



nell'attesa...

settimanale di formazione e informazione medica per il paziente in sala d'attesa

DIRETTORE RESPONSABILE FRANCESCA PATANE'

prendi
una copia
è gratis

anno 1 n. 6 - 27 novembre 2006

Stiamo producendo dei mostri?

Anche un giornale ottimista come il nostro non può trascurare ciò che sconvolge ogni giorno la sensibilità comune. Assistiamo sbigottiti al museo degli orrori di una società che gioca a depravare: stupri di gruppo a minorenni, violenze inaudite a disabili, reti inesauribili di deformi del sesso (pedofili in testa), bande di ragazzini annoiati che seminano terrore con equivoco e vile uso del gruppo...

E' iniziato un processo di disumanizzazione che interessa sociologi e psicologi, ma che atterrisce tutti noi, che della salute globale facciamo il personale teorema. Come fare a combattere le malattie sociali? Perché si producono e come estirparle dai nostri "tessuti"?

Concordiamo con Giuseppe Savagnone, che in un recente articolo ha sostenuto che la società raccoglie ciò che ha seminato. "...E' tutta la nostra società che dovrebbe interrogarsi...Non sono forse la televisione e i giornali a presentare quotidianamente modelli di violenza e di uso cinico della sessualità?" scrive Savagnone.

Siamo d'accordo sulla diagnosi etiologica (che riguarda le cause). E la terapia?

Troppo complesso entrare nel gioco degli interessi sporchi e vili che hanno prodotto i mostri.

C'è un giro enorme di denaro e potere che si muove intorno ad ogni fenomeno che sfrutta la debolezza umana (sesso, droga, alcool, fumo...), tale da determinare l'interesse immediato di chi occultamente cerca di comandarci.

A noi resta però l'arma della libera scelta e della presa coraggiosa di una posizione salda. Senza valori una società produce sgorbi, mostri e ne rimane schiacciata.

Scusate i toni inusualmente pesanti. Ma non si fa salute globale senza aver il coraggio di sbattere la porta in faccia a chi sta sfruttando le nostre debolezze per arricchire e sporcare questo bellissimo mondo.

Diego Fabra

Al Buccheri la Giornata dei diritti del fanciullo

Nell'aula polifunzionale dell'Ospedale Buccheri La Ferla si è svolto mercoledì scorso un incontro per celebrare la "Giornata Internazionale dei Diritti del Fanciullo". La manifestazione è stata organizzata dalla prof.ssa Anna Maria Schicchi, dirigente scolastico della scuola Media Don Lorenzo Milani, nell'ambito del Progetto di Educazione alla Legalità e Solidarietà.

L'incontro, oltre ai ragazzi della scuola organizzatrice, era rivolto agli studenti delle scuole elementari della II Circoscrizione in cui si trova l'ospedale Buccheri La Ferla che, all'interno della stessa, è diventato un punto di riferimento, non solo come luogo di cura, ma anche per rispondere alle esigenze sociali del territorio. Hanno partecipato all'incontro anche i bambini ricoverati nel reparto di Pediatria dello stesso nosocomio.

La "Giornata" ha celebrato i diritti del bambini a cui "L'umanità ha il dovere di dare il meglio di se stessa" (come si legge nel Preambolo della "Dichiarazione dei diritti del fanciullo" del 20 novembre 1959). Il mondo "dei grandi" e la scuola hanno una grande responsabilità nei confronti dei bambini. Come si dichiara anche nella "Convenzione dei diritti del fanciullo" (all'articolo 28 della "Dichiarazione dei diritti del fanciullo"), ogni bambino deve avere la possibilità di andare a scuola, di riposarsi, di divertirsi, di dedicarsi al gioco e ad attività ricreative consone alla sua età. Tutto ciò che si oppone al benessere del bambino quindi è una violenza.

All'incontro hanno partecipato: Maria Teresa Ambrosini, Presidente del Tribunale per i Minorenni di Palermo, padre Giacomo Ribaudo, parroco della Chiesa della Magione di Palermo, Tommaso Romano, assessore alla Cultura del Comune di Palermo, Giovanni La Mantia, dirigente medico del Distretto 14 di Palermo, Bartolomeo Spinella, direttore dell'Unità Operativa Complessa di Pediatria e Neonatologia dell'Ospedale Buccheri La Ferla, Maria Cristina Conigliaro, assistente sociale dello stesso Ospedale, che ha affrontato il tema legato al delicato ruolo che ricoprono nella "Tutela del Minore", e l'associazione Vip di clown di corsia.

in questo numero

pag. 2: MEDICINA

Clonazione: ma, esattamente, che cos'è?...

Conferenza su alimentazione biologica e benessere

pag. 3: MEDICINA

Il decalogo dell'attività fisica

Inbox

pag. 4: UN PO' DI RELAX

Non chiamatelo Palazzo Steri

Una pianta inquietante: la mandragola

La recensione

Il crepuscolo dei Filosofi

I proverbi di nonna Cicia

pag. 5: PAUSA CAFFE'

Giochi

Chicche di caffè

pag. 6: RUBRICHE

L'angolo del commercialista
Fondo patrimoniale per la famiglia

Mangiabene
Gruppo sanguigno e alimenti

Recapiti utili

pag. 7: LA MAPPA DELLA SANITA'

Le strutture della sanità pubblica in provincia di Palermo

pag. 8: LA MAPPA DELLA SANITA'

Cerchi una farmacia?



NASCE L'IDEA DI UNA BANCA DIVERSA PER RISPONDERE ALLE GRANDI SFIDE CHE L'UMANITA' HA ATTUALMENTE DI FRONTE:

LA LOTTA ALL'ESCLUSIONE, ALLA POVERTA', LA TUTELA DELL'AMBIENTE, UNA PIU' EQUA DISTRIBUZIONE DELLE RISORSE TRA NORD E SUD DEL MONDO.

UNA BANCA CHE RICHIAMI NOI TUTTI, PERSONE, ORGANIZZAZIONI, IMPRESE, AD UNA MAGGIORE RESPONSABILITA' SULLE CONSEGUENZE CHE HANNO LE NOSTRE AZIONI



popolare
Banca Etica

DIAMO CREDITO AL SOCIALE

piazzetta Forzatè, 2 35137 Padova Telefono 049 8771111
fax 049 664922 posta@bancaetica.com www.bancaetica.com

Clonazione: ma, esattamente, che cos'è?...

Sono passati dieci anni dalla nascita di Dolly, il primo essere vivente nato in laboratorio.

Il "papà" della pecorella più famosa del mondo si disse sempre contrario alla clonazione dell'uomo

Fin da quando, il 5 luglio del 1996, in una stalla del Roslin Institute, vicino Edimburgo in Scozia, Ian Wilmut, audace embriologo e scienziato, "diede alla luce" la sua pecora Dolly, nata dal primo processo di clonazione, il mondo si divise tra fautori e detrattori della possibilità di produrre la copia di un essere vivente, spaccatura più profonda se il dibattito è intorno all'uomo.

UNA FONDAMENTALE RAGIONE ETICA

Wilmut si è sempre detto contrario alla clonazione umana, per diverse motivazioni di carattere tecnico, ma soprattutto per una ragione etica fondamentale: la produzione della copia di una persona esistente ci porterebbe a pensarla del tutto identica all'originale, e questo è ingiusto, perché ogni persona deve essere trattata come individuo, per quello che è e non per quello che sembra.

COME COPIARE UN ESSERE VIVENTE

Ma da un punto di vista tecnico come avviene la clonazione? Com'è possibile "copiare" un'altra creatura vivente? Prendiamo l'esempio di Dolly. Dalla sua mammella vennero prelevate alcune cellule: da una di queste venne a sua volta isolato un nucleo, completo di tutto il suo corredo genetico.

CELLULA "SVUOTATA"

Il nucleo venne poi inserito in una cellula uovo (proveniente da una seconda pecora), opportunamente "svuotata"



nella foto: **La pecora Dolly, il primo essere vivente clonato**

del suo rispettivo nucleo, ma contenente il prezioso e nutriente citoplasma: ciò fu possibile grazie a una delicata scarica elettrica.

Da questa prima cellula prese l'avvio lo sviluppo dell'embrione che fu impiantato nell'utero di una madre surrogata, che portò avanti la gravidanza.

IL PROTOTIPO IMBALSAMATO

La nascita di Dolly (il nome derivava da un tributo alla "prosperosa" cantante country Dolly Parton) fu preceduta da tante ansie e incertezze, non potendo prevedere nulla sulla possibile sopravvivenza e sullo stato di salute.

Visse sette anni e morì di cancro al polmone. Oggi è imbalsamata e la si può ammirare al Roslin Institute.

E' stato dimostrato con attente analisi che la morte fu causata da un virus che nelle pecore provoca anche i tumori.

E ciò per fugare ogni sospetto sulla possibile relazione tra la sua morte e la clonazione di Dolly.

AGNELLINI DEL TUTTO NORMALI

Oggi vivono i figli di Dolly, agnellini del tutto normali che Dolly ha fatto in tempo a dare alla luce.

Ian Wilmut resta un personaggio di grande valore scientifico, anche se non è stato insignito del premio Nobel.

A lui il merito di avere aperto un'ennesima frontiera della scienza, che ha il compito sempre di interrogarsi sotto la luce più ampia della saggezza morale.

dieffe

Conferenza su alimentazione biologica e benessere

Martedì 5 dicembre alle ore 18 presso il ristorante e negozio di alimenti biologici "Fresco" avrà luogo la conferenza su "Alimentazione biologica e benessere", tenuta dal dott. Edoardo Palmeri nell'ambito del programma "Incontri beneinforma". L'incontro si concluderà con la degustazione di prodotti biologici. L'avvenimento sarà trasmesso anche nel programma televisivo Liberty in onda ogni giorno su emittenti diverse. All'interno della trasmissione cinque minuti al mese saranno dedicati al format "beneinforma.it", curato dallo stesso dott. Palmeri, che prevede la trattazione di argomenti inerenti il benessere.

Il decalogo dell'attività fisica

Dalla riduzione dello stress alla perdita di peso: perchè è consigliabile evitare di condurre una vita sedentaria

Che l'esercizio fisico produca innegabili benefici all'uomo è un dato di fatto inconfutabile. Ma in cosa esattamente consistono questi benefici? Ecco in dieci punti i motivi per cui è sempre consigliabile evitare di condurre una vita esclusivamente sedentaria.

L'attività fisica:

1. RIDUCE LO STRESS: l'attività fisica riduce gli ormoni responsabili dello stress (adrenalina ecc., ed incrementa la produzione di endorfine che hanno azione sedativa ed analgesica).

2. RINFORZA IL CUORE: l'attività fisica costante potenzia la massa cardiaca, ottimizza la gittata cardiaca.

3. CONTRIBUISCE A MIGLIORARE L'ASSETTO LIPIDICO: si riducono i trigliceridi, l'LDL-C (cattivo), si incrementa l'HDL-C (buono).

4. RIDUCE O PREVIENE I PROBLEMI OSTEOARTICOLARI: nuoto, stretching, ginnastica dolce mantengono più giovani ed elastiche le articolazioni. Il nuoto è particolarmente indicato per lombalgie, scoliosi, iperlordosi, ernia del disco: consigliati dorso e stile libero, poiché alleggeriscono il sovraccarico della colonna vertebrale e potenziano i muscoli paravertebrali; sconsigliati rana, delfino poiché comportano l'innarcamento della colonna vertebrale.

5. PREVIENE L'OSTEOPOROSI: l'attività fisica rigenera ed irrobustisce il tessuto osseo, prevenendo l'osteoporosi, specialmente nel sesso femminile dopo la menopausa; la prevenzione ottimale prevede l'inizio dell'attività fisica regolare a 30 - 35 anni di età (unitamente ad una alimentazione ricca di calcio e di vitamina D).

6. MIGLIORA L'OSSIGENAZIONE DI TESSUTI: l'attività fisica comporta un aumento della capacità polmonare, un miglioramento della circolazione sanguigna; ne consegue una migliore ossigenazione periferica ed una migliore rimozione delle tossine.

7. AIUTA LA MEMORIA: alcune attività comportano esercizi o passi da mandare a memoria (memoria minuitur nisi exerceas).

8. POTENZIA LE DIFESE IMMUNITARIE: con l'attività fisica si incrementa la produzione di linfociti T, che aiutano a prevenire le infezioni.

9. TONIFICA E RASSODA I TESSUTI: l'attività fisica regolare (tre volte a settimana), dà tono ed elasticità alle fibre muscolari, riduce inestetismi e cellulite.

10. FA PERDERE PESO: unitamente ad una dieta equilibrata contribuisce a ridurre i depositi di grasso, poiché durante l'esercizio prima si bruciano gli zuccheri, poi si attinge ai grassi di deposito e del sangue.

Salvo Amato
amagisal@unipa.it



inbox

Generici falsi

L'Agenzia Italiana del Farmaco ha avviato le procedure per la revoca dell'autorizzazione in commercio di undici farmaci generici per presunte irregolarità nella documentazione per la registrazione. Le indagini muovevano dalla scoperta che uno studio sulla bioequivalenza di un farmaco generico era risultato falso. In altre parole la copia non era equivalente all'originale. Da qui i controlli con la scoperta di altri dossier taroccati.

Telecamera interna

Un microchip di fabbricazione giapponese è destinato a migliorare le tecniche di chirurgia in laparoscopia (cioè senza taglio chirurgico della parete muscolare e cutanea esterna). Il microchip è una microtelecamera che può essere introdotta attraverso il forellino di 9 mm. (in futuro 5 mm.) per rendere l'intervento operatorio più accurato e facile. E' già stato testato in un ospedale milanese.

Radioterapia millimetrica contro i tumori

E' quella messa a punto con nuove tecniche che consentono di colpire la massa tumorale con un margine di 2-3 mm. sul margine, contro gli attuali 10-15, sfruttando anche la quarta dimensione, cioè il tempo di esposizione che può variare coi movimenti interni (respiro, pulsazioni, ecc.). Questo consentirà una precisione e una potenza sempre maggiori.

Tasse contro i dolci?

Allo scopo di porre un freno all'abuso di cibi eccessivamente zuccherini e per migliorare le abitudini alimentari l'Associazione Medici Diabetologi, al 42° Congresso europeo di Copenaghen, ha proposto di elevare la tassazione sui prodotti ipercalorici e a basso potere nutritivo. Questo potrebbe portare a una diminuzione reale dell'incidenza di diabete. Ulteriori proposte riguardano l'incentivazione e la facilitazione degli accessi alle attività sportive.



by
PROMO ITALIA

per informazioni
091 522242
328 8625855



A Palermo in via R. Mondini 15
Telefono 091 8888384
Fax 091 8888385
doinfitness@fastwebnet.it

La possibilità di ottenere un invidiabile equilibrio psico-fisico rende indispensabile la ricerca di centri di benessere qualificati. A Palermo esiste la DOIN FITNESS un centro specializzato non solo nella cura del fisico da un punto di vista meramente estetico, ma anche, cosa assai più rilevante, da un punto di vista medico. La DOIN FITNESS è anche "centro autorizzato" Fitness Metabolica, cioè un programma di esercizio fisico per la prevenzione e il trattamento dell'obesità, del diabete di tipo 1 e 2, dell'ipertensione e dei disturbi cardiovascolari

Non chiamatelo Palazzo Steri

Il grande successo ottenuto dalle visite organizzate dall'Università di Palermo per i duecento anni della sua fondazione ha visto tra i luoghi più visitati la sede del Rettorato, il palazzo iniziato da Manfredi I Chiaramonte nel 1320. Questo, troppo spesso, viene erroneamente chiamato "Palazzo Steri", sia dagli organi di stampa, sia dalle stesse istituzioni universitarie. L'errore, abbastanza grossolano, consiste nel fatto che la parola Steri deriva dal latino "hosterium" cioè palazzo fortificato, quindi è anch'esso un sostantivo e non un nome proprio, è come dire "Palazzo Palazzo fortificato", equivalente ad esempio a "dottor medico" o "professor insegnante".

Chiarito l'equivoco, possiamo goderci questo magnifico palazzo che nel 1380 Manfredi III fece decorare con il soffitto ligneo della Sala Magna, dei pittori Cecco di Naro, Simone da Corleone e Dareno da Palermo, eredi della tradizione dei soffitti dipinti d'età arabo-normanna con influenze dell'area ispanico-moresca, e che rappresenta episodi del mito classico, storie dell'antico testamento, del ciclo carolingio e bretone, scene di vita reale e celebrazioni dei Chiaramonte. All'esterno ai due livelli superiori sono le elegantissime bifore e trifore, con colonnine tortili e ghiere decorate da motivi a zig-zag e tarsie laviche di uno stile gotico tipicamente siciliano, e perciò

detto "chiaromontano", legato alla tradizione normanna. All'interno è un cortile quadrato con possenti doppie arcate su ogni lato al piano terra e più leggere logge a tre arcate al piano nobile. Dal 1601 al 1782 fu sede del Tribunale del Santo Uffizio, atroce e crudele strumento di potere, furono aggiunte le carceri e al piano terra furono realizzate le camere di tortura, mentre nel piano della Marina si eseguivano le condanne a morte sul rogo, i cosiddetti "auto da fè".

Dario Tamburello
dariotamburello@yahoo.it



Lo Steri (per gentile concessione di "Ateneo Palermitano")

Una pianta inquietante: la mandragola

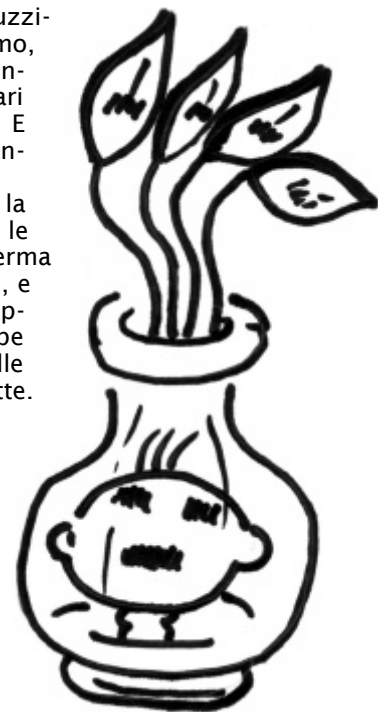
La mandragola, droga officinale il cui utilizzo era diffuso nei tempi antichi, era considerata un efficace rimedio per svariate patologie, tra cui le malattie psichiatriche, ed era oltretutto un ottimo anestetico.

Questa pianta ha sempre stuzzicato le suggestioni dell'uomo, tant'è vero che sono documentate numerose dicerie popolari circa le sue caratteristiche. E spesso hanno aspetti inquietanti.

Si diceva, per esempio, che la mandragola crescesse sotto le forche dall'orina e dallo sperma degli impiccati ingiustamente, e che chiunque cercasse di strappare le sue radici sarebbe morto a causa dei gemiti e delle urla che la pianta stessa emette.

La leggenda infatti prevede che chiunque voglia cimentarsi in questa delicata e pericolosa impresa debba tapparsi le orecchie e portare con sé un cane nero che non abbia neanche un pelo bianco. Quindi, bisogna posizionare tre croci attorno alla pianta e legare la coda del cane ad essa per mezzo di una corda.

Sarà lo stesso ignaro animale che strapperà la pianta, causando la sua stessa morte.



a cura di Alessio Trudu

Il Crepuscolo dei Filosofi

di Giovanni Papini (Vallecchi Editore)

“Sospetto che Papini sia stato immeritabilmente dimenticato” osservava Borges negli anni Settanta; e ancora oggi non solo non gli è riservata l'attenzione che merita, per di più l'analisi del suo caso non è ancora scevra da obsolete considerazioni ideologiche.

Questo primo libro di Papini, costituito da una serie di saggi sui filosofi moderni, non va considerato come una semplice dossografia, ma come opera letteraria e di vita. In "E' necessario leggere questa prefazione" ci chiarisce che la trattazione non è imparziale e rigorosa, ma passionale, vendicativa e "donchisottesca", perché egli intende l'opera come una personale liberazione dalla filosofia, causa della sua sofferenza. Dunque, più che altro vi si può rintracciare la personalità dell'autore e gli embrioni delle sue future posizioni intellettuali (futurismo e cristianesimo).

Nonostante questo, l'analisi è in sé interessante e anche divertente: Papini utilizza un linguaggio molto vivo e colorito nel delineare la figura di ciascun filosofo e l'immagine generalmente attribuitagli e considera ogni filosofia strettamente collegata alla personalità del proprio autore.

Infine, seppur nel complesso sbagliate e spesso di cattivo gusto, le critiche di Papini di tanto in tanto rivelano alcune serie e reali contraddizioni nei sistemi filosofici presi in esame.

Amir Arouet

I proverbi di nonna Cicia

Cu si marita 'nto quarteri, bivi 'nto sò bicchieri;
cu si marita 'nta cuntrata, bivi 'nta cannata.

Chi si sposa nel suo quartiere, beve nel suo bicchiere;
chi si sposa nella sua contrada, beve nell'anfora (come dire: "moglie e buoi dei paesi tuoi")

Né panareddu d'i viddani, né cannistreddu di batìa

Non accettare panierini di doni da contadini, né canestrini di doni da monache (perché in contraccambio potrebbero esigere pesanti favori)

A matri massara 'nsgina a figghia cajorda

La madre lavoratrice educa la figlia infingarda (anche se può suonare strano, spesso è la varietà perché certe madri, per troppo amore, pur essendo grandi lavoratrici, non permettono alle figlie di lavorare facendole crescere pigre)

A sàlvia, comu a marba, ti sarba

La salvia, come la malva, ti salva (sono efficaci erbe medicinali)

Babbu di l'ova

Sciocco, capace soltanto di succhiare le uova

Chistu è sant ca nu suda

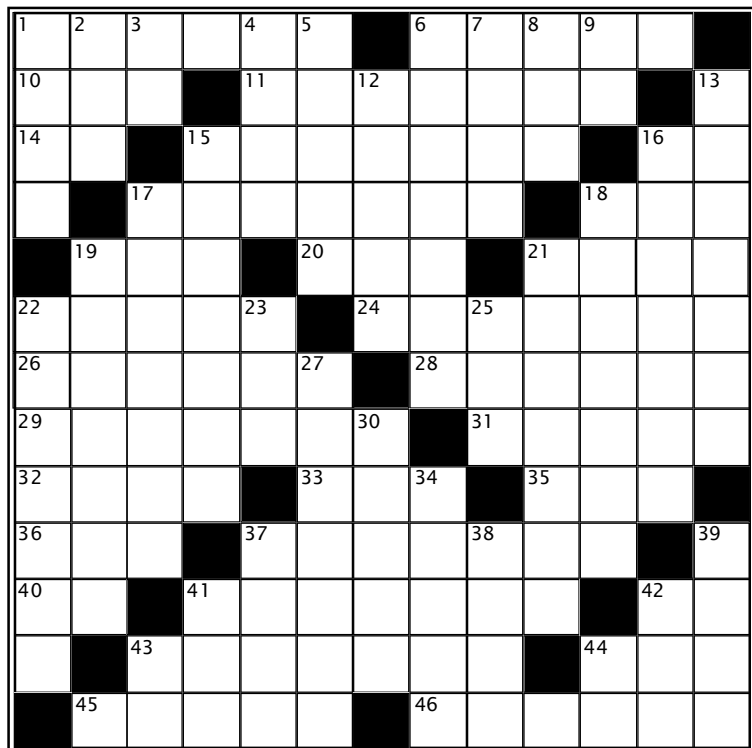
Questo è un santo che non fa miracoli (si dice di chi è tirchio. Il santo che non suda è quello di marmo)

Quanni 'a jatta si lava 'a facci, è signali ca chiovi

Quando la gatta si lava la faccia è segno che pioverà

Li corna, quannu nun rénnunu, pìsanu

Le corna, quando non rendono, pesano

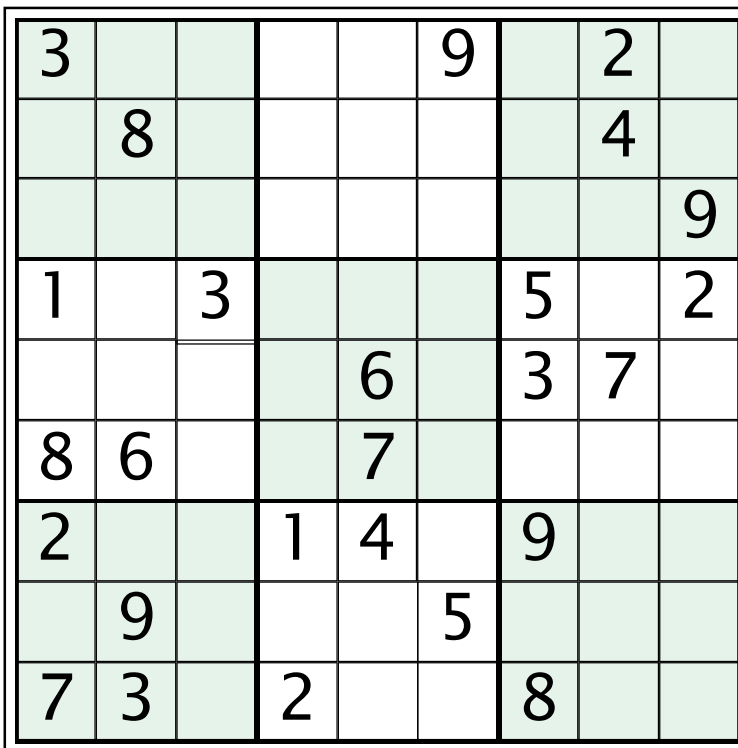
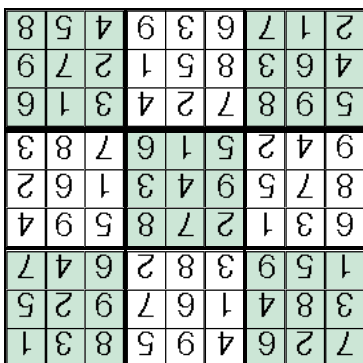
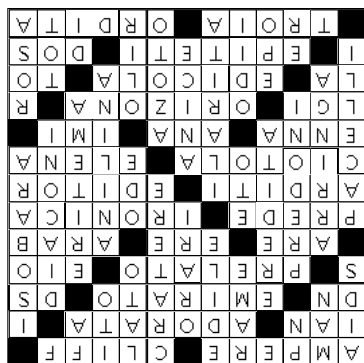


ORIZZONTALI

1 Unità di misura della corrente elettrica 6 Nome del cantante americano Richard 10 Il Paice batterista dei Deep Purple 11 Venerata 14 Iniziali del ciclista Nardello 15 La carica dell'emiro 16 Il partito di Fassino 17 Sacerdote 18 Le vocali di ferito 19 Antichi altari romani 20 Lunghi periodi 21 I cavalli arabi secondo gli inglesi 22 Le vittime del cacciatore 24 Sardonica, sarcastica 26 Ardimentosi, impavidi 28 Il programma digitale che gestisce il montaggio di giochi virtuali o di pellicole cinematografiche 29 Chicchera 31 Il casus belli della guerra di Troia 32 Città dell'entroterra orientale siciliano 33 Nome della Caram 35 Le ultime... dei primi 36 Local Government Institute 37 Cittadina brasiliana nella regione del Pires do Rio 40 Precede il si 41 Chiosco per la vendita di giornali 42 Torino 43 Insulti 44 Sistema informatico 45 La femmina del maiale 46 Organizzata occultamente

VERTICALI

1 La peste del 2000 2 Uomo inglese 3 Iniziali di Neruda 4 Dà il nome alla terza età della Terra 5 Lavora nelle costruzioni 6 Sommità di un vulcano 7 Parte del perimetro 8 Andato 9 La quarta della scala 12 Sono di lavoro o di ufficio 13 Unisce i punti aventi la stessa pressione atmosferica 15 La lascia il defunto 16 Ministri del tempio 17 Vivono di rapine e saccheggi 18 Arrossamento della cute 19 La fa l'avvocato 21 Composto organico azotato 22 Cognome di Pio XII 23 In mezzo al pretore 25 Componimento poetico 27 Disposizione al riso 30 Pianta aromatica 34 Si trova nell'aria 37 Acredini, rancori 38 Osservatorio delle Libertà e Istituzioni Religiose 39 La "tatuata" interpretata dalla Magnani (non lo sai? Cerca nelle **Chicche di caffè**) 41 Eritropoietina 42 Totale 43 "Il" in romanesco 46 Preposizione semplice



COME GIOCARE A SUDOKU

Si devono disporre le cifre da 1 a 9 in una griglia quadrata di 9 caselle per lato suddivisa in altrettanti riquadri, in maniera che in ciascuna riga, colonna e sezione ogni cifra compaia una sola volta. Per dare al solutore un punto di partenza, alcune caselle sono già riempite. Si procede ragionando per esclusione e scrivendo un numero soltanto quando si è sicuri.

chicche di caffè

Conosciamo il caffè

La tostatura. Tostare il caffè verde significa riscaldarlo fino a una temperatura tra i 200° e i 240° gradi, stando attenti che venga abbrustolito uniformemente e non bruciato. La tostatura può essere: leggera o chiara (cannella), media (americana), piena, doppia (continentale), italiana (espresso).

Un grande amico del caffè

Anna Magnani. La grande attrice vinse il premio Oscar per la sua interpretazione nel film "La rosa tatuata". Quando si diffuse la notizia, la sua casa fu invasa da amici e fan accorsi per complimentarsi con lei. Anna, felice, offrì da bere a tutti e, dal momento che erano le sette del mattino, distribuì le sue due passioni: caffè e champagne rosé. Il primo Oscar italiano, dunque venne festeggiato con il caffè.

Ricette al caffè

Caffè gelato. Dose per una persona: 1 cucchiaino da minestra di gelato alla vaniglia (o altro gusto rimasto) - 1 cucchiaino di caffè solubile - 1 cucchiaino di zucchero semolato - latte freddo q. b. Mettete in un bicchiere alto prima il caffè colubile, poi lo zucchero, il gelato e riempite con latte freddo. Agitare con energia e servire.

Il caffè nel mondo

Caffè alla turca. Nella sabbia calda si immerge un bricco di rame nel quale si mette una dose di caffè macinato finemente, spesso zuccherato, poi s'introduce l'acqua bollente. Si può sorbire o subito con tutte le parti in sospensione, o lasciando riposare per qualche minuto fino a che la parte non solubile non si depositi.



L'emozione del gusto

l'angolo del commercialista

Fondo patrimoniale per la famiglia

E' possibile gestire il patrimonio immobiliare lasciandolo nella piena disponibilità di coniugi e figli, ma al riparo da eventuali attacchi dei creditori. Di seguito schematizziamo gli aspetti principali della predetta fattispecie.

ESEMPIO DI FONDO PATRIMONIALE

Marito - Moglie:

casa di abitazione + seconda casa + casa di villeggiatura

ATTO PUBBLICO

ISCRIZIONE

Con atto pubblico - che dovrà essere trascritto alla Conservatoria dei registri immobiliari (operazione il cui costo non dovrebbe superare i 1.500 euro) ed annotato a margine dell'atto di matrimonio, affinché tale disposizione sia valida ed opponibile ai terzi (creditori) - i coniugi, ai sensi dell'articolo 167 del Codice Civile, potranno vincolare gli immobili fino all'annullamento, scioglimento o cessazione degli effetti civili del matrimonio, non essendo oggi ammessa la possibilità di uno scioglimento del vincolo per mutuo consenso dei coniugi.

EFFETTI

Con questo vincolo si garantisce che il patrimonio immobiliare (ma potrebbe anche trattarsi di beni mobili iscritti nei pubblici registri o di titoli di credito) sia destinato a soddisfare, in modo duraturo, esclusivamente i bisogni della famiglia.

VINCOLI

La proprietà e l'amministrazione dei beni così vincolati rimarranno in capo ai coniugi, salvo diverso accordo tra loro da esplicitare all'atto della stipula della convenzione matrimoniale, ma gli stessi non potranno disporre, diversamente dei beni, salvo il consenso di entrambi e l'autorizzazione del giudice, in presenza di figli minori, e in soli casi di utilità evidente.

VANTAGGI

GODIMENTO

Il vincolo così creato consentirà di trarre dai beni i frutti (ad esempio il canone di affitto della seconda casa, la possibilità di disporre della terza per le vacanze o di affittarla) che dovranno essere utilizzati, a loro volta, esclusivamente per soddisfare i bisogni della famiglia.

PRETESE CREDITORIE

Il fondo garantisce il patrimonio dalle pretese creditorie di terzi a meno che non si tratti di debiti creati o sorti per soddisfare a loro volta i bisogni della famiglia; in tal caso anche il fondo patrimoniale potrebbe essere oggetto di esproprio anche parziale.

REVOCA

La costituzione del fondo patrimoniale potrà in ogni caso essere revocata, ai sensi dell'articolo 2901 del Codice Civile, ovvero essere privata di ogni effetto, nei cinque anni dalla stipula dell'atto ove sia dimostrato che con tale mezzo i coniugi hanno volutamente inteso sottrarre tutto o parte del loro patrimonio ai propri creditori, danneggiandoli.

ASPETTI FISCALI

In ogni caso, non si ottengono benefici fiscali rispetto all'intestazione a persone fisiche.

Gianfranco Gulotta

Via La Marmora 82 - 091 6258693
sito web: www.gianfrancogulotta.it

Se avete dei quesiti da porre ai nostri esperti, inviate una e-mail a: redazione@nellattesa.it intestandola: l'angolo di...
Se l'argomento sarà ritenuto d'interesse generale verrà trattato nel primo numero utile del giornale

L'editore, il direttore responsabile e tutta la redazione si stringono al caro amico e collaboratore Gianfranco Gulotta per l'improvvisa scomparsa del padre Gaspare.

Mangiarbene

Viaggio nel mondo della nutrizione

Gruppo sanguigno e alimenti



a cura di Diego Fabra

Una teoria apparsa sulla scena internazionale negli anni Ottanta sosteneva che c'è una stretta correlazione tra i diversi gruppi e alcune caratteristiche della nostra salute: ci riferiamo soprattutto alle capacità digestive nei confronti dei tanti alimenti.

Noi tutti siamo divisi in quattro gruppi sanguigni: Zero, A, B e AB. Siamo differenti anche per la presenza o meno di un fattore che si chiama Rh (positivo se sui globuli rossi c'è, negativo se non c'è).

Sembra che il primo gruppo apparso sulla terra sia lo Zero. I primi uomini erano impegnati a sopravvivere in un ambiente ostile: erano prede di animali, parassiti e infezioni...Quando iniziarono le migrazioni in territori più salubri l'uomo fu costretto ad adattarsi a nuovi cibi: il sistema digestivo e quello immunitario iniziarono a mutare.

L'epoca della caccia, della frutta e delle piante selvatiche cedette il passo alle coltivazioni agricole rudimentali: iniziò a comparire il gruppo A. Le successive migrazioni dall'Africa verso Europa e Asia portarono nuove modificazioni e la comparsa del gruppo B.

Infine, la fusione delle diverse razze, la conquista di nuove terre diedero luogo anche al più evoluto AB.

La teoria è piuttosto empirica, ma spesso efficace. Sono state testate e costruite tabelle di alimenti consigliati e sconsigliati per i diversi gruppi, attività più o meno congeniali, sport, tendenze e malattie.

E' un terreno viscido come quello, del resto, delle cosiddette intolleranze alimentari, vere o presunte, ma che attrae molto l'interesse comune.

Prossimamente (pensiamo sia utile comunque effettuare dei test casalinghi di esclusione o introduzione di cibi) pubblicheremo queste tabelle di puro ed esclusivo orientamento personale.

RECAPITI UTILI

GUARDIE MEDICHE

Cantieri Navali: 091 7036197
Oreto-Stazione: 091 7037250
Piazza Marmi: 091 585357
Porrazzi: 091 7033502
Settecannoli: 091 7032153
Sperone: 091 7037253
Via D'Azeglio: 091 7032171
Via Roccazzo: 091 7035260
Villabate: 091 6143165

Onc.co Ascoli: 091 6661111
Policlinico: 091 6551111
Guadagna: 091 7037276
Psichiatrico: 091 7033111
Casa del Sole: 091 7035111
Albanese: 091 7038111
Ingrassia: 091 7033111
Buccheri La Ferla: 091 479111
Amb. Pediatrico: 091 7035469

AMBULANZE

C.R.I.: 091 306644
Misericordia: 091 6842826

PRONTO SOCCORSO

Avel: 091 6211368
Mondello: 091 6841264

OSPEDALI

Aiuto Materno: 091 7035465
Villa Sofia: 091 7801111
Cervello: 091 6802111
Civico: 091 6661111
Osp.dei Bambini: 091 6061111

Viaggio nei luoghi della nostra sanità attraverso utili schede di orientamento

Le strutture della sanità pubblica in provincia di Palermo

Abbiamo ricevuto richieste per la pubblicazione di un riepilogo chiaro e schematico della mappa dei territori di salute pubblica. Lo schema seguente servirà per orientarsi all'interno del materiale già pubblicato e tutto il successivo. Consigliamo ai lettori di conservare tutte le copie del giornale. Alla fine avrete così un compendio completo e chiaro facilmente consultabile.

LE AZIENDE SANITARIE LOCALI (A.S.L.) DELLA SICILIA

- 1) Agrigento
- 2) Caltanissetta
- 3) Catania
- 4) Enna
- 5) Messina
- 6) Palermo
- 7) Ragusa
- 8) Siracusa
- 9) Trapani

LE AZIENDE OSPEDALIERE DI PALERMO

Autonome

- 1) Civico Benfratelli - G. Di Cristina - M. Ascoli
- 2) Villa Sofia - C.T.O.
- 3) V. Cervello
- 4) Policlinico
- 5) ISMETT (Istituto Mediterraneo Trapianti e Terapie Alta Specializzazione)
- 6) Buccheri La Ferla

Dipendenti dalla ASL 6

- 1) G. F. Ingrassia - corso Calatafimi 1002 (dotato di Pronto Soccorso)
- 2) Casa del Sole - via Roccazzo 83 (dotato di Pronto Soccorso)
- 3) Aiuto Materno - via Lancia di Brolo 10/bis
- 4) E. Albanese - via Papa Sergio 1
- 5) Guadagna - via Villagrazia 46

ALTRE STRUTTURE DI RILIEVO APPARTENENTI ALL'ASL 6

Ospedali

Cefalù, Petralia Sottana, Termini Imerese, Corleone, Partinico, Palazzo Adriano

Poliambulatori

Palermo città:

- | | | |
|---------------------|---------------------------------|-----------------|
| 1) "Centro" | via Turrisi Colonna 43 | tel. 0917032383 |
| 2) "Biondo" | via La Loggia 5 | tel. 0917033263 |
| 3) "Oreto-Guadagna" | presso l'Ospedale Guadagna | tel. 0917037257 |
| 4) "Leotta" | presso l'Ospedale E. Albanese | tel. 0917036691 |
| 5) "Libertà" | via del Granatiere 45 | tel. 0917032317 |
| 6) "Casa del Sole" | presso l'Ospedale Casa del Sole | tel. 0917035280 |
| 7) "Ingrassia" | presso l'Ospedale Ingrassia | tel. 0917033611 |
| 8) "S.Filippo Neri" | via Einaudi 18 | tel. 0917036725 |

Palermo Provincia

Bagheria, Carini, Corleone, Lercara Freddi, Misilmeri, Partinico, Petralia Sottana, Termini Imerese



a fianco:
L'ingresso dell'Aiuto Materno

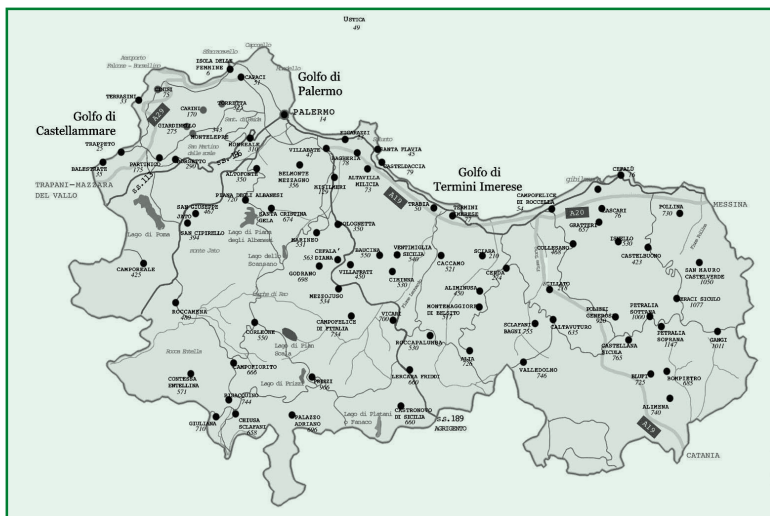
sotto:
Il Policlinico di Palermo
(per gentile concessione di "Ateneo Palermitano")



in basso:
La chiesa del Buccheri La Ferla



segue a pagina 8 →



segue da pagina 7

Le strutture della sanità pubblica in provincia di Palermo

PALERMO - UFFICI ANAGRAFE ASSISTITI

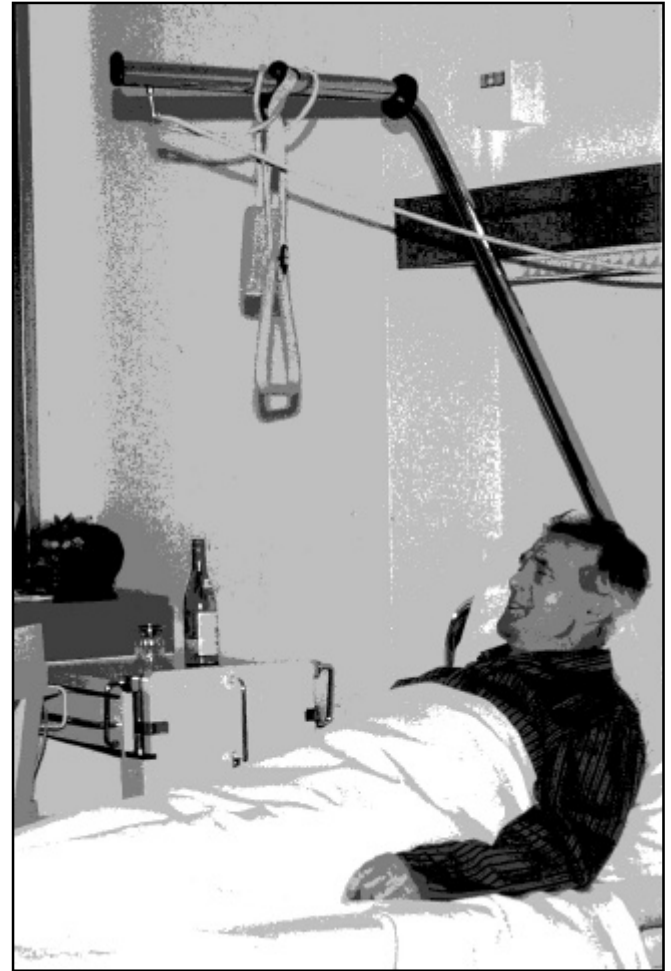
- | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|
| 1) via G. Turrisi Colonna 43 | tel. 0917032129 - 7032130 - 7032134 |
| 2) via G. La Loggia 5 | tel. 0917033391 - 7033262 |
| 3) via M.se di Villabianca 95 | tel. 0917032341 - 7032352 |
| 4) via del Vespro 74 | tel. 0917037303 |

PALERMO - UFFICI DI MEDICINA LEGALE E FISCALE

- | | |
|-----------------------|------------------|
| 1) via S. Meccio 16 | tel. 091 6111112 |
| 2) via G. La Loggia 5 | tel. 091 7033350 |
| 3) via Bernini 49 | tel. 091 7035530 |
| 4) via M. D'Azeglio | tel. 091 7032310 |
| 5) Via M. Perni 17 | tel. 091 7036752 |

PALERMO - CENTRI DI VACCINAZIONE

- | | |
|----------------------------------|-----------------------------|
| Piazzetta Aragonesi | via Sferracavallo 170 |
| via Lazzaro | via Trabucco 180 |
| via Turrisi Colonna 43 | via D'Azeglio 6 |
| piazzetta Micca | via Spata (Pallavicino) |
| via Cavour 39 | via landolino (Partanna) |
| via Crocifisso a Pietragliata 52 | via Einaudi 18 (ZEN) |
| via Lancia di Brolo 10/bis | via Sperone 4 |
| largo Pozzillo | via OS6 20 (ang S.M. Gesù). |



Cerchi una farmacia?

FARMACIE DI TURNO A PALERMO

dal 25 novembre al 2 dicembre

- Agnello M.** via P. Scaglione 10 (Brunelleschi) - tf. 091202821
Cali D. via M.se Roccaforte 108 (ang. Cordova) tf. 091361887
Cerasola M. L. via Don Orione 28 - tf. 0916379559
Gerardi A. via Sardegna 25 (Nebrodi) tf. 091527437
Mandalà F. via Villagrazia 575 (Villagrazia) - tf. 091430168
Policlinico via Rocco Jemma 54 (Policlinico) - tf. 0916165489
Puglisi via XXVII Maggio 32 (c.dei Mille) - tf. 0916214441
Spataro R. D. via Bordonaro 22 (Verg. Maria) - tf. 091544858
Tedesco P. via Dante 15 tf. 091586775
Teresi M. via Maqueda 13 tf. 0916162179
Valerio C. via Cavour 79 (Prefettura) - tf. 091583195

dal 2 al 9 dicembre

- Caronna F.** via Porta Cuccia 9 (Papireto) - tf. 091320072
Ciancio S. via Isidoro La Lumia 2/a (ang. Turati) tf. 091582849
Di Naro S. via Roma 207 (teatro Biondo) - tf. 091585869
Genovese D. c.so Tukory 190 tf. 0916514039
Giafar via Emiro Giafar 98/a (Brancaccio) - tf. 0916302875
Lo Casto M. via M.se Ugo 82 (Fiamma) - tf. 0916251725
Lo Iacono via c.so Calatafimi 1033/c-d - tf. 0916681286
Pitrè via Pitrè 3 (ang. via Pindemonte) - tf. 091212373

- Sanfilippo** via G. Galilei 123 (ang. Paisiello) - tf. 091201630
Sorce P. v.le Strasburgo 275 (ang. v. Nuova) - tf. 0916881728

FARMACIE NOTTURNE

- Antica Farmacia Giusti** via Giusti 8 - tf. 091309076
Bonsignore v.le Regione Siciliana 2322 - tf. 091400219
Cali D. via M.se Roccaforte 108 (ang. Cordova) - tf. 091361887
De Gasperi p.zza De Gasperi 32 tf. 091521403
Di Mino S. p.zza Ottavio Ziino 31 tf. 0916814016
Fatta C. via S. Maria di Gesù 3 (Guadagna) - tf. 091447268
Inglese via M. Stabile 177 tf. 091334482
Lo Cascio Mendola via Roma 1 (Stazione) - tf. 0916162117
Orlando F. via N. Garzilli 56 tf. 0916251593
Ponte Oreto via Oreto 322/a tf. 091444537
Sacro Cuore p.zza P.pe Campo-reale (Agip) - tf. 091214137
Sferlazzo M. p.zza Porta Montalto 6 - tf. 0916511868
Strasburgo v.le Strasburgo 202 tf. 091527986
Tulone via Aspromonte 97 tf. 091 206017
Verga E. c.so Calatafimi 468 tf. 091423785
Zuffi M. via I. Rabin (ang. via Rizzo) - tf. 091544894



Scala Rag. Domenico

COMMERCIALISTA
 CONSULENTE DEL LAVORO
 REVISORE CONTABILE

consulenze
 in Italia e all'estero

Corso Camillo Finocchiaro Aprile, 98/a - 90138 Palermo
 Telefono 091 6090717 - 091 584534 - 091 7496607
 Fax 091 7496578

www.studiodomenicoscala.it

iscritto al n. 451 Albo CDL PA - iscritto al n. 477 Coll. Rag. PA