e tranquilli, tendiamo ad essere più aperti e recettivi alle esperienze piacevoli, diventiamo curiosi esploratori e il periodo estivo ci invita a riscoprire la nostra passione celebrando le bellezze della vita. Abbracciamo questa stagione unica e lasciamoci conquistare dalla sua energia travolgente, permettendo all'amore di fiorire, ai desideri di realizzarsi e alle emozioni di esprimersi liberamente.

Massimo Marzi

www.massimomarzi.it - www.ilbenegiornale.it - 329 4595457



Graphics & Events Service srl

Stampa offset e digitale - Cartotecnica
Allestimenti per mostre e convegni - Gestione eventi promozionali

SCATOLE - ASTUCCI - BROCHURE - RIVISTE - DEPLIANT - MANIFESTI
PANNELLI - ROLL-UP - T-SHIRT PERSONALIZZATE



VIA ALFREDO SERRANTI, 137 - MONTE COMPATRI (Rm)
Tel. 06 9487625 - 348 7771801
e.mail: geservicesrl2001@gmail.com



LA CONSULENTE DELLA BELLEZZA

Il tuo cambiamento inizia questa Estate!

Secret Charm si prende cura della tua bellezza e del tuo benessere



Roberta Vinci
Via dell'Arte all'Eur. Tel 345 9762921

Per alcune persone l'Estate è il periodo più bello dell'anno. Le giornate si allungano e i profumi che inondano i parchi e le aree verdi infondono uno spiccato senso di benessere. Per qualcuno è l'incubo per l'arrivo del caldo perché ci si inizia a scoprire e spesso non ci si sente a proprio agio con il proprio corpo. Non disperare. Ti svelo un segreto... Da Secret Charm ci prendiamo cura di te ed ascoltiamo le tue esigenze per riportarti in Armonia ed in equilibrio tra CORPO ed



ANIMA. Adottando il programma in base al tuo stile di vita senza stress e con tanta serenità. Questo è il segreto per affrontare al meglio il tuo programma personalizzato. Ripristiniamo l'Energia di cui hai bisogno, rivitalizziamo il tuo corpo e l'obiettivo è quello di farti vivere un'Estate emozionante dove puoi essere protagonista. Non è mai troppo tardi per iniziare a prenderti cura di te! Ad ognuno il suo programma... Vieni a scoprire i nostri percorsi sia prima che dopo le tue vacanze!

Per info. contattaci telefonicamente o tramite i social. Scarica la nostra APP anche per accedere alle offerte!



SECRET CHARM

wellness & Beauty Spa

La nostra filosofia di lavoro è quella di offrire ai nostri clienti la **massima professionalità** e ciò è reso possibile grazie sia allo staff scelto e selezionato con cura e sempre aggiornato, sia alla scelta di **prodotti di altissima qualità**, cosmetici e dermo-cosmetici, come *Elisabeth Arden PRO*, *Maria Galland*, così come **apparecchiature all'avanguardia** (epilazione laser, dimagrimento, tonificazione, ecc..) sempre aggiornati con le norme vigenti.



L'Arte della Bellezza

Roberta Vinci



SERVIZI

- Trattamenti con Macchinari
- Trattamenti Benessere
- Trattamenti Area Viso
- Trucco Semipermanente
- Trattamenti Per Le Mani

Scopri tutti i dettagli su:

www.secretcharm.it

oppure scarica l'App Secret Charm

@secretcharmbeauty



Viale dell'Arte, 53/55
00144 Roma
06 94519750 - 345 976 2921

ANLAIDS Charity Dinner

Un Evento glamour di successo e di valore



nel cuore della bellezza artistica. Appuntamento al prossimo evento di Natale ... un'occasione da non perdere sotto i flash luminosi sempre del nostro giornale Il Faro!

Il Faro in rete - Un grande successo la bellissima serata ANLAIDS Charity Dinner, che ha avuto luogo il 30 Maggio, presso la splendida Galleria nazionale d'Arte Moderna e Contemporanea a Roma! Un annuale evento glamour di grande valore organizzato per raccogliere fondi che finanzino le attività di prevenzione e sostegno all'infezione di HIV, per la lotta all'AIDS sul territorio. Un'occasione in cui crede fortemente Gianlu-



Valentina Tacchi
Presidente di Anlaids Lazio Gianluca de Marchi e Patrizia Ferri, Segretario nazionale di Anlaids ETS.

Anlaids Sezione Laziale Onlus
Via Giovanni Giolitti, 42
Tel +39 064746031 - Cell + 39 3939597958
patrizia.ferri@anlaidslazio.it - www.anlaidslazio.it



ca Marchi, Presidente di Anlaids Lazio e CEO di Urban Vision Group. "E' stata una serata di raccolta fondi importanti. Abbiamo raccolto 210.000 euro - ha affermato Patrizia Ferri, segretario nazionale di Anlaids ETS - ed erano presenti circa 400 persone. Molti i personaggi del mondo dello spettacolo, della cultura e dell'imprenditoria che hanno reso la serata particolarmente interessante. Oltre alla raccolta fondi, siamo riusciti a far parlare di AIDS. E' importante perché comunque è una patologia - ha sottolineato Patrizia Ferri



- che registra ogni anno in Italia, circa 2.000 casi ed oggi è una malattia che può essere tranquillamente prevenuta adottando comportamenti corretti".
La prevenzione ora anche nelle scuole ha una forte priorità, insieme ai successi terapeutici, in vista del 2030, anno in cui si intende debellare la malattia. Una solidarietà condivisa con importanti brand

RITORNO AL FUTURO

Consapevolezze nuove e antiche attraverso l'evoluzione

Pensa (meglio) che ti passa



Edgarda Brigliadori

Naturopata - Consulente di BellEssere - Esperta di Nutrizione Integrata - Coach del Cambiamento Assistant Director BNI Region Roma Sud - Ovest Esperta di Referral Marketing e Networker

Se è vero che i pensieri danno forma alla nostra realtà, allora conviene sintonizzarci su pensieri costruttivi, positivi, potenzianti. C'è chi dice che camminando si pensa meglio. Mangiando sano, si pensa meglio. Respirando aria pulita si pensa meglio. Cambiando piccoli elementi o abitudini che fanno parte della nostra vita, ossigenando un po' la materia grigia, possiamo elevare energeticamente le nostre vibrazioni e accedere ad un livello superiore di pensiero, creando un circuito virtuoso dai pensieri alla nostra stessa esistenza. Siamo in un momento in divenire, in cui diventa di vitale importanza imparare a dirigere il flusso personale di coscienza durante l'avanzamento dell'Essere sotto ogni forma, fisica, mentale, emotiva, sociale, e poter acquisire la capacità di scegliere i pensieri che alla mente si affacciano costantemente. Ti capita mai di essere completamente sopraffatto dai tuoi pensieri e dal tuo dialogo interno? Che tipo di pensieri circolano nella tua mente? Possiamo acquisire una personale capacità di gestire i nostri pensieri, esercitare più controllo sul continuo vagare della mente dagli schemi del passato alle ansie per il futuro, impedendoci di vivere al meglio il nostro presente. Possiamo divenire "osservatori o monitorare i processi di pensiero della mente",



per scoprire che certi pensieri non sono i nostri, non sono noi. La mente è solo uno strumento potente, un software sofisticato a nostra disposizione e proprio per questo dobbiamo conoscere bene il funzionamento per utilizzarlo a nostro vantaggio, evitando di farci dominare dal suo lavoro costante. Per conquistare chiarezza mentale e non lasciarti sopraffare dalla mente e dalle sue creazioni, puoi allenarti a diventare più consapevole dei tuoi stessi pensieri. Assumere il pieno controllo della mente richiede di applicare con regolarità, costantemente, un impegno consapevole che si possa trasformare in un'abitudine. *"Costruivetevi un pensiero felice, proprio adesso, mentre state leggendo. Un pensiero irrazionale, scarmigliato e libero. E sorridetegli."* (A. Dubois)



Centro sportivo FONTE ROMA EUR



Sport a tutti i livelli, quali fitness (tutti i corsi e sala attrezzi), danza e ballo, combattimento, area personal e group training. Nella piscina 25 m X 16,80 si praticano il nuoto libero, i corsi per adulti e baby, acqua fitness ed idrobike.

**Via Andrea Meldola, 157, 00143 Roma RM
tel 06 503 8585**

SERVIZI ALLE IMPRESE E ALLA FAMIGLIA

Fideiussioni e cauzioni
Multirischi attività e uffici
Cyber Risk Multirischi
fabbricati civili e abitazioni
Rc professionali, volontari e tirocinanti
Polizza viaggi e Visto Schengen



"Ci vuole poco per assicurarsi la tranquillità"

insurance services srl



Rimborso spese legati e peritali
Protezione del credito e del leasing
Pensioni integrative Protezione del mutuo e dei prestiti
Protezione uomo chiave - TMC e CPI
Rimborso spese mediche e veterinarie
Infortuni professionali ed extra,
Diarie giornaliere
Rc veicoli e garanzie accessorie (furto/incendio con satellitare)
Finanziamento premi assicurativi e Prestiti Personali (Cessione del V°)

Via Annone, 4B - 00199 Roma
366 331 97 87 - 06 86321024
info@llinsuranceservices.it

www.llinsuranceservices.it

DIRITTO INTERNAZIONALE

Raggiungi l'Eccellenza con i Nostri Servizi di Diritto Internazionale e Protezione del Patrimonio



Robert Von Sachsen Bellony

Avv. di Diritto internazionale e della Pianificazione patrimoniale - Consulenza legale e finanziaria
www.vonsachsenbellonyfoundation.it - tel. + 39 351 8580542

In un mondo sempre più globalizzato, navigare attraverso le complesse acque del diritto internazionale pubblico e privato è diventato essenziale. La nostra missione è fornire soluzioni giuridiche personalizzate e di alta qualità per tutelare al meglio i tuoi interessi e il tuo patrimonio. Scopri come possiamo aiutarti a raggiungere l'eccellenza e la sicurezza legale che meriti con un approccio personalizzato.

Competenza e Professionalità al Tuo Servizio

Il nostro studio legale vanta una lunga esperienza nel campo del diritto internazionale, sia pubblico che privato. Il nostro team di esperti è costantemente aggiornato sulle ultime normative e tendenze globali, garantendoti un'assistenza legale di altissimo livello. Offriamo consulenza qualificata su questioni transnazionali, trattati internazionali, accordi commerciali e tanto altro.

Servizi di Diritto Internazionale Pubblico

Assistiamo governi, organizzazioni internazionali e società multinazionali nella gestione delle relazioni internazionali e nell'applicazione del

diritto tra Stati. **I nostri servizi includono:**

- Consulenza sui trattati e convenzioni internazionali
- Assistenza nella risoluzione delle controversie internazionali
- Consulenza su diritti umani e diritto umanitario Assistenza nei procedimenti davanti a tribunali internazionali

Servizi di Diritto Internazionale Privato

- Consulenza su contratti internazionali
- Assistenza in questioni di diritto societario e fusioni e acquisizioni internazionali
- Consulenza sulla normativa internazionale relativa alla proprietà intellettuale
- Assistenza nella risoluzione di dispute commerciali internazionali

Protezione del Patrimonio, sicurezza e Serenità per il Tuo Futuro:

- Pianificazione patrimoniale e successoria
- Protezione degli asset aziendale
- Consulenza su trust e fondazioni
- Soluzioni di protezione per patrimoni internazionali

Flash News dall'Europa



L'Europa Cresce: Al via i primi negoziati per l'adesione della Repubblica Moldova. Questo passo significativo segna l'inizio di un percorso che vedrà la Moldova impegnata in colloqui su temi specifici per conformarsi agli

standard europei. L'UE ha ribadito il suo sostegno alla Moldova, particolarmente in un momento di grandi sfide legate alla guerra della Russia in Ucraina. Parallelamente, sono ufficialmente iniziati i colloqui anche per l'adesione dell'Ucraina all'Unione Europea.

Innovazione in AI: Premi alle PMI europee La Large AI Grand Challenge ha annunciato i vincitori, premiando quattro start-up innovative nel campo dell'intelligenza artificiale. Queste aziende condivideranno un premio di ben 1 milione di euro risorse fondamentali per sviluppare modelli di IA all'avanguardia e concorrere con aziende d'oltreoceano.

13 miliardi di euro per progetti di sviluppo in Europa La Banca Europea per gli Investimenti ha approvato finanziamenti per 12,8 miliardi di euro destinati a progetti nei settori dei trasporti, dell'energia e delle imprese. Questi fondi contribuiranno a migliorare i trasporti sostenibili, aumentare l'uso di energie rinnovabili, costruire nuovi alloggi per studenti e potenziare la protezione contro terremoti e inondazioni. Le imprese europee potranno inoltre beneficiare di questi investimenti per espandersi e innovare.

Nuova legge UE per la tutela dell'ambiente L'Unione Europea ha approvato una legge sul ripristino della natura che mira a restaurare almeno il 20% delle zone terrestri e marine entro il 2030 e tutti gli ecosistemi deteriorati entro il 2050. Questa normativa è un passo cruciale per ridurre l'impatto dei cambiamenti climatici e mitigare gli effetti dei disastri naturali, contribuendo a preservare la biodiversità del continente.

Matteo Martinelli

Isabella Morrone con OPISAS

Esperta in Investimenti immobiliari ad alto rendimento in Usa



Isabella Morrone è una "cittadina del mondo" come ama definirsi, ha vissuto in vari paesi tra cui Inghilterra, Turchia, Egitto e Canada. La sua esperienza professionale si è sviluppata inizialmente nel settore del turismo, lavorando per aziende come American Express, Francorosso, Club Vacanze e Sporting Vacanze acquisendo una vasta esperienza in questo campo.

Al suo ritorno in Italia, dopo un periodo trascorso a Istanbul, ha avuto l'opportunità di incontrare "Christian Calusa", il CEO di OPISAS. Affascinata dal progetto, che all'epoca era appena stato lanciato, si è unita all'azienda contribuendo a rendere OPISAS una realtà internazionale leader nel settore dell'immobiliare ad alto rendimento in USA.

Dal 2008 OPISAS offre immobili totalmente ristrutturati e già affittati con rendite nette annue a partire da un 6% fino ad un 10%. È in grado di supportare i suoi clienti in ogni fase di questo percorso, dalla selezione dell'immobile, selezione inquilino, pagamento utenze e tasse fino alla futura rivendita.



Per Info. isabella@opisas.com Tel. + 39 347 9187465
www.opisas.com

Fentanyl: la droga degli zombi

Il Fentanyl nasce come farmaco per la terapia del dolore nei malati oncologici e terminali, inibendo i recettori del dolore e donando un senso di euforia.

Parallelamente al mercato legale, la produzione illecita di questo oppioide sintetico, è in forte ascesa. Il dark web e il deep web, sono i mezzi di diffusione preferiti dagli spacciatori, perchè garantiscono l'anonimato più di ogni altro canale di smercio.

Viene chiamata "la droga degli zombi" perché trasforma chi la usa in un morto che cammina, sia per la postura fisica che assume, sia per l'alta probabilità di perdere la vita.

La sostanza è 100 volte più potente della morfina e 50 volte più forte dell'eroina e altrettanto tossica. Inoltre dà dipendenza molto rapidamente. Sono sufficienti appena 2-3 milligrammi per uccidere una persona provocandone il soffocamento.

La questione è una seria minaccia per la salute pubblica mondiale.

In America si contano più di 200 morti al giorno. Joe Biden e Xi Jinping si sono incontrati lo scorso novembre proprio per rafforzare la cooperazione tra Stati Uniti e Cina nella lotta al fentanyl.

E' infatti la Cina la massima produttrice della sostanza illegale, che viene realizzata nei tanti kitchen laboratories, (laboratori clandestini) disseminati nel il Paese, che oltre a rendere la sostanza più potente e pericolosa, permette la sua diffusione a un prezzo economico rendendola accessibile a un'utenza sempre più estesa. In Italia è stata diffusa un'allerta di terzo grado sul Fentanyl. Gli alert, coordinati dal Dipartimento delle politiche antidroga consistono in una comunicazione d'urgenza inviata a tutti gli operatori che si occupano dei consumatori che abusano di sostanze stupefacenti.

L'allerta di grado 3 si riferisce a sostanze che possono provocare



intossicazioni severe o morti, quale il Fentanyl.

Questo stupefacente si diffonde con estrema facilità, perché ha costi di produzione estremamente bassi e sono sufficienti quantitativi esigui per realizzare molte dosi.

Ovviamente le mafie hanno fiutato l'affare, invogliate, oltre che dal business altamente redditizio, dall'occasione di introdursi in un mercato giovane, dove entrano in gioco mezzi che sfuggono al controllo delle forze dell'ordine. Ad esempio, su Telegram si può acquistare tutto ciò che di illegale esiste permettendo ai venditori di nascondersi dietro un semplice username.

Siamo di fronte ad un flagello silenzioso, una guerra intestina ma globale. Per fermarlo servono interventi puntuali e una proficua cooperazione con gli altri Paesi. La globalizzazione è anche questo.

Maria Teresa Accardo

Noi rendiamo unico il vostro ricordo



Cerimonie  Funebri
GIOVANNONI
 dal 1949

www.giovanonifuneraria.com | 06.516.00.000

Sei pronto per il mondo mobile?

Il futuro del tuo marketing è nella portabilità

Rendi la tua attività a prova di futuro con lo sviluppo di app di marketing per dispositivi mobili. Non creiamo solo app, creiamo strumenti che ti aiuteranno a creare un'azienda sostenibile e di successo. Un app mobile personalizzata è il nuovo modo essenziale per rafforzare il tuo marchio, far conoscere e far diffondere la tua attività, aumentando il coinvolgimento e incrementando le vendite. Le app mobili sono **uno dei**

bitto turistico.

Sono certificata presso Migastone come **sviluppatore di applicazioni ibride su sistema Siberian per iOS e Android**, in particolare rivolte alle esigenze dei liberi professionisti, delle associazioni di categoria, dei giornali, radio e tv locali, dei centri medici estetici, degli ambulatori veterinari e delle imprese turistiche, ospitalità ed esperienze di viaggio.

Vuoi che i tuoi clienti siano sempre in contatto con te?

APP PROPOSITO DI APP

Rendi la tua attività a prova di futuro con lo sviluppo di app di marketing per dispositivi mobili

339-293-1514
jole@appropositodiapp.it

Ora mi occupo di aiutare i professionisti e le attività locali ad aumentare clienti e fatturato grazie al dialogo continuo ed alle funzioni di interazione fornite dalle app, studiando l'approccio più efficace per sviluppare la tua attività.

COSA POSSO FARE PER TE

Promozione del territorio

Data la più che consolidata abitudine all'uso dei telefoni Smartphone e la sempre crescente digitalizzazione delle attività, le app rappresentano UNO STRUMENTO CENTRALE per la promozione e la conoscibilità del territorio e delle attività di alloggio e commerciali ivi presenti, andando a costituire un NODO DI RACCORDO fra le più disparate iniziative di comunicazione di enti, aziende e strutture di accoglienza turistica sul territorio. **Grazie ad app**

modi più convenienti per raggiungere i clienti in movimento. Studiamo assieme a te una soluzione personalizzata che corrisponda ai tuoi obiettivi di comunicazione e di marketing, per dare il massimo valore ai tuoi prodotti e ai tuoi servizi.

DUE PAROLE SU DI ME

Mi chiamo **Jole Rotello**, e in circa 30 anni di professione ho lavorato con aziende IT nel settore della formazione aziendale per la progettazione di corsi di formazione online, orientate alla gestione della conoscenza all'interno della Pubblica Amministrazione e di società di servizi in am-

te app che permettono di dialogare da un unico dispositivo, il tuo cliente finale avrà accesso ad una serie completa di informazioni che ti riguardano, con estrema semplicità.

Fidelizzare i tuoi Clienti, gratificare quelli migliori e incentivare i meno assidui a tornare a trovarti, si traduce in un concreto aumento di fatturato. All'interno di una app è possibile creare dei veri e propri Marketplace Virtuali per la promozione delle attività presenti in una data area geografica.

Il Decreto Coesione



Margherita Santillo
T. & T. CONSULTING SRL - Consulente del Lavoro
m.santillo@tt-consulting.it Via del Poggio Laurentino 9 00144 Roma
cell: 335/8417315 tel: 06/94443900

In Gazzetta Ufficiale n. 157 del 6 luglio 2024 è stata pubblicata la legge n. 95/2024 di conversione del decreto Coesione (D.L. n. 60/2024). Ora scatta il conto alla rovescia per l'attuazione concreta delle misure agevolative previste. Sono previsti quattro nuovi incentivi all'assunzione, andiamo ad esaminarne nel dettaglio due.

1) Bonus giovani. Tale incentivo è riconosciuto ai datori di lavoro privati che, tra il 1° settembre 2024 e il 31 dicembre 2025, assumeranno a tempo indeterminato giovani under 35 che non abbiano mai avuto un contratto a tempo indeterminato o trasformeranno precedenti rapporti a termine il beneficio consiste nell'esonero contributivo totale (esclusi i premi INAIL). per un periodo massimo di 24 mesi, nel limite massimo di 500 euro mensili per ciascun lavoratore ovvero di 650 euro per le assunzioni effettuate in una sede o unità produttiva ubicata nelle Regioni della ZES (Abruzzo, Molise, Campania, Basilicata, Sicilia, Puglia, Calabria e Sardegna);

2) Bonus donne. L'incentivo consiste nell'esonero totale dal versamento dei contributi previdenziali a carico del datore di lavoro (esclusi premi e contributi Inail) per 24 mesi, fino ad un massimo di 650 euro mensili, per le assunzioni a tempo indeterminato effettuate nel periodo 1° settembre 2024 – 31 dicembre 2025 di donne di qualsiasi età prive di un impiego regolarmente retribuito da almeno 24 mesi, ovunque residenti ovvero da almeno 6 mesi se residenti nelle Regioni della ZES unica o se l'assunzione avviene in una professione o in un settore economico caratterizzati da un'accentuata disparità occupazionale di genere. Tali assunzioni devono comportare un incremento occupazionale netto; Per la concreta operatività degli incentivi occorre attendere:

- i decreti del Ministro del lavoro e delle politiche sociali, da emanare concerto con il Ministro dell'economia e delle finanze, da adottarsi entro 60 giorni dalla data di entrata in vigore della legge di conversione;
- (tranne che per il bonus donne) l'autorizzazione della Commissione Europea;
- le circolari operative dell'INPS.

RUBRICA DELL'ARCHEOLOGO

Gruppo Archeologico Romano per dare un futuro al tuo passato



Gianfranco Gazzetti
Archeologo
Organizzatore viaggi culturali
Tel 339 3339221
mail: gazzetti.g@libero.it

Molti nella nostra società moderna si chiedono a cosa serve l'Archeologia. Abbiamo del resto eliminato la Storia Antica dalla scuola e siamo il paese in Europa che conosce meno la Lingua latina. Scopriamo poi però che le religioni antiche riaffiorano e che, improvvisamente, in una parte sperduta della Russia verso gli Urali ci sono ancora i discendenti degli Unni che chiedono l'indipendenza, che i Greci combattono la Turchia perché ritengono i Turchi discendenti degli Ottomani che hanno occupato Costantinopoli, che gli Yazidi sterminati dall'Isis in Siria discendono dai Mitanni o che gli Assiri esistono ancora e oggi sono cristiani, e così via. Se vuoi scoprire le radici di tanti problemi di oggi, scoprire posti sconosciuti che hanno monumenti affascinanti e testimoni di parti importanti del nostro passato, anche visitandoli ed immergendoti nelle realtà di paesi distanti oggi dal nostro mondo, seguici con il Gruppo Archeologico Romano in un viaggio continuo nel tempo.

Massimo Federico: consulente in Telecomunicazioni per Windtre Business



Massimo Federico è un Consulente in Telecomunicazioni da 23 anni. Attualmente, lavora in Windtre Business e si occupa di supportare il mondo delle imprese che vanno dalla piccola attività, alla media e grande

azienda, così come la Pubblica Amministrazione, nella identificazione delle soluzioni ottimali per quanto riguarda la struttura di Telecomunicazioni. Ciò comprende le soluzioni digitali e di connettività con progetti in Fibra, la Telefonia fissa e mobile, soprattutto, in chiave aziendale.

Il suo approccio è di dare la massima attenzione all'assistenza al cliente, effettuando analisi preventive, cogliendo le esigenze, puntando all'ottimizzazione tecnologica e garantendo, contestualmente, anche un risparmio economico.

Determinazione, competenza e disponibilità sono le 3 caratteristiche di Massimo Federico, rafforzate dalla sua esperienza, volto a trovare sempre soluzioni innovative.

Tra i suoi prossimi obiettivi ritroviamo quello formativo, grazie a nuove Certificazioni, che lo porteranno a diventare presto agente Top all'interno di Wind e l'acquisizione di nuovi prestigiosi clienti.

Per info. Massimo Federico Tel. 393 9355708

GRUPPO ARCHEOLOGICO ROMANO

✈️ Planning viaggi 2024 – 2025

Viaggi di studio guidato da Gianfranco Gazzetti e Giuseppina Ghini

GAR DACIA E MESIA
Dal 15 al 27 ottobre 2024

WEEKEND NELLA DAUNIA
Dal 13 al 16 febbraio 2025

TURCHIA V/5: LA CILICIA
Dal 15 al 24 Aprile 2025

FACEBOOK
gruppo archeologico romano
@gruppoarcheologicoromano

CANALE TELEGRAM
gruppo archeologico romano

CONTATTI
Via Contessa di Bertinoro 6,
Roma
T. 06 6385256
info@gruppoarcheologico.it

www.gruppoarcheologico.it

Dott. Massimo Federico

Consulente in Telecomunicazioni per Windtre Business

Soluzioni di connettività, Telefonia fissa e mobile

Soluzioni digitali per piccole, medie, grandi imprese e PA

CONTATTI

Tel. 393 9355708

m.federico@voice-comunicazione.com

La Fondazione Francesco Terrone di Ripacandida e Ginestra

Con sede legale a Roma (Via Ada Negri, 30) è inserita nell'elenco dei beneficiari del 5X1000 ed opera su tutto il territorio nazionale ed extra, si struttura attraverso sedi operative di Milano, Napoli, Salerno, Mercato San Severino (SA). Persegue finalità di solidarietà sociale per promuovere studi, ricerche ed iniziative di natura scientifica, storica, linguistica, antropologica, interreligiosa, economica, giuridica, letteraria, tecnica, musicale, artistica, pedagogica e didattica. In particolare, promuove ricerche nel campo delle neuroscienze ed intelligenza artificiale. Essa elabora progetti e proposte rilevanti per lo sviluppo socio-economico-culturale, promuovendo studi e ricerche, manifestazioni, incontri, convegni, seminari e attività di carattere culturale e non solo, attraverso collaborazioni con le Università, enti pubblici e privati, istituzioni che possano condividere gli scopi.



Alla 37ª edizione il Premio Procida Isola di Arturo Elsa Morante è stato conferito per la sezione poesia all'ing. Francesco Terrone per il suo libro "L'Urlo dell'Innocenza".

Poesie

di Francesco Terrone

Aggrappati a me

Aggrappati a me,
voliamo insieme per mari e
monti; aggrappati a me, aggrappati
a quel sottile silenzio
che avvolge le nostre anime;
aggrappati a me, tu che voli
sincera
per le rotte dell'infinito;
aggrappati a me, isola in un
mare senza fine.

Quante notti

Quante notti
non ho dormito
per scrivere sui nostri corpi
senza dare spazi
ai nostri addii.



ISCRIVITI E FAI ISCRIVERE AI GRUPPI Facebook di FRANCESCO TERRONE | L'ingegner poeta

Per parlare, per discutere su temi che incombono sulla nostra vita, per deliziarci con la poesia...



Il Faro dei Vigili del Fuoco a cura di Lia Albonico

Una pagina di storia

I bombardamenti nelle principali città italiane e gli interventi dei vigili del fuoco



La fase più cruenta dei bombardamenti durò dall'autunno del 1942 all'estate del 1943; in seguito le incursioni continuarono, pur attenuandosi, fino al 1945. Tra le città maggiormente colpite figurarono Napoli, Torino, Milano e Genova, ma anche Roma, Bologna, Firenze, Palermo, Bari, Messina, Taranto, Cagliari e numerosissime altre città. A Foggia in particolare vi furono oltre 20.000

vittime. Ciò spiega perché durante tutto il periodo 1940-1945 i vigili del fuoco di tutt'Italia furono impegnati in maniera eccezionale per prestare la loro opera e soccorrere la popolazione vittima delle continue incursioni alleate: migliaia di interventi eseguiti spesso anche nel corso dei bombardamenti stessi e durante mitragliamenti aerei, a prescindere dai rischi e con i vigili vittime loro stessi di esplosioni e crolli. Nelle città più grandi a lato delle caserme principali furono creati distaccamenti provvisori di guerra. Soprattutto nelle città più grandi, a lato delle caserme principali

furono creati anche distaccamenti di guerra provvisori dove fu alloggiato il personale di rinforzo proveniente da località meno coinvolte nelle operazioni di guerra. In tutto questo, a



fianco dei vigili del fuoco furono gli uomini dell'UNPA, l'Unione Nazionale Protezione Antiaerea che fu istituita nel 1934 sotto la vigilanza del Ministero della Guerra (nel 1941 passò alla diretta dipendenza del Ministero dell'Interno). Data l'eccezionalità del momento, i turni di servizio erano talvolta anche di molte ore di seguito. A fianco del personale in servizio permanente effettivo furono richiamati anche molti volontari che prestarono la loro preziosa opera dando manforte ai colleghi permanenti. Quanto ai tipi di intervento eseguiti nell'intero lasso temporale del conflitto soprattutto in alcune delle città più colpite

Servizi
Pubblicitari

DI LORENZO GASPERINI

FAI VOLARE LA TUA AZIENDA

GRAFICA, STAMPA E DISTRIBUZIONE
DI MATERIALE PUBBLICITARIO

LOGHI E IMMAGINE COORDINATA · SITI WEB · SOCIAL MEDIA · VOLANTINI
PIEGHEVOLI · BIGLIETTI DA VISITA · CARTELLINE · BROCHURE · CARTA INTESATA
TARGHE · TIMBRI · ESPOSITORI · ADESIVI E VETROFANIE · GADGET · BUSTE DA LETTERA
FOREX · ABBIGLIAMENTO · TOVAGLIETTE · MENÙ · INSEGNE E MOLTO ALTRO

Visita www.servizipubblicitari.info per saperne di più



Tel. 370.1287009 · Info@servizipubblicitari.info · Via Roberto Lepetit 43B · 00155 - Roma, RM

dai bombardamenti, si deve fare attenzione particolare non solo agli interventi relativi ai danni verificatisi tra le civili abitazioni, in molti casi comunque vasti e importanti, ma anche a quelli che riguardarono le strutture industriali e produttive. Riguardo a quest'ultime fu principalmente a Milano e Torino che i Vigili del fuoco furono costretti ad intervenire, in particolare allo stabilimento del Lingotto della FIAT nel capoluogo piemontese (dopo il bombardamento del 29 marzo 1944), e in diversi insediamenti produttivi in quello lombardo (nel bombardamento del 14 febbraio 1943 furono colpiti gli stabilimenti dell'Isotta Fraschini, l'Alfa Romeo, la

Breda, la Salmoiraghi, la Philips, la Stigler e altre industrie minori). A Genova, Palermo, Napoli, Bari, Civitavecchia, Livorno, Messina e Taranto furono soprattutto le infrastrutture portuali a essere danneggiate pesantemente. Nella capitale del regno, a Roma, diverse incursioni presero di mira gli aeroporti di Ciampino, del Littorio, e il grande scalo merci ferroviario nelle vicinanze del quartiere San Lorenzo. Nelle Puglie, sempre a Foggia, oltre alla città vera e propria furono colpiti duramente gli aeroporti e lo scalo ferroviario. **Alessandro Fiorillo**

Con parole loro

I ricordi di Guido Tiozzo

Il 5 Novembre 1984 a Venezia, località Campo della Guerra, uno spaventoso incendio distrusse due palazzi provocando 8 miliardi di danni, 25 persone senza tetto e due pompieri all'ospedale. Uno di loro era Guido Tiozzo che mi ha raccontato la sua storia: "Al nostro arrivo l'incendio era già di vaste proporzioni e dopo essere penetrati fino a dove era iniziato, abbiamo dovuto abbandonare la postazione, poiché l'incendio era fuori controllo. Io stavo con un altro collega al quarto piano del palazzo confinante, quando il soffitto cominciò a cedere. Non avevamo vie di fuga, così ci mettemmo in equilibrio su di una finestra evitando d'essere coinvolti dal crollo e riuscendo ad uscire. Il mio collega De Rossi che si trovava sopra il punto da cui era partito l'incendio, si trovò improvvisamente circondato dalle fiamme e per fuggire si procurò una bruttissima lesione ai legamenti, per aiutarlo ad uscire sono precipitato con un volo di 5/6 metri sulle macerie incendiate. La mia caduta è stata attutita da alcuni arredi, ma non riuscivo più a muovermi; l'istinto di sopravvivenza vinse il dolore così, faticosamente, riuscii a mettermi in salvo. Ho riportato parecchie escoriazioni e lesioni in varie parti del corpo, ma fortunatamente niente di grave. La stampa ed i telegiornali esageratamente dettero la notizia come se fossi in fin di vita, spaventando a morte parenti ed amici."

Guido mi ha anche raccontato dell'affondamento di due Dragon Boat (canoa con 20 rematori, da una testa di drago posta sulla prua) nel



canale della Giudecca durante la 30a edizione della Vogalonga nel 2003. "Ci avevano chiamato per soccorrere un'imbarcazione affondata causa le ondate provocate dai taxi e motoscafi. Giunti sul posto circa 20 persone erano in acqua col giubbetto salvagente, ma per le rive alte e scoscese del canale non riuscivano a prendere terra. I tentativi di alcuni di loro non avevano fatto altro che provocare ferite ed escoriazioni dovute anche alla presenza delle cozze abbarbicate alle murature. Mentre si stava procedendo al recupero delle persone, un altro Dragon cominciò ad affondare. La situazione era preoccupante, ma per fortuna stava rientrando da un intervento un altro equipaggio di pompieri che si unì a noi nelle operazioni di salvataggio. I naufraghi dovettero essere imbarcati in piccoli gruppi: il nostro mezzo A.P.L. aveva poco spazio disponibile, ma alla fine si concluse tutto nel migliore dei modi: salve le persone e recuperate le imbarcazioni".

Quando la storia diventa eroismo



Durante la seconda guerra mondiale i pompieri italiani, rimasti al proprio posto, proseguirono l'opera di soccorso e solidarietà verso la popolazione ed approfittando della libertà di movimento data dalla divisa e dai mezzi di soccorso contribuirono alle azioni partigiane dei GAP e delle SAP (gruppi e squadre di azione patriottica), trasportando armi e viveri, rifugiando ebrei, alleati e clandestini politici. Per queste azioni furono numerosi i Vigili arrestati, deportati e caduti in combattimento. Si ricordano a questo proposito le quattro giornate di Napoli al fianco degli insorti ed a Torino dove quaranta Vigili persero la vita durante la liberazione della città.

L'Eco di Matteotti: luce nella Storia d'Italia

Nel tessuto vibrante della storia italiana, a cent'anni di distanza, la figura di Giacomo Matteotti continua a essere celebrata come un baluardo di giustizia e un paladino della libertà. Nato nel 1885, Matteotti era un politico che si è imposto all'attenzione nazionale per il suo impegno incrollabile nei confronti dei diritti civili e della giustizia sociale, incarnando i valori di un'Italia più giusta e democratica. La sua scomparsa, avvenuta il 10 giugno 1924, ha segnato un momento cruciale nella storia del paese, diventando un simbolo della lotta contro l'oppressione e per l'affermazione dei diritti fondamentali. La sua vita, dedicata alla difesa dei principi democratici, è stata spezzata in modo tragico, ma la sua eredità perdura nel tempo. Oggi, mentre l'Italia commemora il centenario della sua morte, Matteotti viene ricordato non solo per il sacrificio compiuto ma anche per la sua visione di un futuro in cui la libertà e la giustizia non siano solo ideali, ma realtà quotidiane per tutti i cittadini. La sua storia è un monito a non dimenticare, a non cedere, a continuare a lottare per quei valori che rendono grande una nazione.

Alessandro Mistretta



Grazie a Claudio Modena e al Dott. Moretta, Presidente dei Veneti a Roma, l'artista Arvedo Arvedi ha avuto l'onore di donare alla Camera dei Deputati.

Il ritratto è diviso in 39 sezioni come i 39 anni di Matteotti

Sei alla ricerca di un compagno fedele e sano? Affidati a "La casa dei cuccioli" per trovare un nuovo amico a 4 zampe



Nell'affascinante mondo della cinofilia, "La casa dei cuccioli" di Anzio, si distingue come una società leader, rinomata per il suo impegno e la sua eccellenza nell'allevamento di cuccioli a livello nazionale e internazionale. La nostra missione è garantire il benessere e la salute dei nostri piccoli amici a quattro

zampe, offrendo solo cuccioli di robusta costituzione e in perfetta salute. Dove le norme le trovate su www.lacasadeicuccioli.eu. Grazie al team di Germano e Paola gli animali dal 1994 vengono seguiti da un gruppo di veterinari esperti che effettuano rigorosi controlli di qualità. Ogni cucciolo è consegnato con una garanzia veterinaria completa, includendo vaccini aggiornati, microchip, e documenti certificati. Questa attenzione scrupolosa alla salute e al benessere degli animali è ciò che rende "La casa dei cuccioli" un punto di riferimento indiscusso nel settore al 1994 milioni di persone si sono sempre affidati per la serietà e eccellenza. Se siete alla ricerca di un compagno fedele e sano, affidatevi a "La casa dei cuccioli" per trovare il vostro nuovo amico, cresciuto con amore, professionalità e dedizione.

XVI International Fest Roma Film Corto

Nel futuro del Cinema il futuro della
Cultura e del Business



Il Faro in Rete - L'Associazione culturale SB Vision ha assunto, da quest'anno, la conduzione artistica-organizzativa dell'International Fest Roma Film Corto, evento di rilievo nell'ambito culturale della città



di Roma. Negli anni, si è consolidato, infatti, come uno degli eventi più significativi tra le rassegne cinematografiche.

Il 30 Maggio al Campidoglio ha avuto luogo una sua presentazione, con personalità dello spettacolo oltre che politiche come Valentina Grippo, Vicepresidente della Commissione cultura della Camera dei Deputati, che ha comunicato un dato: per un euro speso nel cinema vengono acquistati come guadagno dai 3 ai 4 euro. Cinema inteso, quindi, anche come Business. Per il Comune di



Roma, il consigliere Carpano ha sottolineato come possa essere un grande indotto per la Capitale, per il Turismo e per i lavoratori del mondo dello spettacolo.

Roma può fare ancora molto rispetto ad altre città europee. Come ha affermato il nuovo direttore artistico, Adriano Squillante l'obiettivo è ripartire dalle radici per poi andare alle cooperazioni e la Spagna, per esempio, è molto aperta su questo. "Per contribuire al cinema non possiamo esimerci dalla formazione di livello - ha precisato Squillante - per poter costruire capitale umano di valore da poter anche esportare".

La 16ª edizione dell'International Fest avrà luogo dal **5 al 7 Dicembre 2024**, segnerà un importante appuntamento, **presso la Casa del Cinema** e sarà celebrata con un programma innovativo, con proiezioni di opere filmiche provenienti dal panorama cinematografico nazionale e internazionale. Partners e Gemellaggi come il Festival di Alicante e il Festival del Cinema di Tropea. Oltre alla Rassegna filmica (sono già pervenuti 3500 corti da 110 paesi), ci sarà una importante rappresentanza di registi, autori, attori e personaggi del mondo dello spettacolo e dell'imprenditoria. Sarà possibile promuovere brands all'interno di diverse modalità di Comunicazione (Per info. tel. 347 8521307) Il Faro ha il piacere di essere Media Partner della Manifestazione!

Presidente Onorario Renzo Rossellini, Presidente Roberto Petrocchi, Direttore artistico Adriano Squillante e Vicedirettore artistico Enzo Bossio www.romafilmcorto.it

L'Associazione High Will Language Academy: competenze e servizi linguistici dinamici senza confini geografici



Da una grande esperienza di tre professioniste Monica, Marcella e Silvia, un anno fa nasce l'Associazione "High Will Language Academy". È la realtà ideale per apprendere le lingue

con un approccio coinvolgente. Quell'energia e passione delle esperte linguistiche ti avvolge da subito e ti invita spontaneamente ad una crescita personale. Può essere lo studio della lingua inglese, cardine della scuola, proprio come quello dell'italiano per stranieri. C'è poi una rete di collaboratori fidati che abbracciano qualsiasi esigenza: dal francese, spagnolo, russo, tedesco al cinese. Combinazioni linguistiche che rendono l'Associazione completa, per ogni esigenza. I bambini possono imparare l'inglese con la simpatica "Coccinella" ed avvicinarsi alla lingua, approfondirla, attraverso magari la musica, il teatro ed il movimento, gli storytelling animati dove il bambino impara giocando. Poi ci sono i corsi rivolti ai ragazzi ed agli adulti come quelli di English Coaching con un approccio personalizzato si arriva al proprio obiettivo. Tutti vengono seguiti con percorsi in sede, online ed anche con l'educazione parentale, quella che viene scelta dalla famiglia che provvede direttamente all'educazione dei figli. Il nome dell'Associazione esprime un'alta determinazione, un'evoluzione del potenziale attraverso le proprie competenze senza confini geografici. Un viaggio attraverso la comunicazione moderna e le tradizioni dei Paesi, con una forte apertura alla conoscenza dell'altro. Ecco l'espressione e l'energia delle esperte linguistiche che emergono sempre. Sono quel plus che le differenzia. È la forza che emerge con il suono delle loro voci, la tecnica e le tonalità che diventano melodia insieme, in un pentagramma di curiosità culturale che si moltiplica con la loro esperienza. Questo Il Faro lo ha colto da subito così come in quanti hanno avuto il piacere di apprendere con loro. L'Associazione si occupa non solo di insegnamento ma anche di interpretariato e traduzioni. Grazie ad una personale professionalità acquisita negli anni, queste esigenze possono essere soddisfatte, con tutti i servizi linguistici necessari. Un'Associazione al femminile, con una vocazione sociale e culturale, legata alle lingue e sempre in movimento con viaggi all'estero, campi scuole e gite turistiche, iniziative di partnership e networking con altre Associazioni, Fondazioni ed Istituzioni culturali, per creare collaborazioni significative. Ci sono poi eventi, laboratori, fiere e conferenze, workshop, corsi di formazione, degustazioni, concorsi e convegni. Un'Associazione che ti avvicina e spazia oltre i confini e poi, li apre, favorendo lo studio dell'italiano anche agli stranieri. Per coloro che cercano un'esperienza indimenticabile, ci sono i centri estivi ed invernali in Italia e all'estero con attività sportive, culturali e turistiche. Presto una novità! L'apertura della nuova sede di lingue all'EUR. Una nuova sorgente culturale, dinamica ed internazionale nel Municipio IX!
Valentina Tacchi

Il Cinema in Piazza a Roma torna per la sua 9 edizione



Roma abbraccia l'estate con uno degli eventi più attesi dell'anno: il Cinema in Piazza. Un'esperienza che trasforma le notti estive in momenti di pura magia, portando lo spettacolo del grande schermo in tre incantevoli location della capitale.

Il cinema vissuto nel pieno della convivialità a Piazza San Cosimato a Trastevere, con il suo fascino

bohemien, si trasforma in un palcoscenico per le proiezioni più coinvolgenti. Il Parco della Cervelletta a Tor Sapienza offre una cornice verde e rilassante, perfetta per immergersi nel mondo del cinema.

Il suggestivo Parco di Monte Ciocchi a Valle Aurelia accoglie gli spettatori in un'oasi di tranquillità e bellezza, trasformando ogni proiezione in un'esperienza indimenticabile.



Un Programma di Eccellenza: con 85 proiezioni in programma, gli amanti del cinema avranno l'imbarazzo della scelta.

Gli incontri speciali con ospiti di fama internazionale aggiungono un tocco di glamour e intrigo, offrendo al pubblico l'opportunità di incontrare da vicino alcuni dei protagonisti della scena cinematografica contemporanea.

Fra questi, registi del calibro di Darren Aronofsky, genio ideatore di film come "Requiem for a dream", "The whale", "Il cigno nero", ma anche Stefano Nazzi, autore del podcast di successo del Post "Indagini", Sam Rockwell, l'attore Premio Oscar, noto per le sue interpretazioni in film acclamati come "Jojo Rabbit" e "Tre Manifesti a Ebbing, Missouri", nomi nazionali e non, di vera eccellenza.

Il Cinema in Piazza è un'esperienza che incanta e coinvolge. Roma si conferma ancora una volta come la capitale del cinema, offrendo agli spettatori un'opportunità unica di vivere la magia del grande schermo all'aperto. **Giorgia Fidato**

Un'estate di successi al cinema: i film più attesi dell'estate 2024



Un'estate di grandi successi ci attende nel 2024, con tantissimi film attesi in uscita. Scopriamo insieme gli appuntamenti più significativi in calendario per questi mesi estivi. In primo luogo, il sequel del famoso disaster movie Twister è finalmente arrivato con il nome di Twisters. Si preannuncia un vero e proprio reboot del primo film, destinato a conquistare il cuore dei vecchi fan e dei nuovi avventurieri. Con effetti speciali all'avanguardia e una trama avvincente, ci immergerà ancora una volta nell'emozionante mondo delle tempeste e delle avventure estreme. Tra i vari film che arricchiscono le loro saghe, ci sono il secondo capitolo di Inside Out, il quarto di Cattivissimo me e il nuovo film della serie amata Alien intitolato Romulus. Per ritrovare la gioia dell'infanzia con un film davvero strampalato e divertente, Tim Burton ha impiegato ben 35 anni per trovare la ricetta giusta per riportare in vita Beetlejuice, che torna alle origini con "Beetlejuice Beetlejuice". Con il suo stile unico e l'estetica gotica, Burton promette di regalare ai fan un'esperienza cinematografica indimenticabile, ricca di humor nero e stravaganza. Ma il film più atteso da molti, incluso me, è sicuramente il crossover tra i supereroi più amati di sempre: "Deadpool & Wolverine". Ryan Reynolds e Hugh Jackman combatteranno il male a suon di muscoli, azioni e gag sarcastiche, promettendo di ripagare l'attesa dei fan di tutto il mondo. Con un mix esplosivo di azione, comicità e avventura, questo film si preannuncia come uno dei blockbuster dell'anno, destinato a conquistare il pubblico di tutte le età.

Giorgia Fidato



Libreria Efesto

Libri e non solo! Servizi per la stampa, cancelleria e cartoleria, tutto per l'Università e la scuola di ogni ordine e grado.

Via Corrado Segre 11, ROMA 00146

+39 06 5593548

www.libreriaefesto.com








Edizioni Efesto

Pubblica con noi il tuo libro!

Se ritieni che il tuo lavoro si accordi alla nostra linea editoriale, inviaci il tuo manoscritto tramite il nostro sito web.

 www.edizioniefesto.it

   

Il Faro di Anzio: una storia di luce e memoria



Il nostro viaggio tra i fari più belli e curiosi del mondo non si ferma. Questa volta ad accoglierci con la sua luce ancora lampeggiante c'è uno dei Fari più antichi d'Italia. Siamo sulle nostre coste laziali e precisamente ad Anzio, famosa anche

per il suo mare "bandiera blu". La storia di questo faro inizia addirittura nel Medioevo: dove oggi si trova il Faro di Anzio infatti, la famiglia Frangipane eresse una torre costiera per avvistare le incursioni dei pirati saraceni. Siamo intorno al 1300, lo stesso periodo in cui invece il più grande faro del mondo, il Faro di Alessandria, crollò. Nel 1645, la torre fu ricostruita completamente a causa del cattivo stato di manutenzione, e fu in seguito distrutta completamente nel 1813 quando una squadra di quattro navi da guerra inglesi costrinse prima al silenzio e poi alla ritirata la guarnigione e sbarcati a terra minarono e fecero saltare in aria le torri costiere della zona, i fortini e le batterie del porto. Eppure questo faro rinasce sempre. La costruzione del faro di Capo d'Anzio fu un triplice omaggio alla Santità di Pio IX in occasione del suo giubileo episcopale dalle tre Romane Accademie: Pontificia di Archeologia, Insigne delle Belle Arti denominata di S. Luca, Pontificia dei Lincei. I lavori per la costruzione del faro furono iniziati nel 1860 e terminati nel 1866. Ma il faro divenne effettivamente operativo solo nel 1870. Oggi il faro di Capo d'Anzio è posto a 21 metri di altezza su un torrione merlato arrivando a coprire con al sua luce più di 40 km di distanza dalla costa. Il suo fascio luminoso, è stato guida notturna per i naviganti, nei secoli e nelle epoche e ancora oggi illumina le rovine dell'antica villa di Nerone situata ai suoi piedi.

Matteo Martinelli

Mari Bandiera nera del Lazio: Un allarme da non Ignorare



Il Lazio, noto per le sue bellezze storiche e naturali, nasconde purtroppo delle realtà meno rosee per quanto riguarda la qualità delle sue acque marine. In un recente rapporto di Legambiente, diverse spiagge della regione hanno ricevuto il triste riconoscimento di "Bandiera Nera", un titolo che segnala gravi problemi di inquinamento e gestione ambientale. Tra le località più colpite troviamo Fiumicino, Pomezia,

Ardea e Civitavecchia. Queste zone, tradizionalmente amate dai romani per le gite fuori porta, presentano livelli di inquinamento preoccupanti. I principali fattori sono gli scarichi industriali, le acque reflue non trattate e la presenza di rifiuti plastici. A Fiumicino, la situazione è aggravata dalla vicinanza con l'aeroporto internazionale. Pomezia, invece, soffre per la presenza di numerose industrie chimiche che scaricano nelle acque circostanti. L'inquinamento marino non è solo una questione estetica o di immagine turistica. Ha effetti devastanti sull'ecosistema marino: le acque inquinate mettono a rischio la flora e la fauna, con conseguenze dirette anche sulla pesca locale, già in difficoltà. Bisogna mettere in atto delle azioni concrete per invertire la rotta: la sensibilizzazione pubblica è un primo passo fondamentale con campagne di educazione ambientale, è necessario potenziare i controlli sugli scarichi industriali e migliorare la gestione dei rifiuti, bisogna investire in infrastrutture per il trattamento delle acque reflue e incentivare pratiche di economia circolare. Solo attraverso una collaborazione tra cittadini, istituzioni e imprese si potrà sperare di restituire alle acque del Lazio la purezza che meritano.

Matteo Martinelli



BONUS PUBBLICITÀ SUI GIORNALI 2023 - ILLUMINA LA TUA ATTIVITÀ CON IL FARO



Editrice, Direttrice responsabile e Business Networker

Valentina Tacchi Tel 347 8521307 direzioneilfaro@gmail.com www.ilfaroirete.it

Coordinatori editoriali: Lia Albonico, Giorgio Gaetano Bottari

Redazione: Maria Teresa Accardo, Marzia Ciacci, Daria Colica, Simona Consoni, Aurora Felici, Alessandro de Filippis, Ilaria De Martini, Maria Ferrara, Giorgia Fidato, Matteo Martinelli, Alessandro Mistretta, Elvira Paracini, Andrea Oliva, Massimo Marzi, Alejandro Masatti, Giuseppe Rotundo, Federico Siracusa, Maria Teresa Sangiorgi, Lorenza Tacchi, Valeria Zuccarello. **Illustratore digitale:** Riccardo Cristofanilli Tel. +39 377 706 1111

Studio legale: Avv. Daria Colica e Valeria Zuccarello Tel 347 9368029

Grafica: Eleonora De Martini, Ilaria De Martini **Stampa:** Tipolitografia Spedim Tel 06 9486045

Comunicazione portale ilfaroirete.it e Pubbliche relazioni con i Vigili del Fuoco:

Lia Albonico lia.albonic@gmail.com **Web master:** Delia Morelli Tel 339 3692197

Autorizzazione Tribunale di Roma n. 261/05 del 18 Luglio 2005

Sede legale: Via Gian Antonio Maggi, 14 00134 Roma **Redazione:** Via Laurentina, 565

Salvo diversi accordi, le collaborazioni sono da ritenersi a titolo gratuito.

Seguici sui social facebook e instagram /ilfaroirete

Diventa nostro SOSTENITORE aiutaci ad illuminare IBAN: IT86J0623003216000041163868

Ecuador – A settembre Quito si mostrerà al mondo

L'intervista al Sindaco Pabel Muñoz López

La capitale dell'Ecuador, che ospiterà a settembre 2024 il 53° Congresso Eucaristico Internazionale, è stata presentata lo scorso maggio a Roma. La redazione de IL FARO è stata invitata all'evento dall'estero, proprio per intervistare il sindaco di Quito.

"È una sfida, e anche un'ineguagliabile occasione - ha esordito Pabel Muñoz López nel discorso d'apertura - per mostrare la bellezza della nostra città e della sua provincia. Tra l'8 e il 15 settembre i riflettori saranno accesi sulla nostra capitale - ha evidenziato il Sindaco - e convergeranno a Quito almeno 1.500 persone di 135 delegazioni mondiali. Noi stiamo lavorando per cogliere questa opportunità".

Quali argomenti affronterà nell'incontro con Papa Francesco in Vaticano?

Il Papa parteciperà al 53° Congresso Eucaristico Internazionale di



Il sindaco di Quito durante la presentazione

Quito, e darà così il sigillo papale al Congresso, con il programma incentrato sul tema *Fraternità per sanare il mondo*, scelto da lui stesso. Oggi ci sono guerre e una forte polarizzazione politica in vaste zone del mondo; il tema di sanare i conflitti, come quelli tra Russia e Ucraina, tra Israele e Palestina, ed altri, attraverso la fratellanza tra i popoli è fondamentale. Sono molto contento che il Papa con la sua presenza potrà stimolarne la riflessione.

L'Italia e l'Ecuador sono accomunati da una grande tradizione cattolica, come la Compagnia di Gesù, da cui proviene il Papa...

La Chiesa Cattolica è molto radicata a Quito, e tra le grandi opere di Quito vasta è l'eredità culturale ed architettonica religiosa dei Gesuiti e

dei Salesiani. Il nostro centro storico è conosciuto per essere il meglio conservato dell'America Latina. Quito è stata la prima città dichiarata dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità, nel 1978, insieme a Cracovia.

Un altro pilastro culturale di Quito e dell'Ecuador è la gastronomia...

Tutti i Paesi dell'America Latina hanno grandi tradizioni gastronomiche, basate su prodotti della terra e del mare, che si stanno diffonden-



La redazione de Il Faro con il sindaco di Quito

do anche nei paesi europei. La cucina ecuadoregna è forse meno conosciuta di quella peruviana, ma non meno importante. Tra i prodotti ittici sono rilevanti soprattutto i gamberi, di cui l'Ecuador è il maggior esportatore del mondo, e il tonno. Tra i prodotti della terra, a Quito come in tutto l'Ecuador, c'è una vasta disponibilità di frutta, da consumarsi fresca o come succhi di frutta.

Possiamo creare sinergie con il nostro giornale nella promozione del turismo...

Sicuramente, anche perché Quito consente di sperimentare climi e panorami naturali diversi. Una delle maggiori attrattive dell'Ecuador è la natura, con grande indice di biodiversità, e ben sette riserve della biosfera, tra cui il Chocó Andino, raggiungibile in poco tempo da Quito. Oggi sono qui con noi Operatori Turistici e i referenti di Quito Turismo, che potranno illustrare le varie forme di viaggio, e per organizzare viaggi singoli o di gruppo.

Giorgio G. Bottari

città molto stretta, estesa in lunghezza. È circondata da montagne e vulcani.

Quito prende il nome dall'antico insediamento indigeno di Quito, sui cui resti è stata fondata. Il centro storico è il più grande, meglio conservato di tutte le Americhe tra Chiese, Piazze, parchi e Musei. Quito è stata la prima città, assieme a Cracovia, ad essere nominata patrimonio dell'UNESCO nel 1979. Ospita la più importante collezione di arte coloniale d'America. Oggi offre tutto ciò di cui un viaggiatore moderno possa desiderare. In una fiorente scena culinaria non può mancare una visita ad una fabbrica di cioccolato.



LO SAI CHE?

Quito

A ben 2.850 metri sul livello del mare sorge Quito, capitale dell'Ecuador. E' la seconda capitale più alta del mondo, subito dopo La



Paz (Bolivia), in una posizione decisamente suggestiva: adagiata sulle falde del vulcano Pichincha, sopra il bacino idrico di Guaylabamba, in una vallata circondata dalle alte vette andine. E' una

Il diritto al nome e la sua evoluzione normativa



Avv. Valeria Muzi

Curatrice del minore, Mediatrice familiare, civile e commerciale

Viale del Tintoretto n. 97 - 00142 Roma Cell. 3924325311 - muzivaleria@gmail.com

Il diritto al nome, consacrato nell'articolo 6 del codice civile, è un diritto che si acquista con la nascita e rientra tra i diritti soggettivi della personalità.

Il nome rappresenta il segno distintivo della persona ed è composto dal prenome e dal cognome, mentre il soggetto con un nome d'arte o pseudonimo, se noto ad altre persone con il nome d'arte o lo pseudonimo, gode della stessa tutela del diritto al nome, poiché nelle persone si è ingenerato il convincimento che quel soggetto abbia quel particolare nome d'arte o pseudonimo e non un altro nome.

Il potere di scelta del nome spetta ad entrambi i genitori e deve corrispondere al sesso del nato; in caso di dissenso sul nome da attribuire al nascituro, è possibile ricorrere al Tribunale per minorenni, mentre se i genitori non effettuano alcuna scelta o non sono noti, la scelta spetterà all'ufficiale dello stato civile.

Ai figli inoltre non può essere attribuito il nome del papà, di un fratello o di una sorella viventi, se non con un'eccezione data dall'apposizione del suffisso "junior". Non possono altresì essere attribuiti nomi ridicoli o vergognosi idonei a creare situazioni di difficoltà, disagio o di discriminazione.

Il cognome denota l'appartenenza del soggetto ad una data famiglia e si acquista in generale come conseguenza del rapporto di filiazione. In



Italia la regola vuole che il nascituro acquisti il cognome del padre, ma nel 2016 le relative norme codicistiche sono state ritenute incostituzionali giacché lesive della parità dei sessi.

A seguito della sentenza della Corte Costituzionale 286/2016, infatti, è possibile dare al figlio, nato o adottato successivamente alla data di pubblicazione della stessa, il doppio cognome purché i genitori siano d'accordo, con la conseguenza che il cognome materno seguirà quello paterno; in caso di disaccordo invece prevarrà sempre il cognome del padre, mentre per i nati precedentemente al 2016 è possibile aggiungere il cognome materno anche in età adulta, presentando domanda alla Prefettura competente.



STUDIO LEGALE
MUZI



GEM GROUP

UN UNICO FORNITORE PER UN ECOSISTEMA DI FUNZIONI, COLORA DI BLU LE TUE COMUNICAZIONI






SERVIZI

CENTRALINI IN CLOUD
SICUREZZA INFORMATICA/FIREWALL
LINEE VOIP
LINEE DATI

Contatti
Via Carmelo Maestrini, 263 00128 Roma
Tel 0656556099 | Cell. 3498875310
3 amministrazione@gemgroupsrls.it f gemgroupsrls.it

 www.gemgroupservizi.it

Evento Luciano Virgili 2024 Un successo dell'interpretazione musicale



Ha avuto luogo a Roma, il 26 Maggio, la finale del Festival Canoro nazionale in omaggio a Luciano Virgili organizzato dall'Associazione Bunker Records. Hanno presentato la serata gli arti-



sti Elena Presti e Simone Calomino. Accoglienza del Presidente dell'Associazione dei Veneti a Roma, Antonio Moretta che ha anche ospitato, presso la loro sede, la manifestazione. "Soddisfazione per



il gruppo di lavoro che ha contribuito al successo dell'Evento - ha sottolineato il Presidente della Bunker Records Marco Cavattoni -



oltre ad un ringraziamento agli Sponsor e pronti a replicare con novità il prossimo anno nel 2025. I vincitori di quest'anno: per la Giuria Tecnica, Fathia Bacci con un Premio di **1.000 euro, da dedicare all'ambito musicale** e per quella popolare Giorgia Paradisi. Hanno seguito la Comunicazione dell'Evento il giornale Il Faro di Valentina Tacchi con la redazione e la Mediterranean Production con la trasmissione Gran Galà Italia di Gianni Gandi insieme a Stefano Mirabello.



Tra gli intervenuti: Roberto Berlini Vicepresidente della Bunker Records e giuria,

MusicalMente - Quando il suono diventa musica



Marco Cavattoni
Associazione Bunker Records
Via Achille Mauri, 11/b - 00135 Roma
bunkerecordssroma@gmail.com
Tel.: 3342757719

Siamo lieti di iniziare una nostra rubrica su questa prestigiosa testata giornalistica. In linea con lo scopo perseguito dall'Associazione Bunker Records, nata nel 2023, sosteniamo i soci e le iniziative inerenti la cultura musicale, che possano portare ad una riflessione vera. Anche cruda, se necessario. L'Associazione è nata per organizzare il Festival canoro in omaggio a Luciano Virgili ma, sin dai primi passi, si è mossa e si muove nella direzione della difesa del patrimonio culturale e musicale in via di estinzione, ingiustamente dimenticato; a volte volutamente eliminato. Facendolo rivivere, anche. Vogliamo essere scomodi, dare alternative ma non a tutti i costi, mostrare un'altra faccia della medaglia.



Da subito ci siamo attivati per salvare la tomba di Rodolfo De Angelis, indimenticabile autore di canzoni celebri negli anni '20 e '30 (es. ma cos'è questa crisi) nonché discografico indipendente e fondatore della ex Discoteca di Stato. Grazie ad un giovane gruppo di ricercatori abbiamo patrocinato l'interessantissimo convegno su Miscel e Gabrè, con documentazione inedita ed ascolti storici. Sabato 20 luglio stiamo organizzando il Festival Luciano Virgili all'Ardenza (LI), lì dov'è nato. Alla prossima!



Vanessa Rasna Piccinelli segreteria Br, youtuber, intro ed aperifestival Raffaella Kikka Jacopucci, aperifestival e social Maestro Claudia Peverini, consigliera BR e maestro accompagnatore Antonio De Cesare, proboviro BR e Flavia Jacovitti, Simone Calomino, artista e storico della musica. Tra i Professionisti presenti: sior Mirkaccio della Con-

venticola degli Ultramoderni, Valerio Augusto, Alessandro Mistretta, Elvira Paracini, Sebastiano Cannella, Edgarda Briadori, Gian Luca Libutti, Serena Pascucci dell'Associazione ADHD e La Voce dell'Essere che ha dato il suo contributo con il canto. **Associazione Bunker Records: bunkerecordssroma@gmail.com - Tel. 334 2757719 www.lucianovirgili.it**



L'artista Elena Presti ed il suo nuovo CD Tu Sorrisa Sull'onda della Hit Mania dance Estate 2024

Il Faro in rete - La hit dell'estate dal coinvolgente ritmo latino e flamenco "Tu Sorrisa" di Elena Presti, composta e futuring Gianni Gandi e Pietro Fotia, con la Mediterraneos Production, è nei primi posti delle classifiche radio. È entrata anche nella famosa compilation Hit Mania dance Estate 2024. Si può trovare in tutte le edicole, negozi Feltrinelli e sulle piattaforme digitali.

Col suo bel videoclip, anche sigla della trasmissione Tv Gran Gala Italia, è stato girato tra Roma, Capri, Torino e Los Angeles. Elena Presti si riconferma cantante, attrice internazionale da seguire nel suo tour estivo dall'Italia all'America con Gianni Gandi (musicista, compositore, produttore ed editore di Radio Mediterraneo in Fm) ed in tanti altri eventi e spettacoli come conduttrice ed attrice.



Elena Presti presenta il nuovo CD "Tu Sorrisa"

In onda le puntate di GRAN GALA' ITALIA

Prenota la tua intervista nel talk-variety TV



Sono partite le nuove puntate della 4^a Ed. del talk-variety "Gran Galà Italia" che per un anno andrà su 100 TV regionali e nazionali. La produzione è della

Mediterraneos Production di Gianni Gandi, compositore, musicista, editore di Radio Mediterraneo in Fm insieme a **Elena Presti**, (cantante, attrice e giornalista) conduttrice della trasmissione stessa. Coconduttore **Alfredo Nolasco** (giornalista ed ex disc-jockey).

In studio è spiccata anche la Reggiorchestra di 40 elementi con il M. Roberto Caridi.

Tante le eccellenze musicali oltre a Gianni Gandi, Gianluca Rando, quelle artistiche e culturali, imprenditoriali come Paolo Odierna (Presidente



Nexxt Expo, Visionarium Shop) che con Simone Falcini sulla Piattaforma Julius Plus in 170 Paesi distribuiscono Gran Galà Italia a livello internazionale con altri format e film. Tra gli imprenditori Luca Tomei della TLMF Solution, Carmelo Caruso di Italwig e Stefano Mirabello della Mediterraneos Production e di Amway. Presente anche la Rubrica internazionale della WIO di Liberato Mirena e la Beidi di Elena Ma con Viaggio tra le culture dei Popoli.

L'Associazione Senza Limiti, eccellenza del mondo sociale, Isa Doglia con il suo Cinefashion Group, collaborano con il programma. **Il Faro** di **Valentina Tacchi** (Ufficio stampa di Elena Presti) è partner dalla prima edizione di Gran Galà Italia che diffonde anche in rete su www.ilfaro.in



rete.it. E' possibile promuovere il proprio Brand con un'intervista o con Spot. **Per info. Tel 338 5932747 (Uff.stampa Il Faro tel 347 8521307) www.elenapresti.com - giannigandi@yahoo.com**



AEREC: Strategie vincenti per prevenzione, salute e benessere

Nuovi riconoscimenti alla 66a Convocazione



ADHD nuova realtà accademica con Cristina Lemme e Serena Pascucci

Ha avuto luogo con successo il 5 luglio, presso la Sala del Refettorio della Camera dei Deputati, la 66a Convocazione AEREC, l'Accademia Europea per le Relazioni Economiche e Culturali. Al centro l'uomo e la prevenzione, la salute ed il BENEssere, in una visione medico-scientifico, socio-culturale, ambientale ed economica. Nell'ambito del progetto internazionale "Strategies for Health", promosso da AEREC e, tra l'altro, candidato per EXPO 2025 Osaka, il **Presidente Dott. Ernesto Carpintieri**, ha riferito



soddisfatto del proficuo confronto tra esperti condotto insieme al Comitato Tecnico Scientifico durante il Roadshow che, giunto alla sua 9a tappa, dimostra di unire professionisti, progetti e azioni di pregio per contribuire al progresso umano nel rispetto della salute, dell'ambiente e della sostenibilità, favorendo la conoscenza e la cultura del BENEssere a 360°.



Si sono ascoltati - dopo il saluto dell'On. Luciano Ciocchetti, Vice Presidente Commissione Affari Sociali e Sanità e quello della moderatrice Avv. Giuliana D'Antuono, Consigliera Nazionale - gli interventi del Dott. Mariano Marotta, Presidente di Farmaffari e Direttore del Dipartimento prevenzione e salute di AEREC, del Prof. Antonio Galoforo, medico chirurgo, Docente Universitario ed Esperto Internazionale di Ossigeno-Ozono terapia, anche in qualità di Direttore Scientifico del progetto Strategies for Health ("Strategie per la salute: la chiave vincente dell'ossigeno-ozonoterapia"), del Dott. Santo Carbone, Advanced Science Senior Advisor ("Il deciso

cambio di paradigma che si accompagna alla cultura del benessere: il caso del coenzima Q10), del Dott. Stefano Marzi, Presidente Associazione Benessere Alcalino ("L'acqua, questa sconosciuta"), del Dott. Marco Mantarò, Amministratore MFI ("La biofisica al servizio della medicina"), del chirurgo Dott. Massimiliano Mungo ("Nuove tecnologie per il futuro della Chirurgia") e dell'Arch. Stephen Valentine ("TIMESHIP: The Architecture of Immortality"). Si è parlato, inoltre, di Internazio-



nalizzazione e opportunità per le imprese con il Dott. Riccardo D'Urso, Presidente Tesori d'Italia Network e Responsabile Marketing del Commissariato Generale per l'Italia a Expo 2025 Osaka, della tecnologia blockchain con il Dott. William Nonnis, Analista tecnico per la digitalizzazione e innovazione presso la Presidenza del Consiglio dei Ministri e con il CEO di Certiclick Dott. Damiano Ferrari, e ancora di riqualificazione e decoro urbano nei centri storici con il Presidente ASSVEP Dott. Vito Chirenti, dell'impatto sull'economia dell'audiovisivo con il Direttore Artistico "Roma Film Corto", Notaio Adriano Squillante, con il Dott. Umberto Macchi, Digital Coach



Brave Solutions, che ha parlato della cooperazione online quale driver per la crescita del business, presentando i nuovi strumenti digitali a disposizione di AEREC e con il Dott. Matteo Sgaravato, che ha illustrato le tappe del Roadshow di Strategies for Health con uno sguardo verso il futuro. A conclusione il Dott. Eugen Terteleac, Presidente del Distretto AEREC Romania, ha sottolineato la stretta collaborazione tra i due Paesi. La Sala del Refettorio ha ospitato anche la **Cerimo-**



nia di nomina dei nuovi Accademici AEREC, selezionati in base all'alto profilo culturale, umano, scientifico e professionale, ad arricchire il prestigioso consesso che attraverso la sua organizzazione Missione Futuro, già presieduta dalla compianta Carmen Seidel e



oggi da Claudio Giust, è da anni impegnata in iniziative umanitarie internazionali.

A Palazzo Brancaccio si è svolta, infine, la Serata di Gala durante

la quale sono stati conferiti i **Premi Internazionali AEREC alla Carriera** ad Antonella Armentano, caporedattrice centrale del Telegiornale regionale del Lazio della Rai per il Giornalismo, a Samuel Peron per lo Spettacolo e la Danza, a Fioretta Mari per il Cinema, il Teatro e la Televisione, a Paola Marone per la Managerialità e l'Imprenditoria, a Rossana Potenza per la Lirica, oltre ad un Premio



Internazionale a Marina Ciubotaru per la Musica. Anche riconoscimenti ad alcuni storici Accademici come Paola Zanoni, Francesco Caputo, Ugo Mainolfi e Valentina Tacchi.



Nuovo Accademico Paolo Gilli
Madrina Valentina Tacchi



Rinnova la tua PRESENZA DIGITALE

HAI APERTO UNA NUOVA ATTIVITÀ E VUOI FARTI CONOSCERE NEL WEB?

CON NOI SITO WEB + SCHEDA AZIENDA PUBBLICATA
NEI 34 PORTALI PIÙ VISITATI IN INTERNET

E LA TUA ATTIVITÀ SARÀ SOTTO GLI OCCHI DI TUTTI
METTIAMO AL TUO SERVIZIO I NOSTRI 13 ANNI DI ESPERIENZA

DOMINI - MAIL - ECOMMERCE - GRAFICA

CONTATTACI PER MAGGIORI INFORMAZIONI

www.beeconnect.it
 info@beeconnect.it
 ☎ 06 87780708

I nostri riferimenti enogastronomici

Questa è la Sezione Speciale del giornale Il Faro dedicata alle eccellenze della Ristorazione e del buon cibo. Già tanti sono i Professionisti del settore che hanno voluto essere presenti! Qualcuno nostro Riferimento da tantissimi anni!

Cominciamo dallo storico **Gran Caffè Federici**, in Via della Tecnica 211, sono più di 50 anni di attività e da sempre nel Faro! Con la cura di Monica e Massimiliano e del loro staff avremo sempre un punto di incontro per una gustosa colazione, un pranzo ed anche come Catering, anche con le sue location location ed il loro brand per Eventi, il consigliatissimo ART de' CO, gli Artigiani del Convivio.



All'Axa, in Via Senocrate c'è l'**Aris Sporting Village** con il Ristorante a bordo piscina e la sua cucina mediterranea e romana, con gustosi piatti a base di carne o pesce, anche Pizzeria con forno al legna e Pub. Il Top è il Tiramisù di Daniele!

Ci spostiamo in Viale Europa 288/290 dove troviamo **Il Chicco e Il Calice**, ristorante, tavola calda e bar, potrete farvi consigliare da Sergio ed Antonella per piatti espressi della tradizione romana. Ottima la loro pasticceria anche per Catering! Ideale per organizzare Apericena!

Proseguiamo dalle parti di Via Laurentina, potete fermarvi al 599-601 al **Moreschi Caffè Bistrot** dove si può fare una buona colazione o consumare un aperitivo in compagnia. Famosi i suoi tramezzini!

Sempre in zona c'è il **Ristorante Girasole**, in Via dei Minatori 23, zona Cecchignola, siamo accolti da Giorgio in un'atmosfera familiare da tanti anni. Adatto per un pranzo, una riunione di lavoro e la sera per una cena romantica magari a base di pesce in un ambiente intimo.

In Via Canzone del Piave 3 c'è l'**Antica Enoteca Ciarla**, con una scelta completa di vini, spumanti e distillati, olii extravergini, aceti balsamici, confetture e altre golosità. La titolare Monja sarà utile guida pronta ad accoglierci anche con i suoi aperitivi.

Il Ristorante **Convivio Ampelo** si trova in Via Aurelia Antica 372. Un bel locale che si trova nei pressi di Villa Doria Pamphilj. Una cucina ricercata con piatti sapientemente abbinati ai vini, che sono un fiore all'occhiello del ristorante, grazie alla passione e alla cultura di Davide, il titolare. La stanza più piccola con volta a botte ospita un'ampia tavola, ideale per degustare vini selezionati con portate sfiziose.

Per gli appassionati di Vino ricordiamo l'EVENTO VINIAMO di Stefano Minelli, il wine tasting della Capitale che seguiamo sempre con il nostro Circuito!

Insieme al Vino...!Acqua è nostra alleata scelta! Proprio come l'**ACQUA...KANGEN** ionizzata, alcalina, ricca di idrogeno molecolare che agisce come un potente antiossidante. Lo sa bene Luciana Portento,

Imprenditrice Green! A San Paolo, in Via G. Chiabrera 40, c'è la gelateria **Daniel Gelo**, da oltre 40 anni un nome di riferimento per le gelaterie artigianali a Roma. Il top i suoi golosi frullati alla frutta.

Se cerchiamo un menù romano con piatti di carne e pesce, a San Pietro c'è la Trattoria **da Angelo alla Cupola**, in Via Aurelia 50 (lato Via di Porta Cavalleggeri). Gli oltre 30 anni di esperienza dello chef Angelo Bartolomeo sapranno

soddisfare i palati più esigenti.

Poco più in là nel quartiere Prati, c'è **Pasteria** di Ludovica Rossi, la Bottega di Pasta Fresca fatta a mano, di eccellenza che produce ogni giorno specialità di pasta all'uovo e senza uovo, con farine integrali o di legumi, preparate con pazienza e amore per le antiche tradizioni. Pasteria si trova in Piazza dell'Unità 6 (Cola di Rienzo) e si può mangiare a pranzo o portar via.



Se siete all'ingresso del Parco della Caffarella, una colazione al **Cancelliere** (Bar, Pasticceria, Gelateria) è d'obbligo. I dolci sono buonissimi ed artigianali. Consigliato per Aperitivi con pizzette e tramezzini, per la sua Gastronomia e per Eventi!

Il ristorante **L'Incanto Marino** si trova invece in Via A. De Stefani 10/24 nella zona Nomentana/Talenti. Qui saremo accolti da Giuseppe e dallo staff del ristorante specializzato nel pesce fresco. Un valzer di pietanze continue servite con gusto!

Una gita al mare e si raggiunge il **Ristorante AL 58**, in Via Aurelia Km 58.700 a **Santa Marinella (RM)**.

Costruita nel 1967 da Domenico, detto Chicco, la palafitta del Ristorante AL58 si trova sulla riva, a poca distanza dal centro di Santa Marinella. Valerio porta avanti le tradizioni di famiglia con specialità di primi di pesce, antipasti misti sempre diversi con originali accostamenti di verdure di stagione, e gustosi secondi e anche zuppe di pesce da ordinare in anticipo.

A circa un'ora di macchina da Roma, in **ABRUZZO** consigliamo il **Ristorante Madonna delle Vigne**, a

Prenota la tua PUBBLICITÀ
nell'inserto Buongustaio

Il Faro Buongustaio

Ristoranti, bar, hotel,
food&beverage, eventi

Diventa il nostro Riferimento!

Per info. Tel. 347 85 21 307

Celano, proprio sotto il Castello Piccolomini, in Vico San Michele 8. Lo chef Sandro Baliva ci delizierà con la sua cucina forte delle tradizioni locali e degli insegnamenti della madre Luisa, per menù gourmet, rielaborazioni dei piatti tipici.

Anche la **SICILIA** è rappresentata! Due sono le proposte de IL FARO per questa regione che vanta tradizioni gastronomiche di eccellenza mondiale, entrambe provenienti dalla Sicilia occidentale.

- La pasta prodotta dall'**Azienda Agricola Caradonna** dalle loro farine di antichi grani autoctoni, coltivate con passione dallo stesso Pietro Caradonna con la sua famiglia e i suoi dipendenti nelle campagne di Salemi (TP). Una su tutte la Pasta di farina Perciasacchi, disponibile, una pasta dalle eccezionali qualità organolettiche e nutrizionali e di facile digeribilità.



- Il profumi della terra e del mare si alternano nelle varie qualità di vino prodotto con grande competenza enologica dall'**Azienda Sancarraro** della famiglia Anselmi nelle campagne di Petrosino (TP). Dai vitigni grillo, cataratto, viognier, nero d'avola e sirah, si producono ottimi vini



L'**UMBRIA** è rappresentata da "**Voglie di Bosco Moretti**" con i suoi sapori tradizionali. L'Azienda familiare da 35 anni specializzata nel Tartufo, nelle Conserve, negli oli e nelle Salse, vede ora Walter, continuare la tradizione familiare con innovazione. Ideale anche ordinare Cesti con prodotti tipici!



Sono loro i nostri "Fari Buongustai", i Riferimenti nel Circuito del Faro, selezionati e presenti, sempre pronti ad accoglierci con il vero gusto a tavola. Noi li Consigliamo e siamo pronti a condividerli con i nostri Lettori! Chi desidera far parte di questo inserto, promuovendo il proprio Ristorante o la propria Specialità enogastronomica e diventando il riferimento per tutti i nostri lettori anche su Internet...saprà come conquistarci! Buon appetito e sempre...un Cin Cin in compagnia...de Il Faro! **Giorgio G Bottari**

Piccoli cambiamenti, grandi trasformazioni



Una semplice assenza di malattie può essere definita salute?

No certo. Conflitti interiori, stress ossidativo, emozioni "normalizzate...ma anche ambienti inquinati, alimentazione scorretta, poche ore

di sonno, hanno un loro effetto sul nostro corpo, che per tanto tempo rimane silente e quindi ignorato. Il nostro organismo è provvisto di risorse capaci di parare colpi e proteggerci, ma non sono risorse illimitate se non facciamo di tutto per conservarle. Più passa il tempo e meno ci conserviamo. Il sistema immunitario nasce autonomo... e a noi tutti il dovere di rispettarlo e sostenerlo, evitando soprattutto di sostituirlo con palliativi chimici. Se salute è sinonimo di autonomia nei movimenti, armonia nei pensieri e nelle azioni, il benessere personale può impattare sull'ambiente e sulle persone intorno a noi. Sta a noi riconoscere le nostre abitudini e modificarle-se occorre- per ottenere effetti estesi, non solo a noi stessi. Se in qualunque momento della nostra Vita introduciamo un miglioramento, l'effetto è di un fattore moltiplicato per tutti gli altri aspetti dell'organismo, cioè se riduciamo un fattore di rischio, riduciamo di 3volte il rischio stesso. Un piccolo cambiamento in qualche abitudine poco funzionale, può creare benessere con un effetto domino su tante aree della nostra vita. Ci può salvare la consapevolezza di non "essere fatti così", convinzione depotenziante creata dalla paura di cambiare, ma di poter sempre e comunque fare qualcosa a riguardo, e farlo. Se infine -last but not least-teniamo presente con gratitudine il nostro collegamento al nostro Sé superiore, possiamo espandere il benessere in ogni cellula e particella infinitesimale del nostro corpo.

Edgarda Brigliadori Naturopata

Convivio Ampelo
IL SALOTTO URBANO PER APPASSIONATI
DI VINO E CUCINA CREATIVA

Via Aurelia Antica 372/378, Roma

 www.convivioampelo.it - 06 5153 0654

22° Aperi Business in-Lire Un Successo di Networking e Innovazione a Perugia

Proseguono senza sosta le serate di networking e business organizzate da Circuito in-Lire per i suoi associati. Ancora un altro grande successo ha sancito il 22° Aperi Business in-Lire Umbria, tenutosi



presso l'Hotel Giò Wine & Jazz Area di Perugia. L'evento ha visto la partecipazione di oltre 100 imprenditori e partner provenienti da diverse regioni d'Italia. Questa serata esclusiva di networking è stata un'occasione unica per costruire nuove relazioni, condividere idee



innovative e discutere delle tendenze emergenti nel panorama imprenditoriale. Molti i relatori di spicco saliti sul palco per condividere esperienze e preziosi spunti per la crescita e l'innovazione delle aziende in sala, le quali hanno subito dopo dato vita a vivaci discussioni sui temi trattati, creando un ambiente dinamico e collaborativo. Se a questo si aggiungono i tavoli di matching e scambi commerciali tra le imprese partecipanti, sapientemente mixati e gestiti dai Broker



di Circuito in-Lire, ne esce un distillato perfetto dell'essenza che sta rendendo l'AperiBusiness un appuntamento irrinunciabile per quegli imprenditori che affidano alle relazioni e al networking una parte im-



portante del loro sviluppo e della loro crescita. Il successo dell'evento infatti testimonia la forza della comunità imprenditoriale e l'importanza di creare spazi di

incontro e confronto.

Un ringraziamento speciale è stato tributato a tutti i partecipanti e in special modo ai partner dell'evento che hanno contribuito a rendere questa serata indimenticabile,



Relationship Master, Welfare, BNI Perugia Rieti-Terni, T&RB Group, Geocom Italia, Mvoip, MultiLumix, il Faro di Valentina Tacchi, Avv. Daria Colica, Acquaviva, Fly Free Airways, Magnini Creative Solution, Nuova Eliografica Fiori, Lionermedia.

Il prossimo appuntamento con il 23° Aperi Business è già fissato il 1° ottobre nelle Marche, nella bellissima location della Filarmonica di Macerata.



Il Bar Federici e gli Artigiani del Convivio: un connubio di tradizione ed eventi innovativi



Bar Federici ed Art de Co, tradizione ed innovazione. Il bar storico dell'Eur per le colazioni anche di lavoro e la sua gustosa ristorazione si fondono con la creatività dei suoi catering in occasione di Eventi e feste curate sempre in ogni particolare dagli Artigiani del Convivio.

Calore, eleganza e passione caratterizzano la professionalità di Monica e Massimiliano e del loro staff!

Il Gran Caffè Federici è il riferimento per il Circuito del Faro e non solo. E' il locale storico dell'Eur da oltre 50 anni...

Noi siamo tabaccheria e ricevitoria lotto, tavola calda e bar. Siamo il riferimento per le colazioni e per pranzo offriamo primi anche espressi, secondi, contorni, insalate, estratti a freddo, frutta e macedonie. La formula del trittico è molto apprezzata. Accettiamo bancomat e buoni pasto. Abbiamo convenzioni anche con gli uffici e, soprattutto ora, facciamo consegne per il pranzo.

Qual è la storia di Art de Co?

Abbiamo iniziato appunto con lo storico esercizio di viale della Tecnica, il Gran Caffè Federici, dal 1973. Un'attività partita da mio suocero e che oggi è gestita da me e mio marito Massimiliano e dalla cui esperienza è nata Art de Co, gli artigiani del convivio al servizio dell'ospitalità, in una dimensione che vuole rimanere "di prossimità", artigianale. Art de Co è oggi una realtà su Roma che si occupa del catering e allestimento di ogni tipo di evento, dalla festa di compleanno, alla comunione, dal matrimonio agli eventi aziendali. Ci occupiamo del food and beverage e, se necessario,

della scelta della location. Abbiamo una squadra di collaboratori, tra luci e audio, fotografo, wedding planner, ecc., tutte quelle figure professionali che intervengono durante un evento. Cerchiamo di dare al cliente un prodotto completo.

Siete esperti del Wedding e degli Eventi chiavi in mano, oltre ad occuparvi del catering, siete specializzati in allestimenti anche per matrimoni in Spiaggia?

Certo! Disponiamo anche di molte location, come Villa Dino o villa Trebazia, sull'Appia antica ed altre fuori città, in particolare sul lago di Bracciano come la tenuta di Polline e Villa Magiò, ad Anzio, Casal Palocco, Infernetto....possiamo offrire anche location per matrimoni in spiaggia.

L'aspetto che più colpisce i vostri clienti?

La qualità del cibo e la sua presentazione è quello che ci dà massima soddisfazione. L'evento è curato sotto tutti i profili ed il cliente spesso ci dice come l'Evento sia stato più bello di quello aspettato. Questo accade perchè cerchiamo di essere quanto più vicini a loro, per accontentarli il più possibile.

Alcuni eventi li fate direttamente presso il Gran Caffè Federici come quelli che abbiamo fatto con il Circuito del Faro, successi per l'offerta gustosa del cibo...

Sì certo. Possiamo fare apericene ed eventi di convivio con diverse persone e possiamo personalizzarli dalle ostriche alla pizza. Si possono ospitare fino a 60 persone sedute. I prezzi possono variare in base alla scelta del menù, possono partire anche dai 15 euro.



Gran Caffè Federici e Art de Co

**Viale della Tecnica 211 - Roma - Tel. 3270204533
info@artigianidelconvivio.it www.artigianidelconvivio.it**

Gran Caffè Federici

Bar Tabacchi
Ricevitoria Lotto
Tavola calda
Pizza e pizza tonda al tavolo
Rosticceria
Piatti espressi
Catering da esporto
Eventi privati in sede

Viale della Tecnica 211
00144 Roma Tel. 06 64651328



EVENTI ARTIGIANI DEL CONVIVIO



ORGANIZZANO:

Catering
Cerimonie
Party Privati
Feste di Laurea
Matrimoni (anche in spiaggia)
Eventi Lieti
Feste per bambini
Allestimenti scenici personalizzati



I rinfreschi presso nostre splendide location di Roma e dintorni o direttamente a casa vostra.

www.artigianidelconvivio.it | Tel 327 0204533 - 329 6645301

La dolce felicità dell'estate: il gelato, miglior alleato contro il caldo afoso



Era il 500 a.C. e i persiani già si divertivano a sperimentare ciò che sarebbe diventato uno degli alimenti più deliziosi di tutti i tempi: il gelato! Da allora, molte ricette si sono susseguite, rendendo il gelato uno dei dessert più diffusi al mondo, oltre che un segno distintivo della cultura gastronomica del nostro Paese. Soprattutto in estate,

con il caldo afoso, il gelato diventa un alleato insostituibile per trovare sollievo e piacere. Oltre a essere una delizia rinfrescante, possiede anche diverse proprietà benefiche che possono sorprenderti. Innanzitutto, il gelato è una fonte eccellente di energia grazie al suo contenuto di zuccheri e grassi. I gelati a base di latte sono ricchi di calcio, mentre quelli alla frutta apportano vitamine e fibre, cruciali per mantenere un buon livello di energia durante le giornate estive. Il gelato contiene poi elevate quantità di acqua che aiutano a contrastare la disidratazione causata dal caldo. Alcuni tipi, come quelli a base di yogurt, possono avere effetti benefici sulla digestione grazie alla presenza di probiotici. Il gelato sa anche come rendere felici: infatti, stimola le endorfine, le cosiddette "molecole della felicità"! **Alessandro Gian Maria Ferri**

Mangiare insetti sarà il cibo del futuro?



Sulla terra si contano circa 1 milione di specie di insetti, mentre conosciamo 50.000 specie di mammiferi. Viene quasi da pensare che ci troviamo su un pianeta di insetti e non di uomini!

Secondo uno studio della FAO ci sono oltre 2 miliardi di persone che consumano abitualmente insetti come parte della loro dieta. Gli antichi romani e greci si cibavano di insetti. Plinio, studioso romano del I secolo e autore della *Historia Naturalis*, scrisse che gli aristocratici romani amavano mangiare larve di scarafaggio allevate a farina e vino. Malgrado la sua lunga tradizione e l'attuale consumo da parte di una buona parte della popolazione mondiale, mangiare insetti in Europa e Stati Uniti è ancora raro, anche se molti occidentali consumano volentieri gamberetti e aragoste che, come gli insetti, sono artropodi (tipo di Invertebrati con il corpo rivestito da una cuticola chitinoso).

L'entomofagia, ovvero il consumo di insetti nella dieta umana, attrae l'attenzione di scienziati, chef e ambientalisti di tutto il mondo, atteso che non solo gli insetti sono nutrienti e con un ottimo sapore, ma possono provvedere al fabbisogno proteico umano rispettando l'ambiente. Allevare insetti è molto più efficiente di quello del bestiame. Ad esempio, 45 Kg di mangime producono 4,5 Kg di carne bovina, mentre la stessa quantità di mangime produce 20 kg di insetti. Essi sono una fonte di proteine nutritiva e salutare. Sono ricchi di vitamine e minerali, come vitamina A, ferro e zinco. Contengono meno colesterolo rispetto alla carne. Inoltre, come i pesci, gli acidi grassi degli insetti sono insaturi e quindi più sani. L'hamburger, contiene circa il 18% di proteine e il 18% di grassi. La cavalletta cotta, invece, contiene fino al 60% di proteine con solo il 6% di grassi. Mangiare insetti può portare alcuni svantaggi, come il rischio di allergie alimentari, o contaminazioni da pesticidi. L'Unione europea, il 24 gennaio u.s., ha concesso l'autorizzazione per la commercializzazione della polvere di *Acheta domesticus*, comunemente nota come farina di grillo, aprendo la strada alla sua vendita anche in Italia. Una azienda delle marche si è prontamente inserita in questa quota di mercato in forte ascesa. Essa produce già 2 tonnellate di farina al mese, con l'obiettivo di raggiungere le 6 tonnellate entro la fine dell'anno. **Maria Teresa Accardo**



DANIELGELO

Laboratorio di Gelateria Artigianale dal 1963

**CONI
COPPETTE
CORNETTI
CREMI
GRANITE
TARTUFI
ZUCCOTTI
SORBETTI
YOGURT
CANNOLI
TORTE**

e
I Frullati più buoni di Roma

SAN PAOLO | Via Gabriello Chiabrera 40 | 06 543 0568
APERTO TUTTI I GIORNI FESTIVI COMPRESI 10:00-2:00

INVITO ALLA PARTECIPAZIONE

ViniAmo...

3^a Edizione

Il wine tasting della capitale

100 Istituzioni in una sala con un'atmosfera eccezionale

10 Stand su 100m, 100 vini e 100 Masterclass e Degustazioni guidate

SAVE THE DATE!

Dal 4 al 5 MAGGIO 2025

Per maggiori informazioni:
Stefano Minelli ☎ 338 3048072

Ansia e Fame Nervosa: un Legame Complesso



Monica Pierlorenzi

Psicologa, Psicoterapeuta

tel 335 6560132 www.corsomindfulness.it - info@corsomindfulness.it

L'ansia è una risposta naturale del nostro corpo a situazioni di stress o pericolo. Si manifesta con una serie di sintomi fisici e psicologici, tra cui battito cardiaco accelerato, sudorazione, tremori, e una sensazione di preoccupazione o paura costante. La fame nervosa, invece, è un comportamento alimentare disfunzionale caratterizzato dal consumo di cibo non per necessità fisiologica, ma come risposta a stati emotivi negativi come ansia, stress o tristezza. Questo fenomeno, noto anche come "emotional eating" in inglese, è strettamente legato all'ansia e può avere un impatto significativo sulla salute fisica e mentale di una persona. L'Ansia Influenza la Fame Nervosa, vengono messi in atto i meccanismi fisiologici e psicologici che influenzano il sistema nervoso e gli ormoni. L'ansia attiva il sistema nervoso simpatico, rilasciando ormoni dello stress come il cortisolo e l'adrenalina. Questi ormoni possono alterare l'appetito in due modi opposti: alcune persone possono sperimentare una perdita di appetito, mentre altre possono sentire un bisogno compulsivo di mangiare. Il cortisolo, in particolare, è noto per aumentare l'appetito e la voglia di cibi ricchi di zuccheri e grassi, entra poi in atto un criterio di ricompensa e conforto, nel quale il cibo, soprattutto quello ad alto contenuto calorico, può stimolare il rilascio di dopamina, un neurotrasmettitore associato al piacere e alla ricompensa. Questo meccanismo può temporaneamente alleviare l'ansia, portando le persone a ricercare il cibo come una forma di auto-medicazione. Mangiare può servire come una distrazione dalle preoccupazioni e dalle ansie. Inoltre, in un contesto dove una persona può sentirsi fuori controllo a causa dell'ansia, il cibo può rappresentare un elemento su cui esercitare controllo. Le esperienze passate possono condizionare le abitudini alimentari. Se una persona ha trovato conforto nel cibo durante momenti di stress nel passato, è probabile che ripeterà questo comportamento in futuro.

Quali possono essere le conseguenze della Fame Nervosa? A livello del fisico sicuramente l'aumento di peso e obesità derivante dall'assunzione eccessiva e non necessaria di calorie che può portare a un aumento di peso significativo e, nel lungo termine, all'obesità. Questo comporta un aumento del rischio di malattie come diabete, ipertensione, e malattie cardiovascolari. Anche a livello digestivo, mangiare in modo irregolare o eccessivo può causare problemi digestivi, come reflusso gastroesofageo, gonfiore, e costipazione. A livello psicologico può subentrare un senso di colpa e vergogna, le persone che mangiano in risposta all'ansia spesso si sentono in colpa o provano vergogna per il loro comportamento, il che può ulteriormente alimentare il ciclo dell'ansia e della fame nervosa. Il consumo eccessivo di cibo non solo non risolve il problema dell'ansia, ma può anche aggravarlo, creando un circolo vizioso dove l'ansia porta alla fame nervosa, che a sua volta aumenta l'ansia.

Quali sono le strategie per Gestire la Fame Nervosa? 1. Consapevolezza e Mindfulness: Essere consapevoli dei propri sentimenti e delle proprie abitudini alimentari è il primo passo per interrompere il ciclo della fame nervosa. La mindfulness può aiutare a riconoscere i segnali della fame emotiva e a rispondere in modo più appropriato.

2. Tecniche di Gestione dello Stress: Pratiche come la meditazione, lo yoga, e la respirazione profonda possono ridurre l'ansia e, di conseguenza, la necessità di mangiare per alleviarla.

3. Supporto Psicologico: Un terapeuta esperto in queste dinamiche, può aiutare a identificare le cause profonde dell'ansia e della fame nervosa e a sviluppare strategie per gestirle in modo più sano.



4. Alimentazione Equilibrata: Mantenere una dieta equilibrata e regolare può stabilizzare i livelli di zucchero nel sangue, riducendo così le voglie improvvise. Inoltre, una buona nutrizione supporta la salute mentale e fisica generale.

In conclusione, l'ansia e la fame nervosa sono strettamente interconnesse, e affrontare efficacemente questi problemi richiede un approccio integrato che tenga conto dei fattori fisici, psicologici ed emotivi. Con la giusta consapevolezza e le strategie adeguate, è possibile interrompere il ciclo della fame nervosa e migliorare il benessere generale.

Prossimo corso di Mindfulness eating in 8 incontri 8-15-22-29 ottobre e 5-12-19-26 - novembre ogni martedì dalle 19 alle ore 20,30
Per info: Dott. Monica Pierlorenzi tel.3356560132 www.corsomindfulness.it mail: info@corsomindfulness.it



IL TUO NUOVO PUNTO DI RIFERIMENTO PER:

- ◆ COLAZIONE
- ◆ PRANZO
 - Insalate
 - Panini
 - Cucina Fredda
- ◆ APERITIVO
- ◆ APERICENA

SABATO HAPPY HOUR





Via Laurentina, 599 - Roma
Tel.: +39 06 9357 5307

 [@moreschicaffebistrot](https://www.facebook.com/moreschicaffebistrot)



Il chicco & il calice

BAR Tavola Calda RISTORANTE TABACCHERIA

CATERING - COLAZIONI - PRANZI DI LAVORO

APERITIVI - CUCINA ROMANA

Gnocchi, Tonnarelli,
Fettuccine, Ravioli Ripieni,
Pinse esprese con suppli

Martedì e Venerdì Pesce

Giovedì Gnocchi

anche da asporto

TUTTO FATTO IN CASA

prenotazione
eventi

APERTO DALLE 5:00 ALLE 22:00
DAL LUNEDÌ AL SABATO



☎ 06 3972 5643 - 371 4295207

✉ ilchicchoeilcalice@yahoo.com @ilchicchoeilcalice

📍 Viale Europa 288/290, Roma

SEGUICI SU FACEBOOK E INSTAGRAM

Il Chicco ed il Calice: il gustoso bar rosso dell'Eur!



Il Chicco e Il Calice è un bar, ristorante, con la sua gastronomia nel cuore dell'EUR a Roma, nei pressi della Metro Eur Fermi, con una veranda ampia, tra scritte rosse, su Viale Europa, al n. 288/290. E' il Bar Rosso per il Faro!

Colazione con ottimi cornetti, il caffè Illy ed inizi subito bene la giornata. A pranzo puoi trovare una tavola calda con scelta variegata per

i diversi palati, anche quando vai di fretta o da portar via. Puoi ordinare pure piatti espressi, magari per gustare la loro pasta fresca,



tra fettuccine e gnocchi, con i tradizionali menù romani. Diversi turisti ne rimangono attratti e, soprattutto, i clienti di zona che si affezionano e ritornano sempre. Il martedì ed il Venerdì Pesce!

Ottimo è il Servizio di tutto lo Staff, infatti, sempre pronto alle tue esigenze, sotto l'occhio attento e sensibile del titolare Sergio. Il loro punto di forza è propria l'accoglienza. Qualcuno sa che può trovare la tabaccheria alla cassa dove c'è l'altro punto saldo del Chicco, Antonella. Altri si fanno prendere dalla loro pasticceria. Gustosi sono i dolci alla crema sempre abbondante. E' anche per questo che vengono richiesti i loro catering, per le diverse feste ed eventi.



Gustosissime le torte che hanno il loro successo come quelle che sono state scelte per i 18 anni de Il Faro! Lo trovi sempre aperto anche di Sabato (eccetto la Domenica) ed all'Eur è un elemento di distinzione! Ideale per un Aperitivo! Una vera passione nel lavoro quella del Chicco e con un Calice di buon vino... magari rosso! Anche perché di "Bar Rosso" all'Eur c'è uno solo!

Girasole: il Ristorante che porta a tavola il profumo di casa



Un Girasole con il profumo di casa, nella zona Eur. La focaccia bianca calda ti accoglie insieme a Giorgio e al suo staff magari accompagnata da un antipasto di fritti di verdura pastellata. I punti di forza sono le specialità di pesce e la sua cucina tradizionale. A pranzo si trasforma in un punto di incontro anche per riunioni di lavoro e degli imprenditori della zona, con i suoi piatti espressi e l'ottima qualità prezzo. La sera l'ambiente diventa più intimo anche per cene più romantiche. E' il ristorante poi degli amici magari per un dopo partita o per festeggiare una ricorrenza in compagnia. E' apprezzato dagli adulti e dai ragazzi! Famoso per le grigliate e gli antipasti di pesce, ci sono i suoi dolci fatti in casa e le birre artigianali! Per i golosi la pizza non manca! Ottima l'accoglienza...gli anni passano ed è sempre uno dei punti dove il Faro ama gratificarsi



Locale con cucina tipica romana

*Cucina tradizionale
Specialità grigliate e
antipasti di pesce
Dolci fatti in casa*



www.ristorantegirasole.eu

Via Dei Minatori 23, 00143 Roma
Giuliano Dalmata tel: 06 5020465

Voglie di Bosco Moretti ed i sapori tradizionali dell'Umbria

L'Azienda familiare da 35 anni specializzata nel Tartufo, Conserve e Salse



Voglie di Bosco Moretti nasce nel 1989 grazie alla passione di Giancarlo e Doriana per la buona cucina, con la missione di riproporre i sapori tradizionali dell'Umbria contadina.

Fabro, piccolo borgo umbro al confine con Lazio e Toscana, è una delle 50 città italiane del tartufo e fa parte della Valdichiana risentendo, quindi, dal punto di vista



culinario e gastronomico, delle influenze dei territori confinanti. Dal 2006 Walter, figlio dei titolari, continua la tradizione gestendo Voglie di Bosco, innovandone lo spirito.

Oltre alla compravendita di tartufi freschi, l'Azienda è specializzata dal 1989 nella lavorazione artigianale di conserve, salse, sott'oli e

prodotti a base vegetale e al tartufo, a lunga conservazione.

Si differenzia per:

- l'utilizzo di sole materie prime italiane e provenienti da aziende di fiducia;
- lista cortissima degli ingredienti in etichetta;
- assenza di coloranti, conservanti e aromi chimici.

Fabro è una delle Città del Tartufo italiane, nel cui territorio bo-



schivo è possibile trovare quasi tutto l'anno le 4 specie più comunemente commercializzate: Tuber Ma-

gnatum Pico (Tartufo Bianco Pregiato), Tuber Melanosporum Vitt. (Tartufo Nero Pregiato), Tuber Aestivum Vitt. (Scorzone o Nero estivo), Tuber Borchii Vitt. (Bianchetto o Marzuolo). **Voglie di Bosco Moretti** dispone, inoltre, di un proprio laboratorio di trasformazione e confezionamento, dove vengono eseguiti tutti i processi di lavorazione, in maniera artigianale ed anche innovativa con i più moderni macchinari, nel rispetto delle norme di sicurezza alimentare.



Caffè Pasticceria
Gelateria Gastronomia
Catering Party Planner

VIA AMEDEO CRIVELLUCCI, 8
00179 ROMA 067857862



Caradonna Azienda Agricola Biologico per scelta



Fin dai primi dell'800 la Famiglia Caradonna coltiva con amore e passione la terra, dedicandosi soprattutto alla coltivazione dei cereali. I terreni disposti attorno all'insediamento archeologico di Mokarta, ad un'altezza di circa 250 metri sul livello

del mare, vocati alla cerealicoltura, producono grani che hanno dentro i sapori propri della tradizione siciliana. Ormai da molti anni l'azienda ha abbandonato la cerealicoltura di massa per ritornare alle origini, con la coltivazione degli antichi grani autoctoni: Tumminia, Perciasacchi, Russello e Maiorca. L'impegno del titolare ha portato anche la riscoperta del seme di Capeiti, grano duro degli anni sessanta di cui si era quasi



abbandonata la coltivazione. Le **nostre farine** vengono prodotte da grani antichi siciliani, coltivati senza l'uso di fitosanitari e moliti a pietra naturale, mantenendone inalterate le caratteristiche organolettiche e nutrizionali.

Si ottiene così una farina soffice e profumata, con caratteristiche che vengono trasmesse al prodotto finale (pane, pasta, ...) e che si sposano bene con i piatti ricchi di storia e di cultura della cucina siciliana.



La Pasta: l'Azienda agricola Caradonna utilizza semola di grano duro PERCIASACCHI, prodotto nei suoi campi e molito a cilindri e a pietra naturale per produrre una pasta genuina dal sapore autentico. La semola ottenuta viene mescolata con acqua minerale e poi trafilata al bronzo ed essiccata lentamente. Si ottiene così, una pasta molto digeribile e di altissime qualità organolettiche e nutrizionali.



Sancarraro Vini. La qualità non è acqua!



LAZIENDA Sancarraro è il soprannome – "ngiuria" – dato alla famiglia *Anselmi* e ai suoi discendenti sin dall'800, in quanto, si narra, che gli antenati degli *Anselmi* erano soliti recarsi nella località di piano San Carlo, situata, nel comune di Mazara del Vallo, nei pressi dell'attuale riserva naturale di Lago Preola e Gorgi Tondi, per coltivare i propri vigneti.

LA FAMIGLIA La famiglia *Anselmi*, che coltiva vigneti da generazioni, **produce uve di qualità**. Tra le varietà coltivate, merita una menzione particolare il *Grillo* un vitigno autoctono, che nella zona di Triglia, vicino al mare, ha dei profumi e degli aromi particolari derivati dalla salinità e dai residui di alghe *Posidonia*, che il vento distribuisce nei terreni limitrofi. **IL TERRITORIO** La piccola azienda di famiglia ed altre realtà della zona del comprensorio di Marsala, Petrosino e Mazara del Vallo hanno istituito, fin dagli anni '60, delle **cooperative vitivinicole** che sono tra le più grandi al mondo per quantità d'uva conferita. Il comune di Petrosino, dove risiedono alcune di queste cooperative vitivinicole, **è UNO dei comuni più ricchi di viti al mondo**.

I VINI Dall'amore per la nostra terra e per i nostri prodotti enogastronomici nasce l'idea di promuovere la commercializzazione dei nostri vini che abbiamo deciso di proporre in tre differenti linee di prodotto che richiamano: **TERRA, MARE E CIELO**. **LINEA LILIBEUM** Realizzata pensando al nostro territorio, è la nostra linea di vini realizzati esclusivamente da vitigni autoctoni e sono vini destinati ad un uso quotidiano con un eccellente rapporto qualità-prezzo! **LILIBEUM GRILLO DOC Sicilia** Il nostro Viognier è un vino aromatico, intenso, dall'inconfondibile e predominante personalità. Fine ed elegante al naso; persistente in bocca. **LILIBEUM NERO D'AVOLA DOC Sicilia** Il nostro Nero d'Avola, dal ca-

ratteristico colore rosso rubino intenso, è un vino fresco ed equilibrato. **LINEA MARE MAGNO** La linea Mare Magno richiama la grandezza del mare, da sempre motore dell'economia di Mazara del Vallo e dei comuni limitrofi. E' costituita da vini prodotti con i cosiddetti vitigni internazionali sicilianizzati. **MARE MAGNO CHARDONNAY IGT Sicilia** Il re delle uve bianche s'è lasciato conquistare della generosità della nostra terra, dalla forza del nostro sole e da un clima gentile e ospitale. **MAGNO MAGNO VIOGNIER IGT Sicilia** Il nostro Viognier è un vino aromatico, intenso, dall'inconfondibile e predominante personalità. Fine ed elegante al naso; persistente in bocca. **LINEA ORION** Aromi e profumi indescrivibili, prodotti con vitigni autoctoni e con un vitigno dalle controverse origini, il Syrah. Sono vini affascinanti, come la costellazione da cui prendono il nome, per i quali è difficile trovare parole per descriverli: vanno assaggiati! **ORION BRUT PETILLANT BIO DOC Sicilia** Vino spumante biologico fresco, vivace, delicato ed esplosivo allo stesso tempo. Al naso presenta un ampio bouquet di fiori freschi. Perlage leggero e persistente con una gradevole morbidezza al palato. **ORION CATARRATTO LUCIDO DOC Sicilia** Dalla vinificazione del Catarratto lucido, vitigno che esprime la tipicità culturale della luminosa Sicilia, nasce questo vino elegante, dall'olfatto intenso con sentori floreali, fruttato e dal gusto fresco e piacevole. **ORION SYRAH – NERO D'AVOLA DOC Sicilia** Un blend che rinnova il gusto internazionale con la tipicità varietale del Nero d'Avola. Vino dal colore rosso intenso, dall'olfatto con sfumature vanigliate e di



frutta di bosco ed dal gusto pieno, robusto e vellutato. **Vito Donato Grippa Tel. 3355754505 info@sancarraro.it**
Scansiona il QR CODE e aggiungi il codice promozionale denominato: Codice ilfaro25 che ti darà diritto al 25% di sconto su tutti i vini Sancarraro.



La Civetta a tavola:

Marinata di Pesce in vacanza



Ingredienti per 2 persone

- 4 sogliole o del pesce a piacere
- 10 foglie di salvia
- 1 pugno di pinoli
- 1 pugno di uvetta
- 3 spicchi d'aglio
- Sale q. b.
- Olio evo q. b.
- Prezzemolo/Pistacchi

Procedimento



Soffriggere il pesce in poco olio girandola una sola volta. Preparare la marinata facendo bollire l'aceto, la salvia, i pinoli e l'uvetta. Quando il liquido gorgoglia immergere il pesce e cuocere per un minuto. Travasare in un contenitore di vetro il tutto, lasciare in frigo per almeno una notte prima di servire. Decorare con il prezzemolo ed il pistacchio tritato.

Buon appetito! **Maria Teresa Sangiorgi**

Il Ristorante Enoteca



La Locanda Madonna delle Vigne a Celano (AQ)



Immerso nel cuore della Marsica il locale, divenuto oggi anche enoteca, è uno dei Ristoranti più in voga di Celano. Gode di una bellissima vista panoramica, a pochi passi dal Castello Piccolomini. Gestito da Sandro Baliva che, da ottimo padrone di casa, propone ai suoi ospiti prodotti tipici del territorio e cucina tradizionale. La "Locanda Madonna delle Vigne" è un posto da non perdere

se si vuole provare l'Abruzzo in tavola. Lo chef, divenuto popolare anche per le sue frequenti "incursioni" televisive, in programmi di visibilità nazionale, promuove sempre la difesa della cucina agropastorale e l'utilizzo dei prodotti tipici alla base dei suoi piatti. La ricerca sulle materie prime è maniacale, da



Locanda
MADONNA
DELLE VIGNE

non perdere il un "viaggio" esperienziale nella buona cucina. **Specialità:** la carne, la pecora in tutte le sue espressioni e la pasta. Vini di qualità.

Aperto dalle 12.00 alle 15.00 e dalle 20.00 alle 00.00. Martedì chiuso. Vico S. Michele 8, 67043 Celano, Italia.

Per prenotazioni:

Tel 3932849854

baliva.sandro@gmail.com



TURISMO ENOGASTRONOMICO

Celano - Abruzzo

Alle pendici del Monte Tino, a 860 m d'altitudine, Celano è una delle città principali della Marsica, domina dall'alto la piana del Fucino e il suo territorio è in parte incluso nel Parco regionale naturale del Sirente-Velino. Ha subito diverse dominazioni, appartenuta a famiglie come i Piccolomini e gli Sforza. E' famosa per essere il luogo di nascita di Tommaso da Celano, uno dei primi discepoli di San Francesco d'Assisi e perché Leonardo da Vinci, avrebbe scelto per alcuni suoi disegni la carta prodotta con la celebre gualchiera di Celano. Il borgo antico è circondato dal gruppo montuoso del Sirente-Velino, offre numerosi percorsi naturalistici per gli amanti delle escursioni e del trekking. Nella parte più alta della città si trova il Castello di Celano che domina l'intero borgo dall'alto. Dista da Avezzano 13,1 km, 12 Km Ovindoli e 49,3 km da L'Aquila, 117 Km da Roma.

Trattoria
Pizzeria da **Angelo**
alla Cupola

AL CENTRO DI ROMA A PORTA CAVALLEGGERI,
A DUE PASSI DALLA BASILICA DI SAN PIETRO

*Pesce fresco (arrivi giornalieri)
e Prodotti tipici della Cucina Romana*

Dall'esperienza trentennale dello chef Angelo, "Angelo alla Cupola" ti aspetta per farti gustare prelibate specialità di carne e di pesce o se preferisci per un pranzo o una cena senza pensieri a menù fisso ma sempre con uno sguardo attento alla qualità.

Semplicità, leggerezza ed ingredienti d'eccellenza, sono gli elementi fondamentali della nostra cucina.

Via Aurelia, 50 - Porta Cavalleggeri/San Pietro - ROMA
Tel. 06.39377133 Cell. 327.6118859 Cell.333.5352526
info@angeloallacupola.it

Le sagre ai Castelli Romani nel 2024: un'esplosione di sapori e tradizioni



I Castelli Romani, situati nei pressi di Roma, sono rinomati per la loro bellezza, cultura e per... le Sagre. Per i turisti amanti del cibo e delle tradizioni provenienti da tutta Italia sono diventate un appuntamento irrinunciabile. Si inizia con la **Sagra delle Pesche di Castel Gandolfo**, che si svolge dal **27 al 30 luglio**. Si inizia con la Sagra delle Pesche di Castel Gandolfo, che si svolge dal 27 al 30 luglio. Questo evento risale agli anni '20, quando i Castelli Romani erano famosi per le coltivazioni di frutta. A Castel Gandolfo si potevano ammirare estesi campi di pesche "pizzuta", una varietà con polpa gialla e nocciolo rosso fuoco. A metà agosto, a **Rocca Priora**, si può godere non solo di uno splendido panorama, ma anche di una grande varietà di **bruschette durante la Sagra omonima**, che viene organizzata da oltre 20 anni presso il Belvedere di questo bellissimo comune castellano. A Settembre però la provincia romana dà il meglio di sé. Dal 30 agosto al 1 settembre si celebra la **72esima edizione** della famigerata **Sagra della Porchetta di Ariccia**, con un ricco programma di ospiti e attrazioni. Durante lo stesso periodo, si

tiene anche **la Festa del Pane Genzanese**, un altro prodotto IGP dei Castelli Romani, che raggiunge la sua **trentaseiesima edizione**. A fine settembre, non si può mancare alla **Sagra del Fungo Porcino di Lariano**, che raggiunge la sua **trentaduesima edizione**. Tra le iniziative di maggior successo di questo periodo, va menzionato il **Bajocco Festival ad Albano**, che si svolge dal **6 all'8 settembre**. Questa manifestazione, sebbene non sia propriamente una sagra, offre percorsi enogastronomici e si è affermata come un punto di riferimento a livello nazionale per l'arte di strada. Artisti provenienti da tutta Italia e anche dall'estero animeranno per tre giorni le strade di Albano, intrattenendo i passanti con le loro performance, sperando di ricevere una generosa offerta. **Matteo Martinelli**



Castelli Romani

Con il termine Castelli Romani si indica l'area geografica di natura vulcanica, a sud-est di Roma, intorno ai Colli Albani, costituita da paesi, circondati dalla Campagna romana. La denominazione risale al XIV secolo quando molti abitanti di Roma, per sfuggire alle difficoltà economiche e politiche per la Cattività avignonese, si rifugiarono nei castelli delle famiglie feudali romane dei Savelli (Albano e Castel Savello, Ariccia, Castel Gandolfo, Rocca Priora), degli Annibaldi (Molara, Monte Compatri, Rocca di Papa), degli Orsini (Marino) e dei Colonna (Monte Porzio Catone, Nemi, Colonna, Genzano e Civita Lavinia).

Antica Enoteca Ciarla

L'enoteca propone una selezione di più di 500 etichette tra vini e champagne, ma anche ottimi distillati, olii extravergini selezionati, aceti balsamici, confetture insolite, conserve particolari e altre rare golosità.

Si organizzano:

- Corsi di accostamento al vino e seminari
- Serate a tema ed incontri con i produttori
- Aperitivi con deliziosi taglieri e calice di vino a scelta tra tutte le nostre etichette
- Disponibilità sala interna ed area esterna anche per eventi privati

contatti

Via Canzone del Piave, 3- Roma
06.5010102 | info@anticaenotecaciarla.it
www.anticaenotecaciarla.it



SEGUICI SU



Il Ristorante ARIS all'AXA

Il vero Gusto del pesce e della cucina romana



Il Ristorante ARIS SPORTING CLUB si sceglie per il gusto dei suoi piatti e per il servizio. Appena ristrutturato ed a bordo piscina dello stesso centro Sportivo dell'AXA (in Via Senocrate), offre la possibilità in estate, di mangiare di sera sotto le stelle e d'inverno di essere protetti dalle sue ampie vetrate. La danza del gusto ha inizio con i suoi antipasti di mare e piatti di pesce freschissimo, offerti in una sequenza quasi musicale. La scelta soddisfa un pò tutti, prevedendo nel menù anche pietanze tipiche, primi tradizionali della cucina romana e la carne. Da assaggiare i Golosi fritti! Nuovo fiore all'occhiello, il Forno a Legna per la Pizza (anche da Asporto). E' quanto ci conferma soddisfatto Fabrizio De Nicola, titolare da oltre 15 anni del Centro Sportivo e da 3 anni del Ristorante insieme a suo cugino Daniele, artista in cucina, attento ed accogliente, sa fidelizzare i suoi ospiti. Ormai come rituale preso d'assalto, il suo dolce fatto in casa, il famoso Tiramisù ARIS. Una collaborazione condivisa con il suo Staff di fiducia. Un ottimo rapporto qualità/prezzo!



Dal Venerdì alla Domenica è possibile anche prenotare l'aperitivo ed il pranzo! E' la location ideale per Eventi, incontri di lavoro e di famiglia! Lo sa bene il Giornale Il Faro che l'ha scelto anche per suoi festeggiamenti ed incontri a tavola con imprenditori. Il Ristorante perfetto per tutte le età, grazie anche al suo Pub interno, per giovani e sportivi che prima scelgono di svolgere la propria attività nel Centro. Possibi-



La Curcuma è una pianta erbacea

Della famiglia della Zingiberacee. Originaria dell'Asia sud-orientale, è uno degli ingredienti fondamentali della cucina asiatica. Questa spezia, oltre a rendere più appetitosi i piatti, ha anche numerosi effetti benefici e curativi sulla salute dell'uomo. E' utilizzata, infatti, sia nella medicina ayurvedica (di origine indiana) sia in quella cinese. Oggi è utilizzata anche dalla medicina occidentale. Le principali proprietà benefiche della Curcuma sono: Coleretica e colagoga, Antiossidante, Antinfiammatoria e Digestiva. Protegge il fegato e la cistifellea e permette di ridurre la concentrazione di colesterolo nel sangue. La curcuma è una spezia dai molteplici usi in cucina, in più è un colorante naturale. Per dare un tocco orientale a salse, condimenti e oli, oppure per preparare tisane e tè aromatizzati. Per dare sapore e colore a insalate, antipasti, primi piatti e secondi piatti di carne e pesce, nel pane ed utile per conferire un bel colore a dolci fatti in casa.



lità anche di scegliere la formula Partita di Calcio e Cibo grazie alla presenza del maxi schermo! Un brindisi con la varietà di vini o anche con la vasta scelta di birre artigianali, tradizionali e alla spina. La Piazzetta del gusto ARIS quando si conosce poi ti conquista!
Valentina Tacchi



SALA PESI
1000 mq

MACCHINARI ULTIMA GENERAZIONE
LE NOSTRE LEZIONI

TOTAL BODY, INTERVAL TONE, G.A.G., H.D.P. CARDIO B.W. KOMBAT TONE, DEFINITION
PREPUGILISTICA PRE KICK BODYFLIGHT
ACQUAGYM, IDROBIKE, STRIDING, ACQUACIRCUIT
CROSS FUNZIONALE, KETTLEBELL E CLUBBELL
PILATES POSTURALE STRECH&BALANCE
PILATES REFORMER - STRIDING - ROWING
SALSA & BACHATA

ORARI LUN/MER/VEN 6.30/22.30 | MAR/GIOV 7.30/22.00
SABATO 8.30/18.00 | DOMENICA 8.30/13.00

RISTORANTE PIZZERIA & PUB

CUCINA TRADIZIONALE
CARNE E PESCE | PIZZA FORNO A LEGNA

Dal Martedì alla Domenica
APERITIVO CENA PUB : 18.00/01.00
Venerdì, Sabato e Domenica
APERITIVO E PRANZO: 11.00/15.30
Lunedì chiuso

Ristorante
Cucina mediterranea
carne, pesce e pinsa
Tel. 339 5686246
Social: @arisristorante

Centro Sportivo
Via Senocrate
Tel. 06/52355665
www.arissportingvillage.net
Social: @arissportingvillage

Pasteria: la vera bottega di pasta fresca fatta a mano



Pasteria è una Bottega di Eccellenza nel cuore di Roma, in zona Prati, dove si produce, **ogni giorno**, specialità di Pasta all'uovo e senza uovo, con farine integrali o di legumi. Tutti gli impasti vengono trattati con grande **esperienza ed arte** nel rispetto della **stagionalità** dei prodotti.

Pasteria è il punto d'arrivo e la sintesi di un viaggio iniziato tra gli odori e i sapori antichi delle cucine di casa e le trattorie romane. L'ingrediente principale è proprio la passione della sua titolare **Ludovica Rossi**, unita alla selezione delle migliori materie prime presenti sul territorio.



Artigiana di Fiducia, chiude a mano con cura ogni raviolo, tortellino e cappelletto. Dopo un'esperienza a Londra, presso il Robouchon, Ludovica è tornata a Roma proseguendo il suo viaggio con tappe preziose presso il Convivio dei fratelli Troiani, la cucina giovane e innovativa dell'Acquolina, fino ad essere accolta alla Pergola dell'Hotel Rome Cavalieri Waldorf Astoria alla corte di Heinz Beck. Per 4 anni ha appreso la cura e la sensibilità nel lavorare la pasta e i suoi ripieni, l'attenzione nella scelta delle materie prime con la sua tecnica fatta di precisione e amore, oltre al gusto e alla passione che trasmette proprio nei suoi prodotti.

E' possibile acquistare, presso Pasteria, la pasta fresca, fermarsi ad assaporare o portar via una delle sue specialità, da quelle tradizionali come la cacio e pepe e l'amatriciana, le fettuccine e le lasa-



gne, una zuppa così anche le tante ricette più ricercate dai Cavatelli con crema di broccoli siciliani ai Ravioloni con zucca mantovana. In aggiunta alle Paste, è possibile soddisfare i gusti di tutti i palati, previa ordinazione e si possono trovare sempre anche le insalate del giorno! *"La vita è una combinazione di pasta e magia"*. (Federico Fellini). Pasteria a pochi passi dal Vaticano, è proprio quella magia che ti avvolge, ripiena di esperienza, passione e cura del gusto!

Pasteria si trova in piazza dell'Unità, 6 in zona Prati (Cola di Rienzo) ed è aperta al pubblico il lunedì fino alle 17:30 e dal martedì al sabato dalle 10:30 alle 19:30. Tel 06 164169357

VIENI A TROVARCI ANCHE A PRANZO!

*Possibilità di asporto o consumazione in loco (interno e esterno)

Siamo Aperti

DAL MARTEDÌ AL SABATO DALLE 10:30 ALLE 19:00
E LA DOMENICA DALLE 10:30 ALLE 13:30
IL LUNEDÌ FINO ALLE 17:30

Ci trovi in PIAZZA DELL'UNITÀ 6 (Prati - Cola di Rienzo)

"Un vero piacere autentico"



È possibile ordinare qualsiasi tipo di Pasta, soddisfiamo i gusti di tutti i palati

📍 Piazza dell'Unità 6, 00192 Roma 📞 06 164169357 🌐 www.pasteria.org 📱 📺



RESET

SRLS

Impianti Elettrici, Elettronici, Trasmissione Dati

- Impianti Elettrici Civili e Industriali
- Impianti di Videosorveglianza
- Impianti Fotovoltaici
- Impianti Rilevazione Fumi
- Impianti di Cogenerazione
- Impianti Antintrusione
- Trasmissione Dati in Rame e Fibra
- Ristrutturazioni edili chiavi in mano



Via dei Durantini, 142, - 00157 Roma RM
Tel/fax: 06 644 69 0 56 - Mobile: 392 951 56 91
www.resetimpianti.it; rceci@resetimpianti.it

RISTORANTE **AL 58**

SANTA MARINELLA

Aperto da Marzo a Novembre.
In estate tutti i giorni a pranzo ed a cena.

Per tutta la stagione è disponibile anche il servizio take-away e glovo (5/8 bistrot).

risto58.webnode.it

SCOPRI IL MENU



Via Aurelia km 58,700
Santa Marinella
Tel: 3929513522
(prenotazioni via whatsapp)

