

POGGIO

Numero 211 GENNAIO 2024

Mensile a diffusione gratuita di attualità e cultura

BMP

Elevatori su Misura



IL CAMPO! L'UNICO VERO LUOGO COMUNE



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

STUDIO DI RADIOLOGIA **3D**
BRACONI
T E R N I

L' Eccellenza da 60 anni

NOVITÀ

RADIOLOGIA DOMICILIARE

VENIAMO NOI A CASA TUA



APPARECCHIO

INNOVATIVO

1° IN ITALIA



ALTISSIMA QUALITÀ D'IMMAGINI

CON MENO RADIAZIONI



REFERTI

IMMEDIATI

TERNI - VIA PACINOTTI, 8

TEL. 0744.429161

AUT N. 1922 DEL 09/03/2010 D.S. DR. GIANCARLO NUNZI

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
Centrocure; 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.



www.lapagina.info

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

CERCHI UN VECCHIO ARTICOLO:
per articoli fino al 2016
vai sul sito:
www.lapagina.info/archivio-rivista/
per quelli antecedenti
contattare la redazione

IL GIOCO DEL TELEFONO

S. Raspetti



pag. 4

È ARRIVATA LA BEFANA

L. Santini



pag. 5

DALL'ALTO E DAL BASSO

G. Porrazzini



pag. 24

IL DRAGO simbolo di Terni

E. Cecconelli



pag. 28

6. PALATERNI, sport e rigenerazione urbana S. Lupi

7. Ternana Women M. Santoro

8. Mese della prevenzione cardiovascolare Farmacia Marcelli

9. La visita Senologica M. Vinciguerra

10. La Striscia di Gaza, terra di tutti e di nessuno R. Rapaccini

11. VANO GIULIANO - RIELLO

12. Kudos, la parola che ha conquistato il business! A. Melasecche

13. PIERA Salute e Bellezza

13. CI SENTI

14. Le mammelle di Agata L. Fioriti

15. Punturine sì, ma in sicurezza! A. Crescenzi

15. La lesione del legamento crociato anteriore V. Buompadre

16. Azienda Ospedaliera Santa Maria di Terni

18. CONVEGNO - Le infezioni in Pronto Soccorso

19. VILLA SABRINA - residenza protetta

19. AESTETIKA ortodonzia & ottica

20. Informatica a 360° R. Vittori

21. La partita della pace P.L. Seri

22. Una tazza al centro del mondo F. Patrizi

23. IDROCALOR

25. Edilizia COLLEROLLETTA

25. LENERGIA

26. La strada è proprietà delle auto? C. Santulli

27. Le Cindurinàre P. Casali

27. SIPACE Group

29. Leggere fa bene alla salute S. Dolci

30. Daje co' sto pampepato 2023! A. Ratini

31. Il Cantoniere V. Grechi

32. BMP elevatori su misura

IL GIOCO DEL TELEFONO



Sandra Raspetti

Andava di moda molti anni fa quando la vita si svolgeva in strada ed il rione pullulava di bambini. Era motivo di genuina ilarità quando la parola o la frase, pronunciata sottovoce all'orecchio del primo bambino, veniva trasmessa al secondo, al terzo, al quarto fino all'ultimo che, a voce alta, scandiva la parola così come a lui era arrivata. Quel filo immaginario del telefono, rappresentato dalla lunga fila di bambini seduti l'uno accanto all'altro, era semplicemente il canale che collegava un mittente ad un destinatario, formula classica del processo comunicativo.

Parole semplici eppure durante il tragitto esse si alteravano, si deformavano fino a rendersi incomprensibili. Oggi "il gioco del telefono" è il preferito in ogni angolo del mondo, ma prediletto dagli adulti.

"Non mi sono spiegato" è più elegante che dire "non hai capito", ma il senso è lo stesso, dipende dalle parole usate, dal tono della voce, dal momento in cui ci si confronta, dall'interlocutore che si predispone ad accogliere.

La comprensione è strettamente correlata a ciò che il ricevente si attende, a ciò che ritiene più logico che gli venga detto.

Dall'interpretazione dei messaggi si giocano le sorti dell'intera umanità.

Coppie, famiglie, gruppi, popoli e più si infoltisce la lunga catena di mittente/ricevente più i concetti espressi si allontanano dal pensiero primitivo che li ha generati. Nella comunicazione ininterrotta tra umani si mischiano, in un manciata di minuti, codici linguistici acquisiti, forme pensiero opportune da esprimere sul momento,

segni estrapolati dalla cultura di cui si è in possesso. Con queste dinamiche "il gioco del telefono" trionfa e il mancato effetto comunicativo non suscita più fragorose risate dei ragazzi in fila, ma provoca scontri tra coniugi, in famiglia, in gruppi di amici, in aule di tribunale, in dibattiti amministrativi, nelle Camere del sistema parlamentare, sui più alti scranni della politica internazionale. Le parole, a fiumi, che inondano il pianeta non sono solo strumenti per esprimere delle idee, ma servono a formare categorie concettuali che funzionano da guida per orientare il nostro comportamento individuale e sociale e quando esse sono incomprese, quando esse si caricano di violenza, quando esse sono impregnate di residui di culture ataviche, allora l'equilibrio tra persone, tra popoli viene meno ed il magma sotterraneo ribolle ed esplose.

Allora è solo distruzione, che sia lungo una strada, all'alba di un giorno qualunque o dentro una casa che di sangue ne ha già visto tanto o durante un incontro notturno per recuperare un amore mai nato...allora non si gioca più e le parole non sussurrano, ma sbraitano, colpiscono a morte. Sono parole fra persone che forse non hanno mai giocato per le strade del rione a "rubabandiera", "schicchera", "pisepisello", "il gioco del telefono".

Nello spazio senza confini dell'incomunicabilità hanno imperversato da sempre gli uomini di potere, i capi di Stato che, stabilendo verità assolute, le loro verità, "lo ho ragione, tu hai torto", hanno provocato ancora e sempre morte e distruzione.

E' l'eterna lotta dell'uomo che conserva in sé l'anima di Caino e, a scadenze regolari, ne rinnova le gesta.



È arrivata la Befana



Loretta Santini

La Befana è quella vecchietta gobba, grinzosa, con il naso adunco, mento sporgente, pochi denti e capelli bianchi. È vestita di un gonnellone e un grembiule scuro e rattoppato, di un vecchio scialle, un cappellaccio a punta e un paio di ciabatte. Vola nel cielo a cavallo di una scopa e, scendendo dal camino nella notte tra il 5 e il 6 gennaio, riempie di doni le calze appese nel focolare dai bambini aggiungendo un po' di dolcetti e di carbone a seconda che siano stati buoni o cattivi.

Un tempo nella calza metteva caramelle, frutta secca, mandarini. Portava quaderni, matite e qualche biscotto. Ai maschietti più fortunati portava una macchinina di latta, un fucile col tappo di sughero, i soldatini di piombo; alle bambine una bambola, le pentoline e il carillon. A volte aggiungeva un libro delle fiabe, quelle di una volta scritte apposta per educare intimorendo con l'orco, l'uomo nero, il lupo cattivo e la strega. Altri tempi, altro tipo di educazione, altre storie.

Con il passare degli anni la calza è diventata più ricca, piena di giochi e oggetti tecnologici, subendo la spietata concorrenza di Babbo Natale. Per i bambini però la Befana non ha perso quel senso di mistero e di attesa tipico della vigilia quando i piccoli erano ansiosi di vederla arrivare e per questo non volevamo andare a dormire.

La Befana, sebbene soppiantata da Babbo Natale per la forte influenza della tradizione dei paesi anglofoni, continua ancora oggi ad essere un evento magico. In realtà da Natale alla Befana tutto il tempo è magico. Già nel Medioevo lo ritenevano tale: erano le dodici notti in cui si avverano i sogni, in cui gli animali potevano parlare (dice un proverbio: "La notte di Befana nella stalla parla l'asino, il bove e la cavalla"), i defunti tornare tra i propri cari, si realizzano prodigi e meraviglie. E la Befana è la dodicesima notte! Quella cantata da Shakespeare nell'omonima commedia. Quella piena di speranze e progetti.

QUALI SONO LE ORIGINI DELLA BEFANA?

È un'apparizione come dice la sua etimologia? Il termine viene infatti da *bifania* o *befania* a sua volta derivato dal greco "epifáneia" che significa apparizione e manifestazione del divino.

Nella tradizione cristiana l'Epifania è il giorno in cui i Re Magi giunsero sul luogo della natività di Gesù per offrire oro, incenso e mirra. È altresì l'inizio del periodo pasquale tanto che, in questo giorno, c'è l'usanza di augurarsi "buona Pasqua". A riprova di ciò ricordiamo le "pasquarelle" o "vecchierelle", canti popolari augurali di antichissima origine intonati in occasione di questa ricorrenza e presenti in molte zone grazie soprattutto all'opera di gruppi folkloristici come i Cantori della Valnerina.

In realtà la festività della Befana è una commistione di tradizioni cristiane e pagane tanto che in questa figura un po' strega e un po' maga, si sommano tradizioni, credenze, leggende, usanze riconducibili ai lontani riti propiziatori della natura, sia quelli medievali, sia quelli più antichi legati alle divinità pagane.

Infatti in epoca romana l'Epifania chiudeva le feste dedicate al dio Saturno. C'era inoltre la tradizione della ninfa Egeria che metteva i doni nella calza che il re Numa Pompilio portava nella grotta dove ella viveva, o i riti propiziatori legati a Diana, la dea della luna, che i contadini vedevano volare nel cielo insieme al corteo di ninfe per rendere fertili i campi. La tradizione popolare medievale ricorda come, dopo il solstizio d'inverno, alcune donne volassero sui campi per fecondarli (da qui l'immagine della Befana che vola a cavallo di una scopa).

La Befana è anche la rappresentazione dell'anno vecchio ormai finito e che può anche essere bruciato, tanto è vero che in molti paesi permane l'usanza di dar fuoco a un fantoccio che la rappresenta.

Per tutti noi comunque rimane e rimarrà sempre la simpatica vecchietta che porta un sorriso sul viso dei nostri bimbi.

PALATERNI

SPORT E RIGENERAZIONE URBANA



Stefano
Lupi

La necessità di rendere funzionali ed "abitabili" le nostre città ha sviluppato un nuovo modo di concepire gli spazi urbani e le infrastrutture pubbliche. Cambiando le coscienze sono mutate le priorità di intervento. I nuovi bisogni di comunità, il venir meno delle superfici edificabili, una crescente sensibilità per la sostenibilità ambientale richiedono risposte nuove da parte degli Enti Locali. Nell'ultimo decennio si è consolidata l'idea di recuperare spazi significativi del tessuto cittadino, soprattutto tra le periferie più degradate, valorizzando il concetto di rigenerazione urbana, intesa quale volano per l'occupazione e l'imprenditoria. Le Amministrazioni Pubbliche da alcuni anni, tendono ad investire in infrastrutture di natura turistico - sportiva, ritenendole importanti non solo in termini di benessere e miglioramento della qualità della vita, quanto per attivare processi virtuosi di trasformazione sociale e culturale. Dalla comunione e reciproca conciliazione di sport e rigenerazione urbana, nasce quindi una rinnovata interpretazione della gestione delle aree, utilizzando forme di partenariato tra operatori pubblici e soggetti privati. Molte e variegata le esperienze in atto, in funzione delle dimensioni degli impianti per i quali, occorre mostrare coraggio nel ripensarne la gestione. Si stanno diffondendo, ad esempio, il modello dei c.d. Community Hub, spazi fisici da riutilizzare, con al centro la forte relazione tra persone e comunità. Sono strutturati in modo da erogare servizi e diverse forme di aggregazione: programmi culturali, ristorazione etc. Se opportunamente ripensati, possono trasformarsi in importanti opportunità di crescita. La recente inaugurazione del palazzetto dello sport a Terni, rende orgogliosa una intera città, ma pone il forte accento

sulla sua utilizzazione e gestione. Per impianti di tale portata è vitale, prima ancora della costruzione, capirne le modalità di utilizzo e conduzione, visti gli enormi costi che questi comportano. Non si può correre il rischio, date le crescenti aspettative di una città affamata di sport come Terni, di avere un impianto, seppur di pregio, isolato, sottoutilizzato o peggio ancora preda di una inefficienza gestionale ed organizzativa che lo porterebbe ad un futuro e progressivo disuso. Occorre pertanto individuare un gestore che, fatte le necessarie analisi in termini di utenze, stili di vita e consumi sportivi, dia garanzia di piena fruibilità all'impianto. Il nuovo palazzetto, una grande opportunità di crescita per tutto il territorio, deve saper intrecciare: economia, sostenibilità, sport, cultura, inclusione sociale, servizi di welfare. E' questa la vera sfida, la scommessa su cui confrontarsi. Ad oggi non si ha piena visibilità di come si vuol valorizzare un impianto che, per caratteristiche tecniche e disponibilità di posti, si pone all'avanguardia. Occorrono professionisti e competenze di valore per inserire la struttura ternana in circuiti nazionali più ampi, se non addirittura internazionali. Si chiede pertanto ai costruttori e soggetti pubblici interessati, di interrogarsi su come definire la offerta gestionale, costruendo con la città e le regioni confinanti, una relazione diversa e più "personalizzata", forti della nostra favorevole centralità geografica e spiccata vocazione sportiva. La salvaguardia ed il mantenimento della economicità e sostenibilità dell'investimento, attraverso anche l'organizzazione di eventi, siano essi culturali o commerciali, sono gli unici cardini valutativi su cui poggiare il successo di questa importante e strategica infrastruttura.



TERNANA WOMEN

Cose da prima pagina...

Purché ci sia merito, penso io.

Eppure non va sempre così...Diciamo quasi mai.

Sarà colpa del pensiero comune se per "esserci" bisogna aver sbagliato qualcosa, se siamo sempre, appunto, impegnati nella disperata ricerca di un colpevole da propinare a chi compra e legge.

Perché a far rumore sarà sempre quel maledetto albero che cade e, quasi mai, la silenziosa foresta che cresce.

L'italiano, dicono, sia una lingua difficile e complessa che però riserva a chi ne usufruisce una vastissima serie di opportunità.

Se potessi scegliere, tra tutti i verbi ed i loro tempi, io ne sceglierei uno: Cambiare.

Possiamo provare, chiudendo gli occhi, con l'ausilio del Natale e di quell'atmosfera magica che gli appartiene, a pensare di potervi raccontare qualcosa di diverso;

E allora, abracadabra!

Al diavolo la retorica sui più deboli, sul bene che trionfa sempre e sulle cose che accadono perché ci hai creduto.

Qui c'è la vita di tutti i giorni, fatta di no, di si e di forse, c'è la noia mista alla quotidianità, ci sono cose che riescono, altre che invece no, settimane di pioggia che per asciugarle, però, basta un giorno di sole.

Nessuna storia strappa lacrime a meno che, a strapparvele, non sia appunto la straordinaria semplicità.

Quanti luoghi comuni può contenere un racconto ambientato in uno sport da maschi, praticato dalle donne?

Nemmeno troppi se pensiamo che l'unico luogo veramente comune sia il campo.

Ma questa è decisamente un'altra storia.

Tornando a noi, ci piacerebbe potervi avere a pranzo o cena (per rimanere in tema) in un giorno qualunque che non sia rosso sul calendario perché, come vi dicevo, questa storia è fatta di normalità, di giornate trascorse a lavorare per costruire senza disfare ciò che non ha funzionato, perché non sarebbe in linea con l'idea di riparare senza buttar via, perché non ci sarebbe tempo, denaro per farlo.

Perché questa è una storia ferma che sa di tradizione; Quella dei nostri genitori, dei nostri nonni.

È una storia che ha il sapore del pane vecchio, con cui si può sempre fare qualcosa di buono.

Ho scelto "Cambiare", un verbo all'infinito per dimostrarci che basta poco.

Perché il limite del cambiamento è nelle persone che coniugano il nostro tempo.

E allora prendete questo invito come un impegno per il nuovo anno cosicché, se vorrete, potrete fare in modo che ogni domenica non sia più soltanto un giorno rosso sul calendario ma si tinga di rossoverde sugli spalti.

P.S. Sudiamo la maglia, è questo sì, è roba da prima pagina.

La Ternana Women, protagonista attuale nella serie B Nazionale, si presenta come una delle eccellenze del campionato cadetto per risultati e ambizioni. Guidata dal Presidente Stefano Bandecchi, l'amministratore delegato Paolo Tagliavento e il direttore generale Isabella Cardone, insieme a Fabio Melillo, la squadra, al solo suo secondo anno in categoria, ha finito l'anno solare prima in classifica insieme alla Lazio. 30 punti all'attivo e miglior attacco con 42 gol.

La casa attuale della Ternana Women è lo stadio San Girolamo di Narni.



Martina
Santoro



07.01.24

CESENA - TERNANA W

14.01.24

TERNANA W - LAZIO W

21.01.24

PAVIA A - TERNANA W

28.01.24

TERNANA W - SAN MARINO A



MESE DELLA PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE

Le malattie cardiovascolari continuano a rappresentare la prima causa di morte nel mondo, eppure sono patologie di cui si conosce molto bene i fattori di rischio, quali per esempio:

SOVRAPPESO

Il sovrappeso, in particolare, rappresenta da sempre per il cuore un importante fattore di rischio, troppo spesso sottovalutato.

IPERTENSIONE

Si considera desiderabile una pressione che non supera i 130 mmHg per la sistolica e gli 80 mmHg per la diastolica. il valore della pressione varia normalmente nel corso della giornata: aumenta al mattino, con lo sforzo, le emozioni, il freddo o il dolore e diminuisce con caldo, riposo e il sonno. si parla di ipertensione quando la pressione arteriosa supera i valori di 140 su 90 mmHg.

COLESTEROLEMIA

Il colesterolo è una molecola della classe dei lipidi (o grassi) che costituisce la membrana delle nostre cellule, è prodotto per la maggior parte dal fegato e viene utilizzato nella sintesi di alcuni ormoni fondamentali ed è molto importante per la produzione di vitamina D. Un eccesso però nel sangue può essere molto

dannoso per cuore, arterie e cervello e può portare alla formazione di placche aterosclerotiche le quali restringono i vasi e ostacolano il passaggio di sangue. È per questo che bisogna fare molta attenzione anche all'alimentazione.

DIABETE

Tra i nutrienti che assumiamo con l'alimentazione sono fondamentali carboidrati o zuccheri, tra cui il glucosio è quello usato più facilmente dall'organismo per produrre energia. le persone malate di diabete non producono affatto insulina (diabete di tipo 1), ne producono poca o non sono in grado di usarla come dovrebbero (diabete di tipo 2): questo provoca un innalzamento del livello del glucosio nel sangue, cioè un aumento della glicemia. si parla di diabete quando la glicemia misurata digiuno almeno due volte a distanza di una settimana è uguale o superiore a 126 mg/DL.

FUMO

Il fumo riduce la quantità di ossigeno che arriva al cuore, aumenta la pressione sanguigna e il battito cardiaco, danneggia le arterie favorendo la vasocostrizione, lo spasmo e favorisce le malattie aterosclerotiche.

da Donna a Donna

LA VISITA SENOLOGICA

Grazie alla diagnosi precoce il 98% del tumore al Seno è curabile. La visita Senologica è uno degli strumenti per la diagnosi precoce, consiste in un esame approfondito del seno da parte di un senologo. L'esame è indicato una volta all'anno, anche in assenza di sintomatologia di allarme.

Va effettuata nei casi di sintomatologia sospetta, come:

- presenza di nodularità individuate con l'autopalpazione;
- arrossamenti o stati infiammatori della mammella;
- secrezioni spontanee da un seno, specie se con presenza di sangue;
- ispessimenti della pelle del seno;
- cambiamenti dell'aspetto o retrazioni del capezzolo e della mammella.

La visita senologica va integrata con indagini diagnostiche che vengono pianificate dallo specialista.

In corso di visita Senologica lo specialista potrà "insegnarti" l'autoesame e l'autopalpazione, aiutandoti a superare quella paura che può spingere a trascurarla.

Per l'Autoesame e
Autopalpazione,
scansiona il QR code
seguì le indicazioni del video



Dott.ssa
Marina Vinciguerra

MioDottore
App per appuntamento

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

www.farmaciamarcelli.it
FARMACIA
MARCELLI

Dal lunedì al sabato
8-13 / 16-20

MISURAZIONE DELLA PRESSIONE
ELETTROCARDIOGRAMMA
PROFILO LIPIDICO: colesterolo totale HDL LDL trigliceridi
EMOGLOBINA GLICATA E GLUCOSIO CALCOLATO
PSA
TSH
BHCG (ormone della gravidanza)
ANTICORPI COVID-19
ESAME URINE COMPLETO
ESAME FECI
SPIROMETRIA

SOLO PER IL MESE DI GENNAIO -20% SU TUTTI I SERVIZI CITATI SOPRA

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

LA STRISCIA DI GAZA, TERRA DI TUTTI E DI NESSUNO



Roberto Rapaccini

In questi giorni la Striscia di Gaza è drammaticamente al centro dell'attenzione mondiale. Per meglio comprendere i fatti attuali è necessaria una ricostruzione storica della questione. Già alcuni anni fa (2018-2019) la Striscia di Gaza fu teatro di disordini e proteste represses con violenza dall'esercito israeliano. Furono uccisi alcuni manifestanti, mentre qualche migliaio furono feriti. L'esercito israeliano allora giustificò la sua reazione affermando di aver sparato solo contro chi cercava di attraversare il confine fra la Striscia e il resto del territorio israeliano. Queste giustificazioni furono ritenute mendaci dall'Autorità Palestinese che chiese che il rappresentante della Palestina all'ONU, quelli dei Paesi della Lega Araba, quello dell'Unione Europea intraprendessero iniziative per fermare le violenze israeliane. La Striscia di Gaza è una piccola frazione di territorio della Palestina (di circa 360 kmq con una popolazione di meno di 2 milioni di abitanti di etnia araba, cioè composta soprattutto da rifugiati fuggiti dalle loro case durante la prima guerra arabo-palestinese del 1948, e dai loro discendenti). Una premessa terminologica convenzionale: il termine 'arabo' può essere usato come sinonimo di 'palestinese'; i Palestinesi, infatti, non hanno una specifica connotazione etnica, ma sono il popolo di lingua e cultura araba e di religione musulmana che vive in Palestina. Nel XIV secolo la regione di Gaza cadde sotto l'influenza dell'Impero Ottomano integrando la cosiddetta Grande Siria insieme all'attuale Siria e a buona parte del Libano. Dopo la Prima Guerra Mondiale Gaza divenne destinataria del mandato britannico insieme alla Palestina. Successivamente alla guerra arabo-israeliana del 1948, caratterizzata dallo scontro fra la componente ebraica e quella araba, la Cisgiordania e Gaza, grazie al supporto militare di alcuni Paesi arabi solidali nel tentativo di ostacolare la nascita dello Stato d'Israele, passarono sotto l'amministrazione egiziana per poi tornare ad essere territori israeliani a seguito della guerra dei sei giorni del 1967. Con il Trattato di pace del 1979 con l'Egitto, a seguito degli accordi di Camp David, gli israeliani restituirono il Sinai all'Egitto ma non i territori di Gaza, essendo cominciati nel frattempo gli insediamenti coloniali in quella zona. Dopo le intese di Oslo del '93, Israele riconobbe a Gaza il diritto di autogovernarsi: le forze militari israeliane si ritirarono, mentre il leader dell'Autorità

Palestinese Yasser Arafat stabilì a Gaza City il centro politico della regione. Seguirono negoziazioni per definire più chiaramente lo status permanente di questa area, che avrebbe dovuto seguire le sorti della West Bank (la Cisgiordania). Queste intese si interruppero nel 2000 con la Prima Intifada. Dopo la morte di Arafat e l'elezione, come presidente della Palestina, di Mahmoud Abbas, capo di Al Fatah (il movimento di liberazione palestinese), la situazione sembrava avviata verso una stabile normalizzazione; emersero prospettive di pacificazione fra le due etnie, quella araba e quella ebraica. Nel 2005 Israele decise unilateralmente l'evacuazione della popolazione israeliana dalla Striscia di Gaza. Ne mantenne tuttavia il controllo del traffico marittimo e dei confini; in proposito l'economia della Striscia da allora è fortemente condizionata dal blocco israeliano delle sue frontiere terrestri e marittime. Nel 2006 esponenti politici legati ad Hamas - il movimento di resistenza islamica, braccio operativo dei Fratelli Musulmani per contrastare Israele - vinsero le elezioni palestinesi e inviarono rappresentanti a Gaza, che poterono insediarsi nelle istituzioni governative e militari. Gaza divenne una delle principali basi operative di Hamas, anche per iniziative terroristiche. Gli equilibri instabili fra i due movimenti palestinesi Al Fatah e Hamas crearono contrasti, che sfociarono anche in scontri violenti. L'ascesa di Hamas qualche decennio prima probabilmente fu favorita anche dai servizi di sicurezza israeliani, che avevano intuito che Hamas, movimento fondamentalista sunnita, per le sue posizioni radicali prima o poi sarebbe entrato in collisione con il più laico e moderato Al Fatah, e questo avrebbe indebolito la società palestinese. Tuttavia, gli israeliani non avevano previsto che Hamas sarebbe diventata una delle più gravi minacce per Israele. Nel 2011 Hamas e Al Fatah si accordarono per unificare le sorti di Gaza a quelle di tutta la Cisgiordania. Dal 2012 fu ribadito il potere dell'Autorità Palestinese sulla Striscia e sulla West Bank. Il governo israeliano, tuttavia, ne mantenne un indiretto controllo, che si concretava in ingerenze e interferenze nell'amministrazione palestinese. Questo procurò gravi situazioni conflittuali con la comunità arabo palestinese, che probabilmente sono alla base - ma non giustificano - l'attuale drammatica deriva violenta. Com'è noto, infatti, il 7 ottobre u. s. Hamas dalla Striscia di Gaza ha intrapreso un grave attacco

contro Israele, anche con incursioni via terra, che avrebbe causato la morte di oltre un migliaio di persone e la cattura di centinaia di ostaggi civili israeliani. Le Forze di difesa israeliane hanno risposto con attacchi aerei e avviato un'operazione di terra nella Striscia di Gaza. Ora la guerra sembra non avere più fine. Il primo ministro israeliano Benjamin Netanyahu ha annunciato che il Paese è in guerra e che "il nemico pagherà un prezzo altissimo". La situazione è in continua drammatica evoluzione. Allo stato attuale è impossibile prevedere l'esito del conflitto. Dal punto di vista strategico, la guerra ha messo in discussione molti presupposti errati delle politiche di difesa di Israele, tra cui la presunta infallibilità del suo apparato di *intelligence* e la capacità di rispondere rapidamente ad attacchi nemici. Il fallimento coinvolge anche la strategia della deterrenza dello Stato ebraico. Purtroppo, sembrano definitivamente infrante le speranze che con gli accordi di Abramo (una dichiarazione congiunta tra Israele, Emirati Arabi Uniti e Stati Uniti del 2020) si potesse creare un nuovo Medio Oriente fondato sulla cooperazione economica e non sulla violenza.



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.

KUDOS, LA PAROLA ANTICA CHE HA CONQUISTATO IL BUSINESS GLOBALE!



Alessia Melasecche

Il termine *kudos*, ampiamente utilizzato in contesti aziendali anglofoni per celebrare risultati e successi, che ha avuto la sua diffusione in epoca moderna a partire dagli anni Venti del secolo scorso grazie al giornalismo, deriva dalla lingua greca, in cui "κῦδος" significa niente di meno che "gloria" o "fama". Originariamente, aveva una connotazione legata all'elogio e al riconoscimento in un senso più ampio, la sua trasformazione in un termine aziendale è un fenomeno recente e fortemente legato all'evoluzione del linguaggio e della cultura d'impresa.

Nella pratica più recente, l'uso in azienda è parte di un sistema formalizzato di premi e riconoscimenti, dove i dipendenti ricevono *kudos* per determinate azioni o risultati. Questo può includere l'assegnazione di punti, premi, o semplicemente un riconoscimento pubblico in riunioni o tramite comunicazione interna, può anche essere usato per celebrare il successo di squadra o di interi reparti.

Inoltre, con l'avvento delle tecnologie digitali, l'uso del termine ha trovato nuove forme di espressione; i social network aziendali e le applicazioni di gestione delle prestazioni includono spesso funzionalità che permettono ai dipendenti di inviare e ricevere *kudos* virtuali, rendendo il riconoscimento più immediato e visibile a tutta l'organizzazione.

La curiosità è legata al fatto che, pur avendo le sue radici nella lingua greca antica, ha trovato una notevole diffusione e adozione principalmente nei paesi di lingua inglese come Stati Uniti, il Regno Unito, l'Australia e il Canada. Questa adozione è in parte dovuta all'apertura di queste culture alla diversità linguistica e alla loro propensione ad assimilare parole di origine straniera. Inoltre, è spesso legato a pratiche di gestione moderne e a un approccio alla leadership incentrato sulla valorizzazione e motivazione dei dipendenti. Negli USA, è molto popolare nel gergo aziendale sia in grandi corporation che in start-up. Le aziende americane tendono a enfatizzare molto il riconoscimento dei dipendenti come strumento di motivazione e fidelizzazione. Anche nel Regno Unito è frequentemente impiegato per elogiare i risultati eccezionali dei dipendenti, incentivando così un ambiente lavorativo basato sul merito. In Australia le aziende pongono grande enfasi sul riconoscimento pubblico dei risultati dei dipendenti, sia in contesti formali che informali. Mentre in Canada le organizzazioni che operano soprattutto in settori come la tecnologia e i servizi utilizzano questo termine per valorizzare il contributo dei dipendenti e



promuovere una cultura del riconoscimento. In India, con l'aumento della globalizzazione e l'ingresso di multinazionali, il termine sta diventando più comune specialmente in contesti con una forte influenza occidentale o in settori come IT e telecomunicazioni. La cultura lavorativa italiana dal canto suo utilizza principalmente termini e concetti propri. Inoltre, l'apprezzamento e il riconoscimento dei dipendenti avvengono ancora prevalentemente attraverso modalità più tradizionali e in linea con la cultura lavorativa italiana. Tuttavia, con la globalizzazione e l'incremento delle interazioni tra aziende italiane e internazionali, alcuni termini inglesi, inclusi quelli legati al mondo del business, come *kudos*, stanno trovando una certa diffusione anche in Italia. Questo è particolarmente vero in aziende internazionali e start-up, e in settori come la tecnologia e il marketing, dove l'influenza della lingua inglese è più marcata. Nonostante le sue antiche origini greche, il termine non ha avuto lo stesso impatto in Grecia! Questo evidenzia come le parole possano viaggiare e adattarsi a nuovi contesti culturali e linguistici, assumendo significati e usi che possono anche differire da quelli originari. Nel caso di *kudos*, il suo utilizzo predominante nei paesi di lingua inglese riflette un interessante esempio di come un termine possa essere completamente riadattato e integrato in un contesto culturale e professionale diverso da quello in cui è nato. Quindi, *kudos* per tutti i vostri successi e auguri per un 2024 brillante e ricco di traguardi!



Dopo le festività natalizie,
RINNOVA LA TUA BELLEZZA

PACCHETTI BENESSERE

MASSAGGI DRENANTI

TRATTAMENTI SNELLENTI

Il nostro centro,
il segreto per il tuo benessere

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

Ci Senti
Professionisti dell'udito

Sentiti con **C1 Senti**
effettua il **test gratuito** dell'udito...!

Buon anno nuovo a tutti



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

LE MAMMELLE DI AGATA



Chi non conosce Sant'Agata?

Il suo nome in greco *Agathé*, significava buona. Vissuta tra il III e il IV secolo, durante il proconsolato di Quinziano, viene venerata come santa, vergine e martire dalla Chiesa cattolica e dalla Chiesa ortodossa. Il suo nome compare nel Martirologio da tempi antichissimi, è patrona, tra l'altro, di Catania, di Palermo, di San Marino e di Malta.

È anche la protettrice dei fonditori di campane (che venivano suonate quando si verificavano gravi avvenimenti, cioè nel momento in cui la santa veniva invocata), dei tessitori (secondo la leggenda, come Penelope, Agata avrebbe convinto un uomo insopportabile che voleva prenderla in matrimonio ad aspettare che venisse conclusa una tela che stava realizzando, che lei tesseva di giorno e scuciva di notte), dei vigili del fuoco (poiché in epoca medievale veniva invocata per la protezione dagli incendi a motivo del supplizio dei carboni ardenti) e delle donne colpite da malattie al seno (poiché subì l'amputazione delle mammelle).

Secondo la leggenda, Agata nacque in una famiglia siciliana ricca e nobile,

nell'anno 235, indicata come di origine palermitana, ma da altre fonti catanese. È infatti una delle quattro sante protettrici della Città Felicissima (Palermo), la sua statua, assieme a quelle di Santa Cristina, Santa Ninfa, Sant'Oliva, troneggia dall'alto dei Quattro Canti di Palermo nell'ordine superiore delle facciate della piazza; proprio sopra le quattro fontane in marmo di Carrara a rappresentare le stagioni, i quattro re, in cima appunto, vi sono le quattro sante.

La tradizione cattolica vuole che Sant'Agata si consacrò a Dio all'età di 15 anni circa.

Nel periodo fra il 250 e il 251 il proconsole Quinziano, giunse alla sede di Catania anche con l'intento di far rispettare l'editto dell'imperatore Decio, che chiedeva a tutti i cristiani di abiurare pubblicamente la loro fede, invaghitosi della giovinetta e, saputo della consacrazione, le ordinò, senza successo, di ripudiare la sua fede e di adorare gli dei pagani.

Al rifiuto deciso di Agata, il proconsole la affidò per un mese alla custodia rieducativa della cortigiana Afrodisia, sacerdotessa di Venere o di Cerere e pertanto dedita alla prostituzione sacra. Il fine era la corruzione morale di Agata, attraverso una continua pressione psicologica. Rivelatosi inutile il tentativo, Quinziano diede avvio ad un processo e convocò Agata al palazzo



pretorio.

Breve fu il passaggio dal processo al carcere e alle violenze con l'intento di piegare la giovinetta. Inizialmente venne fustigata e sottoposta al violento strappo delle mammelle, mediante delle tenaglie. La tradizione indica che nella notte venne visitata da San Pietro che la rassicurò e ne risanò le ferite. Infine venne sottoposta al supplizio dei carboni ardenti. La notte seguente all'ultima violenza, il 5 febbraio 251, Agata spirò nella sua cella.

Molte sono le raffigurazioni della santa che subisce il martirio delle mammelle, tra tutte ricordiamo i due dipinti di Giambattista Tiepolo, il primo del 1736 realizzato per la Basilica di Sant'Antonio a Padova mentre il secondo è realizzato nel 1750.



Il dolce tradizionale della festa catanese è la cassatella di Sant'Agata, in siciliano *minni* o *minnuzzi ri Sant'Àjita* o *ri Virgini*. Deliziose cassatine dalla particolare forma semisferica che ricordano il seno di una donna, sono composte da un friabile guscio di pasta frolla, ripieno con ricotta di pecora, lavorata con zucchero e arricchita con canditi e cioccolato fondente. Una volta cotte, vengono ricoperte da una candida glassa bianca e decorate sulla sommità con una ciliegia candita che ricordi il capezzolo. Preparato in tutta la Sicilia, la sua origine è da rintracciarsi nell'antichità, quando veniva preparato come segno propiziatorio.

PUNTURINE SÌ, MA IN SICUREZZA!

L'AMERICAN SOCIETY OF AESTHETIC PLASTIC SURGERY dichiara che trattamenti estetici meno invasivi stanno sostituendo le procedure chirurgiche, ciò che sta accadendo anche e soprattutto in Italia. Oggi al mondo esistono numerosi prodotti rivitalizzanti e di riempimento per cui è molto importante saper scegliere il prodotto giusto per la/il paziente che abbiamo di fronte. Importante è inoltre conoscere bene tutte le tecniche di impianto per soddisfare al meglio le aspettative di chi si sta fidando di noi in quel momento. La scelta adeguata del prodotto, la giusta quantità ed il corretto posizionamento dello stesso a seconda della zona del volto o collo da trattare (INTRADERMICO, SOTTOCUTANEO O SOVRAPERIOSTEO) sono due questioni importantissime, come la scelta dello specialista che DEVE ESSERE UN MEDICO e soprattutto SPECIALIZZATO per fare ciò. Le PUNTURINE come vengono comunemente chiamate, sono un atto medico a tutti gli effetti e solo il Medico può praticarle. Eseguire una prima visita accurata del volto, del collo e dello stato di salute di chi si affida a noi, è fondamentale per non avere brutte sorprese durante e dopo il trattamento. Il fatto che si possa fare in ambulatorio nella pausa pranzo, senza entrare in sala operatoria, non significa che si tratta di un evento "BANALE".

SONO 8 LE REGOLE D'ORO:

...GIUSTA INFORMAZIONE E CONOSCENZA DEL SOGGETTO DA TRATTARE

...PRIMA VISITA ACCURATA soprattutto se ci sono già dei fillers impiantati nella zona che trattiamo e di cui la/il paziente non sa fornirci alcuna documentazione

...PROGRAMMARE IL O I TRATTAMENTI una volta fatta la diagnosi insieme alla paziente

...IMPIANTARE IL FILLER SU CUTE SANA E BEN PULITA, senza trucco che potrebbe crearci problemi se dovesse penetrare nella cute al momento della puntura

...CONSIGLI POST-TRATTAMENTO già in ambulatorio come poi a domicilio come applicare creme o maschere lenitive per attenuare il rossore e far riassorbire prima eventuali lividi. È importante non esporsi al sole o lampade abbronzanti ed applicare tutti i giorni una crema solare ad alta protezione ed una crema antinvecchiamento

...CERTIFICATO D'IMPIANTO ossia lasciare la tracciabilità del prodotto usato e far firmare il CONSENSO INFORMATO al momento dell'atto medico

...PAGAMENTO DELLA PRESTAZIONE che non può essere al di sotto di 300-400 euro se si utilizza un ottimo filler. Un prodotto a base di acido ialuronico costa molto quindi diffidate sempre da prestazioni fatte a 100 euro o anche meno!

Concludendo un trattamento fatto per stare meglio, non può farci ammalare o creare danni irreversibili.

PUNTURINE SÌ, MA IN SICUREZZA!



Dr.ssa **Alessandra CRESCENZI**
Medico estetico

Servizi Sanitari

Via C. Battisti 36/C - Terni
Riceve su appuntamento
Tel. 338 6829412

LA LESIONE DEL LEGAMENTO CROCIATO ANTERIORE

L'articolazione del ginocchio costituisce la struttura più grande e complessa dell'arto inferiore, essenziale per la stabilità corporea. Diversi muscoli e legamenti contribuiscono a mantenere la sua integrità, con particolare rilievo per i legamenti crociati anteriore e posteriore, che fungono da fulcro centrale. Tuttavia, essa è anche soggetta a intense sollecitazioni, spesso risultando coinvolta in lesioni causate da eventi traumatici improvvisi o microtraumi prolungati, sia nell'ambito lavorativo che nelle attività sportive.

La lesione del legamento crociato anteriore, più frequente rispetto a quella del posteriore, si manifesta comunemente in seguito a sollecitazioni in rotazione o iperestensione. Questi meccanismi traumatici sono ricorrenti in sport come calcio, sci, pallacanestro e pallavolo. È importante notare che una volta danneggiato il legamento crociato anteriore, la guarigione spontanea è

impossibile, aumentando il rischio di lesioni ai menischi, agli altri legamenti e alla cartilagine, con conseguente deterioramento progressivo dell'articolazione.

Le problematiche del ginocchio vengono frequentemente diagnosticate e affrontate attraverso l'utilizzo dell'artroscopia, una tecnica che consente al chirurgo ortopedico di esplorare chiaramente l'interno del ginocchio mediante incisioni di soli 4 mm e



DR. VINCENZO BUOMPADRE

Specialista in Ortopedia
Traumatologia e
Medicina dello Sport

- Terni 0744.427262 int.2
Murri Diagnostica, v. Ciauro 6

- Rieti 0746.480691
Nuova Pas, v. Magliano Sabina 25

- Viterbo 345.3763073
S. Barbara via dei Buccheri

www.drvincenzobuompadre.it

di eseguire interventi mirati. L'artroscopia può essere eseguita sotto diversi tipi di anestesia, con l'articolazione del ginocchio dilatata mediante l'uso di liquido sterile (soluzione fisiologica) per agevolare l'esame e l'intervento. Successivamente, il paziente segue un programma riabilitativo volto a recuperare gradualmente l'escursione articolare, la forza muscolare e la coordinazione. La ripresa dell'attività sportiva è generalmente possibile tra i quattro e i sei mesi, ma richiede attenzione e impegno nella fase post-operatoria.

studio ANTEO 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

AZIONI DI CONTRASTO ALLE INFEZIONI OSPEDALIERE NELLA AZIENDA OSPEDALIERA DI TERNI

Le infezioni ospedaliere costituiscono una delle complicazioni più frequenti e gravi dell'assistenza sanitaria. Si definiscono così quelle infezioni che insorgono durante il ricovero di una persona in ospedale e che non erano presenti o in incubazione al momento dell'ingresso in ospedale. In alcuni casi, le infezioni ospedaliere si possono manifestare anche dopo la dimissione dall'ospedale. A partire dagli anni novanta, l'assistenza sanitaria ha subito profondi cambiamenti. Per il nascere ed il diffondersi di altri luoghi di cura quali strutture di lungodegenza, residenze per anziani, ambulatori, centri di dialisi, day-surgery (cioè interventi chirurgici effettuati in regime di ricovero della durata di poche ore), assistenza a domicilio ecc., oggi si parla più in generale di infezioni correlate all'assistenza sanitaria (Ica) e non solo di infezioni ospedaliere.

Le infezioni correlate all'assistenza sanitaria (Ica) possono essere causate da molteplici fattori quali:

- interventi chirurgici, specie se ad alta complessità
- uso prolungato di dispositivi medici invasivi
- indebolimento del sistema di difesa dell'organismo (immunosoppressione) e presenza di gravi malattie di base
- eccessivo utilizzo di antibiotici
- scarsa applicazione di misure di igiene ambientale
- scarsa prevenzione e controllo delle infezioni

Le Ica includono infezioni trasmesse dall'esterno (esogene), da persona a persona o tramite gli operatori e/o l'ambiente, e infezioni causate da batteri presenti all'interno del corpo (endogene).

Le persone che rischiano di contrarre una infezione correlata all'assistenza sono innanzitutto quelle ricoverate in ospedale o in altre strutture di assistenza sanitaria e, con minore frequenza, il personale medico e paramedico, i volontari, gli studenti e altri individui che frequentano l'ospedale.

Le condizioni che aumentano la probabilità di contrarre un'infezione sono:

- età (soprattutto le età estreme della vita, neonati e anziani)
- altre infezioni o gravi malattie concomitanti che abbassano le difese immunitarie (tumori, immunodeficienze, diabete, anemie, cardiopatie, insufficienza renale e trapianti d'organo)
- esposizione a particolari tecniche assistenziali invasive e/o complesse (cateterismo, endoscopie, interventi chirurgici)
- malnutrizione

- traumi, ustioni
- alterazioni dello stato di coscienza
- disabilità (ad esempio, persone allettate o incontinenti)

Le principali vie di trasmissione delle Ica sono:

- contatto diretto da persona a persona oppure tramite la via aerea (ad esempio, con le goccioline emesse mentre si parla, con gli starnuti o i colpi di tosse)
- contatto con gli operatori sanitari, soprattutto attraverso le mani se non correttamente lavate o disinfettate
- contatto indiretto mediante oggetti contaminati (sia strumenti diagnostici o assistenziali che oggetti e superfici comuni)

Il Ministero della Salute stima che in Italia ogni anno si verificano dalle 450.000 alle 700.000 infezioni in persone ricoverate (complessivamente un'infezione correlata all'assistenza si verifica nel 4-7% dei ricoveri).

Le ICA più comuni sono:

- infezioni respiratorie, soprattutto polmoniti
- infezioni urinarie
- infezioni chirurgiche
- infezioni del sangue (batteriemie o sepsi)

I microrganismi più frequentemente isolati nelle Ica sono Gram-negativi (*escherichia coli*, *klebsiella pneumoniae*, *pseudomonas aeruginosa*) seguiti da batteri Gram-positivi quali lo *staphylococcus aureus*.

Il germe più frequentemente rilevato nelle infezioni gastrointestinali in ospedale è il *clostridium difficile*.

In Italia, la maggior parte delle Ica sono dovute a specie batteriche che presentano resistenza agli antibiotici. Da alcuni anni, la principale emergenza in ospedale è rappresentata dalla resistenza alla classe di antibiotici chiamata *carbapenemi*, presente in batteri Gram-negativi quali *klebsiella pneumoniae*, *pseudomonas aeruginosa* e *acinetobacter* spp. Tali microrganismi resistenti sono responsabili di gravi infezioni ed hanno la capacità di diffondersi molto rapidamente all'interno degli ospedali causando epidemie. Si stima che una quota superiore al 50% delle Ica siano prevenibili. Esistono oggi conoscenze consolidate e comportamenti professionali "sicuri" che possono ridurre in modo significativo il rischio di contrarre un'infezione.

La diminuzione delle Ica è uno degli obiettivi del Piano nazionale di contrasto all'antibiotico-resistenza pubblicato dal Ministero della Salute.



La prevenzione delle Ica si può attuare mediante:

- la sorveglianza delle infezioni, l'identificazione ed il controllo delle epidemie
- il corretto lavaggio delle mani
- la riduzione delle procedure diagnostiche e terapeutiche non necessarie
- il corretto uso degli antibiotici (per la profilassi e la terapia) e dei disinfettanti
- l'utilizzo di metodiche corrette soprattutto per le procedure invasive
- il controllo della pulizia ambientale
- la vaccinazione degli operatori sanitari



L'Azienda Ospedaliera di Terni ha impostato negli anni una serie di interventi volti al contenimento delle ICA:

- con delibera n.139 del 20/02/2001 era già stato istituito il "Comitato Infezioni Ospedaliere (CIO), questo Comitato è stato confermato e rinnovato il 16/01/2023 con Deliberazione n. 43 presieduto dal Direttore Sanitario;
- all'interno di questo comitato è stato posto il Team della Stewardship Antimicrobica, costituito da infettivologi e coordinato dal Dott. Stefano Cappanera, che svolge una preziosa opera di consulenza al fine di consentire il miglior uso possibile degli antibiotici.

IL CIO effettua

Studi epidemiologici di sorveglianza (prevalenze ed incidenza) al fine di stimare le dimensioni del problema;

- Sorveglianza microbiologica integrata continua a partenza dai dati di laboratorio
- Gestione eventi epidemici;
- Individuazione di fattori di rischio infettivo ed implementazione di misure di riconosciuta efficacia per la prevenzione;
- Costituzione di gruppi di lavoro-progetto per elaborazione di protocolli, procedure, raccomandazioni e linee guida interne in tema di prevenzione delle ICA;
- Processi di audit sull'adesione ai protocolli, procedure e manuali
- Formazione di base per infermieri e per il personale di supporto;
- Corsi di aggiornamento per medici, infermieri, tecnici e personale di supporto;
- Corsi di formazione accreditati ECM.

Recentemente inoltre l'insieme delle azioni di prevenzione sono state raccolte nella Deliberazione n.876 del 05/12/2023 Strategie aziendali di sorveglianza prevenzione e controllo delle Infezioni Correlate all'Assistenza (ICA).

Grazie a questi interventi, che continueranno nel corso del 2024, il consumo medio di antibiotici della Azienda Ospedaliera di Terni è calato rispetto alla media nazionale e anche le ICA si mantengono al 7.2% confermando la tendenza alla diminuzione e al controllo già delineata negli anni precedenti.

CON IL PATROCINIO DI



EVENTO ECM n. 3599-402059 n° 6 crediti

La partecipazione al congresso è gratuita e comprende: la partecipazione alle sessioni scientifiche, il coffee break e i crediti ECM

LE INFEZIONI IN PRONTO SOCCORSO

Tutto quello che bisogna sapere

27 SABATO GENNAIO 2024

HOTEL GARDEN
Viale Donato Bramante, 4 - Terni

PROGRAMMA

- ore 8.00 Registrazione dei partecipanti
- ore 8.15 Saluto delle autorità e apertura dei lavori
- I SESSIONE: ASPETTI GENERALI**
- Moderatori: Prof. Cecilia Becattini, Dr. Giorgio Parisi
- ore 9.00 **"Seps e Terapia antibiotica empirica, inquadramento generale"** Dr. Paolo Groff
- ore 9.25 **"Ruolo dei marcatori e della diagnostica molecolare rapida"** Dr. Alessandro Mariottini
- ore 9.50 **"Stewardship antimicrobica"** Dr. Stefano Cappanera
- II SESSIONE: ASPETTI SPECIALISTICI**
- Moderatori: Prof. Antonella Mencacci, Dr. Manuel Monti
- ore 10.15 **"Polmoniti"** Dr.ssa Luciana Di Carlo
- ore 10.35 **"Seps di origine addominale"** Dr. Sokol Berisha
- ore 11.00 Coffee break
- Moderatori: Prof. Daniela Francisci, Dr. Cesare Magistrato
- ore 11.25 **"Seps di origine urinaria"** Dr. Giuseppe Calabrò
- ore 11.50 **"Infezioni della cute e dei tessuti molli"** Dr.ssa Alessia Minicucci
- ore 12.15 **"Meningite"** Dr.ssa Eleonora Pressi
- Moderatori: Dr. Giorgio Parisi, Dr. Mario Gildoni
- ore 12.40 **"Covid update"** Dr. Stefano De Vuono
- ore 13.05 **"Infezioni ed immigrazioni"** Dr.ssa Cinzia Di Giuli
- ore 13.30 Discussione finale
- ore 13.50 Indicazioni per la compilazione del questionario ECM online
- ore 14.00 Conclusione



PER ISCRIZIONI
segreteriaconvegni@ecm.it
Tel. 346.5880767 - 329.2259422

RESPONSABILI SCIENTIFICI:

Dr. Giorgio Parisi
Direttore della S.C. di Pronto Soccorso e Accettazione dell'A.O. Santa Maria Terni

Dr. Paolo Groff
Direttore della S.C. di Pronto Soccorso e Accettazione dell'A.O. Santa Maria della Misericordia di Perugia

SEGRETERIA SCIENTIFICA:

Dr.ssa Erminia Carbone
Dirigente Medico presso la S.C. di Pronto Soccorso e Accettazione dell'A.O. Santa Maria Terni

CON IL CONTRIBUTO NON CONDIZIONANTE DI:



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



« Ed i primi 20 anni tra alti e bassi, tra gioie e dolori sono passati, ci portiamo dentro i sorrisi ed i dolori delle famiglie che hanno creduto in noi. Grazie della fiducia, cercheremo di fare sempre del nostro meglio e di fare piccole cose con tanto amore. »

OTRICOLI (Terni) Str. Pareti 34/36 | Tel. 0744.709073 | info@villasabrina.eu

www.villasabrina.eu

admetec flamingo

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

admetec ergo

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

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



aestetika®
ORTODONZIA & OTTICA

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

FOTO GENTILMENTE CONCESSA DALLA DOTT.SSA BENEDETTA DAGHETI

INFORMATICA a 360°



Raffaele Vittori

Per alcuni il **DOS** appartiene ormai alla preistoria dell'informatica, le interfacce grafiche hanno da tempo soppiantato i sistemi a riga di comando, ma ancora oggi il terminale viene utilizzato e apprezzato da moltissimi utenti per la sua immediatezza, utilizzando i **comandi DOS**.

COSA SONO I COMANDI DOS?

Prima dell'avvento delle interfacce grafiche MS-DOS era il sistema operativo principale in uso. I comandi DOS erano, e sono, delle funzioni che ci permettono di interagire con le macchine. In passato erano l'unico modo. Oggi ci permettono di accedere a delle funzioni specifiche, anche se Windows è un'interfaccia grafica e facile da utilizzare. Il prompt dei comandi, chiamato anche riga di comando, è presente in ogni versione di Windows, compreso il recente Windows 11.

Un file batch è un file con estensione **.bat** che contiene dei comandi da poter eseguire in sequenza, direttamente dal prompt dei comandi.

Come aprire il prompt dei comandi Dos.

Per aprire una nuova finestra del terminale basta semplicemente premere il tasto Windows sulla tastiera e poi digitare **cmd** e dare invio. Altrimenti puoi seguire il percorso **C:\WINDOWS\system32\cmd.exe**

Ecco la mia personale lista di comandi di base, interfaccia grafica permettendo:

MD: (*make dir*) ti permette di creare una directory (o cartella)

CD: (*change dir*) ti permette di visualizzare il nome della directory corrente o di spostarsi in un'altra

RD: (*remove dir*) ti permette di cancellare una directory

DIR: puoi visualizzare le sottodirectory e/o l'elenco dei file di una specifica directory

COPY: copia file in un'altra posizione

DEL: elimina uno o più file

FIND: puoi ricercare una stringa in un file

MOVE: taglia e incolla di un file in un'altra directory

RENAME: puoi rinominare uno o più file

DATE: ti permette di visualizzare o impostare una data

I COMANDI DOS

Nella finestra appena aperta troviamo la versione del programma in esecuzione e a sinistra del cursore lampeggiante la directory in cui ci troviamo. Provate ora a scrivere la parola **dir** (o cartelle) e dare invio (ogni comando va lanciato premendo il tasto Invio).

Come si può vedere con il comando **dir** non abbiamo fatto altro che visualizzare il contenuto della cartella principale dell'utente. Ora se volessimo aprire un file salvato sul nostro desktop chiamato **articolo.docx**, non dovremo far altro che scrivere queste due istruzioni in sequenza.

Cd desktop (Il comando **cd** serve per spostarsi da una directory all'altra) **articolo.docx** (Il nome del file che vogliamo aprire).

Complimenti hai appena aperto un file con il terminale! Ora che avete preso un po' di familiarità con questa oscura finestra impariamo qualcosa in più su questo strumento.

COMANDI DOS WINDOWS DA CONOSCERE

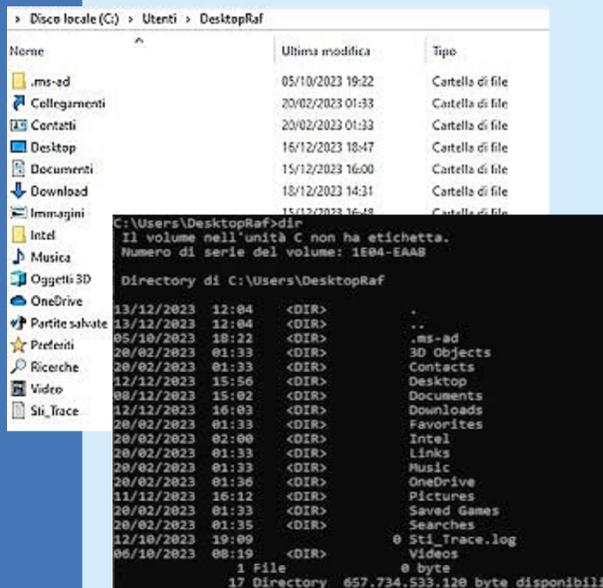
Help usato singolarmente serve per stampare a schermo l'elenco completo delle istruzioni disponibili. Scrivendo **help** prima di una qualsiasi istruzione si ottiene invece una spiegazione su come usare il comando e le sue opzioni.

Hostname visualizza il nome del computer, è utilissimo quando abbiamo bisogno di sapere in fretta questa informazione.

Cls Con il terminale è facile ritrovarsi dopo poche istruzioni con una finestra stracolma di scritte, usa il comando **cls** per fare un po' di pulizia.

Systeminfo con questo comando vengo stampate a schermo utili informazioni sul sistema, come ad esempio la data di installazione o l'ora d'accensione; mi è capitato più volte di usarlo sul computer di qualche utente che aveva bisogno di sapere l'ora in cui era entrato in ufficio.

... CONTINUA AL PROSSIMO NUMERO →



LA PARTITA DELLA PACE

È il periodo delle feste natalizie, il 2023. Le città sono piene di luci colorate, di addobbi variopinti, la gente si riversa nelle strade, affolla i negozi aspettando i provvidenziali saldi, nell'aria rimbomba ogni tanto qualche botto. L'atmosfera è piena di festosa frenesia, ma basta accendere la tv ed ecco che nei vari tg ti appaiono i reportages dai fronti caldi dell'Ukraina e di Gaza. Sono crude immagini di guerre spietate piene di distruzione, di violenze, che non risparmiano nessuno, donne, bambini e civili innocenti. In quei luoghi i "botti" non fanno soltanto rumore, ma seminano morte, distruzione e odio implacabile. Lo spettro della guerra che credevamo di aver scacciato settanta anni fa, ecco ripresentarsi sulla scena mondiale con le sue nere ali di morte. Non c'è che dire, un bell'esordio per il terzo millennio! Sembra che la storia non ci abbia insegnato nulla! Tutte le guerre hanno un inizio e poi una fine. Ci sarà un vincitore ed un vinto. Quest'ultimo pagherà le conseguenze della sconfitta, ma anche la vittoria ha il suo amaro prezzo di lutti, di perdite. Quindi entrambi ne escono in modo diverso sconfitti. Proprio a tale proposito voglio ricordare un fatto accaduto più di cento anni fa che mostra le dinamiche umane e psicologiche che si muovono durante i conflitti armati. Siamo nel giorno di Natale del freddissimo inverno del 1914 vicino ad Ypres nelle Fiandre. È iniziata la "Grande guerra", i combattimenti tra gli alleati francesi, belgi, e inglesi e i nemici tedeschi infuriavano violenti, l'Italia, ancora per poco, è neutrale. Le vittime sono migliaia, interi villaggi sono stati rasi al suolo. A nulla sono valsi gli appelli per un cessate il fuoco, la voce di papa Benedetto XV non è stata ascoltata: *-I cannoni possano tacere almeno nella notte in cui gli angeli cantano!*- ma la richiesta era stata respinta. Tempo dopo nel 1917 Benedetto chiederà con forza la cessazione delle ostilità e di porre fine alla *"inutile strage"*. Nulla da fare. Dai palazzi del potere dell'una e dell'altra parte il grido del papa restò ignorato. Questo fatto, per inciso, ricorda gli innumerevoli appelli e le iniziative prese dal suo successore papa Francesco per porre fine alle ostilità tra Russia ed Ucraina e Israele e Palestina, anch'essi per ora caduti nel vuoto. Negli alti comandi si discute di strategie, di scenari futuri, i morti li piangono chi sta al fronte o i familiari che hanno perso un loro congiunto. Così la notte di Natale del 1914 accadde un miracolo. Dalla prima linea tedesca vengono accese delle decorazioni natalizie. Pura pazzia autolesionista segnalare la propria presenza al nemico. Un soldato inglese lancia l'allarme, potrebbe essere una trappola, poi una voce dal marcato accento tedesco augura il

buon Natale. Stavolta la strategia non c'entra! È tutto vero! Altri soldati escono dalle trincee e si avvicinano senz'armi e, dopo qualche esitazione, anche i soldati inglesi, francesi e belgi li imitano. Scavalcano buche, reticolati e cadaveri insepolti, si incontrano, si lanciano un saluto e finiscono con l'abbracciarsi. Fino a qualche ora prima nemici pronti ad uccidersi, ora erano lì a cantare insieme e a scambiarsi sigarette e pezzi di cioccolato. Tutto questo contro la volontà dei superiori. Una tregua spontanea senza accordi diplomatici o armistizi ufficiali. Gli storici la chiamarono "La tregua di Natale". L'episodio ha ispirato vari scrittori tra cui Toni Galmès che ne ha fatto una graphic novel. Qui la storia si trasformò in leggenda. Qualcuno non ci crede, ma io preferisco immaginare così la scena. Da qualche parte sbucò un pallone e subito i soldati si tolsero elmetti, armi e giacche e, dopo aver dato sepoltura ai caduti disseminati sul terreno, formarono due squadre iniziando una partita che fu vinta dai tedeschi per 2 a 1, ma nessuno se ne ebbe a male. La tregua naturalmente durò poco anche perché quando la notizia arrivò qualche ora dopo a Londra e a Berlino, i capi non ne furono affatto entusiasti. La stampa cercò di nascondere l'accaduto, ma fu il New York Times a fare lo scoop, grazie alle lettere ricevute dai familiari dei soldati. In Germania l'episodio fu insabbiato, quasi fosse un disonore familiarizzare anche per poco con il nemico. Un caporale di stanza a Ypres commentò: *-Dove è finito l'onore dei tedeschi? - Si chiamava Adolf Hitler! No comment! Penso che parecchi lettori conoscano l'episodio, ma ritengo che sia giusto ricordarlo nel delicato momento storico che stiamo vivendo in cui i venti di guerra hanno ripreso a soffiare forti. Il miglior commento sulla guerra lo ha fatto uno che se ne intendeva, Napoleone che alla fine della battaglia di Austerlitz, vedendo il campo coperto di cadaveri e feriti agonizzanti, avrebbe esclamato: -Le vittorie hanno uno strano modo di sorridere!- La guerra è sempre una sconfitta!*- Gli risponde papa Francesco.

Buon 2024 a tutti i lettori!



Pierluigi Seri

UNA TAZZA AL CENTRO DEL MONDO



Francesco Patrizi

Nel golfo di Alessandretta, nella Turchia meridionale, si può degustare il kaynar baharati, che letteralmente si traduce con "infuso bollente di spezie", la sua miscela ci racconta la storia millenaria della globalizzazione.

Bisogna partire da lontano, dalla battaglia di Isso (333 a. C.) che Alessandro Magno vinse contro i persiani di Dario III proprio su queste sponde, guadagnando l'accesso alla Fenicia; la battaglia è nota anche per un episodio: Sisigambi, la madre di Dario III, quando seppe di essere prigioniera, uscì dalla tenda e si mise a urlare disperata, Alessandro in persona, malconco e ferito, accorse per rassicurarla che il figlio non era morto, lei lo scambiò per un soldato e si prostrò ai piedi del suo amico Efestione, che era più curato nell'aspetto; Alessandro ci scherzò su e da quel giorno la chiamò affettuosamente "madre".

Il condottiero macedone ampliò l'antica Via Reale di Persia (un tragitto che dall'Iran andava in Afghanistan), tracciando così la futura Via della Seta, la rotta commerciale che metterà in contatto il Mediterraneo con l'Estremo Oriente. Dato che era solito dare il suo nome alle città che fondava durante le sue conquiste, dove aveva vinto la battaglia fondò Alessandria di Isso, poi detta Alessandretta, e chiamò Alessandria Eskate ("lontanissima") l'avamposto più orientale, i cui resti si trovano nell'odierno Tagikistan, che diventerà la porta d'accesso per la Cina della Via della Seta; da qui passeranno molte spezie usate ancora oggi per il kaynar baharati.

Nel golfo turco circolavano anche le merci della Via dell'Incenso, la rotta percorsa dagli yemeniti che risalivano la penisola araba con i loro cammelli per andare a vendere al mercato di Gaza le merci acquistate dai mercanti indiani, i quali, a loro volta, smerciavano molte spezie

della vicina Indonesia, alcune delle quali vengono miscelate per il kaynar baharati.

Veniamo ora al nostro infuso: per prepararlo si mettono in infusione la cannella, lo zenzero, la galanga, una radice piccante della cucina thailandese, e la noce moscata, la preziosa spezia delle Isole Molucche che fu causa di guerre tra portoghesi e olandesi nel XVII secolo. Oltre a queste spezie, tutte provenienti dalla Via della Seta e dalla Via dell'Incenso, si aggiunge un pizzico di Nuovo Mondo, il pimento, noto anche come pepe di Giamaica, anche se pepe non è (l'equivoco è dovuto al fatto che, quando Cristoforo Colombo lo riportò dai Caraibi, i portoghesi pensavano che fosse un "pimientto", cioè un pepe).

Questo miscuglio deve bollire per 30 minuti e riposare per 4 ore, si aggiunge lo zucchero e si riporta a ebollizione per 30 minuti, quindi si versa in una tazza e si cosparge di noci spezzettate.

Oggi le merci si spostano velocemente da un punto all'altro del globo, ma chi sedeva un tempo in un bar di Alessandretta per assaporare questo infuso doveva sentirsi al centro del mondo, perché nel kaynar baharati c'è la storia millenaria delle conquiste, delle esplorazioni e dei viaggi che hanno connesso tra loro paesi lontanissimi.



ALLFOOD S.p.A.

La buona ristorazione

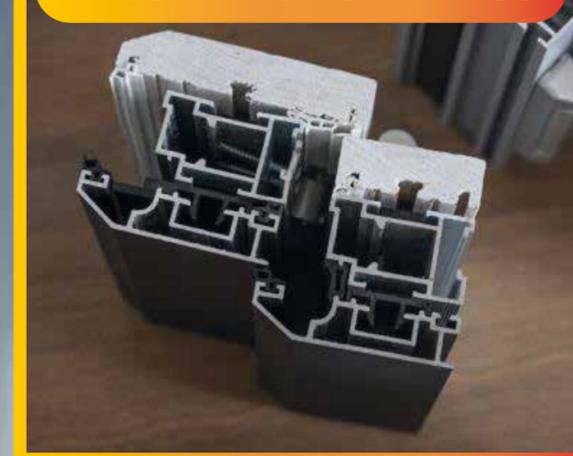
Sicurezza, Comfort e Affidabilità
la vostra soddisfazione è il nostro miglior riconoscimento

SERRAMENTI IN ALLUMINIO



Installazione di serramenti e infissi

INFISSI A TAGLIO TERMICO



SERRAMENTI IN LEGNO-ALLUMINIO



SERRAMENTI IN PVC



Seguici su:

Idrocalor Terni

DALL'ALTO E DAL BASSO, UN IMPEGNO STRAORDINARIO



Giacomo
Porrizzini

La transizione, da un modello energetico e industriale incentrato sulle fonti fossili ad un sistema ad emissioni tendenti a zero, sarà la stella polare della trasformazione che il mondo avrà nei prossimi anni. Sulle conclusioni travagliate della Cop 28, a Dubai, ci possono essere valutazioni diverse, ma, su questo punto, il risultato politico, culturale e morale della Conferenza ONU è chiarissimo. Per salvare vita e civiltà sul pianeta e futuro delle prossime generazioni è necessario ed urgente allontanarsi dalle fonti fossili che hanno fatto esplodere l'effetto serra ed aumentare la temperatura media del pianeta, in particolare, nell'ultimo secolo, per sostituirle con fonti rinnovabili e pulite e con misure generalizzate di risparmio energetico. Il tutto in coerenza con un principio di equità e solidarietà, ben sapendo che i paesi poveri e i cittadini più poveri e vulnerabili in ogni paese, più duramente colpiti dagli effetti devastanti del cambiamento climatico, sono quelli che non ne hanno responsabilità. La transizione necessaria non potrà essere solo economica e tecnologica ma anche sociale e dovrà avere la scienza come bussola per orientare il percorso degli Stati, delle grandi forze economiche, delle comunità locali e dei singoli cittadini. Ora, si deve passare dagli impegni di Dubai agli impegni concreti nei singoli paesi, in un clima di collaborazione multilaterale che può aiutare, anche, a scacciare i venti di guerra che soffiano di nuovo forte ed a riscoprire il valore assoluto della pace e della giustizia. Uno degli atti su cui si misurerà la volontà di avviare, rapidamente ed in profondità, la transizione è la cancellazione dei sussidi ai settori ed alle imprese del carbone, del petrolio e del gas, riconvertendo queste ingenti risorse allo sviluppo massiccio delle fonti rinnovabili e delle tecnologie di risparmio dell'energia, insieme a misure di adattamento ai cambiamenti irreversibili già avvenuti. Su entrambe tali operazioni vanno messe cifre d'investimento adeguate e norme

attuative precise, sia a livello internazionale che nazionale. Il cambiamento del clima è in atto e perciò alla sua "mitigazione" deve affiancarsi una vasta azione di adattamento, dove le maggiori vulnerabilità che si sono

create: in agricoltura, sulle infrastrutture, sui dissesti idrogeologici ed i mari che si alzano, sulla salute, per le bombe di calore nelle città. Sostenendo, con urgenza, le misure di adattamento si promuove la "resilienza" di cui tanto si parla e si crea maggiore consapevolezza nella popolazione. Ormai, nessun paese può tardare nell'adottare i propri piani di mitigazione e adattamento, con le risorse, gli strumenti normativi necessari e gli obiettivi annuali da raggiungere: per l'Italia, il PNIEC e il PNACC. Tali strumenti, a livello internazionale sono chiamati NDC (Nationally Determined Contributions), ovvero ciò che ogni paese firmatario degli accordi raggiunti nelle Cop, s'impegna a fare, per mezzo di un piano d'azione nazionale per il clima, con gli obiettivi di riduzione delle emissioni di gas serra e l'adattamento agli impatti dei cambiamenti climatici. A cascata, anche le Regioni e le maggiori città dovrebbero dotarsi di tali due strumenti strategici di programmazione. Essi dovranno essere la base ed il riferimento per ogni altra pianificazione di settore. Programmazione, realizzazione e gestione corrente del complesso di tali azioni di mitigazione e adattamento pongono un grande problema di risorse da mobilitare; non solo economiche, tramite il crescente coinvolgimento degli investimenti privati, e per mezzo di una equa ed adeguata fiscalità di scopo, ma, anche, umane. Un problema enorme da affrontare, per avere presto in campo nuove competenze specifiche, con un impegno straordinario di scuola, Università ed Istituti di ricerca. C'è, infine, da attivare un'altra risorsa indispensabile: quella della responsabilità condivisa e della coesione e giustizia sociale. Se c'è una emergenza che richiede una risposta collettiva, questa è l'epocale sfida della crisi climatica. Nessuno, individuo o nazione che sia, si salva da solo. Solo insieme possiamo farcela. Buon esempio e strumento concreto per intervenire, anche dal basso, alla lotta al cambiamento climatico ed alla promozione di uno sviluppo sostenibile, oltre al cambiamento degli stili di vita e di consumo, sono le CERS, ovvero le Comunità energetiche rinnovabili e sostenibili, con le quali diversi soggetti sociali di un territorio si aggregano in forme cooperativistiche, per produrre e consumare energia elettrica pulita, da fonti rinnovabili. Impegno dal basso e impegno dall'alto, dunque. La Cop 28 di Dubai si è chiusa bene, ma, il difficile viene adesso: per attuare l'accordo, i dieci maggiori "produttori" di CO2, fra Paesi petroliferi e fortemente industrializzati che vivono e basano la loro economia su l'utilizzo di petrolio, carbone e gas, dovrebbero raggiungere, e pure in fretta, un negoziato multilaterale per concordare i rispettivi tagli alle emissioni. Nessuno si salva da solo ed a tutti i livelli serve un impegno straordinario.



LA NOSTRA PROFESSIONALITÀ AL TUO SERVIZIO



SHOWROOM



PORTE E INFISSI

Edilizia Collerolletta di Alcini Sandro
TERNI - Via dei Gonzaga 8-34
0744 300211

www.ediliziacollerolletta.it

La mobilità è importante. Soprattutto per i più fragili.



PulminoAmico fornisce mezzi attrezzati per il trasporto di persone fragili a enti pubblici, istituti scolastici e associazioni di volontariato. I mezzi vengono forniti in comodato d'uso gratuito. I costi sono coperti dagli imprenditori del territorio che, aderendo al progetto, ottengono visibilità utilizzando la carrozzeria del veicolo come spazio pubblicitario.

Ora che PulminoAmico arriva anche a Terni, Lenergia non poteva mancare.

Sul mezzo attrezzato che farà servizio tra Amelia, Terni e Narni, il nostro marchio c'è.

Dove ci sono passione e impegno, Lenergia c'è. Questo per noi è Power for Humans.

lenergia.eu



Power for Humans

LA STRADA È PROPRIETÀ' DELLE AUTO?



Carlo Santulli

Definire una zona come a traffico limitato, ovvero ZTL, dà per scontata una cosa: che la strada sia di proprietà delle auto. In realtà la strada è di tutti e le auto in circolazione, ma anche parcheggiate, limitano il passaggio di tutti gli altri utenti. È, per così dire, un paradigma, non nel senso di modo di coniugazione dei verbi, ma un archetipo filosofico, un'idea talmente innata da non doverla neanche dichiararla. In città come Terni, ma molte città a nostre vicine non sono senz'altro meglio, la strada è delle auto, e quel che resta è degli altri. Ed anche se l'auto fosse a batteria, come potrebbe (ma non ci credo tanto) accadere nel caso di cosiddetta transizione ecologica, la situazione non cambierebbe certo.

Si è tentato di fare alcuni parcheggi sotterranei, che gradatamente nel corso degli anni, sono sempre più utilizzati, anche se ci vuole tempo e fatica per

l'utente ad impraticarsi. Nessuno ama andare sottoterra, per quanto sia di pochi metri e per poco tempo. Il parcheggio sotterraneo è una soluzione preferibile, perché non sottrae spazio in superficie. In altri casi, com'è accaduto qui a largo Manni, l'area dedicata è stata realizzata in superficie (e mi permetto di dire che sarebbe stato, secondo me, bello che si fosse nello stesso tempo ricostruita la chiesa di Sant'Andrea, che rimane sotto forma di rudere, ovviamente separando con una cesura architettonica la parte originale da quella aggiunta a completamento). Meno sostenibile senz'altro, il parcheggio in superficie, anche se è lodevole il tentativo di tenere in ogni modo le auto fuori dal centro storico.

Si sono regalate le strade alle auto, che invadono ogni spazio, perfino gli scivoli per i disabili, e si sono fatte piccole concessioni, come le piste ciclabili, che ancora non formano una rete, sicché si fa fatica a circolare in bicicletta. Alcune delle piste sono state realizzate sul marciapiede, come a via Oberdan, dove ad un certo punto viene interrotta dai tavolini di un bar, che parte di quella stessa area condividono, sicché il ciclista deve scendere in strada, anche col rischio di qualche sportellata (non tutti purtroppo controllano scendendo dall'auto che non stia sorraggiungendo una bici).

A questo proposito, sarebbe utile che si stabilisse, come si fa in altri contesti, che sulle strade a senso unico, alle biciclette fosse consentito di andare in senso opposto al traffico. È meno pericoloso trovarsi le auto di fronte, e consente di prevenire le tante manovre azzardate che chi guida compie. Naturalmente anche il ciclista dev'essere prudente, ma il "sens unique sauf vélo" (senso unico salvo per le bici) in città come Parigi o Bruxelles è un'istituzione e si è constatato che permette di evitare molti incidenti (e litigate). Penso alle strade dietro via Battisti, dove si potrebbe pensare di istituire la ciclabile in senso opposto eliminando una fila di parcheggi, o anche, in sott'ordine, su parte di certi marciapiedi. Sono proposte, e questa è la mia.



LE CINDURINÀRE

Le cindurinàre èrono l'operaje de Cindurini... **da mo' ch'ha jusu!** Era lu 1886 quanno 'stu jutificiu ha 'nizziàtu a rrigime a ffa' le pèzze de juta e le bballe pe' mméttece lu grantùrcu, le patate, lu tritèllu o qquillu che je pare. A lu primu bbombardamèntu l'hanno scaricatu... e lu '45 è statu 'rcustruitu.

'N bo' de jàcchiere de chi cce laoràa...
...no' mme 'bbasta a mme la paga... ma non pòzzo lamentàmmme co' 'st'idèa 'nche se vvaga... so' ccapàci a llicenziàmmme
...lu principale ha dittu che mme taje... se io no' l'accontentu 'n quelle vaje io quillu no' lu vajo 'ccontenta... pe' quistu ch'issu mo' me sta a abbracca'
...varda 'n bo' che pporveràcciu... non ze pòle laora' se mme fermo è 'n momentàcciu... lu padrone sta' agguarda'
...non c'è ttèmpu de pulisse... mancu ppo' noi ce struciàmo pintu pintu p'arvestisse... che dde corsa ppo' scappàmo
...se ss'artàrda 'nche 'n tantinu... qui te leàno li sòrdi bbasta sulu 'n mminutinu... che dde quilli te ne scordi
...l'andru ggiorru m'è ssuccèssu... d'arria' 'n puchittu primo lu padrone a mme lu stessu... m'ha murtàtu senza stima e mm'ha dittu c'èa raggione... perché io 'rriàno primo nn'èo fattu 'n cuncrusione... lu riposu la madina
...io quanno a vvòrde ciò le cose mia... e vvado llà lu cèssu come ttanti me tàcca sopporta' quell'angaria... de quillu che mme sta lli ppe' d'avanti
...nojàndre sémo pràpiu declassate... sapissi se cche nnòmina portàmo e quanno ppo' scappàmo scelleràte... ce dicono de juta che ppuzzàmo.
 Doppo 'na "bballa" de 'nfurtùni... le cindurinàre se so' svejate...
"Riducémo lu laoru... se scoppiamo è ccorba loro"
"Noi volémo più ssalariu... pe' 'n mmagna' 'n bo' più vvariu"
"Quarce ppostu pe' mmagna'... do' 'n se pòle 'mporvera"
"Noi volémo sicurezza... la salute è 'n'incertezza"
 ...dòppo 'stu fattu, co' ttutte 'lle bballe de juta che c'èa, Cindurini s'è 'nventatu andri tipi de "bballe", andrettàntu "porverose", pe' ppo' llicenzia' 'lle purittàcce. Lu '72, lu jutificiu, co' 'na bbattuta d'occhiu vène jusu!

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



Link video
<https://youtu.be/MMh1NK4CqWM>



Paolo Casali





autocarrozzeria







RISPLENDI SULLA STRADA

LUCIDA I FARI

DELLA TUA AUTO

Migliora la **visione** e la **guida notturna**

SAN GEMINI - via Enrico Fermi 20 - Tel. 0744 241761 - 392 9469745

info@sipacegroup.com www.sipacegroup.com



PROGETTARE LA COMUNICAZIONE
dare forma alle idee








www.provisiongrafica.it

f graficaProVision @ provisiongrafica

DAI LIBRI ALLE SCULTURE, IL DRAGO SIMBOLO DI TERNI



Elena
Ceconelli

Stemma e simbolo del comprensorio ternano è il drago, anche detto Thyrus. La scelta deriva da una leggenda che cita Elia Rossi Passavanti nel libro "Interamna Nahars", dove si parlava di "un mostro orribile, simile ad un drago o un serpente alato che dimorava nei terreni paludosi presso la Chiusa. Gli abitanti di questa località morivano soffocati dall'alto pestifero dell'animale. Per questo un giovane, armato, osò sfidare il mostro che si nascondeva tra la vegetazione della palude e lo uccise. Proprio in ricordo di questa vicenda, si narra che Terni abbia voluto porre la chimera verde nel suo blasone". Questa è solamente una delle tante leggende che circolano in Umbria, soprattutto nelle zone ricche di corsi d'acqua, in cui si formano zone paludose. E Terni ben si adatta a questo, essendoci il fiume Nera, il fiume Velino e il torrente Serra. Le leggende proseguono, o meglio, i racconti su questo drago alato. Tanto da mutare anche nella sua natura e diventare un drago dispettoso, giocoso e divertente, così come è descritto nel libro "Del Thyrus e dei suoi versi" realizzato dalla giornalista Marta Rosati e illustrato da Alfonso Amarante, uscito a giugno. Il libro narra, sotto forma di filastrocca, in stile fiabesco, le avventure di una delle leggende più conosciute a Terni. I destinatari dell'opera sono principalmente i più piccoli, a cui si rivolgono anche i disegni, ma Marta e Alfonso hanno voluto stuzzicare anche la memoria dei grandi per andare alla scoperta delle radici più mitologiche della città. Ma il Thyrus non



è solo rappresentato e omaggiato tramite le pagine di un libro, a lui sarà dedicato anche il monumento più alto d'Italia. Si tratta della scultura che sarà posizionata nella rotonda Filippini, tra il fiume Nera e l'ingresso del polo museale Caos. Il drago più grande d'Italia, con i suoi cinque metri d'altezza, è pronto a dispiegare le ali. L'idea dell'opera è nata dallo scultore Marco Diamanti e dall'associazione culturale chiamata non a caso "Thyrus". Il gruppo è formato da giovani professionisti e artisti ternani. Il monumento è realizzato in lamine d'acciaio di 6 mm di spessore sovrapposte tra loro e intervallate da spazi vuoti, tramite la tecnica dello "sliced", cioè "affettato", possibile grazie all'utilizzo delle nuove tecnologie che consente di giustapporre i livelli con diversi materiali. Il Thyrus non sarà il drago della tradizione ma sarà più moderno, al passo con i tempi e stilizzato, con una propensione al dinamismo e all'innovazione, metafora a cui deve, secondo gli ideatori, tendere anche Terni. Ad oggi il basamento nella rotonda Filippini c'è. Attualmente c'è una pausa tecnica legata ad alcuni cambiamenti ingegneristici dell'opera, ma a breve si partirà con il taglio, che impegnerà un paio di mesi, poi seguirà l'assemblamento e il posizionamento. Non resta che aspettare con ansia e con entusiasmo il drago per Terni, per le giovani generazioni ma anche per l'Italia, diventando magari un punto di riferimento e di ispirazione anche per le altre regioni italiane, orgogliosi e fieri della nostra tradizione e del nostro evolversi e guardare sempre in prospettiva e in alto, così come in alto sarà il drago, il nostro.



LEGGERE FA BENE ALLA SALUTE

Le parole sono atti di identità (Gheno, 2019)

La lettura per diletto non ha vincoli. I benefici della lettura sono molteplici: sostanziali progressi cognitivi, miglioramento nella capacità di calcolo, successo nella comprensione della lettura, ampliamento della piattaforma linguistica, elaborazione di una scrittura narrativa più ricca. Leggere mantiene attive le funzioni mentali, quali la memoria, l'attenzione, la concentrazione, il ragionamento. In Inghilterra, leggere ad alta voce è obbligatorio. I bambini riferiscono che leggere li fa sentire in un altro posto. Ma è verissimo! "Quando le montagne cantano" si è immersi nell'essenza del Vietnam, "Metà di un sole giallo" nell'intricante Africa, "Lungo petalo di mare" nel Cile di Pablo Neruda. Nella lettura condivisa, noi siamo ciò che leggiamo, guardiamo, ascoltiamo. È importante il ritmo, la sincronizzazione degli sguardi,

le abilità socio - comunicative, la respirazione. È la voce che dà vita allo spettacolo, in quanto stabilisce un contatto, manifesta i significati, agisce sugli ascoltatori, dà corpo e consistenza alla narrazione. Il processo della lettura, s'intesse nel processo di apprendimento, come comprensione del mondo e viaggio individuale che può essere condiviso, al fine di sviluppare competenze volte a formare cittadini maturi e responsabili. La *Reading Literacy* è la capacità di comprendere ed utilizzare testi scritti e di riflettere su di essi, sviluppare delle conoscenze per svolgere ruoli importanti nella società. *Engagement in Reading* è invece l'atto di dedicarsi alla lettura, grazie ad una spinta motivazionale capace di influenzare il tempo che lo studente decide di dedicare alla lettura stessa. Il lettore non è mai completamente passivo, tutt'altro, è coinvolto emotivamente, si immedesima nei personaggi, sviluppa la capacità di entrare in empatia con l'altro. La sfera dei sentimenti e delle emozioni, lasciano spazio all'immaginazione, alla fantasia. *Le parole sono atti di identità*, perché plasmano, motivano, orientano il nostro comportamento, sono un'occasione di consapevolezza del sé, della propria condizione. La lettura offre la possibilità di accogliere e riconoscere la diversità e promuovere la bellezza delle differenze. La lettura è un diritto di tutti e di ciascuno, va promossa anche come occasione di speciale normalità, di dialogo e meticciamiento tra risorse comuni e linguaggi specifici. Ogni scuola dovrebbe avere ambienti di lettura sociale. Nella narrazione i bambini e le bambine imparano a connettere esperienze, a prevedere conseguenze, a fare deduzioni, a rendersi conto di una mancata comprensione, a riconoscere che ogni nuova scoperta può sovvertire la conoscenza acquisita. Essi si identificano con i protagonisti, si riconoscono nelle varie vicende, condividono esperienze ed emozioni. Il senso di familiarità è rassicurante, perché ci sono storie scritte apposta per loro, si tratta di una letteratura del riconoscimento e dell'appartenenza. La sfida è saper tessere insieme i diversi saperi e la pluralità di codici, nella complessità di un mondo globalizzato.



Samuela
Dolci

LA VOCE DEI GIOVANI

Intervista a Vittoria Dagrada
Liceo Classico G.C. Tacito, 1°F

VITTORIA TI PIACE LEGGERE? QUANTO TEMPO DEDICHI ALLA LETTURA?

Sono una ragazza di 16 anni, ho iniziato a leggere i libri con più frequenza in questo periodo di adolescenza. Durante l'estate ho più tempo e maggiore attenzione da dedicare alla lettura.

QUALI SONO I GENERI LETTERARI CHE PREDILIGI?

Mi appassionano soprattutto i romanzi. Ad esempio, gli ultimi sono stati "All your perfects" di Colleen Hoover e "L'insostenibile leggerezza dell'essere" di Milan Kundera. Questi due libri in particolare hanno catturato la mia attenzione.

QUANDO LEGGI UN LIBRO E POI SCOPRI CHE NON TI PIACE COSA FAI?

Mi è anche capitato di leggerne altri che poi ho trovato pesanti e ho deciso di lasciare incompiuti, a metà, magari ripromettendomi di ricominciarli, ma senza davvero riuscirci.

SECONDO TE PERCHÉ A SCUOLA È IMPORTANTE CREARE AMBIENTI DI LETTURA?

Magari, ambienti di lettura a scuola! In primo luogo, perché è qualcosa che ti apre la mente e riesce a renderla più elastica; in secondo luogo, perché potrebbe essere un modo per socializzare con altre persone e trovare interessi comuni, sui libri, sugli autori.



DAJE CO' STO PAMPEPATO 2023!



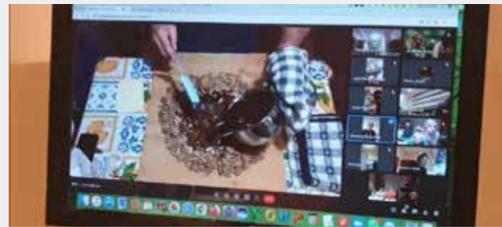
Alberto Ratini

Grazie a "Daje co' sto pampepato 2023" per la terza volta i soci della condotta Slow Food Interamna Magna - Terni hanno potuto partecipare collettivamente da casa propria alla tradizionale preparazione comunitaria del pampepato ternano, il dolce natalizio per eccellenza della nostra città. E anche quest'anno l'iniziativa è stata un grande successo con oltre 30 partecipanti!

Ma andiamo per ordine. L'idea è nata durante il recente periodo di reclusione causato dal covid e faceva parte di una serie di iniziative che noi della condotta Slow Food di Terni avevamo pensato per non lasciare soli i nostri soci, visto che non erano possibili o comunque agevoli le attività in presenza. Così in quell'anno e mezzo, collegati con dei meeting online ed ogni volta con una guida esperta, abbiamo organizzato proprio come se fossero in presenza una serie di iniziative che hanno riscosso grande successo. Dalla degustazione di formaggi prodotti dal Caseificio Montecristo col casaro che li illustrava, alla preparazione di una ricetta ormai dimenticata con i penchi, una antica pasta umbra, fino alla realizzazione della frittata pasqualina con le erbe. La chiave del successo di queste iniziative è stata quella di abbinare agli eventi online un kit di prodotti ed ingredienti di alta qualità già dosato e preconfezionato che poteva essere ritirato dal singolo partecipante presso un unico fornitore: questo ha permesso a chiunque di partecipare con facilità e con la quasi certezza del risultato finale, a prescindere dalle proprie capacità.

"Daje co' sto pampepato 2023" ha quindi sfruttato al meglio l'esperienza degli anni precedenti unita alla maestria di Francesco Maria Giuli, designer pasticciere, che ha guidato passo passo i partecipanti alla realizzazione dei pampepati, mostrando e commentando in diretta quello che faceva: durante la preparazione Francesco ha anche fornito informazioni sugli ingredienti con le loro caratteristiche, così come notizie storiche e curiosità sul dolce ternano, che anche quest'anno è stato realizzato seguendo la antica ricetta della famiglia Argenti, a nostro avviso una delle più equilibrate.

Il kit di ingredienti è stato approntato da Luca della Cioccolateria Calvani di Terni con cioccolato, frutta secca, spezie e tutto il necessario con prodotti di altissima qualità: i partecipanti hanno ricevuto qualche



ora prima dell'evento, una mail con le informazioni preliminari sulla tostatura della frutta secca e su quanto era necessario predisporre, in modo da contenere la durata del tutto in un'oretta e procedere facilmente insieme di pari passo. Il pampepato è infatti un dolce all'apparenza facile da realizzare, ma prevede tutta una serie di passi ben determinati nel predisporre e poi aggiungere all'impasto gli ingredienti necessari fino alla cottura. E partendo dai prodotti del kit, Francesco Maria ha seguito i partecipanti indicando sullo schermo il percorso a tutti, ma aiutando poi i singoli che hanno richiesto il suo intervento proprio al momento in cui era necessario per dirimere dubbi e superare eventuali problemi durante la realizzazione. Una sorta di "tutoraggio" collettivo realizzato tra amici, ma che come ormai è dimostrato, riesce a portare ad un ottimo risultato finale anche chi non ha particolari capacità con i dolci, compreso chi vi scrive che dopo i vari e maldestri tentativi del passato, per la terza volta ha creato un pampepato davvero squisito.

Dopo un bel brindisi, il meeting si è chiuso con le tradizionali indicazioni sul confezionamento del pampepato che ne permette un'ottima conservazione anche per mesi, anche se, come dimostra l'esperienza, ciò è sempre più difficile...

Suggeriamo a chi volesse partecipare anche a questo tipo di iniziative o ai pampepati l'anno prossimo, di iscriversi a Slow Food fin d'ora per essere avvisati al momento opportuno, avere accesso a tutte le nostre attività del 2024 e soprattutto per sostenere il nostro grande movimento nella tutela del cibo "Buono Giusto e Pulito" e quindi a difesa del nostro bistrattato pianeta.

Tutte le informazioni su

www.slowfoodinteramnamagnaterni.org

e alla mail interamnamagna@gmail.com

IL CANTONIERE

C'era una volta il cantoniere, operaio addetto alla manutenzione e al controllo di un tratto di strada. La civilizzazione, la storia e la cultura dei vari popoli è stata permessa anche dalla costruzione delle strade, che tuttavia necessitano di una costante manutenzione. Per questo motivo nel XIX secolo in Italia, vi fu la suddivisione delle strade in **cantoni**, tratti lunghi 3/4 km. Il cantoniere, per motivi lavorativi, aveva l'obbligo di risiedere sul luogo del servizio, in case situate ai margini di ciascun cantone, da qui il termine Case Cantoniere. Erano tante ed erano pure belle. Diciamo che si facevano notare, non fosse altro per quel color rosso pompeiano che le contraddistingueva, la scritta "casa cantoniera" accompagnata dal numero della strada statale e del chilometro corrispondente, sulla quale quegli edifici si affacciavano. Le Case Cantoniere, appunto, preziosissimo presidio del territorio che negli anni ha completamente cambiato il suo volto. Una delle tante vittime dei "tagli" alla spesa pubblica che con gli anni ha finito per trovarsi, in buona parte, in uno stato di abbandono e inutilizzo. Quel ricco patrimonio immobiliare oggi è quello che è, con poche varianti. Queste case sono ancora visibili lungo le principali vie di comunicazione ma nelle strade meno importanti non c'erano e il cantoniere doveva comunque abitare in una casa situata sul cantone di competenza. L'attrezzatura del cantoniere consisteva in una carriola, zappa, pala, uno scopone fatto di erica (vedi Scopone su La Pagina del dicembre 2021), un palo metallico a punta da infiggere nel terreno, sovrastato da un ovale contenente il numero del cantone, e un berretto con visiera. In quel tempo si era sparsa la voce fra i contadini che tutti gli alberi da frutto che si trovavano entro i metri di competenza della strada comunale o provinciale erano di proprietà della strada e quindi la raccolta dei loro frutti spettava al cantoniere. Si trattava spesso di grandi alberi di noce, di bagolaro o di olivo piantati dagli antenati dei proprietari dei campi prospicienti la strada. Negli anni '50-'60 del secolo scorso, molte strade erano bianche, cioè non asfaltate, e bastava una giornata di pioggia consistente per modificare il piano stradale, riempendolo di buche e ammuccchiandone la sabbia più fine ai lati della strada stessa. Allora il cantoniere arrivava sul posto, piazzava il palo metallico nel terreno - era quasi come timbrare l'inizio dei lavori se fosse passato un ispettore - e incominciava a riparare i danni del maltempo. Se invece scoppiava un temporale l'operaio indossava una incerata - l'impermeabile dell'epoca era fatto di tela cerata - e correva nel punto a lui noto dove era necessario deviare una eventuale irruzione dall'alto dell'acqua piovana in modo che facesse meno danni possibili al cantone di sua competenza. Sembra che le attuali

alluvioni abbiano fatto così tanti danni anche perché sulle strade delle nostre colline non ci sono più i cantonieri che, oltre a fare manutenzioni, sapevano anche dove intervenire. Fra i cantonieri c'era anche qualche marpione che approfittava del suo stipendio per andare a caccia o per fare lavori agricoli nel proprio terreno confinante con la strada. Bastava piantare il palo segnaletico sul tratto apposito dove c'era magari una quercia con l'edera matura, molto appetita da tordi, merli e cecafelle (tordo sassello), o un oliveto con olive anch'esse mature, e mettersi a cacciare. Per fare questo in sicurezza bisognava essere vigili e attenti a qualsiasi motore in avvicinamento. Sapendo che il capo cantoniere viaggiava su una moto Guzzi Galletto, appena ne riconosceva il rombo lungo i tornanti della strada, nascondeva il fucile nel bosco, si slacciava la cintura calandosi i pantaloni e risaliva sulla strada ritirandosi su proprio nello stesso momento dell'arrivo del capo dimostrando di essere andato a soddisfare un impellente bisogno corporale.



Vittorio Grechi



É ora di elevarsi...

The image shows the interior of an elevator. The walls are dark grey with metallic handrails. The floor is dark. The elevator doors are closed and feature the large, stylized 'BMP' logo in a light blue color with a gradient. Above the doors is a small indicator panel with a downward-pointing triangle and an upward-pointing triangle. A large, bright light fixture is visible on the ceiling.

BMP

Elevatori su Misura

soluzioni
tecnologiche
per il trasporto
verticale

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