

# POGGIO

**BMP**

Elevatori su Misura

Numero 217 SEEMBRE 2024

Mensile a diffusione gratuita di attualità e cultura

## ORL IN MUSICA: viaggio nella voce!



**14** SETTEMBRE  
2024  
ORE 18.00

PALAZZO GAZZOLI - TERNI

nuova  
**GIALENO**  
Fisioterapia e Riabilitazione



Zona Fiori, 1 - Terni - Tel. 0744 421523 - 0744 401882  
[www.galenoriabilitazione.it](http://www.galenoriabilitazione.it)

Dir. San. Dr. Michele A. Martella - Aut. Reg. Umbria DD 7348 del 12/10/2011

# BMP

Elevatori su Misura

vicini a voi, per portarvi sempre più in alto

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

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

soluzioni  
tecnologiche  
per il  
trasporto  
verticale



www.bmplift.it

## 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

4. A che punto siamo S. Raspetti
5. Dottorato di ricerca nel settore AFAM Briccialdi
6. La risposta alla domanda fondamentale della vita... A. Melasecchi
7. Nuovo nido d'infanzia di Santa Maria del Rivo Don L. Andreani - P. Maurini
8. Emil e Dana S. Lupi
9. LENERGIA
9. La discectomia percutanea per l'ernia del disco lombare V. Buompadre
10. Le prospettive di riforma del consiglio di sicurezza dell'ONU R. Rapaccini
11. ARPA
12. Dalle merangole alla foresta G. Porrazzini
13. La nuova guida della Cascata delle Marmore
14. CONVEGNO: Supporto circolatorio extracorporeo
15. Pediculosi del Capo Farmacia Marcelli
16. Azienda Ospedaliera Santa Maria di Terni
18. Farina ed Acqua F. Battaglini
18. VILLA SABRINA - residenza protetta
19. PIERA Salute e Bellezza
19. Tomosintesi Mammaria L. Fioriti
20. La Città asiatica delle truffe online F. Patrizi
21. La sòcera e lu "ghinnese de li primati" P. Casali
21. CI SENTI
22. Scrivere & Descrivere S. Dolci
23. Non solo parole... lo yoga e le sue emozioni Nido d'Infanzia Coccinella
23. IDROCALOR
24. Narni e il Cinema, un legame indissolubile E. Ceconelli
25. La visita senologica ECOGUIDATA M. Vinciguerra
25. RIELLO - Vano Giuliano
26. Informatica a 360° R. Vittori
27. Qualche considerazione moderatamente coraggiosa C. Santulli
27. SIPACE Group
28. Bernhard Gillessen A. M. Bartolucci
29. La medicina estetica non va in vacanza A. Crescenzi
29. VILLA SAN GIORGIO - residenza per anziani
30. I vestiti del Contadino e la Sarta paesana V. Grechi
31. OTTICA MARI
32. MOLO UMBRO

**RL IN MUSICA:**  
viaggi nella vce!

GRAZIE AL SOSTEGNO DI:

COMEDICA Servizi per la salute  
SALVATI DIAGNOSTICA LA BUONA SALUTE  
STUDIO ANTEO  
Ing. Leonardo Temperoni C.E.U. TRIBUNALE DI TERNI N. 1208/1275  
IMPRESA EDILE MORETTI MAURO

# A CHE PUNTO SIAMO



Sandra Raspetti

Senza piena consapevolezza stiamo vivendo, tutti, un epocale cambiamento di scena. Sull'immenso palcoscenico terrestre si alternano vicende umane drammaticamente ancorate al passato, alla verità assoluta di un dogma e società pronte a barattare la vita reale con la vita virtuale.

Lo scontro è in atto e le armi usate possono essere ordigni di guerra come strumenti altamente tecnologici non letali, non offensivi, ma ugualmente capaci di annullare la volontà, la capacità intellettuale dell'uomo rendendolo preda di un mondo illusorio.

L'umanità si dibatte tra due ere a confronto che sembrano fronteggiarsi e sfidarsi. Le guerre in atto esplodono per ragioni remote, per contrasti culturali appartenenti a vicende scaturite da differenze ideologiche, religiose, da motivazioni economiche mai risolte, mai sepolte.

Il tentativo è quello di mantenere un ciclo storico ormai agonizzante che mostra l'arresto totale di un sistema culturale che non è progredito nel tempo, che non ha accolto i progressi della scienza di cui l'uomo è artefice. Siamo tutti protagonisti e spettatori di un'era di transizione con tutti i suoi contrasti, le sue divergenze, con il bisogno, da una parte, di conservare una realtà nota e consueta, ma sul viale del tramonto e, dall'altra parte, la consapevolezza di dover affrontare un mondo nuovo, un'era storica che sta avanzando e non può essere fermata. Lo scontro tra modalità culturali contrastanti è l'inevitabile conseguenza per ogni popolo in bilico tra passato e futuro. Ogni giorno passa apparentemente sempre uguale: stessi affanni, speranze e illusioni per sopravvivere, stesse certezze da proteggere e conservare...eppure... Il giorno, nella sua accezione temporale, passa anche in tempo di guerra, stravolto dalla follia dell'uomo, per riempire le pagine di storia da lasciare alle generazioni future. Sì, si sta scrivendo la storia: mentre una parte dell'umanità si appropria di ogni invenzione della tecnica per goderne i benefici, altre parti si annientano con armi costruite dalla stessa scienza. Sì, è questa un'era di transizione,

pericolosa, distruttiva, povera di ideali, impreparata al nuovo, abbarbicata al vecchio, disorientata e confusa. L'ingegno umano, inarrestabile, impone cambiamenti, ma l'umanità è impreparata. Uno sguardo su un mondo brulicante di individui lascia sgomenti: 8 miliardi attualmente di uomini, ciascuno con una sua coscienza, una sua consapevolezza, una sua identità, solo sua, irripetibile...quindi 8 miliardi di coscienze diverse, di modi di essere contrastanti, con visioni di vita divergenti. Sarà possibile un tentativo di intesa tra esseri umani? Sarà possibile accettazione, convergenza di idee tra popoli? Forse no. Nel tempo, lentamente, l'uomo si è dato delle regole, ha accolto condotte di vita per garantire una pacifica convivenza, ma non è mai riuscito ad andare oltre l'ego che ha sempre condizionato pensieri ed azioni. Economia e politica da una parte, hanno soddisfatto i bisogni contingenti della materia, i dettami delle varie religioni, dall'altra, hanno tranquillizzato lo spirito. Tre pilastri su cui si sono edificate le sorti dell'umanità e che nel tempo si sono sgretolate fino a diventare una parvenza di esse. La politica appare impastata da "suggestioni" ideologiche non da ideali di giustizia, di equità, di ritrovata dignità che due guerre avevano fatto riemergere dopo aver massacrato per decenni la coscienza di un popolo. Così l'economia, famelica e vorace come mai, sembra adoperarsi a creare dislivelli sociali tali da provocare "diaspore" vere e proprie, fughe disperate alla ricerca di un benessere mai avuto. In nome del potere, della volontà di sopraffazione si arriva a usare il nome di Dio come promotore di lotte contro un altro popolo, a sua volta, guidato da un altro Dio. Non è mai cessata, progresso o no, l'eterna guerra degli Dei sull'Olimpo. Intanto, mentre così stanno le cose, avanza un futuro intuibile, ma anche inimmaginabile per un uomo che, per molti comportamenti, sembra essere ancora ai primordi. Per agire bisogna sapere, per sapere bisogna conoscere, per conoscere bisogna eliminare ignoranza, sottocultura e prepararsi all'uso di strumenti tanto utili quanto distruttivi e pericolosi. Sarà l'uomo come sempre artefice ed unico responsabile del suo futuro, ma solo con le armi della cultura potrà avere consapevolezza del suo percorso di vita, degli obblighi etici verso la società, solo con una dose notevole di cultura saprà affrontare i cambiamenti inevitabili anche a livello comportamentale, relazionale ed emozionale. Lo scontro tra intelligenza umana e intelligenza artificiale è appena iniziato e preannuncia esiti imprevedibili e complessi da gestire. Siamo tra due periodi storici, siamo contemporaneamente fine e principio. Un lungo periodo di assestamento, poi...un'era nuova. Il passato apparterrà, come giusto, alla storia dell'umanità, per ricordare che niente nasce dal nulla, che ogni effetto ha la sua causa, le sue radici nel passato.

La domanda da porsi è: "A che punto siamo?" La risposta: "Barcollando, ma ce la faremo"



# DOTTORATO DI RICERCA NEL SETTORE AFAM

Dopo 25 anni dalla promulgazione della legge 508 del 1999 che lo annunciava, il MUR ha istituito il Dottorato di ricerca nel settore AFAM (Alta Formazione Artistica e Musicale), che costituisce il III ciclo della formazione accademica, con focus sulla formazione alla ricerca. La cosa è stata possibile a seguito dell'impulso dato dai fondi europei del PNRR, che finanziano quasi completamente le borse di studio erogate nell'anno accademico 2024/2025 nel settore dell'alta formazione artistica e musicale.

Nel settore AFAM, il Dottorato è del tutto analogo a quello universitario: i dottorandi hanno stessi diritti e doveri, e percepiscono una borsa di importo uguale ai loro colleghi universitari, comprensiva dei versamenti contributivi. Tale tappa rappresenta un passo importante nel completamento del processo di riforma dell'alta formazione artistica e musicale. Il Briccialdi è capofila di cinque Conservatori di musica del centro-nord Italia; oltre Terni, infatti, anche i conservatori di Fermo, Latina, Mantova, Ravenna si sono riuniti in cordata per l'istituzione del Dottorato di ricerca in *Musica, Design, Arte, Territori*.

Per quest'anno (ciclo XL dall'istituzione italiana del Dottorato di ricerca), ogni Dottorato AFAM propone uno o più ambiti di ricerca prestabiliti, come richiesto dalle missioni del PNRR europeo. Non è dunque possibile per i candidati proporre un tema di ricerca libero: ogni proposta da loro fatta deve necessariamente convergere sotto uno degli ambiti progettuali proposti dal dottorato di riferimento.

Per il Dottorato in *Musica, Design, Arte, Territori* tali ambiti di ricerca sono legati ai territori ove i 5 Conservatori hanno sede, di cui si mira in primis a valorizzare le caratteristiche peculiari legate alla musica e all'arte locale.

Le domande pervenute sono state 48; la Commissione, in base alla qualità dei progetti di ricerca proposti, ha ammesso alla prova orale 19 candidati



tra cui verranno selezionati coloro che accederanno al Dottorato.

I concorrenti ammessi a frequentare l'iter di ricerca, percepiranno per tre anni una borsa di studio mensile; quest'anno i fondi sono messi a disposizione dal PNRR con un cofinanziamento chiesto a istituzioni finanziatrici che sostengono i Conservatori della cordata (per il Conservatorio di Terni è la Fondazione Carit).

Il godimento dei fondi PNRR è soggetto a vincoli piuttosto stringenti per i futuri dottorandi: per esempio, essi dovranno necessariamente trascorrere all'estero un periodo di ricerca di 6-12 mesi, e

un periodo di stage di 6-18 mesi. La filosofia alla base di questa elargizione di fondi europei è, infatti, la promozione dell'inserimento nel mondo del lavoro dei giovani interessati alla ricerca innovativa.

Non solo, quindi, un inizio di anno accademico ricco di novità, ma il raggiungimento di una tappa "storica" del processo di trasformazione dell'AFAM, che vede il Conservatorio "Briccialdi" in prima fila fra i Conservatori d'Italia in un ambito che sicuramente offrirà nuove e interessanti prospettive per gli studenti.

dammi il 5  
per 1000 note

a te non  
costa nulla  
al tuo Briccialdi  
serve... Grazie!

CONSERVATORIO STATALE DI MUSICA  
G. Briccialdi di Terni  
ISTITUTO SUPERIORE DI STUDI MUSICALI

Codice fiscale 91052640553

# LA RISPOSTA ALLA DOMANDA FONDAMENTALE DELLA VITA...



Alessia Melasecche

"La risposta alla domanda fondamentale sulla vita, l'universo e tutto quanto è... 42". Questa frase, tratta dal celebre romanzo di Douglas Adams "Guida galattica per gli autostoppisti", ha affascinato generazioni di lettori e appassionati di fantascienza, trovando eco in numerosi ambiti della cultura popolare e scientifica. Ecco alcuni curiosi esempi che legano finzione e realtà.

Partiamo dalla Scienza. Il legame tra il numero 42 e l'esplorazione spaziale è stato celebrato dalla missione NASA/ESA/Roscosmos Expedition 42. Il manifesto della missione non a caso richiamava la locandina del film del 2005 ispirato alle opere di Adams, un omaggio visivo che ha reso la missione ancora più iconica. Peraltro, tra i protagonisti della spedizione a bordo della Stazione Spaziale Internazionale (ISS), c'era l'astronauta italiana Samantha Cristoforetti, che ha intitolato il blog divulgativo con cui ha tenuto aggiornato il pubblico sull'andamento della missione, proprio, "Avamposto42", un altro chiaro riferimento all'opera di Adams. Ma il legame tra 42 ed esplorazione spaziale non si ferma qui. La StarShip SN8, creata da SpaceX di Elon Musk e lanciata il 9 dicembre 2020, aveva inciso il numero 42 su uno dei motori. Dettaglio che non è passato inosservato agli appassionati di spazio e fantascienza.

A dimostrazione di come il numero abbia un impatto duraturo e trasversale anche nelle arti musicali, si possono citare due casi: l'album "Viva la Vida or Death and All His Friends" dei Coldplay include un brano intitolato "42", dove vengono evocate le stesse domande esistenziali poste da Adams, e poi ci sono i Level 42, popolare band funky britannica degli anni Ottanta.

Il fascino di 42 si estende anche nel mondo del digitale. La calcolatrice della versione inglese del motore di ricerca Google conosce la risposta alla domanda sulla vita, l'universo e tutto quanto: basta chiederle "the answer to life, the universe and everything" per ottenere 42. Anche l'assistente digitale di Amazon, Alexa, ha 42 come numero preferito. Inoltre, su iOS, l'assistente digitale Siri risponde spesso con "42" alla domanda "qual è il senso della vita?", così come l'Assistente Google. Tutti più o meno criptici omaggi alla grande domanda della vita.

Il numero 42 ha fatto la sua apparizione anche sul grande e piccolo schermo. La puntata finale della serie animata "Buzz Lightyear da Comando Stellare" si intitola proprio "42", un chiaro omaggio alla famosa risposta. Nel film "Guardiani della Galassia Vol. 2" della Marvel, il numero 42 appare nei titoli di coda, trasformandosi in una costellazione, un dettaglio che i fan più attenti non hanno potuto non notare!

Ovviamente la risposta alla domanda fondamentale dell'universo, della vita e di tutto quanto è più di un semplice numero e sta ad ognuno di noi darne la sua personale interpretazione, ma è evidente che il numero 42, nato come una battuta di spirito in un romanzo di fantascienza, sia diventato in qualche modo un simbolo. Dalle missioni spaziali ai testi delle canzoni, dalle calcolatrici dei motori di ricerca agli assistenti virtuali, la risposta alla domanda fondamentale dell'universo continua a suscitare curiosità e fascino, ricordandoci l'importanza di mantenere sempre una mente aperta indipendentemente dal fatto che ci sentiamo più sognatori, o scienziati o artisti.



# IL NUOVO NIDO D'INFANZIA DI SANTA MARIA DEL RIVO A TERNI

## UN'ECCellenza EDUCATIVA DOVE IL BAMBINO È AL CENTRO

L'asilo parrocchiale di Borgo Rivo, fondato nel 1942 grazie alla marchesa Maria Nembrini Gonzaga, è un istituto formativo d'eccellenza, che per oltre ottant'anni ha accompagnato varie generazioni del territorio. A gestirlo, sin da allora, sono le suore Figlie dei Sacri Cuori di Gesù e di Maria fondate dalla beata Eugenia Ravasco, ancora oggi un punto di riferimento per la crescita integrale culturale, religiosa, e sociale di tanti bambini e famiglie. Dall'anno 2000 la scuola è situata nel nuovo complesso parrocchiale, che ha ulteriormente qualificato la vocazione formativa mirando alla graduale autonomia, all'esplorazione e alla crescita relazionale dei bambini. È per questo che la scuola, come "seconda casa", punta sulla qualità di ciò che la circonda: dal confort degli ambienti alle ricette coinvolgenti, dalle esperienze con le famiglie al metodo educativo, che si associa all'allegria delle suore e delle maestre, ma anche all'accurata selezione degli ingredienti con cui vengono preparati i pasti prodotti dalla cucina interna. In questi ultimi anni la proposta formativa si è arricchita di personale docente giovane e altamente qualificato che si integra con le famiglie, fino alla scelta di aprire un nido per assecondare le esigenze familiari – da settembre 2024 – per la fascia 6-36 mesi. Un ulteriore supporto all'impegno educativo dei genitori, in vista della continuità con la scuola dell'infanzia e di un'eccellente integrazione scolastica. L'obiettivo, infatti, è promuovere lo sviluppo armonico del bambino integrato alla funzione educativa dei genitori, che sono coinvolti come parte integrante nel percorso

di crescita. Il nuovo nido, dotato di arredi moderni, con angoli pedagogici accoglienti e colorati intende poi favorire la continuità con la scuola dell'infanzia (3-5 anni) già esistente nell'istituto. Il nuovo nido, progettato dall'architetto Francesco Andreani, è stato allestito grazie al sostegno della Fondazione Cassa di Risparmio di Terni e Narni e del Comune di Terni, che dimostra l'attenzione verso un istituto dove la storia non è solo un valore aggiunto ma anche una garanzia di qualità; qui i bambini sono al centro di un percorso di vita solida, operosa e aperta ora ai primi "vagiti", perché diventino presto parole e gesti di tanti "onesti cittadini" che facciano la differenza "in mezzo alla società" – come amava dire la beata Eugenia, dove i valori, quelli autentici, sono al primo posto.

Don Luca Andreani Direttore della Scuola dell'infanzia e la Prof.ssa Patrizia Maurini



**nuovo NIDO**

**PROSSIMA APERTURA**  
2 Settembre 2024

**NIDO D'INFANZIA**  
Parrocchia di Santa Maria del Rivo

Per bambini da 6 a 36 mesi  
dal lunedì al venerdì dalle 7:30 alle 16:30  
con possibilità di prolungamento alle 18:30

giardino, lingue inglese,  
mensa interna qualificata

rivolgersi alla Scuola dell'Infanzia  
(dai 3 ai 6 anni)  
via del Rivo, 32 0744 300147

santamariadelrivo

# EMIL E DANA

## UNA BELLA STORIA TRA SPORT ED AMORE



Stefano Lupi

Erano nati lo stesso giorno Dana ed Emil, il 19 settembre del 1922. Il destino volle che condividessero non solo la data di nascita e la regione di provenienza (la Moravia-Slesia, a nord dell'attuale Repubblica Ceca), ma anche i trionfi olimpici. Il 24 luglio del 1952 ad Helsinki, nello spazio di un'ora, vinsero entrambi l'oro: Emil nei 5.000 metri e Dana nel giavellotto. I successi ed i loro baci in quella Olimpiade magica sono nella galleria del tempo accarezzando, ancora oggi, il cuore degli sportivi di tutto il mondo. Questa è la storia di Emil Zatopek, uno dei grandissimi dell'atletica, forse il migliore fondista di tutti i tempi, e dell'ottima giavellottista Dana Ingrova Zatopekova, sua moglie. Si conobbero subito dopo la Seconda Guerra Mondiale, alle qualificazioni olimpiche per i Giochi di Londra 1948. Emil stacca il pass, Dana è in pedana alle prese con il giavellotto: sarà la prima cecoslovacca a lanciare oltre i 40 metri. Zatopek andò a congratularsi per il risultato, tra sguardi furtivi e timide parole scoprirono di essere nati nello stesso giorno. Lì probabilmente Cupido scoccò la freccia, unendoli poi per la vita. Dopo aver vinto le sue medaglie (oro nei 10.000 ed argento nei 5.000), Emil acquistò a Piccadilly due anelli. Tornati a casa si sposarono: "Io e Emil abbiamo vissuto dentro una

fiaba" - amava ricordare Dana - "ancora adesso, se penso a quel nostro viaggio a Londra, da innamorati e da atleti, mi sembra di sognare. Quell'esperienza ha segnato tutto il resto della mia vita. Forse non sarebbe stato così meraviglioso se non avesse avuto la cornice dello spirito olimpico, quasi una benedizione laica". Quattro anni dopo entrarono nella storia mondiale dell'atletica: "Eravamo più innamorati e più forti" amava ricordare Dana. Ad Helsinki '52 Zatopek vinse l'oro nei 5.000, 10.000 metri e nella maratona. Mentre Emil stava correndo i 5 mila, Dana era negli spogliatoi, aspettando la sua gara. Udendo il boato della folla, mise fuori la testa e vide Emil volare verso il suo secondo oro. Incrociandosi in pista lui le mostrò la medaglia, lei se la mise nella borsa: "Mi porterò fortuna" - gli disse. Al primo lancio Dana spedisce il giavellotto a 50,47 metri, fu la prima cecoslovacca a vincere un oro olimpico nell'atletica. Si abbracciarono e si baciaron. Quella foto in bianco e nero, scattata in un tardo pomeriggio scandinavo, freddo ed infinito, è rimasta nella storia dello sport. Emil si ritirò nel '57. Lei gareggiò anche a Roma nel '60, ottenendo a 37 anni un clamoroso argento olimpico. Negli anni successivi, quando le chiedevano di Emil, lei rispondeva: "Emil era un cuore che correva". Emil e Dana hanno vissuto da protagonisti il Novecento, passando dall'occupazione nazista alla soffocante dittatura del socialismo reale. Nel loro percorso non solo lo sport, ma anche un forte impegno civile, tradotto nella coraggiosa difesa della Primavera di Praga nel 1968. Emil, eroe in patria per meriti olimpici, sfidò in piazza i carri armati sovietici, provando a convincere le truppe di invasione a non spegnere la speranza di libertà dei giovani cecoslovacchi. Pagarono duramente quel sogno, furono entrambi confinati con disonore per due anni in montagna. Pensarono di fiaccarlo nel corpo e nell'animo, destinandolo al duro lavoro in una miniera di uranio. Punito per aver aderito al "Manifesto delle duemila parole" in appoggio alle riforme del presidente cecoslovacco Alexander Dubcek. Finì emarginato, condannato, costretto poi a ritrattare, sotto il peso di verità imposte dal regime. Solo nel 1989, con la rivoluzione morbida guidata dal drammaturgo Vaclav Havel, la Cecoslovacchia chiese loro scusa. Due campioni veri, due giovani innamorati, con le loro debolezze, paure, entusiasmo e tanta forza. Anche se le loro imprese sono sempre più lontane nel tempo, se persino il loro paese s'è frantumato fra Repubblica Ceca e Slovacchia, i valori sportivi ed umani che ci hanno consegnato rimarranno per sempre. In quella olimpiade del '52 incrociarono lo sguardo di un grande atleta ternano, il velocista Volfango Montanari. Ma questa è un'altra storia...



## LA DISCECTOMIA PERCUTANEA PER IL TRATTAMENTO DELL'ERNIA DEL DISCO LOMBARE

L'ernia discale è una patologia che interessa i dischi intervertebrali, specie di ammortizzatori interposti tra i corpi intervertebrali che sono costituiti da una parte centrale il "nucleo polposo" vero ammortizzatore, circondato da un "anello fibroso" che contiene il disco. Il disco per traumi, micro-sollecitazioni ripetute o per la degenerazione da invecchiamento può perdere resistenza permettendo la parziale migrazione di una parte del nucleo con la formazione di una protrusione discale (Fig 1) o per la sua lesione completa la formazione dell'ernia del disco (Fig 2). Se la protrusione discale o l'ernia discale entrano in contatto con le radici nervose possono essere causa di dolore, riduzione della sensibilità fino alla riduzione della forza muscolare agli arti inferiori. Il trattamento dei sintomi è conservativo e si avvale di terapia farmacologica, terapie fisiche. Nei casi che non rispondono a tali cure trova indicazione

l'intervento. In vari casi trova indicazione prima dell'intervento chirurgico a cielo aperto il trattamento di **discectomia percutanea**. Questa è una procedura **mini-invasiva senza tagli**, si esegue in sala operatoria in anestesia locale, con l'ausilio di un ampliscopio si individua il disco intervertebrale da trattare, si introduce attraverso la cute un ago-cannula di pochi millimetri di diametro fino ad entrare nel disco (Fig. 3), nell'ago che funge da cannula viene introdotto un sottile strumento con punta ad elica collegato ad un piccolo motorino che rimuove una parte del nucleo (Fig 4), questo riduce la pressione all'interno del disco e conseguentemente la pressione della protrusione o dell'ernia sulle terminazioni nervose che causa i sintomi. Questa procedura trova indicazioni nelle protrusioni discali e nelle ernie discali non espulse e quando il disco intervertebrale ha conservato un'altezza non inferiore al 50%. Questa procedura con le giuste indicazioni da **risultati positivi nel 80-90%** dei casi, può essere ripetuta nel tempo e non pregiudica l'esecuzione di procedure a cielo aperto. **I vantaggi sono: non danneggia l'anulus, il**



Fig 1 Fig 2



**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](http://www.drvincenzobuompadre.it)

**rischio di complicazioni è bassissimo e la rapida ripresa dopo l'intervento;** il paziente si mette in piedi dopo circa 2 ore dalla procedura e viene consigliato del riposo per i primi sette giorni.



Fig 3 Fig 4

## A Terni con Lenergia.



**Lenergia si rafforza a Terni**

Più persone, più competenze, più integrazione e una sede più grande, per dare massima attenzione e servizio ai nostri clienti.

**Entra nella nostra rete commerciale**

Cerchi una nuova opportunità professionale? Da noi trovi tutto il supporto per lavorare bene. Invia il tuo cv a [selezione@lenergia.eu](mailto:selezione@lenergia.eu)

[www.lenergia.eu](http://www.lenergia.eu)



# LE PROSPETTIVE DI RIFORMA DEL CONSIGLIO DI SICUREZZA DELL'ONU



Roberto Rapaccini

La riforma del Consiglio di Sicurezza delle Nazioni Unite è un argomento di cui si discute da decenni, poiché molti Stati Membri ritengono che la composizione e le funzioni dell'organo non rispecchino adeguatamente l'attuale assetto geopolitico mondiale. In proposito sono stati elaborati vari progetti di riforma, nei quali si evidenzia l'opportunità di apportare modifiche sugli aspetti che seguono.

- **Integrazione del Consiglio di Sicurezza con nuovi Membri Permanenti** - Paesi come Brasile, Germania, India e Giappone (il cosiddetto gruppo G4) chiedono da tempo di diventare Membri Permanenti. Essi sostengono che la loro inclusione renderebbe il Consiglio di Sicurezza maggiormente rappresentativo degli equilibri mondiali. L'Africa è attualmente l'unica macroregione senza rappresentanza permanente. L'Unione Africana ha proposto l'inclusione di due Membri Permanenti africani con diritto di veto.
- **Limitazione del veto** - Diverse proposte suggeriscono di limitare l'uso del diritto di veto per evitare situazioni di stallo su questioni cruciali, come i crimini contro l'umanità o le gravi violazioni dei diritti dell'Uomo. Ad esempio, la Francia ha proposto che i Membri Permanenti si astengano dall'usare il veto quando sono consumate atrocità di massa. Alcuni Stati Membri suggeriscono l'abolizione totale del veto per democratizzare il funzionamento del Consiglio di Sicurezza.
- **Miglior rappresentanza regionale** - L'aumento del numero di membri non permanenti è un modo per garantire nel Consiglio di Sicurezza una rappresentanza più equa delle diverse regioni del mondo. Attualmente i membri non permanenti sono dieci e vengono eletti per un periodo di due anni.

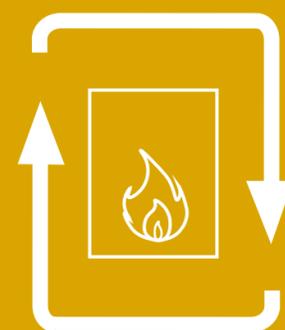
- **Seggi regionali rotativi** - Alcune proposte prevedono l'istituzione di seggi regionali rotativi, dove le macroregioni eleggono i propri rappresentanti periodicamente. Questo modello potrebbe migliorare la rappresentanza geografica senza aumentare eccessivamente il numero complessivo dei membri del Consiglio di Sicurezza.
- **Processo decisionale più trasparente** - Alcuni Stati Membri chiedono maggiore trasparenza nei processi decisionali del Consiglio di Sicurezza, compresa la pubblicazione dei verbali delle riunioni, e un maggiore dialogo con l'Assemblea Generale (dell'ONU). È stato proposto anche di puntualizzare in maniera migliore le responsabilità dei membri del Consiglio di Sicurezza, di monitorarle con valutazioni periodiche, di introdurre l'obbligo di motivazione per l'esercizio del diritto di veto.
- **Coinvolgimento delle organizzazioni regionali** - È stato proposto di rafforzare il coinvolgimento delle organizzazioni regionali (come l'Unione Africana, l'Unione Europea, l'Associazione delle Nazioni del Sud-est asiatico) nell'adozione delle decisioni del Consiglio di Sicurezza, al fine di accrescere il loro contributo alla pace e alla sicurezza regionale.

Le riforme del Consiglio di Sicurezza richiedono un ampio consenso dei membri dell'ONU, inclusi i cinque Stati con diritto di veto. Le differenti priorità e le divergenze negli interessi da perseguire rendono complessi, lenti e difficili da portare a termine i diversi tentativi di revisione della normativa vigente. Tuttavia, la riforma del Consiglio di Sicurezza rimane un obiettivo importante, che richiede negoziazioni diplomatiche articolate e compromessi. Qualunque modifica deve mirare a rendere il Consiglio di Sicurezza più rappresentativo, più trasparente, più efficace nella sua azione.

fino al **95%**  
della spesa ammissibile  
nei territori della  
Conca Ternana

## Dal vecchio al nuovo, con incentivi regionali

### sostituisci



### vecchi camini stufe e caldaie a legna



# DALLE MERANGOLE ALLA FORESTA



Giacomo  
Porrazzini

Giorni fa, sono apparse, accanto a Palazzo Spada due file di piante di merangole. Un agrume selvatico che si trovava anche a Piedimonte e con cui si può fare, insieme all'olio d'oliva, sale e pepe, un ottimo condimento per i fagioli. Nelle mole ternane era d'uso festeggiare così la prima spremitura del nuovo raccolto di olive. Le piante delle merangole urbane sono state messe a dimora in grandi vasi invece che a terra, come se la quinta di verde che si va a realizzare, includendovi un passaggio pedonale, fosse un impianto arboreo temporaneo. L'idea di realizzare una quinta verde davanti ad uno spazio di risulta dalle distruzioni belliche non è sbagliata, anche se resta il rammarico di non aver ancora visto realizzare la definitiva riqualificazione architettonica ed urbanistica di quell'area, con la realizzazione del magnifico progetto degli Uffici comunali, progettato, molti anni or sono, dal Maestro Ridolfi e dall'Architetto Frankl. Dovendoci contentare delle merangole, auguriamo loro buon attecchimento e vita, sapendo che crescere e svilupparsi dentro dei vasi, che il cambiamento climatico tende a surriscaldare, non sarà troppo agevole.

Il tema non più solo del verde urbano, ma quello della rinaturalizzazione della città, come risposta adattiva strategica alle nuove e drammatiche condizioni climatiche, dovrebbe diventare centrale per chi abbia a cuore il futuro della nostra città. Terni, per

lungimiranti scelte del passato, ha una buona dotazione di verde pubblico, come dimostrano le statistiche nazionali delle città italiane capoluogo di Provincia. Questa dotazione, tuttavia, non basta più, se si vuole affrontare il problema della "neutralità climatica" dell'organismo Città, entro il 2050; seguendo le indicazioni dell'ONU, dell'Unione Europea e del Piano climatico nazionale. Terni, infatti, è una città,

non solo, tuttora, soggetta allo storico inquinamento delle attività dell'industria pesante, ma, anche, climalterante, in quanto le sue emissioni Pro capite annuali di CO2, sono vicine alle 10 tonnellate, contro una media nazionale di 4,7 e quella umbra di 5,2 tn. Solo le Acciaierie emettono direttamente, ogni anno, 360.000 tn di anidride carbonica ed altre 300.000 indirettamente per la produzione dell'energia elettrica consumata nel processo siderurgico di Viale Brin. Si tratta della metà di tutte le altre emissioni, dovute alle altre industrie, al traffico ed al riscaldamento urbano. Sarà necessario ridurre le emissioni della produzione, innovando il processo produttivo e della logistica, adottare sistemi di cattura industriale della CO2, con possibile sua trasformazione e riutilizzo circolare; ma sarà anche necessario realizzare un grande piano pluriennale di riforestazione urbana e territoriale che consenta di assorbire naturalmente almeno il 20% delle emissioni in eccesso, sulla capacità d'assorbimento del verde attuale. La nuova legge europea per il ripristino della natura, contiene l'obiettivo di piantare in Europa 3 miliardi di alberi, anche per rinaturalizzare zone degradate dalle attività dell'uomo. L'Italia, l'Umbria e la Conca ternana, dovrebbero rendersi partecipi attivi di questo grande intervento epocale, per il salvataggio del Pianeta. Poiché ogni ettaro di nuovo bosco adulto può catturare, al massimo, 10 tonnellate di CO2 ogni anno, ed il suo impianto può costare circa 600 euro per ettaro, non ci vuole molto a capire quale sia la dimensione territoriale e finanziaria del progetto. AST- Arvedi, Regione con il suo Piano forestale, comuni interessati, singoli e aggregati, dovrebbero dimensionare il progetto di riforestazione in base all'obiettivo di quale quota di CO2 emessa debba essere catturata, censendo le aree disponibili, nel territorio della Conca ternana, in relazione all'attuale tipo di utilizzo, impegnando i suoli pubblici e proponendo forme d'incentivazione alle proprietà private aderenti; su questa base impostare un piano di investimenti poliennale, sul quale attivare anche i nuovi finanziamenti europei e nazionali per la sostenibilità. In tale quadro, anche i cittadini potrebbero essere chiamati a dare un loro diretto contributo tramite una campagna: "dona un albero alla tua città"; una campagna che potrebbe vedere impegnata l'intera rete degli esercizi commerciali e degli sportelli bancari per ottenere dai clienti un contributo volontario, a sostegno di tale progetto, per un ambiente urbano più sano. Dalle merangole al bosco urbano il passo non è facile né breve, ma forse, ormai, è necessario.



# LA NUOVA GUIDA DELLA CASCATA DELLE MARMORE

IN USCITA IL NUOVO LIBRO CHE RACCONTERÀ LA STORIA E LE  
PECULIARITÀ DEL PIÙ FAMOSO LUOGO NATURALISTICO DELL'UMBRIA

Nel mese di settembre verrà pubblicata la nuova guida della Cascata delle Marmore: frutto di un lavoro durato circa un anno a cura del Dott. Federico Botti, Responsabile scientifico dei Centri di Educazione Ambientale (CEA) del Comune di Terni e dello staff del Centro di Educazione Ambientale della Cascata delle Marmore. Lungi dal voler rappresentare un definitivo testo sull'"Opera della Cascata", è un prodotto che intende fornire le informazioni essenziali per poter comprendere i molteplici valori della Cascata delle Marmore. Per fare questo si è ampiamente attinto ad una serie di testi ed articoli scientifici di grande autorevolezza, le cui informazioni sono state di fatto raccolte ed organizzate per aiutare il turista nella visita. Al fine di illustrare in maniera efficace il patrimonio paesaggistico e naturale, la guida è corredata anche di numerose fotografie e mappe originali, elaborate in ambiente GIS. Sono inoltre presenti molti consigli di visita a siti e musei del territorio che possono permettere di approfondire l'esperienza di visita.

La Cascata delle Marmore, con la sua antica origine risalente al *Pleistocene* e con il susseguirsi delle modificazioni idrauliche effettuate ad opera dell'uomo a partire dal periodo Romano e perdurate di fatto in modo incessante fino agli inizi del '900, rappresenta un esempio eccellente di come la relazione tra Uomo e Natura sia capace di segnare un paesaggio. Un paesaggio identitario che è sempre stato percepito come eccezionale stando all'ampia testimonianza lasciataci dai pittori *en plein air* e dai poeti ed il cui valore naturalistico è certificato dall'appartenenza ai siti della Rete Natura 2000.

Nella guida viene posto un particolare accento sulla sensibilizzazione al rispetto per il patrimonio naturalistico. Tale vocazione è promossa attraverso le attività didattiche e di divulgazione scientifica dai CEA. Per questo si è deciso che una quota del ricavato ottenuto dalla vendita di questa guida, sarà destinata all'acquisto di piante per l'ampliamento del giardino botanico della Cascata delle Marmore. Nella stesura della guida sono stati preziosi i contributi, tra gli altri, di Miro Virili, Enrico Squazzini, Pierluca Neri, Alessandro Sodi, dello Staff di Naturalisti del CEA della Cascata delle Marmore e, per la grafica, di Filippo Rossi.



Questa scelta è stata presa raccogliendo una sollecitazione presentata dal Prof. Stefano Mancuso in occasione di un seminario da lui tenuto presso il Parco della Cascata nell'ambito dell' Umbria Green Festival nell'agosto 2022. Il Prof. Mancuso ha individuato, infatti, come l'unico modo concreto per combattere i gravi cambiamenti climatici in atto, dovuti all'aumento dell'effetto serra, sia quello di incrementare consistentemente il numero di piante andando a contrastare la deforestazione avvenuta negli ultimi decenni e lo sconsiderato uso del suolo. Chi acquista la guida contribuirà quindi fattivamente al miglioramento delle condizioni climatiche e di vita sul pianeta. Il volume sarà disponibile per la vendita dal 22 settembre presso il bookshop della Cascata delle Marmore (il CEA all'interno del parco). Visitate il sito web [www.cascatadellemarmore.info](http://www.cascatadellemarmore.info) per conoscere e partecipare all'evento di inaugurazione e per conoscere gli sviluppi della raccolta fondi per l'implementazione del giardino botanico della Cascata.



# SUPPORTO CIRCOLATORIO EXTRACORPOREO

## Dallo shock cardiogeno alla donazione a cuore fermo

### 12 ottobre 2024

#### Sala Convegni Maurizio Santoloci

Via Carlo Alberto dalla Chiesa, 32 - Terni



#### RESPONSABILI SCIENTIFICI:

**Dr. Fabrizio Armando Ferilli**

Direttore f.f. del Dipartimento Cardio-Toraco-Vascolare  
e Responsabile della S.S.D. di Cardioanestesia  
dell'A.O. Santa Maria Terni

**Dr.ssa Roberta Lucaroni**

Dirigente medico presso la S.S.D.  
di Cardioanestesia dell'A.O. Santa Maria Terni

## PROGRAMMA

**8.00** Registrazione dei partecipanti

**8.30** Saluto delle autorità e apertura dei lavori

**8.45** Introduzione del Congresso a cura di Fabrizio  
Armando Ferilli

#### I° SESSIONE

Moderatori: G. Ambrosio - G. Carreras

**9.25** "Shock cardiogeno: stato dell'arte"

R. Sclafani (PG)

**9.50** "Assistenza meccanica nello shock cardiogeno"

E. D'Avino (RM)

**10.15** "PTCA Protetta" - C. Bock (TR)

**10.40** "Monitoraggio emodinamico avanzato nello  
shock cardiogeno" - C. Fiorelli (TR)

**11.05** COFFEE BREAK

#### PER IC RIZIONI

segreteriaconvegniec@gmail.com

Tel. 346.5880767 - 329.2259422



#### II° SESSIONE

Moderatori: V. Borghetti - R. Lucaroni

**11.35** "L'ECMO postcardiotomica"

G. Massmi (TR)

**12.00** "ECLS: dal territorio alla donazione a cuore  
fermo" - F. Franchi (SI)

**12.25** "ECLS: il punto di vista del TFCPC"

C. Contento (RM)

**12.50** "Case report: Assistenza meccanica come  
bridge all'intervento cardiocirurgico"

S. Morelli (TR)

**13.15** "L'assistenza infermieristica nei pazienti  
con supporto meccanico al circolo"

M. Rosati (TR)

**13.35** Tavola rotonda

**13.45** Conclusioni

**14.00** Chiusura dei lavori

# PEDICULOSI DEL CAPO PREVENZIONE E TRATTAMENTO

La pediculosi del capo, comunemente nota come infestazione da pidocchi, è un problema comune, soprattutto tra i bambini in età scolare. Si tratta di piccoli parassiti che si nutrono di sangue e si annidano nei capelli e sul cuoio capelluto, causando prurito intenso e irritazione.

#### COME SI TRASMETTONO?

La trasmissione avviene principalmente attraverso il contatto diretto tra le teste o lo scambio di oggetti personali come pettini, cappelli o cuscini. I pidocchi non saltano né volano, quindi il contagio avviene per vicinanza.

#### SINTOMI E DIAGNOSI

Il prurito al cuoio capelluto è il sintomo principale, spesso accompagnato da irritazione e piccoli segni rossi. Per una diagnosi certa, è utile l'ispezione visiva, cercando pidocchi adulti o le loro uova (lendini) vicino alla radice dei capelli.

#### PREVENZIONE

L'uso di prodotti specifici e il controllo regolare dei capelli sono fondamentali per prevenire l'infestazione. È consigliabile evitare la condivisione di oggetti personali e informare le scuole in caso di infestazione.

#### TRATTAMENTO

Esistono diversi trattamenti efficaci, disponibili in farmacia, come shampoo e lozioni specifiche. È importante seguire attentamente le istruzioni e ripetere il trattamento dopo 7-10 giorni per eliminare eventuali pidocchi nati dalle uova sopravvissute. Anche il lavaggio di indumenti e biancheria a temperature elevate è raccomandato.

Consulta il tuo farmacista per ulteriori consigli e prodotti per la prevenzione e il trattamento della pediculosi del capo.





www.farmaciamarcelli.it  
**FARMACIA  
MARCELLI**

seguici su






**ORARIO CONTINUATO  
DAL LUNEDÌ AL SABATO  
8-20**

*la tua farmacia dei servizi*

**ELETTROCARDIOGRAMMA**

**TAMPONE COVID e STREPTOCOCCO**

**HOLTER PRESSORIO E CARDIACO 24 h - 48 h**

**ANALISI DEL SANGUE**

**SERVIZI OSTETRICI**

**SERVIZI INFERMIERISTICI**

**SERVIZI FISIOTERAPICI**

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

## INTEGRAZIONE AL SERVIZIO DEL CITTADINO: IL CENTRO FORMAZIONE E LA SCUOLA INSIEME IL PERCORSO PCTO nell'AZIENDA OSPEDALIERA di TERNI

Il Centro Formazione dell'Azienda Ospedaliera di Terni garantisce la formazione continua di tutto il personale, sia per quanto riguarda la formazione obbligatoria sulle norme di sicurezza sia per la formazione tecnico specialistica su proposta dei dirigenti sanitari e amministrativi.

Gli obiettivi sono favorire la preparazione affinché sia garantito un elevato livello qualitativo dell'assistenza ai pazienti e stabilire un clima di benessere organizzativo.

Il Centro di Formazione, in integrazione con gli istituti scolastici della città, garantisce anche lo svolgimento dei **PCTO** (ex *Alternanza Scuola Lavoro*), una metodologia didattica che permette agli studenti di affiancare alla formazione scolastica, prettamente teorica, un periodo di esperienza pratica presso un ente pubblico o privato.

Con la *Legge di BILANCIO 2019* (Art.57, comma 18) all'*Alternanza Scuola Lavoro* è stata attribuita la denominazione "*Percorsi per le Competenze Trasversali e l'Orientamento (PCTO)*".

Gli obiettivi sono tesi ad assicurare agli studenti frequentanti i percorsi l'opportunità di conoscere



ambiti professionali, contesti lavorativi e della ricerca, utili a conseguire e integrare le competenze curriculari, per motivarli e orientarli a scelte consapevoli, nella prospettiva della prosecuzione degli studi o dell'ingresso nel mondo del lavoro. Nell'ambito del PCTO, una volta individuate le competenze trasversali e/o professionali da sviluppare, si dà il via alla coprogettazione Scuola/Azienda Ospedaliera coinvolgendo anche gli studenti e le famiglie. L'obiettivo è quello di realizzare progetti concreti che siano di utilità per l'Azienda e formativi per gli studenti.



## "PEGASOS. L'APP CHE ACCOMPAGNA LE CURE" L'INTEGRAZIONE DELLE TECNOLOGIE DIGITALI PER LA PREVENZIONE DEL DISAGIO PSICOFISICO E LA PROMOZIONE DEL BENESSERE IN AMBITO ONCOLOGICO

"PegaSoS" è il nome di una WebApp, ideata dagli psicologi della SC di Psicologia dell'Azienda Ospedaliera di Terni che, come suggerisce il riferimento alla figura mitologica del cavallo alato, intende sostenere ed accompagnare le persone coinvolte in un percorso di cure oncologiche, promuovendone sia la forza che la leggerezza necessarie.

Sebbene il rapporto diretto con il proprio curante e la personalizzazione del percorso di cura rimangano imprescindibili ed insostituibili, l'esperienza maturata durante l'Emergenza COVID ha stimolato il sistema sanitario a sperimentare le opportunità offerte dalle nuove tecnologie per fissare e rinforzare alcuni messaggi, orientare i pazienti e caregiver nel complesso mondo della sanità, promuoverne la resilienza ed il benessere. Ci ha inoltre insegnato che le sfide più difficili vanno affrontate condividendo tutte le migliori risorse presenti nella comunità, a partire dalla scuola e dal volontariato.

Per creare "PegaSoS" hanno dunque lavorato fianco a fianco in maniera sinergica diversi attori: la SC di Psicologia, oltre a coordinare il progetto, ha fornito le strategie e gli strumenti psicologici; la SC di Oncologia le indicazioni di tipo medico; la SC Univ. di Endocrinologia, Andrologia e Malattie del Metabolismo ha curato le indicazioni di tipo nutrizionale; la SSD Formazione, Qualità e Comunicazione ha organizzato il PCTO in cui alcuni studenti dell'Istituto Tecnico Tecnologico, guidati dal loro professore e coordinati dalla Dirigente, ne hanno creato la struttura informatica; la sezione di Terni dell'Associazione Umbra per la lotta Contro il Cancro ha finanziato il progetto.

"PegaSoS" è pensata per chi ha la necessità di curarsi, ma anche per chi è al suo fianco. La WebApp ha infatti tre sezioni dedicate agli specifici bisogni ed alle difficoltà dei pazienti, dei loro familiari e degli stessi operatori sanitari, che contengono informazioni, riferimenti ed indicazioni mediche, psicologiche e nutrizionali scientificamente validate dai sanitari dell'Ospedali, che intendono controbilanciare la diffusione di contenuti inesatti o con finalità commerciali cui i pazienti sono esposti in rete.

Collegandosi al sito [www.pegasos.online](http://www.pegasos.online) o attraverso i Qrcode affissi in Oncologia, è possibile trovare informazioni ed indicazioni rispetto a: i principali sintomi collegati alla propria patologia o agli effetti delle cure stesse; riferimenti utili per il ricovero, il Cup, il Fascicolo Sanitario Elettronico ed altri aspetti del percorso di cura; indicazioni nutrizionali, tecniche di rilassamento e gestione del disagio psicologico; un collegamento con la Biblioteca Comunale di Terni per noleggiare libri scaricabili in pdf, tour virtuali di musei umbri e nazionali per intrattenersi nei tempi di attesa, di ricovero o di terapia in reparto; luoghi di attrazione e socializzazione del territorio per impegnare la mente in cose diverse dal pensiero

delle cure. Risorse a disposizione anche dei loro familiari, cui sono dedicate indicazioni per la gestione dei propri specifici bisogni e dell'eventuale stress connesso alla malattia del proprio caro. Per il personale sanitario sono stati pensati contenuti e strategie per la gestione dello stress lavorativo, la conciliazione vita-lavoro, la comunicazione delle cattive notizie, la gestione del conflitto e la prevenzione delle aggressioni sul lavoro, la gestione della leadership ed il lavoro in team.

Si tratta di uno strumento duttile, di cui è in corso l'implementazione di sezioni specifiche per i diversi reparti del Dipartimento di Oncologia ed altri contenuti pensati per il benessere dei pazienti, curati direttamente dagli studenti di altre Scuole del Comune di Terni, che vi stanno già lavorando con impegno e sensibilità in altrettanti progetti.

È giunta proprio in questi giorni la notizia che il Progetto PegaSoS presentato dall'ITT al Concorso Nazionale delle Scuole 2024, promosso dall'Istituto Italiano di Project Management (ISIPM), è risultato Primo Classificato e verrà esposto durante l'evento nazionale PMexpo che si terrà il 4 Ottobre a Roma.

PEGASOS  
L'APP CHE ACCOMPAGNA LE CURE

Stai affrontando un percorso di cura?  
Stai accompagnando un tuo caro nel suo percorso di cura?

Collegati al sito tramite il QRcode o sul sito [www.pegasos.online](http://www.pegasos.online) e scopri le informazioni e i consigli pensati per te dagli oncologi, psicologi e nutrizionisti dell'Ospedale di Terni

ITT Istituto Tecnico Tecnologico

# FARINA ED ACQUA

## LA MAGIA CHE SI CREA NEL MESCOLORE QUESTI DUE INGREDIENTI



Federica Battaglini

Proviamo a chiudere gli occhi, proviamo ad immaginare il profumo che si sprigiona da un impasto composto di farina, acqua e lievito riposto lì al caldo...

È l'impasto del pane, un elemento vivo, che si modifica in continuazione e che richiede una relazione molto forte tra chi impasta e lui stesso, una relazione fatta di movimenti e di tempi giusti da rispettare.

Le mani nella pasta, il tutto che va maneggiato con pazienza ed amore, senza innervosirsi se le mani si sporcano più delle nostre aspettative o se la farina svola dappertutto.

Ecco, questa è la magia che si crea: l'atto dell'impastare ci consente di portare la nostra attenzione su ciò che stiamo facendo perché non basta seguire semplicemente la ricetta ma, creare un impasto, ci costringe a dosare i vari elementi ed osservare come stanno reagendo tra di loro.

Tutti questi movimenti, con l'obiettivo che il risultato dovrà essere "buono", ci costringono a stare nel "qui"

ed "ora" facendoci, anche solo momentaneamente, sospendere i cattivi pensieri.

Ci riconnettiamo con il nostro corpo e non solo grazie ai movimenti che siamo costretti a fare per creare l'impasto ma anche grazie a tutte le sensazioni diverse che ci coinvolgono come il tepore dell'acqua che sentiamo sulle mani, la farina che diventa appiccicosa, il profumo che sprigiona il lievito.

*"Abbiamo bisogno di contadini, di poeti, di gente che sa fare il pane, di gente che ama gli alberi e riconosce il vento."* (Franco Arminio)



## “ALTUOFIANCO”

Un Servizio di Supporto per i Familiari di Anziani Non Autosufficienti

Villa Sabrina si mette gratuitamente "ALTUOFIANCO" per consigliare familiari di pazienti anziani che stanno valutando percorsi di assistenza o di effettuare il ricovero in residenza. È possibile valutare insieme sia la presenza di altri servizi territoriali idonei sia l'erogazione del servizio vero e proprio, garantendo il totale rispetto della privacy.

"ALTUOFIANCO" ha lo scopo di offrire consigli ed informazioni utili per affrontare le sfide legate alla cura degli anziani non autosufficienti, per non sentirsi soli durante i momenti di difficoltà e poter avere le informazioni migliori per la valutazione delle strade da intraprendere per il ricovero in residenza protetta, anche temporaneo, riabilitativo o di sollievo.



Tutti i Giovedì' dalle ore 15:00 alle ore 17:00

Tel. 0744709073



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

[www.villasabrina.eu](http://www.villasabrina.eu)



DA 40 ANNI AL SERVIZIO DELLA VOSTRA BELLEZZA



## Trattamenti CORPO

SCRUB ESFOLIANTE E MASSAGGIO NUTRIENTE: IL RITUALE PER UNA PELLE PERFETTA DOPO L'ESPOSIZIONE AL SOLE

Rigenera la tua pelle e ritrova la tua luminosità

Via Ippocrate 20, 05100 TERNI (TR) • Tel. 0744 276995 • [pierasalutebellezza.it](http://pierasalutebellezza.it)

# TOMOSINTESI MAMMARIA

## Un Passo Avanti nella Diagnostica Senologica

La tomosintesi mammaria è una tecnica avanzata di imaging che sta rivoluzionando il campo della diagnosi precoce del carcinoma al seno. Questa metodica, anche nota come mammografia 3D, offre immagini più dettagliate e precise rispetto alla mammografia tradizionale, migliorando significativamente la capacità di individuare lesioni sospette.

### COME FUNZIONA

La tomosintesi utilizza raggi X per acquisire multiple immagini sottili della mammella da diverse angolazioni. Queste immagini vengono poi elaborate da un software che crea una rappresentazione tridimensionale dettagliata del tessuto mammario. Questo approccio permette di superare le limitazioni della sovrapposizione dei tessuti tipiche della mammografia convenzionale, facilitando l'identificazione di anomalie anche di piccole dimensioni.

### VANTAGGI PRINCIPALI

Grazie alla maggiore accuratezza

diagnostica, la tomosintesi riduce il numero di falsi positivi e la necessità di esami aggiuntivi, diminuendo così l'ansia e il disagio per le pazienti. È particolarmente efficace nelle donne con tessuto mammario denso, dove la mammografia tradizionale può risultare meno affidabile. Inoltre, consente una migliore caratterizzazione delle lesioni, supportando i medici nella definizione di piani di trattamento più mirati ed efficaci.

### PROCEDURA E COMFORT DELLA PAZIENTE

La procedura di tomosintesi è simile a quella della mammografia standard e richiede tempi leggermente superiori, ma offre un comfort comparabile. L'esposizione ai raggi X è leggermente superiore, ma rimane entro i limiti di sicurezza stabiliti dalle normative internazionali. Grazie al compressore curvo il Mammografo dell'hologic in uso presso lo studio Anteo consente una minor compressione eliminando qualsiasi dolore o fastidio.

### CONCLUSIONI

La tomosintesi mammaria rappresenta uno strumento diagnostico di grande valore nella lotta contro il tumore al seno, contribuendo a diagnosi più precoci e accurate. L'integrazione di questa tecnologia nelle pratiche cliniche standard migliora significativamente gli esiti per le pazienti, consolidando l'importanza della prevenzione e del monitoraggio regolare.



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

studio ANTEO Terni / via L. Radice, 19  
tel. 0744.300789 / cell. 347.9520747  
[www.lorellafioriti.com](http://www.lorellafioriti.com)

# LA CITTÀ ASIATICA DELLE TRUFFE ONLINE



Francesco Patrizi

La città birmana di Shwe Kokko, vista dalla sponda thailandese del fiume Moei, appare come un caleidoscopio di luci, il reporter americano che si sta occupando di gioco online ne è abbagliato, vorrebbe visitarla, è un'occasione da non perdere, ma la guida che lo accompagna gli spiega che non è il caso, al mattino ripescerebbero il suo corpo privo di organi.

Shwe Kokko è uno dei trecento agglomerati sorti in pochi anni tra il Myanmar, il Laos e le Filippine, sono luoghi dove agiscono vere e proprie aziende dedite alle truffe online, sono chiamate scam city, cioè "città-truffa", sono parte di una rete molto estesa nel sud-est asiatico dove vengono riciclati fiumi di denaro sporco; il centro nevralgico è Ruili, la città cinese sbocco della Via della Seta sull'Oceano Indiano.

Le scam city hanno bisogno di un'ingente forza lavoro, ogni anno attirano più di 250.000 informatici cinesi con la promessa di una rapida carriera in una città del Golfo Persico; uno specchietto per le allodole che si rivela una prigionia, poiché questi ragazzi vengono deportati in mezzo alle montagne impenetrabili del Laos o nella giungla birmana e ridotti a "schiavi informatici", di loro si perdono le tracce, chi prova a fuggire viene ucciso e i suoi organi venduti al mercato nero del sud-est asiatico; ci sono diversi video sul dark web dove si possono vedere torture e smembramenti, girati per intimidire le famiglie delle vittime e scoraggiare altri ammutinamenti.



Le truffe online si muovono su due livelli, c'è l'adescamento della "carne di maiale", ovvero delle persone in cerca di soldi facili o di incontri erotici, che vengono ricattate e "triturate come salsicce", come si dice in gergo; ci sono poi quelli che vengono adescati con la promessa di merce illecita (droga o organi per un trapianto) e che si ritrovano il conto svuotato, se gli va bene, o che finiscono per rifornire il mercato nero con i loro organi, se gli va male.

Pechino ha proibito il gioco d'azzardo sul suolo cinese perciò questi centri hanno sede in paesi limitrofi, ma si sa per certo che questo giro di trafficanti, riciclatori e torturatori agisce sotto il controllo della polizia cinese, non si sa bene se corrotta o operante per interessi di Stato.

Durante un blitz in un casinò delle Filippine la polizia locale ha sorpreso un croupier che gestiva una partita truccata con dei giocatori collegati online e ha rinvenuto una divisa dell'esercito cinese appartenente a qualcuno che si era appena dileguato. Il casinò non è lontano dalla base americana delle Isole Vergini e il fatto che ci fosse un militare cinese fa pensare che questi luoghi siano dei cavalli di Troia ideati da Pechino per bucare la sicurezza militare statunitense sul Pacifico.

Mentre rimirano le luci al neon che fanno sembrare Shwe Kokko una piccola Las Vegas, la guida thailandese avvisa il reporter americano che, oltrepassato il confine, a vigilare la frontiera birmana troverebbe la polizia cinese.

# LA SÒCERA E LU "GHÌNNESE DE LI PRIMATI"

Io e mmi' moje èrimo a ddrumi ... a 'n cèrtu puntu te sintimo 'na bbòtta che ccià fattu sobbarza'... subbitu cià 'rzàmo e tte vedèmo m' sòcera che stèa co' la tivisione 'ccèsa... tutta sdrajàta su la portrona e 'na finestra de la sala che cce l'èa 'ddossu... **ma ch'hai cumbinatu?... come hai fattu a ccacciàlla?... ammàppete che mmùsculi!**... e essa... **no' lu pòzza proa' gniciùnu... ho sintiutu 'nu TA...TA...TA... me so' ggiràta e mm'è 'rriàta 'na finestràta su ppe' la capòccia e ggiù ppe' li stinchi...** pènza che tte ripènza doppo 'n bo' émo capitu l'arcànu... siccome c'èa callu... éa spostàtu la portrona 'lettrica davanti a la finestra de la sala ch'èa spalancàtu e ji stèa pròpiu ggiù ssottu... quando che cco' lu telecomànnu ha cercàtu de arza' lu schinà... quistu j'ha solleàtu pure la finestra ch'è scappàta da li gàngani e j'è 'nnàta a ffini' sussopre... **sindi 'n bo'... nn'èmo vistu mai 'na cosa de 'stu ggenere... mo' te mettèmo su lu ghinnese de li primati... si' ttantu affurtunàta che sse mmitti le 'jappe fòra de la finestra te cce fòno lu niu le rundinèlle... ciàì sulu 'n bo' de mmustatùre e 'n ze so' rritti mancu li vetri sinnò toccàa 'jama' pure la 'mbulànza... e ppo' déi ringrazzia' che ll'andru ggiornu éo ojàtu li gàngani de 'lla finestra che ss'è ccacciàta subbitu sinnò potèa 'nna' a ffini' a ppèggiu... ???... sotto sfòrzu se potèa rompe pure la portrona...e essa... ah... de quillu te prioccupi!?... bbèllu ggèneru che cciò!?... ma pijatela 'n bo' 'n do' se 'ncuminciano li canèstri!**



Paolo Casali

SCANSIONA IL QR\_CODE PER ASCOLTARE L'ARTICOLO IN TERNANO LETTO DALL'AUTORE

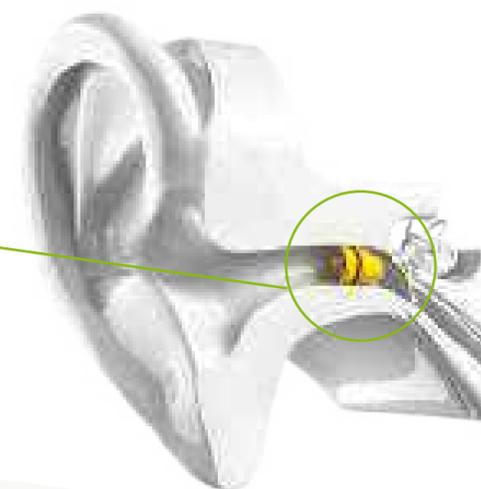


Link video <https://www.youtube.com/watch?v=2Ij2k4z4rQo>

Phonak Lyric™

L'unico apparecchio acustico al mondo **100% INVISIBILE** quando indossato

Provalo per 30 giorni



Ci Senti  
Professionisti dell'udito

0744.36.42.98

TERNI Corso Vecchio, 280  
NARNI SCALO (TR) Via Tuderte, 247  
RIETI Via delle Orchidee, 2d



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

SHOWROOM

PORTE E INFISSI

RISCALDAMENTO  
E COTTURA

MAGAZZINO EDILE

TERMIDRAULICA

BAGNO E ARREDI

RISTRUTTURAZIONI

[www.edilziacollierolletta.it](http://www.edilziacollierolletta.it)

# SCRIVERE & DESCRIVERE

Si deve insegnare, e ciò fin dalla scuola elementare, che ogni percezione è una traduzione ricostruttiva, operata dal cervello a partire dai terminali sensoriali, e che nessuna conoscenza può fare a meno dell'interpretazione

"La testa ben fatta" Edgar Morin



Samuela Dolci

Scrivere e descrivere, per comunicare, giudicare, criticare, elogiare, augurare, esprimere sensazioni, emozioni, sentimenti. Il movimento è circolare. La sensazione è l'informazione immediata, che arriva dall'esterno e colpisce la persona in modo fotonico. La percezione è una rielaborazione di quelle sensazioni, da parte del cervello, è una rappresentazione soggettiva della realtà. Ecco allora che i vissuti privati possono essere comunicati, condivisi, compresi dagli altri, attraverso la scrittura come atto liberatorio e creativo. Le parole hanno un peso e, attraverso infinite combinazioni, hanno il potere di suscitare pensieri che avvolgono l'anima, plasmano e motivano il comportamento. La letteratura nasce dall'esperienza e all'esperienza ritorna, in un processo di transazione continua, trasformandola e attribuendone significato. Il processo di comprensione del mondo, è strettamente legato alla narrazione. Scrivere è un'abilità quasi rara, in un mondo sempre più digitalizzato. Gli studenti faticano a scrivere con una penna ad inchiostro su un foglio bianco, mischiano lo stampatello maiuscolo e il minuscolo, sono pochissimi coloro che sanno usare il corsivo, si meravigliano quando l'insegnante non riesce a decodificare le parole. È tramontata l'era delle lettere d'amore, dei bigliettini lasciati qua e là, delle frasi sul diario segreto. I testi antichi, le grandi opere letterarie del passato, le collezioni enciclopediche disseminate nelle biblioteche di prestigiose università, costituiscono la ricchezza di un paese civile. Alla base della filosofia induista ci sono i Veda, una raccolta di testi sacri, depositari di sapere, di conoscenza, di saggezza. Della nuova era, noi cosa lasceremo ai posteri? Nella *società liquida* tutto fluisce, messaggi e chat vengono scritti ed eliminati, giusto in tempo per essere letti. Si affaccia un presente senza nome. La storia non è sottomessa ad una logica tecnologica ed economica ineluttabile, né a processi deterministici. La storia è soggetta alle perturbazioni, a terribili distruzioni di intere civiltà, e di tutto ciò che quelle civiltà hanno prodotto nel corso dei secoli. In ogni grande opera c'è un pensiero profondo sulla condizione umana. La poesia rivela l'estasi, galassie di sogni e di fantasmi, abissi di infelicità, smarrimenti stupidi, lampi di felicità. Presso la biblioteca comunale di Terni, ogni anno, vengono organizzati corsi di scrittura. Occorre ripristinare il valore delle parole impresse su un foglio di carta, creare delle suggestioni, delle armonie, capaci di produrre un sentire comune. Scrivere è anche un viaggio della conoscenza, un tentativo di entrare in sé stessi, un'idea che risveglia un'emozione lontana.

## LA VOCE DEI GIOVANI

MARIA ASTOLFI

Indirizzo ordinario 2° Liceo Classico Statale  
G.C. Tacito Terni

### LA SCRITTURA È DAVVERO UN ATTO LIBERATORIO E CREATIVO?

La scrittura può essere un atto liberatorio per esempio per esprimere emozioni; essa infatti ci permette di esternare i pensieri e sentimenti che potrebbero essere difficili da comunicare verbalmente. Mettere per iscritto esperienze personali può aiutare ad elaborare eventi traumatici o complessi, può inoltre ridurre lo stress. Avere un diario segreto, può costituire uno sfogo per le preoccupazioni quotidiane. La scrittura può essere anche un atto creativo; la poesia o la narrativa aprono lo spazio alla nostra fantasia, esplorando mondi e personaggi immaginari.

### LA SCRITTURA È UN'ABILITÀ RARA. SECONDO TE, QUALI SONO I MOTIVI?

Secondo me la scrittura è un'abilità rara, perché eccellere nella scrittura implica una padronanza del linguaggio, della grammatica e del vocabolario avanzati; richiede anche una grande innovazione, ovvero quella di creare contenuti originali, ciò implica la capacità di sviluppare ed articolare argomenti in modo chiaro e convincente. In sintesi, essa è per me un'abilità rara poiché richiede un alto livello di creatività, conoscenze e soprattutto l'impegno.

### QUAL È IL RUOLO DELLA SCUOLA?

Secondo me la scuola ha un ruolo fondamentale per insegnare ai ragazzi a scrivere. La scuola innanzitutto fornisce le prime competenze di scrittura attraverso lezioni di grammatica, ortografia e punteggiatura, insegnando così le regole fondamentali della lingua, aiutandoli ad esprimersi in modo corretto. Con l'utilizzo di poesie, narrazioni e racconti, aiuta gli studenti ad esplorare altre realtà, attraverso l'immagine a sviluppare uno stile personale ed un loro pensiero, ma anche ad organizzare le idee. La scuola indica la lettura di diversi generi letterari, volti ad arricchire il vocabolario dei ragazzi e di conseguenza le loro competenze di scrittura.

### TI PIACE SCRIVERE CON LA PENNA AD INCHIOSTRO? PREFERISCI IL CORSIVO OPPURE LO STAMPATO MINUSCOLO?

Preferisco scrivere con la penna ad inchiostro perché, essendo un procedimento più lento, trovo più tempo per pensare a come continuare la mia scrittura. Preferisco lo stampato minuscolo rispetto al corsivo, poiché così impiego meno tempo a scrivere, inoltre un elaborato può apparire secondo me più uniforme ed ordinato diventando di conseguenza più facile da comprendere.

### PENSI CHE LA SCRITTURA ABBA UN PESO IMPORTANTE PER LA STORIA DELL'UMANITÀ?

Penso assolutamente che la scrittura abbia un peso importante per la storia dell'umanità. Essa permette di registrare informazioni che possono essere trasmesse attraverso le generazioni, come per esempio libri di narrazione, scoperte scientifiche, che, senza la scrittura sarebbero andate perse. Ha permesso la comunicazione tra persone distanti nel mondo e soprattutto nel tempo attraverso l'utilizzo di epigrafi, documenti, libri, sia di persone comuni, ma anche di importantissimi letterari come Dante, Boccaccio e Petrarca.

# NIDO D'INFANZIA COCCINELLA, VIA RADICE TERNI NON SOLO PAROLE... LO YOGA E LE SUE EMOZIONI

PARTIAMO DAL MERAVIGLIOSO SIGNIFICATO DELLA PAROLA YOGA: "UNIONE"

Scoprire che dietro un'apparente immagine più superficiale e moderna di mera disciplina orientale c'è un mare profondo di valori e sentimenti, una visione dell'essere umano molto vicini alle idee pedagogiche e alle convinzioni che hanno mosso fin dall'inizio il suo modo di essere e di guardare i bambini. lo yoga diviene un importante elemento educativo facilitato anche dalla naturale curiosità dei bambini, dal loro spirito di imitazione e di immaginazione. Attraverso lo yoga, i bambini acquisiscono la consapevolezza del proprio corpo, allenando il loro equilibrio e la loro elasticità. Via libera a musiche, danze, canti, massaggi del viso, delle mani, dei piedini e sulla schiena, imparando a prendersi cura di noi stessi e degli altri con gesti affettuosi e teneri, sperimentando il potere degli abbracci. Lasciamo spazio anche alla creatività e all'espressione della propria individualità. Le posizioni del corpo possono prendere tanti nomi quanti ce ne suggerisce la fantasia; anche e le posizioni delle mani costituiscono un linguaggio espressivo che può essere esteso all'infinito, al servizio della nostra immaginazione unitamente alla voglia di comunicare attraverso il corpo.

Riteniamo che lo yoga offerto in maniera semplice e spontanea ci aiuti a crescere i bambini sereni, equilibrati e felici. Prima di iniziare la seduta vera e propria di yoga, leggiamo il libro "i colori delle emozioni". "Educate i piccoli perché un giorno possano contribuire alla creazione di un mondo più empatico, intelligente, puro, sereno" (Tenzin Gyatso)

**LE INSEGNANTI** Alessandra Zibellini, Anna Tolomei, Daniela Pacelli, Claudia Nichelozzi



**IDROCALOR**  
Sicurezza, Comfort e Affidabilità

Chiusure per PORTICATI



Vivi i tuoi spazi esterni tutto l'anno

V. Adda, 3 - Terni (TR) | Tel. 0744 817134 - 0744 814831 | Cell. 335 6545038 | Email: info@idrocalorterni.it

www.idrocalorterni.com

# NARNI E IL CINEMA UN LEGAME INDISSOLUBILE



Elena  
Cecconelli

Narni Scalo si sta sempre di più avvicinando ad una grande fucina di arte, rigorosamente a cielo aperto. Non solo grazie ai murales realizzati dall'artista David Pompili ma anche per tutti gli eventi collegati al cinema, così come la rassegna del film restaurato, intitolata "Le vie del cinema". Consolidando l'idea che la costruzione di un'identità per il centro abitato di Narni Scalo può passare attraverso il cinema, anche grazie al progetto "Rigenerarsi", appunto. Le ultime novità che hanno interessato il territorio narnese sono state le tre opere murarie, una dedicata a Paolo Villaggio, una a Gastone Moschin e l'ultima a Terence Hill. A realizzarle sempre il sapiente pennello di David Pompili a cui sta particolarmente a cuore non solo l'arte dei murales ma Narni Scalo stesso. L'artista, infatti, da anni si impegna a regalare colori, omaggi e stupore ai cittadini e a quanti giungono nel luogo. Per quanto riguarda Paolo Villaggio si può ammirare il suo "faccione" nei panni del ragioniere Ugo Fantozzi, un personaggio letterario e cinematografico italiano, le cui storie sono narrate in racconti e film, perennemente inseguito dalla mala sorte. L'opera è stata realizzata sulla facciata di un edificio in via Tuderte, davanti alla rotonda dell'hotel Fina. Un altro bellissimo tributo è quello fatto da David Pompili a Gastone Moschin con il murale intitolato



"aMICO". Il volto dell'attore di "Amici miei", "Milano calibro 9", "Signore e signori", classe 1929, è diventata una suggestiva opera muraria.

Ma non poteva di certo mancare anche un omaggio a Terence Hill, pseudonimo di Mario Girottida, da poco ospite anche ad Amelia per l'inaugurazione della piscina dedicata all'amico Bud Spencer. Il murale a lui dedicato si intitola "Ottiche pop".

I murales sono stati contornati anche dalla trentesima edizione della manifestazione "Narni, Le Vie del Cinema", nata nel 1995, che consiste nella proiezione di classici riproposti al pubblico nella loro forma migliore. Dal 29 luglio al 3 agosto al Parco Bruno Donatelli sono state molte le pellicole proiettate, con un "villaggio" dello street food in cui assaporare prodotti tipici locali. Di particolare interesse le proiezioni di due restauri della Cineteca di Bologna: il primo è il film "Lo chiamavano Trinità" del 1970 di E. B. Clucher (Enzo Barboni) e l'altro è il film "Ieri, oggi, domani" (1963), diretto da Vittorio De Sica, vincitore dell'Oscar al miglior film straniero nel 1965. La rassegna si è conclusa con un doveroso omaggio a Giuliano Montaldo recentemente scomparso, il primo direttore artistico di Le vie del cinema, cittadino onorario di Narni.

Ma le buone notizie e le sensazionali opere di Pompili non terminano qui, infatti a settembre l'artista riprenderà la produzione di altre 8 opere che saranno consegnate alla cittadinanza tra la fine del 2024 e il 2025.



## AUTHENTICA

la bona ristorazione



da Donna a Donna

### LA VISITA SENOLOGICA ECOGUIDATA

LA VISITA SENOLOGICA è un importante appuntamento medico dedicato alla salute, successiva ad altri accertamenti o completata con ecografia. Raccomandata annualmente anche in assenza di sintomi, diventa essenziale in presenza di segnali sospetti come nodularità, arrossamenti, secrezioni anomale, ispessimenti della pelle o cambiamenti nel capezzolo. Oltre all'osservazione isica, e la palpazione, la visita termina con la alutazione ecoguidata. Durante la visita, il senologo fornisce istruzioni sull'autoesame, promuovendo la prevenzione attiva, fornisce indicazioni ad eventuali ulteriori accertamenti e consiglia il periodo per il successivo controllo. Segui le istruzioni del video (qr code) per l'autoesame ed autopalpazione, ricorda che la prevenzione inizia da te!!!



Dott.ssa  
Marina Vinciguerra

Senologia - Chirurgia Oncoplastica della Mammella - Ecografia Senologica

Per informazioni ed appuntamenti

Viale Cesare Battisti 45 - Scala A - Terni | +39 338 4083298 | +39 328 5478756  
marina.inciguerra\_tr@gmail.com | [www.senologiachirurgica.it](http://www.senologiachirurgica.it)



App per appuntamento



Per un corretto autoesame segui le indicazioni del video

# RIELLO

PROFESSIONISTI  
DELL'ENERGIA  
AL TUO SERVIZIO

DAL 1966 AL TUO FIANCO



Vano Giuliano s.r.l.

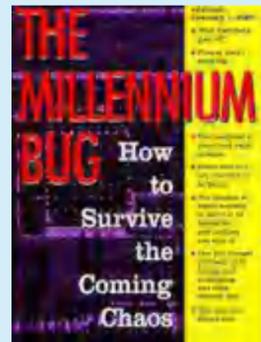
TERNI - Via C. Fornaci 16 (ZONA MARATTA)  
INFO: 0744.401467

# INFORMATICA a 360°



Raffaele Vittori

L'anno 2000 è ricordato soprattutto per il **Millennium bug**. Noto anche come Y2K bug, era un difetto informatico (bug), che si sarebbe manifestato al cambio di data tra il 31 dicembre 1999 e il 1° gennaio 2000 in alcuni sistemi di elaborazione dati. Previsto ed anticipato con molto allarmismo da parte dei mass-media e dell'opinione pubblica, il problema si verificò ma risultò di facile gestione, grazie alle misure di precauzione adottate negli anni precedenti.



Il Millennium bug nasceva dal fatto che, per rappresentare le date, diversi pacchetti software sviluppati a partire dagli inizi dell'informatica, utilizzavano soltanto le ultime due cifre decimali per memorizzare l'anno, le quali potevano assumere

valori compresi tra "00", corrispondente al 1900, e "99", corrispondente al 1999; in questo modo, al raggiungimento dell'anno 2000 le conseguenze sarebbero state imprevedibili.

Il Millennium bug fu quindi una conseguenza del fatto che i primi sistemi informatici disponevano di una ridotta quantità di byte di memoria, cosa che induceva i programmatori a risparmiare sul numero di cifre per la rappresentazione delle date.

Era quindi chiaro fin da subito che procedendo in questo modo ci sarebbe stata una criticità al termine dell'anno 1999, ma si scelse di dare per scontato che, con il passare degli anni, i pacchetti software sarebbero stati completamente aggiornati.

L'Unione europea nei primi mesi del 1998, preoccupata soprattutto per la concomitanza temporale del problema con l'introduzione dell'euro, prevista agli inizi del nuovo millennio (1° gennaio 2002), spinse per la creazione di una commissione dedicata alla sicurezza, alla sorveglianza ed alla risoluzione del bug informatico. Nonostante gli annunci ufficiali che i governi e le aziende dei principali paesi si stavano adoperando e stavano investendo ingenti somme di denaro per risolvere il bug, iniziarono a moltiplicarsi su Internet, tramite i blog, gruppi di pressione di stampo millenarista e apocalittico, che predicavano l'arrivo della fine del mondo e suggerivano alla popolazione di trovare riparo in bunker che li avrebbero salvati dalla catastrofe imminente.

<sup>1</sup> Città degli Stati Uniti d'America nella contea di King, dello Stato di Washington, situata circa 20 km ad est del centro di Seattle, fa parte della grandearea metropolitana di Seattle ed è celebre perché ospita la sede centrale della Microsoft Corporation ed anche la filiale americana della Nintendo.

Tolto l'eccessivo allarmismo, però, era chiaro che ormai lo Y2K bug veniva preso in maniera piuttosto seria; in contrasto alle speculazioni apocalittiche, molte aziende fornivano supporto per permettere agli utenti di verificare di persona se i propri apparecchi informatici potessero incappare nel problema ed eventualmente di risolverlo. Aziende come *IBM*, *Intel*, *Compaq* e *Olivetti* realizzarono programmi per la verifica dei computer, permettendo di capire se essi erano "2000-compatibili", mentre la *Symantec* rilasciò il pacchetto "Norton Utilities" per risolvere il problema; molte riviste specializzate, inoltre, rilasciarono supporti contenenti patches per correggere il difetto. Forse grazie a tutto questo o forse per "tanto rumore per nulla", la mezzanotte del 2000 arrivò e passò senza grossi drammi. Il mondo tirò un bel sospiro di sollievo.

Anche in casa Microsoft il nuovo millennio lasciò il segno, ma per ragioni tutt'altro che positive: il 19 giugno del 2000 nasceva **Windows Millennium** (o ME), ultimo sistema operativo made in Redmond<sup>1</sup> della serie 9x. Progettato per sostituire due predecessori illustri (Windows 98 ma più ancora Windows 95), oltre ad essere stato l'ultimo sistema basato su DOS. La sua versione consumer era appunto Millennium, mentre la versione business destinata ai server si chiamava **Windows 2000**.



Entrambi furono destinati a una vita brevissima, in quanto fortemente instabili e pieni di bug che ne pregiudicavano l'utilizzo, tanto da averlo soprannominato "il vero millennium bug", anche se come in ogni storia che si rispetti dopo la tempesta c'è sempre il sereno. Nel 2001, infatti, Microsoft corse ai ripari annunciando Windows XP.



## QUALCHE CONSIDERAZIONE MODERATAMENTE CORAGGIOSA

Ho seguito per gli ultimi due anni l'evoluzione urbanistica della zona di viale dello stadio, che ha portato alla novità positiva del sottopasso ciclopedonale di Via Aroldi che permette di giungere dal centro allo Stadio a piedi od in bici evitando il semaforo a cinque fasi all'angolo con viale Prati. A proposito, sapete che il mantovano Cesare Aroldi fu il primo sindaco socialista di Terni nel 1890, ancora prima che il PSI si costituisse. Era l'epoca in cui Francesco Crispi era al governo. Aroldi, insegnante all'Istituto tecnico, fu trasferito poi a Teramo perché non si occupasse di politica (potete approfondire la cosa su <https://umbriasud.altervista.org/insegnante-trasferito-da-terni-eppure-era-il-sindaco/>). Da Teramo a Terni oggi ci vogliono circa tre ore (in auto), in treno circa sei, più o meno come ai tempi di Aroldi. Torniamo all'urbanistica: a parte il sottopasso, ormai ultimato, è stato asfaltato tutto l'asfaltabile. Gli alberelli sono striminziti, come già nel parcheggio dell'Eurospin, e insomma troppe auto che penetrano dovunque, in una specie di intrico di strade e passaggi, a tutto scapito dei pedoni e dei ciclisti, che usciti dal sottopasso, se vogliono muoversi verso le varie superfici commerciali, si trovano sbarrata la strada da tantissime auto che corrono (perché sì, da queste parti si corre pure nei parcheggi dove, ricordiamo, il codice prevede si vada a passo d'uomo). Visioni vecchie, anzi stantie: negli

anni '70 uno studio di ricerca statunitense suggerì che ad Amsterdam soffocata dal traffico si iniziasse un piano di demolizioni e si costruissero delle superstrade sopraelevate per "snellirlo". Per fortuna loro, gli olandesi non si curarono della loro opinione ed andarono in un'altra direzione. Queste tematiche sono ancora attuali, come dimostrato dalla per me paradossale discussione sull'autovelox in Valnerina dove, se si deve dar retta alla fisica, il guadagno di non andare a 70 è di circa un minuto. Mentre il maggiore pericolo d'incidenti dovuto all'alta velocità è sicuramente ben più alto. Al di là della questione delle limitazioni della velocità, con una società che invecchia e necessità di spostamento, che sia per svago o per lavoro, sempre più articolate, non è pensabile basarsi soltanto sulla disponibilità di auto propria. Per questo la mia proposta è ricostruire su basi nuove il tram da Terni a Ferentillo e prolungarlo fino a Sant'Anatolia, dove si potrebbe incrociare con una Spoleto-Norcia, ugualmente da ricostruire, magari in compatibilità con la pista ciclabile. Per inciso: sopprimere le ferrovie per farci piste ciclabili è un'altra visione stantia. Abbiamo bisogno di trasporto pubblico, anche se non fingiamo di non saperlo, l'epoca dell'automobile, che ha portato ad isolarci ed a vivere la città come propaggine non gradita della nostra vettura, volge al termine. Che sia a batterie o meno.



Carlo Santulli

## RIPARA LA TUA AUTO DOPO L'ESTATE

Da oltre  
40 anni  
la TUA  
carrzeria

GRAFFI  
AMMACCATURE  
DANNI AL PARAURTI

**SAN GEMINI**  
via Enrico Fermi 20  
info@sipacegroup.com  
www.sipacegroup.com

**CHIAMA ORA**

**0744 241761 - 392 9469745**

# QUANDO **BERNHARD GILLESSEN** ENTRÒ NELLA PARTE DI UN PROFETA DELL'APOCALISSE, IN PIAZZA DEL POPOLO A TERNI

Bernhard Gillessen è stato un grande pittore vissuto nella nostra regione per circa 40 anni, prima a Spoleto, poi a Trevi. Nato nel 1952 a Düsseldorf, in Germania, ebbe presto la fama di enfant prodige nel campo artistico, producendo la sua prima mostra a Monaco di Baviera, a soli 12 anni. Al seguito di sua madre brava fisioterapista, girovagò in tante città italiane, da Rapallo a Roma dove allestì una mostra importante al palazzo Valadier.



Bernhard aveva 17 anni, giovane bellissimo e talentuoso e la stampa e televisione dell'epoca si interessarono a lui, dedicandogli servizi e interviste. Una di queste la vidi anch'io. Passano i mesi e decisi di andare a Spoleto, durante il Festival dei Due Mondi. Ero sola e curiosa di vedere le mostre e gli spettacoli. Nel girovagare, mi accorgo di una bella mostra in una torre medievale, di fronte al Teatro Caio Melisso. Entro e mi fermo incantata a vedere questi quadri, per me strani, cercando di carpirne il significato. Era un'arte simbolica e andava osservata con attenzione. In una stanza vi era un giovane che si avvicina a me e mi chiede cosa ne pensassi di questo tipo di arte. Parlammo per oltre un'ora e solo alla fine vengo a sapere che mi trovavo proprio al cospetto di Gillessen. Il clima si era fatto talmente simpatico che vengo invitata a sedermi ad una tavola imbandita insieme a molte altre persone, tra cui la bella madre e il patrigno. Da quella sera cominciò una amicizia vera che è durata alcuni decenni. Poco dopo la mamma morì improvvisamente e i due uomini si trasferirono a Trevi, all'ultimo piano di un palazzo antico nel centro della cittadina umbra. Sono andata molte volte in quella casa, prima, quando era ancora vivo il patrigno, dopo quando Bernhard era rimasto solo o, meglio, in compagnia di un cane randagio che si era portato a casa perché i suoi occhi lo guardavano come quelli di Adalbert, anzi, per lui, quel cane era una specie di reincarnazione del suo patrigno. In quella casa ho assaporato la cultura tedesca, quella alta, fuori dal tempo e dallo spazio. Un sincretismo culturale difficile da trovare altrove. Il Medioevo imperava ovunque, nelle immagini tratte dalla Divina Commedia (ben 1000 opere!), in quelle ispirate dalle figure di San Francesco e di Federico II. In quella casa ho scoperto l'amore per la Letteratura e per il Teatro di Bernardo, il quale mi raccontò come sin da bambino si era cimentato nell'arte della recitazione. In quel periodo mi occupavo di Teatro al Federico Cesi di Terni, quando ancora era

Preside la grande Maria Paolucci. Avevamo visto in classe il film "l'Armata Brancaleone". Mi venne in mente un'idea pazzca. Perché non partecipare ad una proposta fatta alle scuole di dare un contributo in occasione di non ricordo quale evento? Ci saremmo travestiti da personaggi dell'Armata Brancaleone e avevo chiesto al mio amico Bernhard di partecipare entrando nella parte di Profeta dell'Apocalisse. Bernhard e i miei alunni si buttarono entusiasti in questa avventura. Prendo un baule centenario, lo consegno ad un falegname che lo trasforma, con delle ruote e un buco nel tetto in un carretto simil-medievale. Dentro viene messo il mio alunno più piccolo ed esile, che aveva il compito di far sentire la sua voce sgraziata, uscendo fuori con la testina e si doveva occupare del mangiadischi che strombazzava la marcia mitica del film. Gillessen sarebbe venuto in treno e noi lo abbiamo aspettato in piazza, dove era posizionato un palco pronto ad ospitare i vari comizi delle elezioni che ci sarebbero state da lì a poco. La musica, con la sua marcia e il gruppo sgangherato aveva incuriosito molte persone. Arriva Gillessen, alto, capelli lunghi arruffati, tunica sdrucita. In pochi minuti si era trasformato in un Profeta dell'Apocalisse. Arringava la folla (si fa per dire) in modo convinto ed efficace. Agitava il corpo, le mani, le braccia, sudava e si muoveva su quel palco improvvisato. I miei alunni erano ipnotizzati, così come la gente che si era fermata. L'Apocalisse, Gillessen Bernhard, ne aveva fatto un suo Totem, l'aveva dipinta ovunque, nelle tele, nelle scatole, nelle tegole. Recitata, una sola volta, a Terni.



Anna Maria Bartolucci

## LA MEDICINA ESTETICA NON VA IN VACANZA SETTEMBRE, IL MOMENTO PERFETTO PER RIGENERARE LA TUA PELLE

Chi l'ha detto che i trattamenti estetici si fanno solo in inverno? Settembre è il mese ideale per prendersi cura della pelle, preparandola ad affrontare i primi freddi con il giusto equilibrio tra idratazione e luminosità.

Tra i trattamenti più indicati per questa stagione troviamo la **BIORISTRUTTURAZIONE DEL VISO, COLLO E DÉCOLLETÉ** e il **PEELING BIFASICO** - perfetti alleati per mantenere la pelle giovane, radiosa e senza rughe anche dopo l'estate.

Il **PEELING BIFASICO**, noto anche come biorivitalizzazione senza aghi, è un trattamento rigenerante che accende l'incarnato, riduce infiammazioni e rossori, rendendo la pelle compatta e luminosa. Un vero elisir di giovinezza, senza dolore e senza tempi di recupero, ideale per un rientro in città con un aspetto fresco e riposato.

Per chi preferisce un'azione più mirata, la **BIORIVITALIZZAZIONE** si conferma come la scelta d'eccellenza. Attraverso micro-iniezioni di acido ialuronico, vitamine ed elementi nutrienti, questo trattamento rivitalizza la pelle, levigando le rughe e illuminando il viso, il collo e il décolleté.

È particolarmente efficace per ridurre le occhiaie e rinfrescare l'area perioculare, donando un aspetto riposato e giovane. E per chi cerca un approccio ancora più naturale, la **Medicina Rigenerativa Autologa** con il **GEL PIASTRINICO (PRP)**



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

è la soluzione ideale. Questo trattamento, amato per i risultati naturali che offre, è potenziato dall'applicazione di **ESOSOMI**, particelle di DNA vegetale che migliorano ulteriormente la rigenerazione cutanea. Settembre è quindi il mese perfetto per iniziare o continuare il percorso di bellezza, preparandosi all'autunno con una pelle rigenerata, luminosa e pronta a risplendere. Con il giusto trattamento e una protezione solare adeguata, anche l'abbronzatura estiva potrà durare più a lungo, senza stressare la pelle!

**Buon settembre e buona bellezza a tutti!**



VILLA SAN GIORGIO

**NUOVA APERTURA**

**RESIDENZA SERVITA PER ANZIANI**  
in pieno centro a Terni

sconto sul primo periodo di permanenza!



Chiama **0744 43.40.08**  
Via Roberto Antiochia, 8 - Terni

# I VESTITI DEL CONTADINO E LA SARTA PAESANA



Vittorio  
Grechi

Dopo la Seconda Guerra Mondiale le famiglie contadine erano ancora numerose e numerosi erano i componenti di ciascuna famiglia. Il loro numero in media era composto da una decina di persone e quelle con un numero molto più basso erano costrette a farsi aiutare per svolgere i lavori più gravosi e a ricambiare poi l'aiuto, che era sempre utile e ben accetto. La maggior parte dei lavori agricoli venivano fatti a forza di braccia, compresi quelli che venivano fatti da una coppia di vacche o da un'asina. Infatti, le vacche aggioicate all'aratro andavano guidate e l'aratro dietro di loro pure e così l'asina andava caricata a mano di fascine, che poi venivano legate al basto prima che il quadrupede le portasse davanti all'abitazione. Per fare qualsiasi tipo di lavoro ci volevano le braccia e più ce n'erano nella famiglia, meglio era. Anche i vecchi di casa si davano da fare mantenendo acceso il fuoco, indispensabile per cucinare. Ci poteva essere anche una vedova di guerra, utile per assistere una persona vecchia allattata o aiutare le altre donne ad accudire bambine e bambini della casata. In questo tipo di



famiglia numerosa i compiti erano attribuiti secondo le capacità. Ovviamente tutte le donne dovevano essere in grado di fare la pasta, il pane a turno, di cucinare, di rammendare e di governare gli animali da cortile. Tra gli uomini c'era chi era specializzato a fare gli innesti, oltre a tutti gli altri lavori, e c'era anche chi era addetto ad accompagnare le donne nei negozi, perché sembrava esperto di stoffe e capace di tirare sul prezzo per avere sconti più alti. Quando c'era bisogno di andare a fare compere di abbigliamento, vuoi perché invitati a un matrimonio, una cresima o un battesimo, o perché c'era comunque bisogno di rinnovare il povero guardaroba, si organizzava la discesa in città in un giorno nel quale non si poteva lavorare in campagna a causa della pioggia, della nebbia o del freddo. Gli abitanti dei vari paesini e frazioni della Valnerina scendevano a piedi lungo le scorciatoie per campi e boschi, fino ad arrivare alla stazione del tram che li avrebbe portati in piazza Valnerina, dove c'erano negozi che facevano al caso loro. Gli abitanti delle altre vallate raggiungevano Terni con altri mezzi e trovavano dalla loro parte di città analoghi negozi pronti a soddisfare le loro richieste. L'uomo che accompagnava almeno due donne era in genere il marito di una e il cognato o il fratello dell'altra ed era dotato di una buona dose di pazienza nel dover attendere i tempi lunghi delle scelte delle stoffe, degli abiti e soprattutto della loro prova. Ogni tanto si infilava nel chiacchiericcio delle signore per approvare o disapprovare le loro scelte, in modo da ridurre i tempi della discussione. Raggiunti gli obiettivi di scelta, l'uomo passava a trattare il prezzo col padrone del negozio. La discussione a questo punto poteva diventare anche molto accesa, con la minaccia di abbandonare tutta la mercanzia e di recarsi in un altro negozio. Il negoziante conosceva però i suoi polli e con qualche pezzo di stoffa in omaggio e l'aggiunta di uno sconticino risolveva il problema. La sarta della frazione alla quale venivano portate le stoffe per fare pantaloni da uomo prendeva le misure largheggiando, visto che gli uomini tendevano a crescere di pancia, mentre se avesse dovuto cucire abiti per le donne avrebbe teso a farli meglio modellati, anche se sempre comodi. Quindi in campagna si vedevano spesso donne vestite decentemente e uomini che sguazzavano dentro pantaloni troppo larghi.

## MYCON® LENTI PER LA MIOPIA DEDICATE AI PIÙ PICCOLI

Prova le lenti per il controllo  
della miopia nei bambini

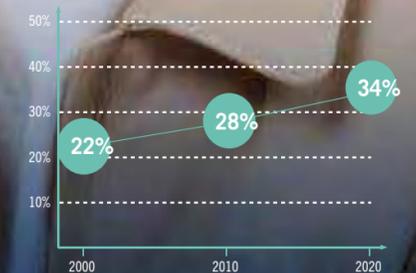


### LO SVILUPPO DELLA MIOPIA OGGI

I BAMBINI SI CONCENTRANO SEMPRE PIÙ SU  
CIÒ CHE SI TROVA A DISTANZA RAVVICINATA

Che si tratti di tablet, computer o compiti a casa, i bambini di oggi si concentrano maggiormente su ciò che è direttamente di fronte a loro piuttosto che trascorrere del tempo all'aperto. Questo cambiamento comportamentale è uno dei fattori che contribuisce all'incremento della miopia nei bambini di oggi.

#### SVILUPPO DELLA MIOPIA in % della popolazione mondiale



Fonte: Adapted from Holden et al. (2016). Global prevalence of myopia and high myopia and temporal trends from 2000 through 2050. Ophthalmology, 2016; 123:1036-42.

**ottica | mari**

Ottica Mari  
Via del Rivo, 247  
05100 Terni  
tel e fax 0744 302521  
www.otticamari.it

seguici su  
Instagram Facebook



www.otticamari.it

Occhiali biometrici  
con misurazione  
DNEye®  
(B.I.G. EXACT™)

**RODENSTOCK**  
Because every eye is different



Convenzioni: Comune di Terni, AVIS, ACLI, ASM, CMT, AFW, A.S.D. Arcieri città di Terni, A.D. Giovanili Campitello, Atelier Musicale Francesco Falcioni

# UNA CENA PER DUE AL PREZZO DI UNO

Se prenoti entro il **30 Settembre**

MENÙ

- **BUFFET ILLIMITATO**
- **6 CARNI UMBRE ALLA SPADA**  
**+ PICANHA**



Scarica la promo e  
vivi l'esperienza **Churrascaria!**