Lo Poggio

Numero 207 SETTEMBRE 2023

Mensile a diffusione gratuita di attualità e cultura

BMP
Elevatori su Misura

Sport e Turismo per promuovere il Territorio

© Foto Marco Ilari

nuova GALENO
Fisioterapia e Riabilitazione

Zona Fiori, 1 - Terni - Tel. 0744 421523 - 0744 401882
www.galenoriabilitazione.it
Dir. San. Dr. Michele A.Martella - Aut. Reg. Umbria DD 7348 del 12/10/2011

La Pagina

Magazine fondato da G.R. nel 2002. In suo ricordo e per onorare la sua memoria gli scrittori e gli amici che con lui hanno lavorato, cercheranno di portare avanti la sua opera.

Registrazione n. 9 del 12 novembre 2002, aggiornamento del 24 febbraio 2023, Tribunale di Terni.

DISTRIBUZIONE GRATUITA

Direttore responsabile: **Michele Rito Liposi**
Editore: **EC Comunicazione & Marketing**
Via delle Palme 9/A Terni
Grafica e impaginazione: **Provision Grafica**
Tipolitografia: **Federici** - Terni

Le collaborazioni sono, salvo diversi accordi scritti, gratuite e non retribuite. È vietata la riproduzione anche parziale dei testi.

DOVE TROVARE *La Pagina*
ACQUASPARTA SUPERCONTI V.le Marconi; **AMELIA** SUPERCONTI V. Nocicchia; **ARRONE** Marcello Frattesi, P.zza Garibaldi; **ASSISI** SUPERCONTI S. Maria degli Angeli; **CASTELDILAGO**; **NARNI** SUPERCONTI V. Flaminia Ternana; **NARNI SCALO**; **ORTE** SUPERCONTI V. De Dominicis; **ORVIETO** SUPERCONTI - Strada della Direttissima; **RIETI** SUPERCONTI La Galleria; **SPELLO** SUPERCONTI C. Comm. La Chiona; **STRONCONE** Municipio; **TERNI** Associazione La Pagina - Via De Filis; CDS Terni - **AZIENDA OSPEDALIERA - ASL - V. Tristano di Joannuccio**; BCT - Biblioteca Comunale Terni; COOP Fontana di Polo Via Gabelletta; CRDC Comune di Terni; **IPERCOOP Via Gramsci**; Libreria UBIK ALTEROCCA - C.so Tacito; Sportello del Cittadino - Via Roma; SUPERCONTI CENTRO; SUPERCONTI Centrocesure; SUPERCONTI C.so del Popolo; SUPERCONTI P.zza Dalmazia; SUPERCONTI Ferraris; SUPERCONTI Pronto - P.zza Buozzi; SUPERCONTI Pronto - V. XX Settembre; SUPERCONTI RIVO; SUPERCONTI Turati.

comunicazione &marketing

www.lapagina.info

Info: **346.5880767 - 327/4722450**
commerciale.lapagina@gmail.com

3. Di nuovo sulla BRECCIA L. Santini
5. Chirurgia Oncoplastica della mammella M. Vinciguerra
7. PIERA Salute e Bellezza
7. FARMACIA MARCELLI
8. La Via di Francesco e la Rocca Accarina S. Torlini
9. OTTICA MARI
10. CONSORZIO DI BONIFICA TEVERE NERA
11. Edilizia COLLEROLLETTA
12. 1959 - L'estate calda del jazz F. Patrizi
12. CI SENTI
13. CORSO OSS
13. VILLA SABRINA - residenza protetta
14. Quanto fa male la mammografia? L. Fioriti
14. AESTETIKA ortodonzia & ottica
15. CONVEGNO: Patologie muscolo-scheletriche
16. Azienda Ospedaliera Santa Maria di Terni
19. Grande evento a Terni per festeggiare i Nonni
20. La cultura si mangia la strategia per colazione A. Melasecche
21. Scienza e Democrazia P.L. Seri
23. ARCI
24. Informatica a 360° R. Vittori
25. Entra nel futuro con... "L'INIETTABILE IBRIDO" A. Crescenzi
25. Terapia rigenerativa, il futuro per l'artrosi V. Buompadre
26. Oggi parliamo di FOTOVOLTAICO M. Falluomini
27. LENERGIA
27. VANO GIULIANO
28. I presidi Slow Food A. Ratini
29. Lu moméntu de lu cojonòttu passa a ttutti P. Casali
29. SIPACE Group
30. Lu sdrefelaturu e altri attrezzi V. Grechi
31. BMP elevatori su misura
32. Festa dei NONNI

DI NUOVO SULLA BRECCIA

Loretta **Santini**

La Pagina, dopo l'interruzione estiva, torna a raccontare ogni mese la città e il territorio, a parlare di medicina e salute, di sport, di scienza.
Da anni, intento della rivista è promuovere la cultura, riscoprire l'identità cittadina, valorizzarne le eccellenze e le peculiarità, esplicitare il suo grande patrimonio storico culturale e, allo stesso tempo, presentare proposte, progetti, approfondire conoscenze, evidenziare problemi e cercare soluzioni.
È anche una voce di riflessione sui fenomeni e sui grandi problemi che interessano non solo la cittadinanza, ma la società in generale.
Siamo dunque di nuovo sulla breccia, combattivi e determinati più che mai a lavorare sodo, a ritrovare la forza delle idee, il coraggio delle azioni, la voglia di lottare e di mettersi in gioco.
La Pagina sarà il pungolo per gli amministratori e per i cittadini e continuerà a lavorare per la crescita di Terni ricordando le battaglie del caro Giampiero Raspetti, il creatore di questo magazine, spesso inascoltato come una *vox clamantis in deserto* perché scomodo e non incline al politically correct; ricordando i suoi progetti, la sua battaglia indefessa perché l'uomo indossi le vesti dell'*homo faber*, cioè l'uomo che si fa artefice, che è capace di costruire, di proporre, di incidere sull'ambiente che lo circonda grazie all'impegno costante e alla conoscenza.
Da parte mia dalle pagine di questo magazine io continuerò la mia sfida per far conoscere la città e il suo territorio e per questo continuerò a dire e scrivere che "Terni è bella", suscitando spesso ironia e incredulità, ma trovando, finalmente, sempre più persone consapevoli e amanti del territorio.
Continuerò a ricordare la storia del territorio, la sua unicità e la sua bellezza: un territorio che va riscoperto e amato un po' più da parte della gente che lo abita.
Per questo basterebbe ritrovare e imparare le tante eccellenze storiche, artistiche, archeologiche, urbanistiche, naturalistiche, enogastronomiche e tutti quei monumenti spesso sconosciuti anche a molti dei suoi stessi abitanti.
Basterebbe guardarlo con altri occhi ed essere più attenti e disponibili a vedere e riscoprire le sue eccellenze e le sue potenzialità, così spesso e a lungo dimenticate.
Il nostro è un territorio ricchissimo e vario, direi unico, ma buona parte della popolazione che vive qui deve ancora ritrovare l'amore per le sue tradizioni, per il suo paesaggio, per le sue acque e per la sua corona di monti e di paesini, per la sua storia antica e moderna, riappropriandosi così del suo immenso e importante patrimonio storico e culturale.
Basterebbe anche sentirsi un po' più orgogliosi della propria appartenenza, delle proprie tradizioni, della propria storia.
Noi scrittori de La Pagina perciò continueremo in questo viaggio perché siamo convinti che Terni e il suo circondario debbano ritrovare la propria identità, diventare sempre più attrattivi, ritrovando e valorizzando tutte le sue eccellenze e le sue particolarità: per fare questo e per la crescita stessa della città, è necessario aprirsi alle tante competenze e alle tante associazioni culturali che operano nel territorio in diversi ambiti.
Terni è la casa dove viviamo: dobbiamo conoscerla, lavorare -anzi lottare- per migliorarla. Questo è anche l'unico il modo per rispettarla e ripristinare quel legame affettivo che purtroppo si è spesso perso e che ci ha indotto a vederne solo i difetti (che pure vanno denunciati) senza apprezzarne la bellezza e l'unicità.

IN QUALI ACQUE GALLEGGIARE?

Sandra **Raspetti**

Se immersi in un acquitrino tenteremmo di reagire e di uscirne come meglio ci viene, arrancando con quei passi maldestri che si hanno quando si tenta di emergere.
Emergere richiama l'atto della salvezza, della sopravvivenza, dell'uscita da una situazione di pericolo o di disagio; l'acquitrino è lo sfondo che mi piace mettere sul fondale di un immaginario palcoscenico nel quale ognuno di noi si avvicenda portando sulla scena le proprie convinzioni, i dogmi inconfutabili, i giudizi lapidari, insomma tutto quel corredo di certezze incrollabili confezionate passo dopo passo da un copione scritto nel tempo e nello spazio da uomini di ingegno, ma anche da desposti senza scrupoli affetti da bramosie predatorie, da smania di potere: ideologie per ottenebrare le coscienze e promuovere conflitti.
Qui mi concedo una pausa di riflessione: *potere* come necessità, *potere* come sopraffazione, *potere* come annullamento di libertà, *potere* salvifico, *potere* distruttivo.
Come si riesce a sottomettere, ad orientare i comportamenti, ad annullare la volontà senza che il soggetto in questione si renda conto di essere stato robotizzato?
La storia ci racconta la realtà cruda, dura, inenarrabile di poteri assurti a forme demoniache. Non voglio indugiare su quanto è stato né su quanto ancora è in tante parti del mondo, sono invece attratta dai comportamenti di contemporanei, sicuramente in buona salute mentale, che si muovono su due piani, quello della routine quotidiana lavoro/studio, casa, svago e quello dei social, un mondo famelico, esaltante ...robotizzante.
L'acquitrino continua ad essere lo sfondo per una realtà attuale, apparentemente innocua e sana, ma intessuta di estreme contraddizioni, di " verità" confezionate a tavolino, di contrapposizioni nette, non innocue. E lì nel ventre dei social tutto esplode: personalità represse che vivono il loro momento di notorietà e si affidano ad un capo, ad un idolo...con un semplicissimo like, un cuoricino, uno smile.
In un tempo non troppo lontano, nel tempo della vergogna e dell'infamia, un popolo intero venne annullato nella coscienza, infarcito di una ideologia criminale. Come è possibile che milioni di persone siano state manipolate fino a tal punto? Quale libertà di scelta, quale autonomia di pensiero?
Nessuna associazione con eventi lontani, ma una riflessione, sì. Cambia la scena, cambiano i personaggi, cambia l'obiettivo finale da perseguire, ma non cambia la bramosia del potere che esso appaia come invasione bellica o guerra commerciale
Da wikipedia: "gli **influencer** sono persone che hanno il potere di influenzare le abitudini di acquisto o le azioni di altre persone caricando una qualche forma di contenuto originale, spesso sponsorizzato, su piattaforme di social media come Instagram, YouTube, Snapchat o su altri ... "
Potere di influenzare: è la legge del marketing che avanza spietato annullando le barriere psicologiche dei followers (seguaci/ consumatori)
Ogni guerra si conduce con determinazione ed è tesa ad ottenere profitti che appaiono sempre di ordine economico: cambiano le armi, cambia il mezzo di invasione, cambia il modo di incitare all'azione e alla conquista, ma non cambia l'istinto di sfruttare, di possedere, di circuire la mente altrui per i propri benefici.
E' la legge di mercato che per mantenersi deve trovare nuove strategie pubblicitarie. Non più un manifesto con prodotto e slogan, non più tre minuti di video con una star in primo piano che consiglia, non più una pubblicità con contorni ben definiti il cui messaggio è chiaro e diretto, ma l'"intrattenimento" di un influencer che accoglie i followers in un abbraccio amicale e mostra la sua competenza, il suo talento in un settore preciso apparentemente estraneo alla vendita di un prodotto.
Tutto però è preposto ad orientare scelte che aprono a stili di vita di successo.
Il meccanismo consente enormi operazioni di marketing proprio perché offusca il pensiero critico e abbassa la barriera psicologica del consumatore.
Il regno dei media appare allora uno straordinario mondo fatto di lustrini e paillettes, frutto di un ingegno umano che non ha limiti, ma anche preda di quella massa di individui che sfoga l'oscura materia, annidata nel loro inconscio, attraverso i social.
E l'acquitrino si popola di hakers, cracker (pirata informatico), con una sempre possibilità di emergere, però, per tuffarsi in quel mare cristallino e trasparente nel quale l'umanità intera ogni giorno galleggia.

da Donna a Donna

Chirurgia Oncoplastica della mammella: equilibrio tra cura e bellezza

La chirurgia oncoplastica, un approccio integrato alla chirurgia dei tumori della mammella ma anche delle patologie benigne (B2) e con atipie, ipercellularita' ... (B3); rappresenta una evoluzione cruciale nell'approccio terapeutico.
Questa metodologia permette ampia asportazione di ghiandola mammaria, riducendo i casi di reintervento per ampliamento dei margini , preservando oltre la forma della ghiandola residua anche l'estetica ma soprattutto il benessere psicologico della paziente.
Nel contesto tumorale, la chirurgia oncoplastica si concentra sulla rimozione accurata e radicale del tumore mammario. Grazie all'ausilio, ove indicato, della chirurgia radioguidata per una localizzazione ed asportazione più precise con risparmio "in sicurezza" di ghiandola mammaria.
L'obiettivo è duplice: eradicare il tumore e preservare la forma del seno. Attraverso l'uso di tecniche chirurgiche avanzate e personalizzate, il chirurgo escide il tumore in modo preciso, anche grazie alla chirurgia radioguidata, minimizzando il danno estetico e massimizzando i margini di sicurezza. Ciò si traduce in una maggiore probabilità di successo a lungo termine nel trattamento del cancro al seno.
Ma la chirurgia oncoplastica va oltre il cancro. Nel trattamento di patologie benigne (B2) ove indicato o con atipie (B3), nei casi post operatori di deformità, asimmetrie in esiti di terapie, l'approccio oncoplastico si dimostra altrettanto prezioso. Questi interventi non solo contribuiscono al benessere fisico, ma anche a quello psicologico della paziente.
L'approccio oncoplastico si basa su un profondo impegno nell'analisi delle caratteristiche individuali di ogni paziente. Il chirurgo considera fattori come le dimensioni e la posizione del tumore, la forma del

seno e le preferenze della paziente. Questo permette di pianificare un intervento su misura che miri a massimizzare i risultati clinici ma anche estetici.
In definitiva, la chirurgia oncoplastica tumorale e non tumorale rappresenta una tappa evolutiva fondamentale nella cura delle patologie mammarie e negli esiti post operatori e post trattamento. Questo approccio integrato unisce la precisione oncologica con l'attenzione all'aspetto estetico e psicologico, offrendo alle pazienti una prospettiva più completa e positiva nel loro percorso di cura. La chirurgia oncoplastica non è solo un intervento chirurgico, ma una dimostrazione tangibile dell'impegno a migliorare la vita delle donne affrontando le sfide mediche con empatia e competenza.
Questi interventi sono effettuati in regime di assistenza sanitaria pubblica ma si possono pianificare anche in strutture private.
Per info e appuntamenti contattare la Dott.ssa Vinciguerra ai recapiti sotto indicati.

Dott.ssa
Marina Vinciguerra
Senologia - Chirurgia Oncoplastica della Mammella - Ecografia Senologica
Per informazioni ed appuntamenti
Viale Cesare Battisti 45 - Scala A - Terni | +39 **338 4083298** | +39 **328 5478756**
marina.vinciguerratr@gmail.com | **www.senologiachirurgica.it**

MioDottore
App per appuntamento

LA MAGIA DELL'OUTDOOR IN VALNERINA

SPORT E TURISMO PER PROMUOVERE IL TERRITORIO

Stefano **Lupi**

Lo sport *outdoor* inizia a diffondersi in Italia negli anni '80/90, passando da pochi e selezionati gruppi di appassionati, ad un più ampio numero di praticanti. Non solo quindi esperti e temerari sportivi, ma tante persone che vivono l'*outdoor* con spirito ricreativo e vero divertimento. Oltre l'avventura quindi, una ricerca di strutture e servizi di qualità, volendo coniugare sport e turismo, in un contesto piacevole ed accogliente. Con questa visione il "dopo sport" ha un grande valore, diventando un importante moltiplicatore di esperienze. Per fidelizzare i praticanti non è sufficiente promuovere gli aspetti naturalistici dei luoghi, ma diventa indispensabile offrire un contesto territoriale ricco di opportunità, integrato da altri elementi: l'enogastronomia, la cultura, a volte anche la spiritualità. Il "turismo sportivo" diventa quindi un poderoso traino economico, caratterizzando un segmento di mercato dalle caratteristiche uniche ed appetibili. Cerchiamo di capire quanto vale a livello europeo il turismo dello sport *outdoor*, consapevoli che possiamo fare delle stime approssimative, visto che parliamo di sport difficili da quantificare, svolgendosi fuori da stadi e da terreni a pagamento. L'unico dato certificato è il valore complessivo delle vendite dell'attrezzatura ed abbigliamento specializzato. Mettendo questo dato in relazione con la stima dei praticanti dei singoli Paesi europei, valutiamo in circa 80/100 milioni i praticanti di sport *outdoor* in Europa, così ripartiti: 25 milioni in Germania; 15 milioni in Francia; 6 milioni in Italia; 6 milioni in Svizzera; 6 milioni in Austria e così via, numeri importanti per un settore in continua crescita. Diventano prioritari pertanto alcuni elementi: una elevata formazione degli operatori, la messa a sistema degli eventi sportivi, alloggi e servizi dedicati al target, infrastrutture, la creazione di *brand* unitari sport *friendly*. La Valnerina Ternana, che si estende da Terni a Ferentillo, è la sede naturale per gli sport outdoor. Un'area suggestiva e spettacolare, morbida ed aspra come le montagne che la sovrastano,

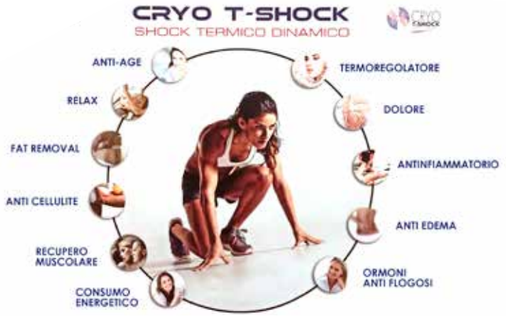
caratterizzata dall'armonia del fiume Nera, considerata un "paradiso" per gli appassionati, una vera e propria "palestra a cielo aperto". Siamo immersi nel "Parco Fluviale del Nera", un ambiente naturale rimasto pressoché intatto, dominato dal verde dei boschi. Visto che l'acqua è la "regina" indiscussa del Parco, gli sport acquatici sono quelli maggiormente diffusi e praticati: il più famoso è sicuramente il rafting. Gli itinerari da scegliere sono numerosi, da quelli più "adrenalinici" proprio sotto la Cascata delle Marmore, dove il corso del fiume è più spumeggiante, a quelli più tranquilli e adatti anche ai bambini (rafting – soft), nel tratto di cinque chilometri tra Ferentillo ed Arrone. Abbiamo poi: il tubing, altro modo divertente di scendere il tratto soft del fiume, usando un "ciambellone" di gomma, l'hydrospeed, una sorta di bob fluviale, il canyoning – torrrentismo, ovvero la discesa tra cascate, scivoli e piscine naturali da superare con salti, corde e qualche nuotata; canoa kayak sfidando le rapide del fiume Nera secondo il grado di difficoltà. La Valnerina offre uno spettacolo davvero suggestivo tra sport, colori e profumi. I numerosi visitatori testimoniano quanta professionalità e competenza anima i nostri borghi Umbri, mete sempre più interessate da flussi turistici importanti.

ALLFOOD S.p.A.
La buona ristorazione

PIERA
LIPOSUZIONE SENZA BISTURI
Da Piera Salute & Bellezza è oggi possibile grazie a
CRYO T-SHOCK

Un innovativo dispositivo medico in grado in pochi minuti di generare uno shock termico (caldo-freddo) controllato, localizzato e completamente indolore, che stimola il drenaggio dei liquidi e accelera i processi metabolici cellulari distruggendo le cellule adipose.
A seconda della zona trattata l'effetto prodotto -visibile già dopo le prime due sedute- sarà quello di ridurre le adiposità localizzate, con un risultato di rimodellamento paragonabile a quello di una liposuzione, in questo caso non chirurgica.
Se applicato sul viso, andrà ad incrementare la produzione di collagene ed elastina con un immediato effetto anti-age.
Numerosi sono dunque i benefici che derivano dall'alternanza di freddo e caldo in maniera ripetuta tra i quali: maggiore ossigenazione tra i tessuti, migliori scambi di sostanze nutritive, riduzione di gonfiori, rimozione del grasso, anti-cellulite e anti-aging.
Il trattamento è veloce, non invasivo, senza effetti collaterali, distende la pelle del corpo, ne migliora la texture e l'elasticità, aiuta il sistema linfatico, per un benessere totale e una risposta efficace all'invecchiamento e al cedimento dei tessuti.

Infine Cryo t-shock proprio grazie alla sua componente criogenica e termogenica è usato come trattamento terapeutico per il rilassamento muscolare, per la riduzione del dolore, e come antinfiammatorio.



Via Ippocrate 20, 05100 TERNI (TR) - Tel. 0744 276995 ● www.pierasalutebellezza.it ● info@pierasalutebellezza.it

www.farmaciamarcelli.it
FARMACIA MARCELLI
seguici su
dal Lunedì al Sabato 8-13/16-20

ELETTROCARDIOGRAMMA
CON POSSIBILITÀ DI RISPOSTA IMMEDIATA

TAMPONE COVID - 19 e STREPTOCOCCO
TUTTI I GIORNI E CON RISPOSTA IMMEDIATA

HOLTER PRESSORIO e CARDIACO

SERVIZI INFERMIERISTICI
MEDICAZIONI, INIEZIONI, RIMOZIONE PUNTI SUTURA

ANALISI
TSH, PSA, Beta-HCG, INR, PROFILO LIPIDICO (trigliceridi - LDL - HDL), GLICEMIA, EMOGLOBINA GLICATA

... e molto altro!

0744 - 408121 info@farmaciamarcelli.it Viale Curio Dentato 94 - Terni

LA VIA DI FRANCESCO E LA ROCCA ACCARINA DI FRATE ILLUMINATO D'ARCE

Sebastiano **Torlini**

Quando venne creata **la Via di Francesco** (all'inizio denominata erroneamente Via Francigena di San Francesco), molti studiosi si interrogarono su come si potesse far passare questa "Via" in Valnerina visto che non esistevano documenti riguardo il passaggio del Santo in questa zona.

Francesco infatti preferiva l'utilizzo di altre vie per andare **da Assisi a Rieti** e di solito cercava di evitare quest'area così aspra, selvaggia e pericolosa in alcuni periodi dell'anno. Ma questo interrogativo è stato recentemente risolto grazie alle ultime ricerche e agli studi francescani riguardo il territorio del fiume Nera. E proprio grazie a questi recenti studi è stata riscoperta l'importanza di **Rocca Accarina**, la Rocca di Frate Illuminato d'Arce.

Compresa nel territorio del Ducato longobardo di Spoleto, Rocca Accarina si trovava esattamente di fronte al castello di Collestatte, sul versante sinistro del fiume Nera ad un'altitudine di 300 m.s.l.m. La sua posizione strategica, che la porta ad essere in collegamento visivo con la Rocca di Sant'Angelo, antico ***Sculca* longobardo**, fa presupporre una sua prima edificazione intorno alla fine dell'VIII secolo in concomitanza con la realizzazione dell'ampio sistema di torri di avvistamento erette a difesa del Ducato spoletino e dell'abbazia di San Pietro in Valle.

Distrutta (forse) dopo il passaggio dei Saraceni nel IX sec. e dopo la sua ricostruzione passata sotto il dominio degli Arroni intorno al XI sec., Rocca Accarina vanta una storia eccezionale rivelata solo poco tempo fa grazie a uno studio del Dott. Paolo Rossi *"P. Rossi - "locus" minoritico di Piediluco, in AA.VV., Il Santuario di S. Francesco d'Assisi in Piediluco, pp. 231-258)* che colloca presso Rocca Accarina la terra natia di Fra Illuminato d'Arce, uno dei frati prediletti di San Francesco.

Foto prese da: **www.iluoghidelsilenzio.it**

I documenti ci narrano di un **Accarino della Rocca**, amministratore di una porzione del feudo umbro degli Arroni, che insieme al fratello Ottonello era signore di Rocca Accarina, un antico castello costruito su di uno scoglio sulla riva sinistra del fiume Nera a dominio di un territorio che andava dal lago di Piediluco al fiume Nera e da Casteldilago alla Cascata delle Marmore.

San Francesco, durante una missione che lo portava a transitare **in Valnerina tra il 1208 e il 1210**, conosce Accarino il quale ne viene subito conquistato a tal punto da seguire il suo esempio, spogliarsi di tutti i suoi beni e seguirlo per sempre. Accarino cederà quindi i suoi diritti feudali al figlio Enrico e unitosi a San Francesco cambierà il suo nome in Frate Illuminato dell'Arce (ossia della Rocca).

Frate Illuminato d'Arce seguirà ovunque Francesco e tra le tante esperienze viene ricordato per due eventi in particolare. Il primo è l'incontro con il Sultano *Melek-el-Kamel* nel 1219, come ci racconta San Bonaventura «Partì dunque (Francesco), prendendo con sé un compagno, che si *chiamava Illuminato ed era davvero illuminato e virtuoso..*» , mentre il secondo riguarda la comparsa delle Stimmate di Francesco, il quale volle rivelarle a Fra Illuminato prima di chiunque altro.

Frate Illuminato d'Arce morì ad Assisi il 5 maggio 1266 e il suo corpo venne sepolto nella chiesa del convento probabilmente vicino alla tomba di Francesco. Anche **Dante** volle ricordare la grande amicizia tra Fra Illuminato e Francesco tanto che lo descriverà nella Divina Commedia nel Canto XII del Paradiso *"Illuminato e Augustin son quici, che fuor de' primi scalzi poverelli, che nel capestro a Dio si fero amici."*

Oggi Rocca Accarina è purtroppo un rudere, completamente avvolta dalla vegetazione, ma tramite un bellissimo sentiero che parte dalla zona dei Campacci di Marmore, può essere raggiunta ed esplorata. Vista la recente riscoperta dell'importanza storica, culturale e religiosa di questo sito, oggi ricadente all'interno del territorio comunale di Terni, ci auguriamo che nel breve futuro si possa pensare ad un recupero e a un restauro della Rocca che si innesta a tutti gli effetti nella storia francescana della Valnerina e che così diventi un nuovo **punto di pellegrinaggio** per i tanti viandanti che ogni anno percorrono la Via di Francesco (che dista dalla Rocca pochi centinaia di metri).

consorzio di bonifica teverenera

BILANCIO POSITIVO DELLA STAGIONE IRRIGUA 2023

FOSSO DELLE SCHIGLIE

FOSSO DI STRONCONE

FOSSO PORCARECCIA

RIO GRANDE

RIO GRANDE

TORRENTE SERRA CONSOLIDAMENTO

Il Consorzio di bonifica Tevere Nera traccia un primissimo bilancio positivo della stagione irrigua 2023 e continua ad essere impegnato quotidianamente nelle manutenzioni ordinarie dei corsi d'acqua in tutta la Provincia. Le ingenti piogge di giugno hanno tardato l'arrivo dell'estate e non hanno creato alcun problema di approvvigionamento idrico e di stoccaggio dell'acqua. Fino ad oggi, l'Ente è stato impegnato in attività di routine: riparazione di tubazioni e manutenzioni ordinarie.

Può contare inoltre su progetti finanziati con fondi regionali e statali, per mettere mano e sostituire vecchie condotte, ormai obsolete. I tre invasi nel Comune di San Gemini hanno lavorato a pieno regime e presto saranno rinnovate anche le vasche "A" e "B", che consentiranno di erogare ulteriore acqua agli impianti di irrigazione del territorio narnese-sangeminese.

"Ribadiamo che è di fondamentale importanza una strategia della prevenzione, anche alla luce di eventi estremi e intensi come quelli che ormai siamo abituati a vivere durante la stagione estiva e non solo", le parole del presidente, Massimo Manni.

Ad impegnare l'Ente quotidianamente sono state le canalette della città: all'ordine del giorno intasamenti e ostruzioni. I piccoli canali sono stati ripuliti con mezzi e personale dell'Ente, ma le sorprese non sono mancate: in via Parini è stato persino trovato un casco da motociclista che ostruiva il passaggio dell'acqua.

Sono diverse anche le attività di manutenzione ordinaria dei corsi d'acqua che il Consorzio sta effettuando in tutta la Provincia. In particolare, nel Comune di Terni si sta operando per l'ordinaria manutenzione del fosso di Stroncone, del fosso Schiglie, del fosso di Vallecaprina e del fosso Lagarello. Il fosso di Stroncone è inoltre protagonista di una specifica sistemazione idraulica, che prevede l'innalzamento di un argine, la realizzazione di una sponda, il ripristino di un vecchio muro esistente e la costruzione di un altro, del tutto nuovo.

Un consolidamento strutturale sta interessando il torrente Serra, sempre nel Comune di Terni. Sono invece appena terminati i lavori sui fossi di Valenza, Rivo, Calcinare, Toano e Corro. L'Ente è in attesa di autorizzazioni per intervenire sui fossi Gabelletta, Cesi e su molti altri corsi d'acqua in Valnerina.

Sul torrente Rio Grande (nel tratto tra i comuni di Montecastrilli e Guardea), sul fosso Porcareccia (nel Comune di Avigliano Umbro), sul fosso Sambuco dell'Arena (Comune di Montecastrilli e Avigliano Umbro) e sul fosso San Cristoforo (Comune di Amelia), il Consorzio è impegnato nella pulizia dei corsi d'acqua, nel rinforzare le sponde con scogliere e nel togliere vegetazione e detriti dall'alveo. Il Consorzio di bonifica Tevere Nera effettua interventi puntuali di rimozione delle alberature sui corsi d'acqua, anche fuori dal comprensorio di sua competenza. Per la direttrice, Carla Pagliari: *"In merito ai lavori di manutenzione, l'Ente concentra molte energie per la sicurezza, la praticabilità e la bellezza dei territori"*.

COLLEROLLETTA EDILIZIA

CAP Centro Assistenza Professionale | san marco SISTEMI VERNICIANTI PER L'EDILIZIA

Affianchiamo al Nostro Successo Edilizio l'Eccellenza della TERMOIDRAULICA!

SPECIALISTI IN:

CERAMICHE, PAVIMENTI E RIVESTIMANTI

BAGNO E ARREDI

PORTE E INFISSI

RISCALADAMENTO E COTTURA

CUCINE

La nostra Professionalità al tuo Servizio

Edilizia Collerolletta *di Alcini Sandro* TERNI - Via dei Gonzaga 8-34 Tel. **0744 300211**
www.**ediliziacollerolletta**.it

Francesco
Patrizi

1959 - L'ESTATE CALDA DEL JAZZ

Nel 1959 il trombettista Miles Davis era stato eletto, per la seconda volta, musicista dell'anno, si esibiva nei locali più di tendenza di New York, in molti dei quali erano ammessi solo i bianchi, mentre i musicisti di colore dovevano entrare dalla porta sul retro.
Una calda serata di agosto, durante una pausa del concerto, Miles accompagnò una ragazza all'ingresso del Birdland, chiamò un taxi, le pagò la corsa e si accese una sigaretta. Alle sue spalle, un agente di pattuglia gli intimò "qui davanti non ci puoi stare, smamma!". Miles Davis indicò l'insegna del locale, "lo vedi quel nome in alto? C'è scritto Miles Davis! E sono io!". L'agente rispose "non mi interessa, qui non ci puoi stare" e strinse il pugno, al che Miles, che prendeva lezioni di pugilato, si abbassò e sferrò per primo il colpo. Arrivò una pattuglia, venne brutalmente picchiato e condotto in cella. Ne uscì pagando la cauzione, ottenne le scuse del 54° Distretto di Polizia di New York, ma la sua foto, scortato dagli agenti, con il sangue che gli colava dalla testa, finì in prima pagina su tutti i giornali.
Quando era nella centrale, Davis aveva notato un volantino alla parete che promuoveva un viaggio premio in Germania per i migliori agenti dei Distretto. Il ricordo di Hitler era recente e il paese era ancora un cumulo di macerie, qual era l'attrattiva di questo viaggio? Miles Davis dedusse che, per un agente razzista, addestrato a picchiare i neri, la Germania nazista era un modello e quel viaggio era una specie di pellegrinaggio. L'intuizione del jazzista è stata confermata da recenti ricerche storiografiche: il razzismo americano aveva le sue basi scientifiche, un'organizzazione (prima pubblica, poi segreta) e un piano operativo per tenere i neri in uno stato di continua soggezione ed emarginazione, i teorici americani (molti di origine tedesca) della superiorità della razza bianca ispirarono il regime nazista, il giovane Hitler leggeva i loro testi e studiava come veniva attuato il controllo delle "razze inferiori" negli USA.
Pochi giorni dopo, il pianista Thelonious Monk, in un pomeriggio afoso, era entrato in un motel "per bianchi" per chiedere un bicchiere d'acqua, la padrona, nel vedere quest'omone nero di quasi due metri vestito in modo stravagante, si era spaventata e si era rinchiusa in cucina urlando. Poco dopo Monk veniva strascinato fuori dalla sua Benthley e preso a manganellate sulle mani. Inutilmente la moglie aveva implorato gli agenti di non colpirlo perché doveva esibirsi la sera stessa. Così il più famoso pianista americano dovette annullare un concerto che aveva fatto il tutto esaurito in un locale per soli bianchi. All'epoca dei fatti Miles Davis e Thelonious Monk erano due star internazionali, trascorsero entrambi un'estate che non avrebbero mai dimenticato: venerati in Europa e picchiati a casa loro.

Sei ritornato dalle vacanze estive...?
Sentiti con Ci Senti
un controllo dell' udito che fa la differenza...!

TERNI - Corso Vecchio 280, +39 0744 36.42.98
NARNI SCALO (TR) - Via Tuderte 247, +39 0744 36.42.98
RIETI - c/o Polispecialistica, +39 0744 36.42.98
SPOLETO - P.zza d'Armi, +39 0744 36.42.98
BORGHETTO di Civita Castellana (VT), +39 0744 36.42.98
VARESE - Via Robbioni 4, +39 0332 157.64.77
MILANO - Via Trivulzio 16, +39 02 407.19.81
LUGANO - Via G. Bagutti 2B, +41 (0)91 961.65.65
info@cisenti.it | **www.cisenti.it**

CORSO OSS
operatore socio sanitario

INIZIO CORSO A TERNI
SETTEMBRE 2023

- Corso riconosciuto dalla Regione
- Qualifica valida per i CONCORSI PUBBLICI di tutta Italia

ISCRIZIONE AL PREZZO
PIÙ BASSO DI TUTTI

Per informazioni o iscrizione al Corso contattateci
349 776 4984 **340 371 5432**

villa sabrina
residenza protetta

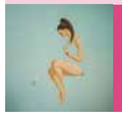
RESIDENZA PROTETTA
SPECIALIZZATA
NELL'ASSISTENZA
DI PERSONE AFFETTE
DA MALATTIA
DI ALZHEIMER E ALTRE
FORME DI DEMENZA

OTRICOLI (Terni) Str. Pareti 34/36 | Tel. **0744.709073** | t.sabrina@libero.it
www.villasabrina.eu

QUANTO FA MALE LA MAMMOGRAFIA?

La mammografia fa male?
La mammografia è una procedura semplice e non dolorosa, dalla durata media di pochi minuti. Solo in casi di ipersensibilità la procedura può provocare un leggero fastidio, dato dalla compressione, ma l'esame è generalmente veloce e indolore.
Il timore di provare dolore porta molte donne a rinunciare alla mammografia. Questo non solo aumenta il rischio di diagnosi tardive e di refertare tumori in stadi più avanzati, ma può anche avere un effetto negativo sul numero di pazienti afferenti al centro e sulla loro valutazione dell'esame.
Il sistema di compressione della mammella SmartCurve™ del mammografo Hologic 3Dimensions, utilizzato nello studio Anteo, è stato studiato proprio per superare questo ostacolo,migliorando il comfort delle pazienti nel 93 per cento dei casi che hanno segnalato disagio con i compressori standard.

Fanno male le radiazioni utilizzate per la mammografia ?
Le radiazioni ionizzanti non sono pericolose, specialmente con l'avvento delle tecnologie digitali, che hanno diminuito la quantità di raggi X rilasciata rispetto alla tecnica tradizionale.
Va sottolineato che l'effetto cancerogeno delle radiazioni ionizzanti è direttamente legato non solo alla dose cumulativa, ma anche all'età in cui ci si espone: l'effetto è massimo prima dei 20 anni, diminuisce progressivamente tra i 20 ed i 40, per poi diventare quasi trascurabile; si può quindi sostenere con certezza che la mammografia non è pericolosa.
È un esame che possono fare tutti o ha controindicazioni?
La mammografia è un esame che non ha particolari controindicazioni. Nelle donne sotto i 40-45 anni di età, a causa della densità della ghiandola mammaria, questa indagine può risultare poco leggibile; pertanto nelle donne più giovani viene consigliata l'ecografia.
Al contrario, non c'è un limite di età per la mammografia; il controllo mammografico è consigliato anche oltre i 70 anni se lo stato di salute della donna lo permette. L'unica controindicazione è lo stato di gravidanza.
L'esame comporta dei rischi a lungo termine?
Come per ogni altra indagine radiografica, l'esame espone a una piccola quantità di raggi X, giustificata dalla necessità di accertare o escludere un tumore al seno in situazioni sospette. Per questo l'intervallo di età e la periodicità con cui viene effettuato lo screening mammografico in donne senza segni o sintomi sono stabiliti in modo che i benefici associati alla possibile diagnosi precoce a livello di popolazione siano superiori ai possibili rischi legati alle radiazioni, o agli effetti indesiderati del trattamento di tumori poco aggressivi che non avrebbero influito sulla qualità o l'aspettativa di vita (sovra-diagnosi).



studio ANTEO srl
Terni / via L. Radice, 19
tel. 0744.300789 / cell. 347.9520747
www.lorellafioriti.com

Direttore Sanitario
Dott.ssa **Lorella Fioriti**
Specialista in Radiodiagnostica, Ecografia, Mammografia e Tomosintesi Mammaria

admetec flamingo
LA TELECAMERA FULL HD CON LUCE INTEGRATA.
IN TRASMISSIONE, INGRANDIMENTO 1:4

Vedere con chiarezza in bocca è difficile, ma ancora più difficile è mostrare agli altri quello che stai vedendo.

admetec ergo
UN NUOVO PUNTO DI VISTA
ERGONOMIA, QUALITÀ DELLE LENTI, LEGGEREZZA

aestetika ORTODONZIA & OTTICA
Tel: 39 0744 30 23 33 | E-mail: info@aestetika.it | Sito web: www.aestetika.it

PROVIDER Vivavoce

SEGRETERIA ec...

EVENTO ECM
n. 3599-394948
n° 6 crediti per
100 partecipanti

CON IL PATROCINIO DI
Comune di Terni · Ordine dei Medici Chirurghi e degli Odontoiatri della Provincia di Terni · USLUmbria2 · Azienda Ospedaliera Santa Maria Terni

EVOLUZIONI TECNOLOGICHE NELLA GESTIONE DELLE PATOLOGIE MUSCOLO-SCHELETRICHE:
Dalla diagnosi al trattamento
Stato dell'arte e prospettive future

RESPONSABILE SCIENTIFICO:
Dr. Giuseppe Rusignuolo
Dirigente Medico presso la S.C.
di Radiologia dell'A.O. "Santa Maria" Terni

07 OTTOBRE 2023

Centro Congressi Hotel Michelangelo
Viale della Stazione, 63 - Terni

PER ISCRIZIONI:
segreteriaconvegniec@gmail.com
Tel. 346 588 0767 - 329 225 9422

PROGRAMMA

8.00	Registrazione dei partecipanti
8.30	Saluto delle autorità e apertura dei lavori
8.45	***I Sessione: Diagnostica per immagini nelle problematiche muscolo-tendinee*** Moderatore Dr. Giuseppe Rusignuolo (Terni)
9.00	"Ecografia ed elastosonografia" **Dr. Giuseppe Monetti** (Bologna)
9.30	"TAC CBCT, la risonanza magnetica in ambito MSK" **Dr. Giuseppe Rusignuolo** (Terni)
10.00	Coffee break
10.30	***II Sessione: Tecniche infiltrative*** Moderatore Dr. Giuseppe Rusignuolo (Terni)
10.45	"Terapia infiltrativa TAC guidata" **Dr. Giorgio Tazza** (Terni)
11.15	"Tecniche infiltrative eco guidate" **Dr. Marco Fogli** (Ferrara)
11.45	"Approccio multidisciplinare alle patologie muscolo- scheletriche: il ruolo dell'ortopedico" **Dr. Valerio Pace** (Terni)
12.15	***Dimostrazioni pratiche*** ***Parte ecografica*** **Dr. Giuseppe Monetti e Dr. Giuseppe Rusignuolo** ***Parte tecniche infiltrative*** **Dr. Marco Fogli**
12.45	***Casi clinici*** **Dr. Marco Fogli, Dr. Giuseppe Monetti, Dr. Valerio Pace, Dr. Giuseppe Rusignuolo, Dr. Giorgio Tazza**
13.40	Compilazione questionario ECM
14.00	Chiusura dei lavori

CON IL CONTRIBUTO NON CONDIZIONANTE DI:
STUDIO DI RADIOLOGIA 3D BRACONI TERNI
BIO IMAGING MEDICAL DEVICES SAMSUNG

AZIENDA OSPEDALIERA SANTA MARIA TERNI

CHIRURGIA DELLA MANO...
UNA STORIA CHE CONTINUA

Dott. Luca Braghiroli

Dott. Lorenzo Bocchino

Dott. Giuseppe Mosillo

Dott.ssa Elisabetta Frassinella

Quando una lesione o una malattia colpiscono la mano o il polso, lo stretto e delicato rapporto che unisce tutti gli elementi che li compongono (stiamo parlando di un insieme armonico di ossa, legamenti, muscoli, tendini, nervi e vasi sanguigni) viene pregiudicato, compromettendone la raffinata funzionalità.
Proprio per rispondere all'esigenza di trattare al meglio e nella maniera più appropriata la complessità del 'segmento' mano, si è sviluppata la branca superspecialistica della Chirurgia della Mano.
Si tratta di una disciplina in continua evoluzione, che fonde esperienze di chirurgia ortopedica con i concetti della chirurgia plastica, ricostruttiva e soprattutto delle tecniche *Microchirurgiche*.
Le innovazioni tecnologiche e le continue ricerche in questo campo, hanno permesso di realizzare nuove metodiche e nuovi device per affrontare in maniera sempre più attuale le numerose patologie che afferiscono al polso e alla mano.
La storia della Chirurgia Della Mano a Terni ha origini lontane, infatti l'avvio del Reparto al "Santa Maria" risale al novembre del 2005 e allora rappresentava la continuazione e l'evoluzione dell'attività iniziata oltre 20 anni prima presso la Clinica Ortopedica di Perugia, dal Professor Maurizio Altissimi e dal Dr. Antonio Azzarà.
Dopo quasi 18 anni di attività, la Struttura Complessa di Chirurgia della Mano di Terni si conferma oggi come uno dei pochi Centri Nazionali accreditati SICM (Società Italiana di Chirurgia della Mano) che in tutto il territorio nazionale sono soltanto 16.
Essa non solo è centro di riferimento *regionale* per i reimpianti microchirurgici, ma rappresenta anche l'unica struttura specialistica di Chirurgia Della Mano per il centro Italia. Basti pensare che reparti assimilabili si trovano a Firenze, andando verso Nord, oppure a Napoli, in direzione Sud.
Lo scorso mese di giugno, per pensionamento, ha lasciato l'ospedale di Terni il precedente responsabile del servizio, Dott. Antonio Azzarà.
Al suo posto è subentrato il Dott. Luca Braghiroli con incarico di facente funzioni.
Lo stesso, da sempre al fianco del Prof. Altissimi prima e del Dott. Azzarà poi, potrà così garantire la continuazione della tradizione della Chirurgia della Mano e della Microchirurgia del nosocomio cittadino.
L'equipe del reparto è al momento composta dal responsabile, Dott. Braghiroli e dai colleghi, Dott. Lorenzo Bocchino, Dott. Giuseppe Mosillo e Dott.ssa Elisabetta Frassinella. E'intenzione della Direzione Aziendale investire in questo centro di eccellenza, al fine di mantenerne l'elevato standard sia in termini di quantità che di qualità erogate.
Il personale specializzato, infatti, affronta quotidianamente le patologie del polso e della mano sia in regime elettivo che di urgenza.
Tra le affezioni più frequenti di tali distretti si ricordano: le compressioni nervose periferiche (famose la Sindrome del tunnel carpale e del tunnel ulnare), l'artrosi primaria e secondaria (rizoartrosi, artrosi di polso), le tenosinoviti (fra le più note il Dequervain ed il dito a scatto),le tendinopatie (gomito del tennista e del golfista), l'artrite reumatoide e le malformazioni congenite della mano.
In merito alla gestione della patologia degenerativa artrosica ed alle lesioni legamentose è stata recentemente completata l'acquisizione della strumentazione artroscopica per il polso.
Questa strumentazione ci mette a disposizione una tecnica diagnostica ed interventistica mini invasiva che consente di eseguire valutazioni estremamente accurate di lesioni della cartilagine e dei legamenti del polso, attraverso la visualizzazione diretta delle strutture esaminate, con una accuratezza inavvicinabile dalle metodiche RMN o TAC.
In questo modo è possibile effettuare delle diagnosi precise, consentendo di scegliere in maniera altrettanto precisa il miglior percorso terapeutico.
Grandissimo spazio è poi dedicato a tutta la patologia traumatica (fratture della mano e del polso, lesioni dei nervi periferici dell'arto superiore ed inferiore).
È nell'ambito della traumatologia che rientra la sezione dedicata ai *reimpianti* e ricostruzioni di dita, mani e polsi.

Grazie alla Microchirurgia, infatti, è molte volte possibile riparare o ricostruire molteplici lesioni vascolo/nervose.
L'utilizzo del microscopio operatorio necessita di competenza altamente sofisticate, infatti si lavora con ingrandimenti di 10/12 volte rispetto all'occhio nudo: per fare un esempio, le suture si eseguono con fili di diametro medio della metà di un capello! La delicatezza richiesta al microscopio è indispensabile quando si devono manipolare strutture come vasi e fasci nervosi.
Nella pratica, ad un operaio che tempo fa aveva perso pollice ed indice, (con il primo dei due non recuperabile causa schiacciamento), queste competenze hanno reso possibile la "pollicizzazione", cioè il trasferimento dell'indice sul primo raggio, ripristinando così l'indispensabile funzione di "pinza" degli oggetti.
Una grande opportunità questa, che può offrire solo un centro Nazionale con servizio di reperibilità h. 24, 365 all'anno, come assicurato qui al Santa Maria.
La maggior parte degli interventi chirurgici d'elezione vengono eseguiti in regime di ricovero a ciclo breve (Day Surgery) per limitare al minimo indispensabile il peso legato all'ospedalizzazione.
Parallelamente a quello descritto, esiste poi un consolidato percorso di Chirurgia Ambulatoriale (cioè privo di ricovero) per le procedure di minore impegno e che vengono eseguite in anestesia locale.
L'attività della Struttura Complessa di Chirurgia della Mano e Microchirurgia si svolge tutti i giorni, compreso il sabato.
Le procedure chirurgiche eseguite ammontano ad un totale di circa 800 interventi di attività programmata all'anno, oltre a quella eseguita in emergenza/urgenza per accettazione diretta del Pronto Soccorso.
La provenienza dei pazienti operati risulta essere nel 40% dei casi della provincia di Terni, nel 33% della provincia di Perugia e per il restante 27% dalle limitrofe regioni Lazio ed Abruzzo.
Da ultimo si deve anche ricordare che, oltre a quella chirurgica esiste una considerevole attività ambulatoriale consistente in prime visite e controlli, che arriva invece a sfiorare la cifra delle 5000 prestazioni all'anno.

TERNI UN MUSEO DI ARCHITETTURA A CIELO APERTO

Elena **Cecconelli**

Un prodotto tipicamente ternano, che mette in risalto le eccellenze dell'architettura italiana, le cui opere sono ammirabili a cielo aperto nella nostra città. Si tratta del docu-film incentrato sulle figure di Mario Ridolfi e Volfango Frankl, entrambi molto attivi nel comprensorio ternano. Il prodotto uscirà prossimamente nella sale cinematografiche. L'idea dei 52 minuti narranti la storia dell'architettura ternana deriva dall'associazione Studio Ridolfi – Frankl – Malagricci e sarà realizzata da Euromedia. Sono esattamente questi tre personaggi i protagonisti della pellicola cinematografica. Tre nomi legati in modo indelebile a Terni, dove hanno lasciato profondamente il segno. Ma quali sono questi progetti? Questi "simboli" che caratterizzano Terni? Mario Ridolfi è considerato uno dei grandi maestri italiani dell'architettura moderna. A Terni ha dato una nuova vita e una nuova luce alla città, soprattutto in seguito alla seconda guerra mondiale. La prima opera che realizzò fu la Fontana dello Zodiaco, a Piazza Tacito, insieme ad un altro grande architetto, Mario Fagiolo. I due utilizzarono il porfido rosso per la pavimentazione e per il bordo della vasca, mentre per il pennone centrale usarono acciaio inossidabile. Venne inaugurata nel 1936, dopo che i due architetti vinsero un concorso nazionale, bandito dal Comune di Terni, per la progettazione di una fontana monumentale per piazza Tacito che simboleggiasse la Terni industriale e l'energia idraulica che ne era il propulsore. La scelta della piazza era conseguente alla collocazione strategica, punto di raccordo tra i più importanti assi viari: Corso Tacito, Viale della Stazione e viale Brin. Altra opera che tutt'oggi richiama grande attenzione è Largo Villa Glori. Nel redigere il piano di ricostruzione post bombardamento, Ridolfi ripensò lo spazio vuoto, creato dalle bombe, dedicandolo alla memoria delle oltre mille vittime causate dagli eventi del 1943. Nella piazza Ridolfi vide l'opportunità di creare una vista particolarmente suggestiva e proprio per questa ragione progettò da lì a poco un altro edificio: Palazzo Chitarrini, che si affaccia sullo slargo. Utilizzò, in questo contesto, i balconi triangolari per creare un legame tra la nuova e l'antica costruzione. Con altre particolarità: i piani parzialmente sfalsati o le ringhiere delle scale interne, realizzate insieme a Domenico Malagricci, maestro ferraio che collaborò con Ridolfi. In seguito, con l'aiuto di Volfango Frankl, progettò la scuola media "Leonardo Da Vinci" completando il disegno di scorcio cittadino che era stato avviato già con la progettazione di Palazzo Chitarrini, di cui richiama alcuni elementi come l'uso del cemento armato. Ma Mario Ridolfi non si interessò solamente alla città di Terni, realizzò opere architettoniche anche a Marmore. In particolare casa Lina. Il progetto prevede una stella a 10 punti, generata dalla rotazione di due pentagoni e iscritta in un cerchio. Un progetto insolito per gli edifici abitativi. Il tetto è composto a falde e sulla sommità entra la luce grazie ad una lanterna, come fosse un diamante gigante; infatti Ridolfi pensò alla casa come un "tempio familiare, uno spazio in cui accogliere il prossimo". Per la costruzione ha utilizzato la pietra sponga e il travertino, materiali che richiamano il territorio di appartenenza. In questa casa visse Ridolfi fino alla sua morte, avvenuta nel 1984. La struttura dell'abitazione rimane simbolo della volontà umana, quella appunto di Ridolfi stesso, di crearsi una casa come un rifugio. Molti studenti di architettura vengono da tutto il mondo a Terni per ammirare questi "pezzi" storici, che abbiamo la fortuna di avere proprio nel nostro territorio. Ma che spesso passano inosservati o cadono nell'oblio, abituati ad averli a due passi da noi. Sarebbe, invece, opportuno e gratificante ricordare l'origine e i passaggi salienti che hanno caratterizzato la storia di Terni. Un piccolo gioiello di architettura, arte e natura, dove i nomi di grandi artisti ancora risuonano e di cui ci sono tracce tangibili e osservabili.

Fontana dello Zodiaco a Piazza Tacito

Fontana dello Zodiaco

Palazzo Chitarrini

© Foto Marco Ilari

GRANDE EVENTO A TERNI PER FESTEGGIARE I NONNI

Un importante omaggio alle nostre radici familiari

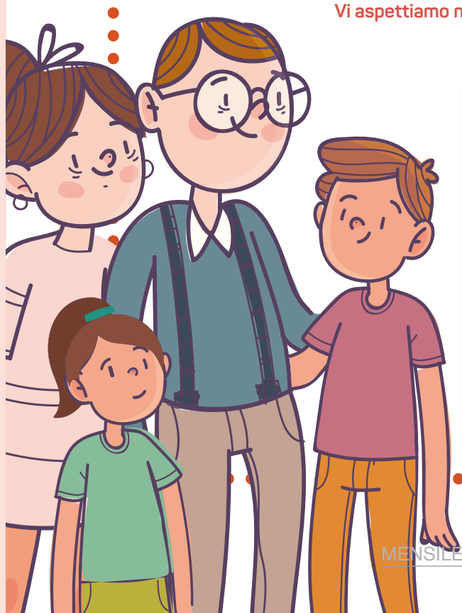
Fervono i preparativi per quello che si preannuncia come un importante e coinvolgente avvenimento: **"LA FESTA DEI NONNI"**. L'evento, ideato dall'Associazione 50ePiù Umbria, e già realizzato negli anni precedenti a Spoleto, Gubbio, Città di Castello e Todi, quest'anno sarà organizzato a Terni, **domenica 1° ottobre presso il CAOS (dalle ore 10:00 alle ore 19:00)**. Il programma prevede numerose attività culturali e ricreative, spettacoli, tornei, iniziative per grandi e piccini, offrendo sia la mattina che il pomeriggio un'esperienza coinvolgente per tutta la famiglia. Il punto focalizzante delle manifestazioni sarà costituito dallo spettacolo mattutino "UNA CANZONE PER I NONNI", in cui saranno premiate le cinque classi vincitrici dell'omonimo concorso promosso dalla 50&PIU' Umbria nel corso dell'anno scolastico 2022/2023, concorso che ha coinvolto numerose scuole delle due Provincie umbre. Saranno ascoltate le canzoni finaliste e quindi avverrà la premiazione sul palco del Teatro Secci.

Questa giornata non solo festeggerà i nonni, tutori della memoria collettiva e diffusori di valori fondamentali alle future generazioni, ma esalterà anche il concetto di famiglia, base solida del tessuto sociale della nostra società, attraverso la condivisione di storie, esperienze e tradizioni. Questi sono i valori su cui si basa l'Associazione 50&Più: operare per la rappresentanza e il riconoscimento degli over 50 come risorsa, promuovendone il ruolo sociale nel contesto di un mondo in rapido cambiamento. È Infatti nella struttura della famiglia moderna che la figura dei nonni riveste un ruolo di immenso valore nella crescita dei giovani, costituendo il tramite tra le generazioni e contribuendo alla formazione di legami affettivi indelebili.

"I nonni sono custodi e baluardo di questa nostra tanto liquida quanto incerta società... sono una presenza importante, perché la loro esperienza costituisce un tesoro prezioso, indispensabile per guardare al futuro con speranza e responsabilità. I nonni sono chiamati a sognare!" (Papa Francesco)

Per ulteriori dettagli sulla Festa dei Nonni e il programma completo dell'evento, vi invitiamo a visitare la pagina ufficiale dell'evento su Facebook @festadeinonniinumbria.

Vi aspettiamo numerosi per festeggiare insieme in questa giornata speciale.



LA CULTURA SI MANGIA LA STRATEGIA PER COLAZIONE

Alessia **Melasecche**

Nel mondo degli affari si tende spesso a dare la priorità all'elaborazione di strategie efficaci per ottenere risultati di successo, sottovalutando invece il ruolo cruciale che la cultura organizzativa svolge nel determinare il rendimento e spesso il destino di un'organizzazione. Come ha affermato Peter Drucker, uno dei più influenti guru della gestione aziendale, "la cultura si mangia la strategia per colazione". In altre parole, in assenza di una cultura aziendale sana e forte, anche la migliore delle strategie può rimanere disattesa o fallire nel raggiungere gli obiettivi desiderati.

La cultura aziendale rappresenta l'insieme di valori, norme e comportamenti condivisi dagli individui all'interno di quella stessa organizzazione. È in pratica il "tessuto connettivo" che tiene insieme le persone e determina il modo in cui si lavora, si collabora e si prendono le decisioni. Quando i valori sono condivisi all'interno di un'organizzazione, si crea coesione, si percepisce uno scopo comune e si lavora al meglio per raggiungerlo. Al contrario, una cultura disfunzionale, caratterizzata da mancanza di comunicazione e scarsità di fiducia, può minare la strategia aziendale e creare tensioni interne, scollamento e disaffezione.

Una cultura aziendale sana e solida può influenzare la strategia in diverse maniere. Innanzitutto, promuovendo fiducia, apertura e rispetto, favorisce una comunicazione efficace e un approccio collaborativo anche alla risoluzione di eventuali problemi. Inoltre, una cultura che valorizza l'innovazione e l'apprendimento continuo favorisce la flessibilità e l'adattabilità. Questo è particolarmente importante in un ambiente aziendale in rapida evoluzione, in cui le strategie devono essere frequentemente adattate ad un contesto esterno mutevole. Infine, una cultura che promuove l'equilibrio tra lavoro e vita privata può migliorare la soddisfazione e l'impegno dei propri collaboratori. Ciò si traduce in una maggiore produttività e nella capacità di mantenere in azienda i talenti e le persone di qualità nel lungo termine.

Ma non sempre la cultura aziendale in essere è quella "giusta". Quando si parla di cultura sembra però di trattare di una cosa astratta, quindi difficilmente modificabile. Certo, la cultura non è banalmente un piano, modificabile sostituendo una o più slides, ma è fatta dagli strati accumulati e dalla storia di comportamenti, azioni e relazioni, che la possono rendere un fardello sempre più ingombrante più è lunga la storia dell'azienda. Chiaramente non esiste una ricetta univoca, ciascuno deve agire coerentemente con il proprio ruolo, ma dato che la cultura organizzativa condiziona il comportamento quotidiano delle persone, si può provare a modificare poco per volta questo comportamento, partendo da cose semplici, basta che le persone vedano i vantaggi di un modo diverso di lavorare insieme. Se si riesce, passo dopo passo, rispettando i tempi di apprendimento delle persone, a modificare i piccoli comportamenti quotidiani, sarà stato fatto un passo importante. Basterà poi che questi comportamenti si diffondano. Ne deriva che la strategia aziendale deve essere in sintonia con la "giusta" cultura aziendale. Chiaramente è più difficile ancora se ci si riferisce ad organizzazioni pubbliche che, di base, operano secondo il "modello burocratico", ovvero "un sistema di norme e regolamenti precisi, da applicare in modo tendenzialmente impersonale e imparziale, attraverso procedure sistematiche" (in contrapposizione al potere basato sul carisma del capo/del gruppo o sulle tradizioni e gli usi). C'è da dire che nei rari casi in cui siano stati introdotti criteri di merito e rapporti aperti di convinta collaborazione di risultati positivi ne sono stati riscontrati.

Quindi, in generale, sebbene la strategia sia un elemento cruciale per il successo aziendale, la cultura organizzativa rappresenta un pilastro fondamentale da cui non si può prescindere. Investire nel potenziamento di quest'ultima può dare vita a un ambiente di lavoro stimolante, coeso e adatto all'innovazione, in grado di sostenere e alimentare il successo della strategia aziendale a colazione, pranzo e cena!

SCIENZA E DEMOCRAZIA

Pierluigi **Seri**

Il secolo scorso, comunque sia definito dagli storici o come "secolo breve" o "secolo della scienza e della tecnica" ecc... accanto alle grandi tragedie che lo hanno attraversato, fu caratterizzato da due grandi processi evolutivi: *la notevole crescita della conoscenza e l'espansione della democrazia*. Due fattori inseparabili e interdipendenti. Dopo la rivoluzione dell'agricoltura e quella più recente industriale, ci stiamo avviando verso una terza transizione, quella della "società della conoscenza". Infatti la democrazia non può sussistere senza conoscenza in quanto quest'ultima permette l'autodeterminazione e di conseguenza la scelta consapevole. Attualmente con lo sviluppo vertiginoso dell'informatica la trasmissione del sapere, avvenendo in modo decentrato tramite la Rete in una società sempre più complessa, diviene un diritto universale dell'uomo. Pertanto il divario tra gli individui che hanno facile accesso alle conoscenze e quelli che, per vari motivi, ne sono esclusi aumenta di conseguenza, rappresentando una vera emergenza democratica. La Convenzione di Aarhus, sottoscritta anche dall'Italia, riconosce il diritto a tutti i cittadini all'accesso alla migliore conoscenza scientifica codificata come un bene pubblico. Il grande sviluppo delle tecnologie più sofisticate come AI ci ha dato l'accesso ad un'enorme quantità di informazioni, causando parallelamente un'incompetenza diffusa prodotta dai social network e dal web. I populismi e le polarizzazioni, alimentate dalle fake news, sono fenomeni inevitabili che quotidianamente vanno combattuti. Nessuno di noi è al riparo dai condizionamenti di un'informazione guidata da meccanismi occulti. L'accesso ad una grande mole di informazioni non è di per sé garanzia di maggiore libertà e democrazia. A questo punto diviene fondamentale il ruolo della scienza che ha bisogno della democrazia. Oggi esistono più scienziati e risorse di tutti quelli del passato, eppure la democrazia ha bisogno della scienza, quando deve governare la tecnologia per contrastare i subdoli attacchi che giornalmente avvengono in rete. La scuola e l'università in tal contesto svolgono una funzione positiva e meriterebbero maggiore cura da parte delle istituzioni. Questo è l'indubbio vantaggio che la diffusione della conoscenza assume nella società e per la società. La pandemia ha rappresentato uno stress test con un bombardamento di conoscenza scientifica cha da un lato ha disorientato l'opinione pubblica, dall'altro ne ha messo in rilevo il suo procedimento. E' merso chiaramente il fatto che nessuno scienziato possiede la verità in assoluto e la ricerca arriva a conclusioni che sono il frutto del confronto delle varie posizioni e dal riscontro pratico. *Tutto ciò deve essere chiaro e trasparente alla collettività, ovvero la conoscenza deve appartenere a tutti, non appannaggio di pochi iniziati.* Tale criterio è presente nelle politiche della UE, ma ha bisogne di venire concretamente realizzato. Nel Seicento venne abbattuto il principio della segretezza, nacque così, con un intrinseco carattere democratico, la "repubblica della scienza". La conoscenza scientifica non deve rimanere chiusa in una sorta di "torre d'avorio" dell'accademia, come avveniva nel mondo antico fino alle soglie dell'età moderna, in cui le conoscenze erano riservate a pochi eletti depositari esclusivi di conoscenze tenute rigorosamente segrete, come tra i Pitagorici, per citare solo un esempio. Siamo di fronte ad una emergenza storica in cui la scienza deve assumersi la responsabilità verso un sapere controllato. *Trasparenza, comunicazione, condivisione, accessibilità e responsabilità* sono i principi fondamentali su si deve basare la scienza per far fronte alle sfide del terzo millennio.

IL TEATRO SALVA LA VITA

Samuela **Dolci**

"Nel Teatro tutto è possibile, anche il reale"
Stefano de Majo

Giampiero Raspetti era solito ripetere che la cultura opera cambiamenti radicali all'interno di una società, la stana dall'ombra del tunnel e la conduce sulla via della conoscenza. Ma cos'è in sostanza la cultura? Dal latino *colere*, ovvero coltivare; per i greci era la *paideia*, intesa come formazione dell'uomo, il suo migliorarsi e raffinarsi. Terni sta rinascendo culturalmente! Basti pensare ai tanti eventi organizzati in tutta la provincia, in location strepitose, all'aperto, in cui la musica, la danza ed il teatro hanno fatto da padroni. Ogni spettacolo genera meraviglia e stupore, coinvolge lo spettatore e lo proietta in un sempre nuovo rapporto io-mondo, in cui la passione diventa virale. Negli attori trapela la voglia di sperimentare, di inventare ed inventarsi, di generare emozioni ed è proprio l'emotività che consente loro di entrare in relazione con altri attori, ballerini, cantanti, con il pubblico. *"Il Teatro salva la Vita"* un'idea di Stefano de Majo, è nato da una collaborazione tra INAIL Italia, Tesef e Cesf Umbria, è stato rappresentato nel mese di giugno, all'interno della Biblioteca Comunale di Terni ed inserito nell'evento "Giovani in Cantiere" inerente ai temi del lavoro, organizzato dalla Provincia di Terni e il servizio Arpal Umbria. Una storia volta a sensibilizzare le persone all'osservanza delle regole sulla sicurezza, perché anche una piccola distrazione può costare la vita. Il Teatro è fonte di educazione, in cui confluiscono impegno, continuità, determinazione, metodo, studio, tanto studio. Il Teatro è da sempre una delle tante manifestazioni del pensiero, che per raggiungere una dimensione di universalità, deve essere oggettivato. Il mondo interiore dell'uomo trabocca di immagini e di simboli, produttori di cultura. E' proprio questo mondo interno l'artefice del mondo culturale, costituito anche dalle narrazioni collettive, tramandate nel corso della storia e pervenute fino a noi. Nella realtà sociale, tutto può diventare motivo di crescita. *"Edipo Re"* di Sofocle, *"Le memorie di Adriano"* di Marguerite Yourcenar, *"E io ci sto. Vita, misteri e nonsense di Rino Gaetano"*, *"Garibaldi, il sogno della libertà"*, *"The Rock Opera 1971"*, un'idea di Paolo Scappiti coordinatore e regista, scritto e interpretato da Stefano, un mix di musica, teatro, danza per ripercorrere insieme il 1971, ovvero l'anno d'oro per l'uscita di molte canzoni intramontabili: Led Zeppelin, Genesis, Pink Floyd e tanti altri. *"I Persiani"* di Eschilo, con Stefano de Majo, Mariano, Rigillo, Anna Teresa Rossini e Silvia Siravo, regia di Patrik Rossi Gastaldi, è il più antico testo teatrale della storia, che sembra essere stato scritto oggi per noi. Questa è una dimostrazione di come il teatro diventi realtà e la realtà si mostri sul palcoscenico. Quelli sopraelencati sono stati alcuni degli intrattenimenti del ricco e suggestivo programma estivo, che hanno caratterizzato l'estate ternana, in location suggestive come il sito archeologico di Carsulae.

INFORMATICA a 360°

Raffaele **Vittori**

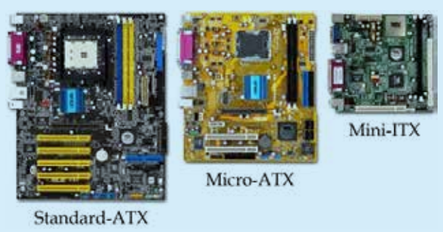
Quando il trasportatore entrando in negozio, disse che doveva consegnare dei computer, guardammo subito la bolla di accompagnamento e si trattava degli Olivetti M24. Nei dettagli, si leggeva CPU 8086, di 640 KB di RAM, di 2 unità floppy-disk da 5,25" e di Ms-Dos ver. 2.11

Al giorno d'oggi, questi valori fanno sorridere, ma negli anni '80 rappresentavano il massimo dell'espressione tecnologica alla portata di molti, tipicamente, il costo si aggirava intorno ai 6 milioni delle vecchie Lire (€ 3.098,74). Ma come è fatto un computer odierno?

I componenti a prima vista sono 3, un'unità centrale, un monitor e una tastiera/mouse. L'unità centrale è perlopiù un involucro esterno (di metallo e plastica) detto case (scatola), mentre il monitor e la tastiera/mouse, sono delle periferiche di I/O (Input/Output) cioè di interfacciamento, lo schermo fa vedere quello che si sta facendo, la tastiera ed il mouse permettono di comunicare con il computer.

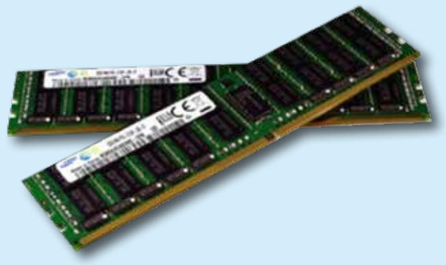
Andiamo a vedere cosa c'è dentro l'unità centrale:

La **SCHEDA MADRE** (motherboard) o scheda logica, è composta da un circuito stampato molto complesso (generalmente dai 4 ai 6 strati a sandwich di vetronite e rame), che ha lo scopo di supportare e connettere, facendo interagire fra di loro tutti i componenti interni del computer. La scheda madre è disponibile in diversi formati. A seconda delle dimensioni e non solo, esistono 3 differenti tipi di schede: ATX, micro ATX (indicate spesso con M-ATX) e Mini ITX (M-ITX). La tipologia ATX è adatta se vuoi assemblare un PC sia per l'ufficio che per il gioco.



La **CPU**[1] (acronimo di **C**entral **P**rocessing **U**nit) detto anche Processore o Microprocessore, è il cervello operativo di ogni computer (ma anche laptop, tablet, smartphone), incaricato, oltre che ad eseguire calcoli ed elaborare i dati ricevuti per fornirli a tutte le altre parti del computer anche a coordinare le attività delle altre unità di elaborazione, memoria RAM, floppy o hard disk, schede grafiche e audio ecc... La CPU è composta principalmente da una unità di controllo (Control Unit), da una unità ALU (Arithmetic Logic Unit) dedicata all›esecuzione delle operazioni logiche ed aritmetiche, dalle locazioni della memoria centrale ad accesso rapido (detti registri). È un chip di computer delle dimensioni di un piccolo box. All'interno di questo box c'è un rettangolo di silicio contenente milioni di circuiti transistorizzati[2]. Dal dispositivo sporgono dozzine di piedini metallici, ognuno dei quali trasporta segnali elettronici dentro e fuori dal chip. Il chip si collega sullo zoccolo (socket) della scheda madre del computer e comunica con memoria, dischi rigidi, schermi e altri dispositivi esterni alla CPU.

La **RAM** (acronimo di Random Access Memory), ovvero memoria ad accesso casuale, è la memoria utilizzata durante l'esecuzione di un programma ed è un tipo di memoria volatile[3]. In essa vengono conservati i dati in corso di elaborazione e le istruzioni del programma in esecuzione (perciò tutti i dati durante un'intera sessione di lavoro). Negli anni '80 la sua capacità si misurava in KB (Kylobyte) col progresso scientifico si è passati a MB (Megabyte) ed ora a GB (Gigabyte). Il computer sarà tanto più potente quanto più la RAM è capiente.



. . . CONTINUA AL PROSSIMO NUMERO

---

1 Dal punto di vista informatico, il compito di una CPU è quello di eseguire le istruzioni dei programmi, che vengono prelevati dalla memoria di massa, un hard disk per esempio, e aperti nella memoria ad accesso casuale, la RAM.

2 Come un interruttore, il transistor permette o impedisce il transito della corrente all'interno del circuito elettrico: il sistema può dunque assumere il valore binario di "0" o "1", permettendo di realizzare i circuiti elettronici digitali alla base della logica booleana.

3 E' una memoria informatica che necessita dell'alimentazione elettrica continua al fine di mantenere memorizzate le informazioni. Questo tipo di memorie sono anche note come *memorie temporanee*.

ENTRA NEL FUTURO CON...

"L'INIETTABILE IBRIDO"

Anche in MEDICINA ESTETICA è entrato il concetto di "IBRIDO" riferito ad un filler nuovo, futuristico, ricco di aspettative e con ottimi risultati. Si tratta di un ACIDO IALURONICO (HA) ed IDROSSIAPATITE DI CALCIO (CaHA) racchiusi in un unico prodotto.

Il processo di invecchiamento di un volto comunemente comporta perdita di volume, cedimento strutturale e compositivo della cute e modificazioni muscolari.

L'utilizzo di prodotti ad agente singolo, come fillers a base di acido ialuronico(HA) o biostimolanti, non riesce a fornire simultaneamente l'effetto liftante dell'HA e la stimolazione del collagene ottenuta dall' IDROSSIAPATITE DI CALCIO(CaHA).

L'iniettabile IBRIDO ha un duplice effetto e combina CaHA e HA per migliorare l'architettura cutanea fornendo un effetto liftante immediato grazie all'HA e prolungato grazie alla produzione di nuovo collagene stimolata da CaHA.

Il filler ibrido ha mostrato un buon profilo di sicurezza ed e' indicato in pazienti con invecchiamento cutaneo e in chi necessita di un ripristino di volume dei tessuti molli del volto.

Un modesto rossore e gonfiore nel sito di iniezione si attenua nel giro di 24 ore con l'impacco di ghiaccio.

Dr.ssa **Alessandra CRESCENZI**
Medico estetico
Servizi Sanitari
Via C. Battisti 36/C - Terni
Riceve su appuntamento
Tel. **338 6829412**

Benvenuti nella Terza Dimensione della Medicina Estetica col FILLER IBRIDO.

..... e tu cosa aspetti a venire a provarlo?

TERAPIA RIGENERATIVA IL FUTURO PER L'ARTROSI

Se le patologie cardiovascolari sono le più frequenti al mondo, l'artrosi guadagna comunque la medaglia d'argento in quanto a diffusione, essendo la prima tra le malattie reumatiche e causa principale di disabilità nell'anziano.

Questa patologia ha inizio colpendo la cartilagine poi coinvolgere tutti i tessuti articolari, provocando progressivamente rigidità e gonfiore.

Il trattamento dipende dalla gravità, ma fino a qualche anno fa si riteneva che l'intervento chirurgico di artroprotesi fosse la soluzione definitiva, dal momento che le terapie farmacologiche infiltrative o i semplici tutori non erano spesso sufficienti a dare un reale beneficio.

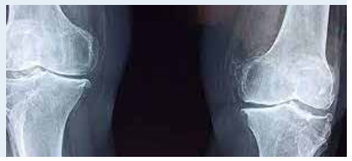
Di recente invece, la ricerca e il progresso in campo biomedico hanno sviluppato alternative meno invasive del trattamento chirurgico ma altrettanto efficaci: si tratta della cosiddetta ***Terapia Rigenerativa*** che prevede l'impiego di **'soluzioni biologiche'** preparate a partire dal sangue o dal tessuto adiposo.

- Il **PRP** (plasma ricco di piastrine) è un concentrato di piastrine che una volta iniettate, rilasciano sostanze che attivano localmente il processo di guarigione modulando l'infiammazione, la neoformazione di vasi sanguigni, la produzione di collagene, la moltiplicazione di cellule cartilaginee, ossee o tendinee. La durata dell'effetto è spesso inferiore ad un anno, ma si rivela efficace nel controllo dei sintomi soprattutto in pazienti giovani con patologia in fase non molto avanzata.
- Le ricerche sulla chirurgia rigenerativa hanno ottenuto, in ortopedia, grandi risultati rendendo l'impianto autologo di **cellule mesenchimali** prelevate dall'adipe una valida alternativa nella cura di patologie collegate all'usura cartilagine articolare. Le cellule mesenchimali sono cellule staminali adulte e indifferenziate capaci di intraprendere percorsi differenziati e mutare in cellule di vari tessuti come cellule del tessuto osseo, adiposo, cartilagineo, cardiaco e muscolare e ancora in cellule neuron-like, cellule endoteliali, epatociti, cellule pancreatiche.
- Altra metodica è il **concentrato osteomidollare** che viene preparato prelevando del sangue dal midollo osseo. Esso viene centrifugato e vengono isolate cellule staminali adulte che vengono poi impiantate nell'articolazione.

Le metodiche descritte hanno lo scopo di controllare i sintomi e possono integrarsi tra loro.

DR. VINCENZO BUOMPADRE
Specialista in Ortopedia Traumatologia e Medicina dello Sport
- **Terni** *0744.427262 int.2*
Murri Diagnostica, v. Ciaurro 6
- **Rieti** *0746.480691*
Nuova Pas, v. Magliano Sabina 25
- **Viterbo** *345.3763073*
S. Barbara via dei Buccheri
www.drvincenzobuompadre.it

Nessuna di esse ha dimostrato la capacità di far regredire la malattia nell'uomo, ma dagli studi di laboratorio l'utilizzo di MSCS è la terapia più promettente.



OGGI PARLIAMO DI
FOTOVOLTAICO

Marco
Falluomini

Questo 'oggetto', cioè la creazione di energia pulita dal Sole, chiamato spesso nei giornali, nel web o in televisione 'fonte rinnovabile' permette di creare energia elettrica destinata alla casa e\o all'impresa, al fine di diventare totalmente o parzialmente indipendente dall'utilizzo (cioè dal prelievo) di energia elettrica dalla rete nazionale, ad un certo costo che incide in maniera più o meno importante nel bilancio familiare e\o d'impresa, in quanto è ad oggi, un costo rilevante.

Prima di proseguire, voglio e devo ricordare che per 'fonte rinnovabile' si intende tutte le tipologie di 'fonte naturale' che permette di creare energia pulita, chiamata anche 'energia verde', e per il nostro caso odierno il Sole, ma anche il vento e la forza dell'acqua, pensiamo alle pale che ruotano nei cd parchi eolici, o alle dighe per l'idroelettrico.

Tornando al caso odierno, e concentrandoci nel discorso soprattutto sulle imprese, si deve sottolineare come un'impresa che produce energia pulita tramite il fotovoltaico, come detto diventa indipendente dalla rete nazionale, e questo le permette di non subire più (o molto meno) il costo non solo dell'energia consumata ma anche da tutti gli altri oneri indicati in fattura (bolletta) che incidono in maniere molto rilevante (cd oneri di sistema, quali il trasporto e la dispersione, ed altri ancora).

L'Italia nel tempo ha iniziato a far comprendere il vantaggio del fotovoltaico fin dal 2005, con i primi 'conti energia', vale a dire un sistema di agevolazioni pubbliche fortissime, che permettevano di produrre energia e di rivenderla alla rete nazionale elettrica (tramite il gestore, chiamato GSE [Gestore Servizi Elettrici]), e tali agevolazioni pubbliche erano talmente rilevanti che addirittura venivano dall'estero a realizzare gli impianti fotovoltaici in Italia. Queste agevolazioni, nel tempo sono mutate gradualmente, per circa 10-12 anni, con una riduzione (variazione negativa) graduale molto minima ma costante, finalizzata appunto a sollecitare Tizio nel realizzo di un impianto, cioè ad avere 'nell'oggi' (cioè IN QUEL momento) un'agevolazione che poi sarebbe diminuita, e il tutto, con il beneplacito del Ministero Sviluppo Economico (MISE) che aveva come ratio di fondo la necessità della diffusione della consapevolezza dell'importanza del realizzo di un impianto fotovoltaico.

Inoltre, importantissimo, tali agevolazioni pubbliche erano talmente grandi che vi erano varie leggi agevolative pubbliche (si ricorda che parliamo di imprese) che impedivano di avere altri contributi pubblici sull'impianto fotovoltaico, proprio perché esse permettevano di recuperare (ammortizzare) il costo sostenuto, mediamente in 6-8 anni, e poi il resto era tutto guadagno, cioè l'impresa non solo era totalmente autonoma della produzione e consumo di energia elettrica (cd 'autoconsumo') ma riusciva anche a rivendere la corrente elettrica al GSE, guadagnandoci sopra.

L'Italia, purtroppo da suo stile, nelle varie innovazioni (e questa del fotovoltaico era grandissima) è partita in ritardo, come detto nel 2005, mentre nel resto d'Europa era già 6-7 anni che si parlava di fotovoltaico, ma da noi c'era (e per certi versi c'è tuttora) una sorta di fortissimo dubbio, resistenza e paura sul fotovoltaico, tale per cui, come spiegato, il MISE è stato 'costretto' a fare fortissime agevolazioni su di esso, al fine di 'scardinare' tutte (o la maggior parte) delle paure e resistenze citate !

Oggi, grazie al Cielo, l'Italia si è 'messa in pari' con le altre nazioni d'Europa, ed anzi rappresenta una potenza Europea nel settore, in quanto 1) non solo ha acquisito una esperienza e competenza (expertise) nel settore fotovoltaico elevatissima, 2) non solo produce \ vende \ progetta \ installa, componenti di elevatissima qualità e campi fotovoltaici molto potenti, 3) a prezzi molto competitivi del settore fotovoltaico, ma 4) non dimentichiamo che il tutto è agevolato dalla sua natura geografica, in quanto molto lunga e sviluppata in longitudine terrestre, con un irraggiamento molto forte del Sole per circa 2\3 dell'anno (cioè il raggio del Sole che arriva diretto sulla Terra, con l'adeguata inclinazione dell'asse della Terra).

Insomma, oggi un'impresa che vuole diventare AUTONOMA dal punto di vista dell'energia elettrica, prodotta e consumata, non ha più scuse per diventarlo(!!) perché le soluzioni progettuali sono tante e tali che sicuramente la soluzione personalizzata per le proprie esigenze si può trovare, così come le coperture finanziarie, perché non esiste solo la finanza pubblica a supporto del fotovoltaico, ma le banche sempre di più, realizzano dei finanziamenti specifici proprio con questo fine.

LENERGIA
ELETTRICITÀ E GAS

www.lenergia.eu - info@lenergia.eu

RIELLO
PROFESSIONISTI DELL'ENERGIA AL TUO SERVIZIO

AGGIUNGI VALORE CON IL CONTROLLO E LA MANUTENZIONE PERIODICA

Le Caldaie RIELLO:

Massima efficienza e affidabilità grazie a tecnologie innovative.

Prestazioni elevate, attenzione all'ambiente, comfort estremo.

I modelli **START** e **RESIDENCE** offrono soluzioni avanzate per utenze domestiche di varie dimensioni.

Vano Giuliano s.r.l.

TERNI - Via C. Fornaci 16 (ZONA MARATTA) INFO: 0744.401467 Vano Giuliano s.r.l.

I PRESIDI SLOW FOOD

COSA SONO, PERCHÉ È BENE CONSUMARLI

Alberto **Ratini**

Visto che oggi ovunque si sente discutere di biodiversità e di tutela delle produzioni locali, questo mese parliamo di una delle principali attività che Slow Food svolge ormai da quasi 25 anni, ovvero quella di definire, sostenere e organizzare i suoi Presìdi, in Italia e nel mondo: dal 2000 ad oggi ne sono stati creati oltre 600 diversi in più di 70 paesi. Ma che cosa è in effetti un presidio? E' essenzialmente una comunità di soggetti e di intenti intorno ad un prodotto ed ai suoi metodi di coltura, lavorazione diffusione e promozione: il tutto facendo riferimento a precise zone geografiche e comunità che ne custodiscono i saperi che spesso col passare del tempo rischiano di andare persi.

Già dalla metà degli anni '90 Slow Food ha compreso l'urgenza di salvare la biodiversità alimentare, mappando i prodotti che rischiano l'estinzione e creare un catalogo virtuale, l'**Arca del Gusto**, che esiste ancora oggi e continua ad arricchirsi ogni giorno, raccogliendo varietà vegetali, razze animali, pani, formaggi, salumi, dolci etc. Il progetto dei presìdi passa dal lavoro di catalogazione all'azione concreta sui territori; dall'indagine sui prodotti al coinvolgimento dei produttori.

OGNI PRESIDIO RAPPRESENTA:

una comunità di produttori che si ispira
alla filosofia Slow Food
un prodotto tradizionale
un territorio
un patrimonio di cultura e saperi

I presìdi traducono la filosofia Slow Food in pratica quotidiana: seguono i principi dell'agroecologia, rispettano il suolo, l'acqua, il benessere animale, la biodiversità (da quella invisibile, della microflora, a quella culturale, dei saperi e delle tecniche), preservano i paesaggi agricoli tradizionali, riducono al minimo l'impatto ambientale delle loro produzioni, evitano l'uso di pesticidi, antibiotici, conservanti, additivi, coloranti, affiancano ai prodotti etichette dettagliate che raccontano ogni fase della produzione.

I Presìdi sono esempi virtuosi di economia locale, riconosciuti a livello internazionale dalle istituzioni, dal mondo accademico, dai media e dai consumatori.

Che cosa fa concretamente Slow Food?

- condivide con i produttori dei Presìdi linee guida per ogni filiera produttiva
- supervisiona i disciplinari di produzione e le etichette narranti
- organizza attività di formazione per migliorare la sostenibilità delle filiere
- promuove i prodotti dei Presìdi in occasione degli eventi internazionali (Terra Madre, Cheese, Slow Fish) nazionali e locali
- mette in contatto i produttori dei Presìdi con i cuochi dell'Alleanza Slow Food, con i Mercati della Terra, con realtà interessate ad acquistare i prodotti per rivenderli o per trasformarli, anche se non si occupa mai direttamente di commercializzazione.
- racconta le storie dei prodotti, dei produttori e dei territori con video, pubblicazioni, articoli, conferenze ecc.

Per l'Umbria al momento si contano dieci presidi, alcuni anche nella nostra provincia come la fava cottora dell'Amerino ed il fagiolo secondo del piano di Orvieto. Li trovate tutti a questo link con le informazioni relative Presidi Slow Food in Italia - Fondazione Slow Food mentre per alcuni di essi sul sito della Regione Umbria https://www.umbriagricoltura.it/alle-radici-del-gusto/ sono presenti dei brevi filmati esplicativi.

La sostenibilità ambientale dei Presìdi Slow Food

Come riporta la FAO, la produzione di cibo rappresenta il 30% delle emissioni globali di gas serra ed è ormai dimostrato che le emissioni generate dalle aziende agricole estensive e di piccola scala (come quelle dei Presìdi) sono molto più basse di quelle prodotte da aziende che praticano un'agricoltura intensiva. Nella maggior parte dei casi valutati le emissioni sono inferiori del 30% a quelle di analoghe produzioni convenzionali. Questo senza contare che le emissioni sono compensate dalla presenza di coperture vegetali sui terreni delle aziende stesse. La vegetazione funge da serbatoio di carbonio e, in alcuni casi, cattura più carbonio di quanto l'azienda agricola emette. Consumare presìdi quindi fa bene alla terra!

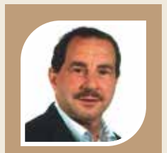
Dal canto nostro come condotta Slow Food Interamna Magna Terni oltre ad organizzare eventi dedicati ai presidi ci sforziamo sempre di utilizzarli nelle nostre iniziative mettendone in evidenza le caratteristiche e specificità come avvenuto nell'aprile scorso per la fava cottora dell'Amerino durante la serata Slow (Drink) Food.

Il tema è molto articolato e per chi volesse approfondire suggeriamo il sito della Fondazione Slow Food https://www.fondazioneslowfood.com/it/.

Per chi desiderasse associarsi o anche solo per info sulla nostra condotta e sulla sua attività ci trovate qui www.slowfoodinteramnamagnaterni.org

LU MOMÉNTU DE LU COJONÒTTU PASSA A TTUTTI

SCANSIONA IL QR_CODE PER ASCOLTARE L'ARTICOLO IN TERNANO LETTO DALL'AUTORE



Paolo **Casali**

Stéo 'n giru pe' Tterni co' mmi' moje e essa... ***io me vojo anna' a ppija' 'n caffè... tu 'ntantu va' a ppija' la macchina...*** 'n quillu mentre me sènto a ssona' e... 'n giuvinòttu, tuttu 'n ghingheri e ppiattini, co' 'n macchinone me se mette costu costu... tira ggiù lu finestrinu e... *guarda chi sse véde... che ccumbinazzione... s'aricòrda de me?...* **boh... 'stu momentu propiu no...** *ma come 'n s'aricòrda... che llaoru fa?...* **io 'nzegnào...** *e bbè me facéa scòla...* **ah... e cchi tte 'jami?...** *Parisi...* **booh?... me scordào le cose prima... figuramoce mo'!... e ddo' t'ho 'nzegnatu... a la media Bbrinne?...** *e scì no!... ... sa professo' ch'ho ffattu furtùna... mo' stò a llaora' in Sguizzera su 'na grossa frabbica de 'rologgi... lei 'n do' abbita vicinu a la scòla?...* **scì llì vvicinu...** *ma che cce sta un centru da 'lle parti?...* **scì... lu Pianéta...** *bè... sàbbitu c'èmo 'na mostra de 'rologgi propiu llì... a ppropòsitu mo' je vòjo fa' 'n regalu...* e mm'ha datu 'na scatoletta co' ddrento 'n bbèllu 'rològgiu... e ppo' m'ha dittu anchi quantu còstàa... 'n mijaru d'euri... e io... **l'accetterìa... ma è ttroppu...** e issu *guarda ch'è 'n rimasuju de magazzinu... je lu regalu...* 'n quillu momentu mi' moje ch'èra 'rriàta e lu stéa a ssindi' j'ha dittu... ***a bbarda' varda che li cojoni oramai so' mmorti de friddu...*** capìtu la 'ntifona s'arpija lu 'rològgiu e sse ne va zzagajànno. Mi moje... ***quillu me puzzàa de mùgidu... pe' ffurtùna che ss'ho rriàta io... sinnò j'éi 'rcuntàtu vita e mmiraculi de te... sì 'n bbeccafìcu!... 'nnamo a ccasa ch'è mmèjo...*** m'era presa 'na pàsima che nn'artroào mancu la strae de casa... quanno finarmente semo 'rriàti ho dittu... **e sse qquilu mo' cià siguitu?... chissà che cc'éa su la capoccia?...** e mmi' moje... ***'n te prioccupà... stavòrda sì statu più ffurbu tu... pe' ffa' 'n cintinàru de metri hai ggiràtu tutta Terni... e qquanno t'artròa!***

LU SDREFELATURU
E ALTRI ATTREZZI

Vittorio **Grechi**

Le persone che erano molto vecchie negli anni Cinquanta del secolo scorso, e risiedevano in frazioni agricole lontane dalle città e dai paesi più grandi, erano abituate a usare termini dialettali che provenivano dal greco o dal latino, trasmessi oralmente da una generazione all'altra, specie da madre a figlia e spesso da analfabeta ad analfabeta. La scuola prima, la radio e la televisione poi hanno modificato – lentamente ma inesorabilmente – la lingua italiana e i suoi dialetti, cosicché di molti termini in voga allora si è perso il ricordo e il significato. Se una ragazza dell'epoca si fosse invaghita di un ragazzo pallido ed esile, c'era sempre una vecchia parente o una vicina di casa che la invitava a rivolgere le sue attenzioni verso un altro ragazzo più robusto, dicendole: "*Ma quigliu no lu vidi che è eticu?*" [Ma quello non lo vedi che è etico?] Cioè tisico, malato. Andate a controllare sul vostro vocabolario e vi renderete conto che "etico" (dal greco *hekticos*) significa anche tisico, malato.

Ma veniamo al titolo; cosa significa, cosa rappresenta? Antonio Rossi, autore di Etimologia greco-latina di vocaboli dialettali nella zona di Latronico (Basilicata), dice per esempio che *laghinaturo* è voce dialettale per indicare il mattarello che serve per stendere la pasta. Il nome viene dal greco *laganon* che significa sfoglia di pasta, quindi *laghinaturo* indica la funzione dell'attrezzo come *sdrefelaturu, scopaturu e assettaturu*. La traduzione più vicina è "lo scortecciatore", perché *sdrefelare* voleva dire proprio scortecciare. Era una operazione necessaria a preparare i vimini per fare i canestri, e non solo i vimini. Infatti si usavano anche i giovani virgulti del maggiociondolo che si erano sviluppati l'anno successivo al taglio del bosco dove si trovava la pianta. Togliere la corteccia in modo rapido e completo, così da scoprire il legno bianco, era possibile e facile (cf. foto allegata). Bastava prendere un ramo diritto di ornello o di corniolo (*lu crugnale*), di 3-4 cm di diametro e 50 cm di lunghezza, piantarlo per terra per poi spaccarlo con una roncola (*lu runciu*) per una quindicina di centimetri nel senso della lunghezza. A questo punto bastava infilare con la mano destra un vimine nella spaccatura, stringere con la sinistra il legno spaccato col vimine dentro, tirando poi con forza il vimine in modo che la corteccia venisse strappata dalla spaccatura e cadesse a terra. Se non si era scortecciato bene, bastava ripetere l'operazione. Una volta preparato un congruo numero di vimini scortecciati e di vario spessore, si dava inizio alla fabbricazione dei canestri col manico, indispensabili in campagna per molteplici usi: per raccogliere le olive, la frutta, i prodotti dell'orto, le ghiande per il maiale, le uova e anche i funghi. Per preparare *le canestre* più grandi, adatte a portare il pranzo ai contadini nei campi, il lavoro era ovviamente molto più lungo.

Per portare dai pagliai alle stalle la paglia per rifare il letto alle vacche e il fieno per alimentarle d'inverno, si usava un grosso cesto di vimini a maglie larghe e senza manici, chiamato in dialetto *lu crinu*. Il contadino lo riempiva poi se lo caricava sulle spalle tenendolo con le mani, una a destra e l'altra a sinistra del collo, tanto non pesava molto.

Un altro attrezzo indispensabile in quei tempi era l'uncino lungo appeso alla scala di legno per cogliere le olive. Veniva fatto tagliando un lungo e sottile virgulto di corniolo avente un ramo presso la parte più spessa, che serviva per appenderlo alla scala. Le scale venivano usate quasi esclusivamente dagli uomini perché ci voleva parecchia forza per spostarle ma anche perché alle donne non era consentito mostrare le gambe al vento e agli sguardi indiscreti. Quindi le donne raccoglievano le olive cadute a terra passando più volte, in tempi diversi, sotto gli stessi olivi, mentre gli uomini le coglievano con la scala mettendole nel canestro che avevano legato a tracolla con una cinghia. L'uncino con gambo lungo serviva per abbacchiare le olive sulle punte dei rami difficili da raggiungere con le mani. In questo modo si tendeva a recuperare, buttandolo a terra, anche un solo chicco, perché la manodopera, essendo in genere tutta di famiglia, non costava niente, mentre invece l'olio era prezioso.

LU SDREFELATURU

LU RUNCIU

LA SCALA CO' L'UNCINU LUNGU

soluzioni **tecnologiche** per il trasporto **verticale**

BMP
Elevatori su Misura

Semplice unica **accessibile**
su misura per te

Venite a trovarci nel ns. Stabilimento per visionare prodotti, finiture, materiali utilizzati e per valutare insieme progetti specifici e "Su Misura" per Voi. Oppure contattateci per ricevere, senza impegno e senza alcun costo, la visita dei nostri tecnici che potranno supportarVi nella scelta della soluzione più adatta al luogo di installazione e alle Vostre esigenze.

Uffici e Produzione: STRADA DI SABBIONE N. 33 (Area Ind.le A-46) - 05100 TERNI
Tel. 0744 . 800953 – 0744 . 817384 e-mail: info@bmplift.it
Orari apertura: lun. – ven. 08.00 - 13.00 / 14.30 - 17.30
www.bmplift.it

In Collaborazione con Regione Umbria

Con il Patrocinio di Diocesi di Terni-Narni-Amelia

CONFCOMMERCIO IMPRESE PER L'ITALIA

CAMERA DI COMMERCIO DELL'UMBRIA

NONNI

FESTA DEI NONNI IN UMBRIA

TERNI - 1 OTTOBRE 2023

50&PIÙ ASSOCIAZIONE UMBRIA

Main Sponsor dell'evento

UDIRE, SENTIRE, EMOZIONARSI ACUSTICA UMBRA

Villa Rosalba 1983

In Partnership con

CENTRO ARTI OPIFICIO SIRI

caos

fat ART-CLUB

IL MELOGRANO RISTORANTE

Grazie a

ASSOCIAZIONE CULTURALE MAGNA GRECIA VIVA

AVIS Comunale Terni

MISERICORDIA di TERNI ONLUS

aido

AMATORI PODISTICA TERNI

Nuova Compagnia Teatro Citta di Terni

UniKa

GRUPPO ARCHEOLOGICO A.I.F. Terni

porto di narni approdo d'europa associazione culturale

CENTRO COREOGRAFICO DANZA

Con il Contributio di

coop Centro Italia Sezione Soci Terni