



# nell'attesa...

www.nellattesa.it

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

DIEGO EZIO FABRA EDITORE - DIRETTORE RESPONSABILE FRANCESCA PATANÈ

prendi  
una copia  
è  
gratis

anno 2 n. 30 - 6 agosto 2007

● editoriale

## In vacanza... ma non troppo

**A**nche noi andiamo in vacanza: quindici giorni di pausa per riprenderci dal ritmo frenetico di un impegno settimanale sicuramente entusiasmante per chi lo assolve, ma altrettanto duro da sostenere in assenza di quegli apparati organizzativi che testate giornalistiche più blasonate della nostra hanno a disposizione nelle loro megastrutture redazionali.

Una vacanza a metà, però, con la testa continuamente rivolta ai vostri desideri, alle vostre aspettative e a quello che voi stessi immaginate per il nostro (vostro) giornale.

Perciò tra un tuffo in un mare (speriamo) senza meduse né alghe tossiche, e una granita di mandorla (o di limone, se preferite), continueremo a lambirci il cervello per offrirvi un prodotto sempre migliore. Che, per noi, si sta delineando, ancora più chiaramente, dal respiro nazionale.

Ebbene sì, è il franchising che ci frulla in testa, che sta trovando consensi in diverse regioni d'Italia e che noi siamo sempre più convinti possa essere la formula giusta per un lancio in grande stile che avrà sicuramente interessanti ritorni anche in ambito locale, in termini di risorse da destinare al progetto e dunque, conseguenzialmente, di qualità.

Ma ve ne parlerò più in dettaglio al momento opportuno. Per ora auguro a voi (e a noi) buone vacanze. Ci ritroveremo il 27 agosto... e non fatevi trovare ustionati dal solleone: i nostri consigli devono pure servire a qualcosa!...

Francesca Patanè

■ PUNTI DI VISTA

## A proposito di Carta Club...

**I**l nostro primo anno di vita sta dimostrando tanta vitalità da sorprenderci... Quando abbiamo stampato il primo numero non potevamo prevedere di riuscire a interessare tanta gente e raggiungere quasi cinquecento punti di distribuzione. Eppure così è. Molti ci chiedono: "Ma come potete reggere economicamente, volendo fornire un prodotto di qualità?". Il punto è che crediamo alla gente, alla capacità di creare qualcosa di positivo senza necessariamente appartenere a gruppi di potere. Non che vogliamo recitare Davide o interpretare don Chisciotte: è solo che non vi apparteniamo, punto. Apparteniamo alla gente. Per questo un bel giorno ci siamo detti: "E se la gente ci sostenesse spontaneamente, con una piccola quota di quindici euro l'anno?..". Ecco che nasce il Club nell'attesa. E che vantaggio ne trarrà chi dovesse associarsi al nostro club? Questo lo scopriremo insieme, perché un club può realizzare tante cose interessanti, ma proprio tante. Per esempio organizzare tornei: pensate agli scacchi, o ai giochi di carte come il bridge o il burraco, o al tennis-tavolo. Oppure gite sociali, alla scoperta dei luoghi meravigliosi della nostra Sicilia con l'aiuto dei nostri esperti d'arte e di cultura (anche gastronomica!). O ancora serate e spettacoli, approfittando della competenza musicale e artistica di molti di noi. Abbiamo già stretto accordi con enti sportivi per organizzare gare podistiche e passeggiate ecologiche. Dobbiamo però adoperare la nostra forza associativa per realizzare queste splendide cose: prima iscriversi e poi farsi promotori di iniziative. Abbiamo in mano anche la Carta-club, che dà diritto a sconti, anche su prestazioni mediche, e a consulenze con una dozzina di esperti legali, assicurativi, consulenti fiscali e del lavoro, psicologi, medici, naturopati, ecc, ecc, ecc. Possiamo chiedere ad ognuno di voi lettori di essere davvero "dei nostri"?... Leggete le modalità di iscrizione nell'ultima pagina e regalatevi un club su misura per voi...

Diego Fabra

**INAP**

**ISTITUTO NAZIONALE  
ASSISTENZA PREVIDENZIALE**

1° centro in Italia dal 1973 specializzato  
nelle pratiche per il riconoscimento di  
**INVALIDITA' CIVILE-INPS-INAIL**

**CONSULENZA  
ED ASSISTENZA  
AMMINISTRATIVA  
E GIUDIZIARIA  
TOTALMENTE  
GRATUITA\***

*tempi estremamente ridotti*

- PRESENTAZIONE DOMANDE AMMINISTRATIVE (INPS-INAIL-INPDAP)
- RECUPERO VECCHIE PRATICHE INEVADE O RESPINTE
- CONTENZIOSO GIUDIZIARIO
- RICOSTITUZIONE PENSIONE (RISCHIO AMIANTO)
- ASSISTENZA DOMICILIARE MEDICA E LEGALE IN CASO DI INTRASPORTABILITA' DELL'ASSISTITO
- CONSULENZA MEDICA
- PRESENTAZIONE DOMANDE (PENSIONI, INDENNITA', BENEFICI ASSISTENZA, PRATICHE PER MINORI E PORTATORI DI HANDICAP)
- RICORSI GIUDIZIARI E AMMINISTRATIVI

\* non è dovuto alcun compenso o parcella dall'assistito  
nella fase amministrativa e giudiziaria, sia in caso di esito positivo  
che negativo della pratica

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TELEFONA AL  
O VISITA IL SITO WEB **WWW.INAP.IT**

Numero Verde  
**800 134 851**  
Lunedì - Venerdì 9.30-13.30/14.30-18.30

[www.gruppogenesi.com](http://www.gruppogenesi.com)



**Gruppo Genesi**  
Medicina della Riproduzione Diagnosi Prenatale  
Day Surgery

**ISTITUTO NUOVE TECNOLOGIE IN SANITA'**

**MEDICINA DELLA RIPRODUZIONE  
"DIAGNOSI E CURA DELLA STERILITÀ"**

**LABORATORIO DI GENETICA**

**E**

**ANALISI CLINICHE**

CONVENZIONATO CON IL S.S.N.

**DAY SURGERY: "CHIRURGIA DI GIORNO"**

CONVENZIONATO CON IL S.S.N.

Direttore Dott. Giuseppe Valenti

Via P.P. Vasta, 2 - Via G. Sciuti, 128 90144 Palermo

Tel. 091/309380 091/6250163 091/300661

autorizzazione n° 36690 del 14.12.2001

# L'insidia del caldo per i cardiopatici

## I consigli dell'esperto per eliminare dubbi e preoccupazioni

I pazienti con scompenso cardiaco si trovano in posizione di equilibrio precario dovendo mantenere un'efficace condizione di pompa con scarse risorse contrattili. Un'ulteriore richiesta energetica rende instabile il sistema, provocando un peggioramento clinico. Tra i più comuni sintomi c'è la "dispnea" o difficoltà respiratoria, che può verificarsi durante attività anche modeste e addirittura a riposo e nelle ore notturne.

### Pazienti con ipertensione arteriosa

A causa degli effetti del caldo sulla vasodilatazione cutanea e della possibile disidratazione, i valori di pressione arteriosa tendono a diminuire, anche significativamente. I pazienti possono non avvertire alcuna sensazione spiacevole o, al contrario, sentire un forte senso di spossatezza o addirittura una riduzione del senso di equilibrio.

### Consigli in caso di "ipotensione"

I soggetti con valori di pressione "massima" inferiore a 100 mm Hg possono avvertire astenia o vertigini, che durante le alte temperature estive tendono ad accentuarsi. In alcune situazioni "a rischio" come in presenza di caldo, disidratazione, impegno psico-fisico, forti emozioni, affollamento e prolungata stazione eretta, alcuni soggetti possono perdere coscienza e cadere. Si tratta del classico "svenimento" o "sincopa vasovagale": è in genere preceduta (non sempre!) da malessere generale, nausea, sudorazione. È indispensabile mantenere un buon livello di

idratazione ed evitare per quanto possibile le situazioni cosiddette "a rischio". Dopo pochi secondi in posizione sdraiata la pressione ritorna su valori normali ed i soggetti si riprendono completamente.

### Pazienti con storia di infarto miocardico

In genere i pazienti che hanno sofferto di un infarto miocardico possono riprendere in breve le loro abituali occupazioni. Tuttavia in rari casi la contrattilità cardiaca può risultare gravemente compromessa e causare insufficienza cardiaca. Può essere necessario in tali pazienti un'accurata sorveglianza dei sintomi di insufficienza cardiaca o di un'eventuale comparsa o ripresa della sintomatologia anginosa. Infatti, la riduzione eccessiva della pressione arteriosa "minima" dovuta alla vasodilatazione, associata all'aumento della frequenza cardiaca possono ridurre il flusso nelle coronarie. L'uso di nitroderivati sublinguali ha il vantaggio di risolvere le crisi anginose nei pazienti che ne fanno abitualmente uso, ma lo svantaggio

di "mascherare" forme silenti di cardiopatia ischemica evolutiva. Inoltre i nitroderivati vanno usati con cautela per la possibilità di ipotensione o addirittura di "sincope da nitroderivati".

### I farmaci cardioattivi. È necessario modificare le terapie?

I diuretici aumentano la quantità di urina e quindi di liquidi eliminati. Possibili effetti collaterali negativi (non sempre presenti) sono il senso di stanchezza e la perdita di elettroliti. Con periodiche analisi del sangue si potrà controllare il livello di elettroliti sierici (sodio, potassio, ecc.) e provvedere ad eventuali correzioni. Durante i periodi di caldo intenso, a causa dell'abbondante sudorazione tali effetti possono accentuarsi. I vasodilatatori hanno lo scopo di ridurre il lavoro cardiaco e facilitare le funzioni del cuore. Anche in questo caso può insorgere un modesto senso di stanchezza, ma paradossalmente si possono eseguire maggiori attività.

### Come va impostata l'alimentazione?

Nei periodi estivi sono consigliabili cibi leggeri, facilmente digeribili, piccoli pasti, evitando di riempire lo stomaco di bevande dolci e gasate, allo scopo di ridurre il lavoro cardiaco per l'aumentato metabolismo in fase digestiva. Un pasto particolarmente abbondante, magari in occasione di una ricorrenza o di una festività, potrebbe avere conseguenze anche molto spiacevoli. È indispensabile ridurre al minimo o abolire gli alcolici.

### Possiamo esporci tranquillamente e per lunghi periodi al sole?

Per il cardiopatico esporsi al sole significa soprattutto aumentare la vasodilatazione già provocata da farmaci attivi sui vasi. C'è quindi possibilità di ulteriore abbassamento della pressione arteriosa. Alcuni farmaci come l'amiodarone si depositano anche sulla cute, rendendola particolarmente sensibile all'esposizione al sole, anche indiretta. In questi casi il sole deve essere assolutamente evitato!

Quanto alle altezze da preferire quando si sceglie di andare in vacanza, bisogna ricordare che pazienti con una storia di cardiopatia ischemica stabile possono soggiornare in ambienti di basse quote mantenendo gli stessi livelli quotidiani di esercizio. In tutti i casi sopra riportati è indispensabile la sorveglianza del medico o del cardiologo di fiducia, per iniziare, modificare o confermare le terapie più opportune.

(Fonte: Ministero della salute)

**Sergio Fasullo**  
Cardiologo

Eh, sì... andiamo proprio a ruba!!!

**Evviva! "nell'attesa..." va davvero a ruba! Non ci credete? Chiedete al ladro che ci ha sottratto il borsone con seicento copie del nostro ultimo numero!!! Speriamo che almeno ne legga una! Intanto noi lo ringraziamo per averci fatto "infiltrare" negli ambienti della Polizia - dove abbiamo conquistato sicuramente un lettore: il funzionario che ha dattiloscritto la denuncia - e da qui gli inviamo un messaggio: Caro Signor Ladro, sarebbe interessato a diventare un nostro distributore? Con Lei sì che le copie di "nell'attesa..." sparirebbero in un baleno...**

la Redazione



settimanale di formazione e informazione medica per il paziente in sala d'attesa  
Registrato presso il Tribunale di Palermo al n° 11 del 29 maggio 2006  
Diego Ezio Fabra Editore - Palermo

Direttore responsabile  
**Francesca Patané** (direttore@nellattesa.it)

Direttore editoriale  
**Diego Fabra** (diego@fabra.biz)

Vicedirettore  
**Maurizio Crispi** (maurizio.crispi@nellattesa.it)

Comitato etico scientifico  
**Maurizio Crispi** coordinatore  
**Silvio Buccellato** servizi sanitari pubblici  
**Gaetano Cappellino** diagnostica per immagini  
**Angelo Coco** prodotti farmaceutici  
**Salvatore Crispi** diverse abilità  
**Monica D'Addelfio** pedagogica clinica  
**Diego Fabra** medicina interna  
**Mariella Falzone** area sociale  
**Sergio Fasullo** cardiologia  
**Nicola Garofalo** endocrinologia  
**Paola Geraci** ginecologia  
**Aurelio Guarraci** veterinaria  
**Rosanna Imburgia** geriatria  
**Salvino Leone** bioetica  
**Milena Lo Giudice** pediatria  
**Vincenzo Sortino** med. naturale e omeopatia  
**Silvia Tinaglia** psicologia  
**Maria Rosaria Valerio** oncologia

Redazione  
**Sergio Fabra** (sergio@fabra.biz)  
**Rita Patti** (rita.patti@nellattesa.it)

Segreteria  
**Elda Domina** (redazione@nellattesa.it)

Collaboratori  
**Alessio Fabra** (alessio@fabra.biz)  
**Amir Abbara** (king\_buzzo@libero.it)  
**Dario Tamburello** (dariatamburello@yahoo.it)  
Vignettista  
**Pierico Di Trapani** (picoditrapani@libero.it)  
**Letizia Romano** (romano.letizia@libero.it)

Responsabile commerciale  
**Marcello Barbaro** (commerciale@nellattesa.it)

Responsabile distribuzione  
**Fabio Puglisi** (redazione@nellattesa.it)

Redazione, uffici: Via Vaccarini 36 - Palermo  
Tel/Fax: 0916255846 web: www.nellattesa.it  
e-mail: redazione@nellattesa.it

Stampa  
**Publiscula s.r.l.** Via Pietro Nenni 3 Palermo  
(www.publisculasrl.it)

Questo numero è stato stampato in 10.000 copie  
Chiuso in tipografia il 31/7/2007  
Pubblicità inferiore al 50%  
Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.  
È consentita la riproduzione citandone la fonte

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

è l'indirizzo telematico del nostro sito web

**publiscula**  
AZIENDA GRAFICA EDITORIALE  
LIBRI  
GIORNALI  
RIVISTE  
DEPLIANTS  
EDIZIONI DI LUSO  
POSTER  
MANIFESTI  
SICILIA TEMPO  
Via Pietro Nenni, 3 • 90146 Palermo  
Tel. 091.6883828 PBX • 091.6883791  
Fax 091.6883829  
publiscula@libero.it  
publisculasrl@publisculasrl.it  
www.publisculasrl.it

## Cannabis: non solo droga

L'aumento dell'appetito tra gli effetti positivi dei suoi derivati. I farmaci antagonisti utili invece per il controllo dell'obesità

**E**ra il 1964 l'anno in cui venne identificato il principio attivo della Cannabis Sativa, il più celebre stupefacente della storia, quello - per intenderci - che descrisse il poeta francese Baudelaire nel diciannovesimo secolo nel suo celebre libro "I paradisi artificiali". L'interesse plurimilenario verso questa pianta deriva dagli effetti euforizzanti ed esaltanti che essa produce nei suoi consumatori. Si deve alla cultura araba la percezione di un utilizzo ansiolitico e psicoattivo, dunque medicamentoso, interessante il complesso mondo scientifico occidentale. Ma già negli anni Trenta si comprese con chiarezza che le sostanze stupefacenti recavano pericoli notevoli legati all'abuso e alla dipendenza. Dopo l'identificazione del principio attivo (che fu definito THC) nel 1964, si iniziò una serie di studi per comprendere meglio il delicato intreccio di effetti, utili in terapia.

Il primo effetto positivo fu l'aumento dell'appetito che i derivati della Cannabis producevano: tale effetto "oressizzante" si rese utile soprattutto nel decadimento provocato da gravi affezioni croniche. Con enorme sorpresa, intorno al 1988, si scoprì che ogni organismo vivente possiede recettori che vengono attivati dalla Cannabis. Cosa ancor più interessante fu che ogni organismo può produrre sostanze simili alla Cannabis, che vanno a interagire coi recettori per la Cannabis. Tali sostanze prodotte all'interno dell'organismo, con effetti simili alla Cannabis, vennero denominate endocannabinoidi. Il loro mondo è estremamente interessante. Rientrano tra i sistemi che rispondono a eventi stressanti per riportare un equilibrio interno. Un esempio potrebbe esser costituito dal digiuno, evento avvertito come sgradevole e in ogni caso anomalo: il sistema degli endocannabinoidi si attiva immediatamente col suo effetto "oressizzante" per stimolare l'appetito. Gli endocannabinoidi, in sostanza, aumentano la gratificazione determinata dagli stimoli.

Ma un autentico colpo di scena avvenne nel 2003 con la scoperta che il sistema dei



cannabinoidi non ha solo un effetto centrale, cioè di regolazione del sistema nervoso, ma anche periferico. Infatti fu dimostrato il suo ruolo nella lipogenesi (formazione di grasso) sia nel tessuto adiposo, sia in quello epatico, e la sua capacità di regolazione del pancreas endocrino e del metabolismo del muscolo scheletrico.

Ci si è chiesti subito se farmaci antagonisti dei cannabinoidi potessero essere utili nel controllo dell'obesità. Infatti tali farmaci posseggono ovviamente effetto opposto alla Cannabis, dunque "anoressizzante". Inoltre l'obesità e il diabete si accompagnano a ipertono (aumento) del sistema dei cannabinoidi.

Sulle cause di tale disfunzione ancora non c'è chiarezza, ma sembra che ne sia responsabile un difetto enzimatico geneticamente prodotto.

In conclusione, allo stato attuale, sembra che il primo campo d'impiego di farmaci antagonisti degli endocannabinoidi sia proprio la cura dell'obesità e che il loro impiego in terapia sia prossimo ed estremamente promettente.

Fabrizio Dieli

## inbox

### L'American Heart Association consiglia

Dall'America giungono raccomandazioni sulla dieta da seguire per evitare le cardiopatie o per non farle peggiorare. I consigli dell'American Heart Association sono: scegliere alimenti ricchi in grano intero e fibre, consumare pesce e olio di pesce almeno due volte la settimana, scegliere e preparare cibi con poco o niente sale, non bere alcolici o utilizzarne con moderazione, minimizzare l'aggiunta di zucchero nelle bevande, consumare molte verdure e frutta, limitare l'apporto degli acidi grassi saturi a meno del sette per cento.

### Vantaggi della misurazione pressoria "casalinga"

Dopo attenta valutazione e uno studio di controllo sull'efficacia della misurazione della pressione arteriosa effettuata con apparecchi casalinghi si è potuto concludere che tale pratica ha una certa validità. Innanzitutto per l'assenza dell'effetto "camice bianco". Poi per la facilità e l'economia generale del mezzo. Infine per un monitoraggio più attento dei valori registrati. Naturalmente occorre che si tratti di buoni apparecchi, in particolare di quelli che si applicano al braccio e che non si adoperi con apprensione.

### Ricette per l'osteoporosi

La Lios (Lega italiana osteoporosi) svolge importanti campagne per la sensibilizzazione sul tema della salute dell'osso. Tra le iniziative, risulta particolarmente gradita la raccolta di ricette di cucina buone e utili allo scopo. Nel sito Internet [www.lios.it](http://www.lios.it) è possibile consultare gli esperti e saperne di più.

### Probiotici ed Helicobacter Pilyori

E' stato ipotizzato un ruolo protettivo da parte dei probiotici, lattobacilli presenti in natura e molto diffusi, nei confronti del batterio responsabile di tanti malanni gastrici, l'Helicobacter Pilyori.

Sembrerebbe che ne inibiscano la crescita e l'adesione alla mucosa gastrica. Ma il tutto è ancora da dimostrare. In ogni caso assumerli può migliorare i parametri digestivi.

Centro Dialisi  
**CENTRO EMODIALITICO  
MERIDIONALE**

Direttore Sanitario  
**GRAZIA LOCASCIO**  
Specialista in Nefrologia

**ASSISTENZA MEDICA 24 ORE SU 24 ORE**

PALERMO - via Generale Cantore 21 - Tel. 091 302741 - 091 302451  
Fax 091 301243 - e-mail: [centroemodialitico@libero.it](mailto:centroemodialitico@libero.it)



presidi ortopedici pronti e realizzati su misura  
esame baropodometrico computerizzato gratuito  
presentando copia del giornale nell'attesa...

alimenti per celiaci e diabetici

**farmacia  
ortopedia Ferro**

Partinico, via Principe Amedeo 18-23 tel. 091 8781237  
Castelvetrano, via B. D'Acquisto tel. 0924906998

CONVENZIONATO AZ. USL - INAIL

Un signore ben vestito, con valigetta professionale in mano, cammina indolente lungo una via affollata del centro cittadino ed intanto parla a voce alta, tracciando con la mano libera ampi gesti nell'aria. Parrebbe che parli da solo oppure che abbia davanti un interlocutore immaginario. La conversazione (o il monologo) procede fitta, sostenuta da una partecipazione mimica vivace e coerente.

Osservando meglio, si potrebbe avere la ventura di scoprire che il solitario conversatore ha un minuscolo auricolare conficcato nell'orecchio, parzialmente dissimulato dai capelli. Ah! Il mistero è chiarito: sta semplicemente parlando ad un telefono cellulare che, grazie all'auricolare, se ne sta riposto in una tasca dell'abito...

tradotto  
in manicomio

In altri tempi il nostro conversatore sarebbe stato stigmatizzato come folle e gli sarebbe toccato in sorte d'essere immediatamente tradotto dai tutori dell'ordine costituito nel più vicino manicomio e qui bollato con l'etichetta di malato potenzialmente pericoloso (in cui l'unico pericolo, in verità, avrebbe potuto essere lo scollamento rispetto ad una discutibile "normalità" codificata in modo alquanto rigido). Spostandoci di contesto, ora siamo nell'area "ritiro bagagli" d'un grande aeroporto italiano. S'avvicina uno con il giubbino di uno sgargiante colore arancio e dotato di bande fluorescenti, tipico dei dipendenti dei servizi logistici, per prendere posizione dove il nastro trasportatore emerge con il suo carico di borse, zaini e valigie. Sembra impegnato in una qualche incombenza, eppure nello stesso tempo si muove in modo scoordinato. Si colloca proprio in prossimi-



Chi è folle e chi no  
Difficile delineare con certezza  
i contorni della mente

tà del punto da cui verranno fuori i bagagli, un po' chino in avanti, come se il suo compito fosse quello di dedicare un'attenzione analitica ai singoli colli. Quando - con un suono secco - il nastro comincia a muoversi cigolando, per sputare il suo carico - il signore comincia a "giaculare" frasi non ben comprensibili: il suo, in verità, è un farfugliamento, un borbottio indistinto nel cui andamento altalenante s'intuiscono scoppi d'ira, attimi di concitazione e un'improvvisa discesa verso la pacatezza e la confidenzialità, ma è chiaro che egli si sta rivolgendo ai singoli bagagli che escono dai meandri dell'aerostazione. Li interpella, chiedendo loro qualcosa, parla fitto, incurante di cosa possano pensare i passeggeri immediatamente nei dintorni. Ma, in fondo, nessu-

no fa caso allo stravagante parlante solitario, poiché è là per lavoro: si potrebbe arguire, infatti, che - mentre sta eseguendo un qualche compito di controllo che gli è stato assegnato - egli parli in un telefonino non immediatamente visibile, magari collocato in tasca e collegato con un auricolare, oppure in un walkie-talkie di servizio. Questo caso è il ribaltamento radicale della situazione precedente: lì, c'era un individuo "normale" che, avendo l'apparenza d'essere uno che parla da solo, avrebbe potuto essere preso per folle; qui c'è uno che, in effetti, sta parlando da solo rivolto ad un suo interlocutore immaginario sotto la spinta di probabili allucinazioni uditive, e che, pur essendo "folle", invece, passa per "normale". Verrebbe da pensare ad una

delle innumerevoli storie raccontate da Simone Cisticchi nel suo "Centro di Igiene Mentale". Ad un anziano ricoverato che, nei momenti di crisi, tendeva a parlare da solo e che, per questo, veniva stigmatizzato come un "diverso", veniva dato il suggerimento di procurarsi un vecchio telefonino fuori uso per poterselo portare all'orecchio e per parlarci dentro quando sentiva l'urgenza di dover rispondere al suo interlocutore allucinato.

Queste due diverse situazioni ci fanno riflettere su quanto oggi siano cambiati i parametri della follia: sono spesso e volentieri le convenzioni che tendono a stabilire la "norma" cui si deve uniformare per essere catalogati tra i "sani di mente".

parametri  
cambiati

Sono cambiati i parametri definitivi della follia, ma - per alcuni versi - oggi c'è una maggiore tolleranza per la diversità e le bizzarrie comportamentali. Chi è normale, potrebbe essere preso per un folle che parla da solo, e nello stesso tempo chi, per patologia (per una diversa maniera di essere), è portato a parlare da solo, si maschera da "normale" che sta parlando al telefonino. Di fronte alla "follia" vera, il rimedio allora, piuttosto che il ridimensionamento o l'imbrigliamento del sintomo, potrebbe essere utilmente la sua ricontestualizzazione: seguendo il consiglio di Cisticchi, dotiamo quindi - come possibile misura terapeutica - chi è portato a parlar da solo, con un telefonino - anche non funzionante - che consenta di "fingere" d'essere intento in conversazione con un interlocutore "reale", mentre si sta parlando con un compagno immaginario o da soli.

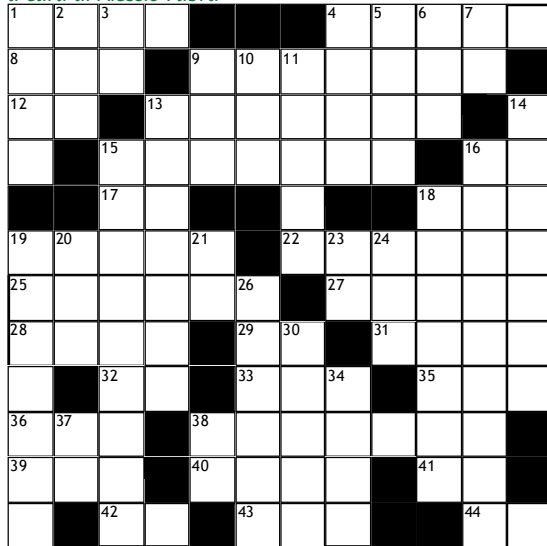
Maurizio Crispì

stupidario illustrato



	8 Il quesito scacchistico
	7
	6 Il Bianco ha appena catturato l'alfiere in d6. Il Nero deve ricatturare?
	5
	4
	3 a cura del Centro Scacchi - Scuola giovanile CONI
	2
	1 La soluzione è a pagina 5
a b c d e f g h	

a cura di Alessio Fabra



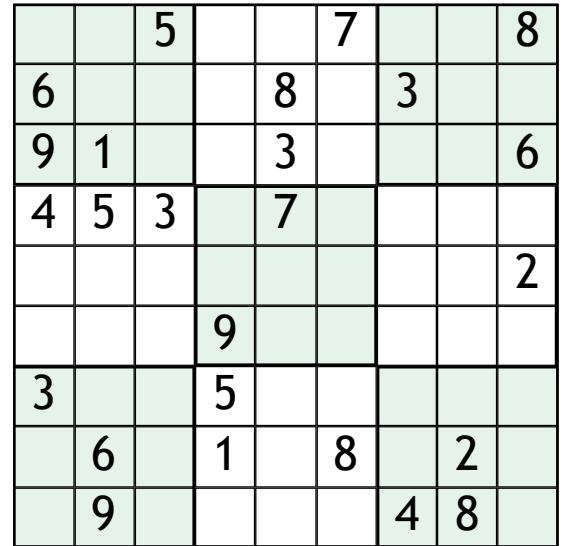
**ORIZZONTALI**

1 Antico uccello di terra estinto nel Settecento 4 Furono scacciati da Tito nel 74 d.C. 8 Pacchetti di energia che il nostro corpo brucia 9 Gruppo disordinato di gente 12 Como 13 In una fiaba il suo suono ha scacciato i topi 15 Resto pietrificato di animale o pianta 16 Simbolo dell'arsenico 17 Articolo maschile 18 Ordine di fermata 19 Una delle immaginarie sedi delle muse 22 Lo è il becco dell'aquila 25 Honoré, scrisse "Eugenie Grandet" 27 Il genere dei Black Sabbath 28 L'Armando duca della Vittoria 29 E' a trentatré giri 31 Collaboratrice domestica 32 Napoli 33 Spiazzi rurali 35 Un tipo di farina 36 Sommare in inglese 38 Ottantasette a Roma 39 Possono essere nemici per la pelle 40 Boat Owners Exchange International 41 Simbolo chimico del neodimio 42 L'Aquila 43 Notte senza vocali 44 Enna

**VERTICALI**

1 Li sottomise Traiano 2 Prefisso per orecchio 3 In dopo sono dispari 4 Ente nazionale per l'energia elettrica 5 Casse da morto 6 Il cardo

senza testa 7 Pari di meta 9 L'inizio della missione 10 Afose senza "o" 11 Jella 13 Contratto assicurativo 14 Ritrovò il senno di Orlando 15 Nome di un celebre poema sinfonico di Sibelius 16 Composto organico azotato (se non lo sai, guarda tra le "Chicche di caffè") 18 Nome di Dvorak, compositore boemo 19 Dell'Adda 20 Le consonanti di trovai 21 Odiare senza dire 23 Il simbolo del decimetro 24 Universal English College 26 Segnale acustico dei veicoli urbani 30 Unità di misura grafica 34 Uscita in inglese 37 Germania 38 Le dispari nel lobo



**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.

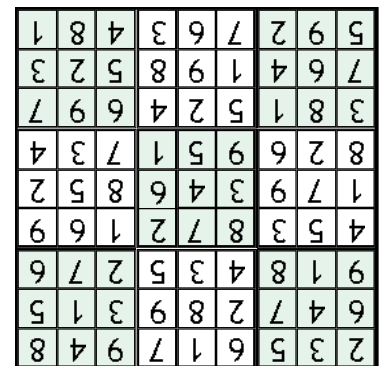
**Chicche di caffè**

**PROPRIETA' DEL CAFFÈ** Il caffè è classificato tra gli alimenti nervini per l'azione che la bevanda svolge sui centri nervosi. Non è considerato un alimento in senso stretto, né un medicamento né una bevanda qualsiasi. Il caffè può essere qualificato come alimento-medicamento, se utilizzato in modo e in quantità adeguati. Il principale responsabile delle caratteristiche del caffè è un alcaloide: la caffeina, presente in quantità variabile tra i 0,06 e i 0,25 grammi per tazza. La caffeina ha un'azione stimolante a livello del sistema nervoso centrale e, in particolare, del sistema simpatico. La stimolazione provoca liberazione di adrenalina e nora-adrenalina, capaci di esaltare l'attività del cuore. A piccole dosi il caffè svolge un'azione tonica; in dosi eccessive provoca palpitazioni, tachicardia, extrasistoli. La stimolazione del simpatico crea vasocostrizione a livello dei vasi viscerali, e vasodilatazione a livello di quelli periferici. Un caffè dopo pranzo aiuta la digestione, perché favorisce la secrezione gastrica e dei succhi biliari; se preso prima di mangiare, riduce l'appetito; aumenta la peristalsi intestinale e agisce sulla diuresi. La caffeina, secondo recenti studi, a dosi equilibrate è capace di potenziare la memoria e la concentrazione.

**SOLUZIONE DEL CRUCIVERBA**



**SOLUZIONE DEL SUDOKU**



**SOLUZIONE DEL QUESITO SCACCHISTICO DI PAGINA 4**

Il Nero ha una mossa molto più forte della semplice cattura in d6. La partita è prosaica con ...c4+ (attacco doppio combinato); Rh1-Cx3 (il Bianco perde materiale perché sono sotto attacco sia e1, sia d6); Ce4-Ce1; Txe1-Cf1 (il Nero guadagna in qualità senza compenso); f3-Cf6; fxe4; fxe4-Tf7; Dg4-Axc4; bxc4-Ta8

Passione. Questo è per voi l'espresso. E noi conosciamo bene quel desiderio prima di gustarlo, quell'emozione dopo averlo assaporato. Per chi cerca il vero piacere di un caffè ideale, buono come al bar, Morettino ha creato le Cialde Espresso, un nuovo modo di esaltare il gusto di sempre.

Installazione della macchinetta in comodato d'uso gratuito.

**Passione cialda**

**Morettino** caffè

Numero Verde **800-126692**

telefona subito al numero verde per ricevere direttamente a casa o in ufficio il kit completo

# Ospedali a misura di bambino

Conclusa alla "Casa del Sole" la sperimentazione del progetto "C'è si può"

**M**igliorare la qualità della vita del bambino ricoverato in ospedale: è questo l'obiettivo del progetto "C'è si può" (Centro educativo sperimentale interistituzionale pediatrico universitario ospedaliero) nato da un protocollo d'intesa siglato a Palermo due anni fa da Regione, Comune, Provincia, Università, Ausl 6, Policlinico e Azienda Civico.

Il progetto - che si estende anche alla qualità della vita ospedaliera delle famiglie dei piccoli ricoverati e a quella degli stessi operatori del nosocomio - è stato presentato nei giorni scorsi dal direttore generale dell'Azienda sanitaria, Salvatore Iacolino.

"C'è si può" costituisce un esempio di sperimentazione per ciò che riguarda il funzionamento del sistema di ospedalizzazione pediatrica e proprio in quest'ambito prevede anche l'attivazione di un servizio di orientamento, finalizzato all'integrazione dell'assistenza medica con quella di supporto dei piccoli ricoverati a carico delle famiglie.

La prima fase di simulazione, durata quattro settimane e preceduta da un'attività di formazione del personale, è stata realizzata all'Ospedale "Casa del Sole". L'obiettivo del progetto - come ha sottolineato Iacolino - è di riempire in maniera costruttiva le lunghe giornate di degenza dei bambini colmando loro gli spazi

non destinati alle terapie: "Offrire la possibilità di giocare in un ospedale può far dimenticare di trovarsi lontano da casa - ha aggiunto il direttore della Ausl 6 - può ricreare lo spirito e dar modo di affrontare il cammino della guarigione con maggior ottimismo".

All'ospedale sede della simulazione l'attività di supporto è stata articolata in tre aree di intervento: scuola, ludoteca e centro redazionale (giornalino e radio). I bambini accolti, con le loro famiglie, all'Infopoint del "C'è si può" sono stati seicentottanta: a tutti è stato chiesto di compilare, alla fine della permanenza in ospedale, una scheda di gradimento.

"Il percorso di simulazione - ha spiegato Giovanna Perricone, coordinatore scientifico del "C'è si può" - ha consentito di verificare l'impatto del funzionamento con la realtà della vita quotidiana dell'ospedale e, quindi, le condizioni di fattibilità di un progetto che, comunque, era stato messo a punto dalla rete interistituzionale in funzione di tutte le diverse esperienze dei componenti".

I risultati indubbiamente positivi di questa prima fase di sperimentazione porteranno ora a replicare il progetto anche in altri ospedali della città.

Francesca Patanè



**La salute della donna al centro del piano di riqualificazione del sistema sanitario regionale**

**Interventi prioritari per monitorarne i problemi nelle sue diverse fasi di vita: dall'adolescenza alla terza età**

**M**igliorare le condizioni di salute e la qualità di vita della donna attraverso interventi mirati è l'obiettivo del bando "Salute della donna" che l'Assessorato regionale alla Sanità ha emanato per dare attuazione agli investimenti previsti dal piano di riqualificazione del sistema sanitario regionale 2007/2009.

Il bando, che prevede un finanziamento di 1.400.000 euro, è rivolto alle Aziende Usl, alle Aziende ospedaliere, alle Aziende Policlinico e agli ospedali classificati.

"La tutela della salute della donna, nei vari momenti della sua vita, assume rilevanza strategica - ha detto l'assessore Lagalla - nell'ambito della società moderna, per i riflessi positivi che gli interventi di promozione della salute, di prevenzione, cura e riabilitazione hanno sul benessere psico-fisico della popolazione generale". Il bando parte da una constatazione: a fronte di un generale incremento della aspettativa di vita, i dati dell'"Atlante di mortalità per cause in Sicilia" evidenziano tassi standardizzati di mortalità generale più elevati per le donne siciliane rispetto ai dati nazionali.

Quanto mai opportuna, dunque, la decisione di adottare azioni mirate per migliorare le condizioni di salute della donna attraverso tre interventi prioritari: la promozione di stili di vita più salutari, con particolare riferimento alle adolescenti e al periodo scolastico; una maggiore attenzione al periodo che comprende gravidanza, parto e puerperio, con particolare riferimento alla diffusione del parto senza dolore e alla riduzione del ricorso al taglio cesareo, al fine di restituire l'evento alla sua dimensione fisiologica; una maggiore attenzione, infine, al periodo post-fertile, attraverso la definizione di percorsi assistenziali mirati alla soluzione di problemi riconducibili alle patologie tipiche di tale delicato periodo, al miglioramento della qualità della vita e alla riduzione delle disabilità.

f. p.

■ MANGIARBENE

viaggio nel mondo della nutrizione

## Irritabilità: e se c'entrasse il magnesio?

Il magnesio è il quarto ione più diffuso nell'organismo e le sue maggiori concentrazioni sono nel tessuto osseo, nel muscolo e nei globuli rossi. Interviene nella produzione di energia a livello cellulare, ma anche nel controllo del metabolismo glucidico. È importante elemento di trasmissione dei segnali di membrana. Una dieta varia ed equilibrata è in grado di coprire il fabbisogno giornaliero, soprattutto se sono presenti verdure fresche verdi, cereali, latte, pesce azzurro, mandorle, nocciole e legumi. Ma in condizioni particolari di stress o attività fisica, o di aumentato fabbisogno (gravidanza, allattamento, accrescimento) o di alcolismo possono manifestarsi i sintomi di ipomagnesemia. Ansia, irritabilità, insonnia, crampi muscolari, aritmie e palpitazioni sono i segnali più comuni. Importante anche il ruolo del magnesio nel determinare i sintomi della cosiddetta sindrome premenstruale, che tante donne in età fertile affligge, con cefalea, irritabilità anche estrema, e dolori crampiformi.

a cura dello Studio "Nutrizione e Dietetica"

### SARDELLE IN SAOR

*Squamate e mondate dalla testa, dalle interiora e dalle pinne 1 kg di sarde. Lavatele e fatele asciugare su carta assorbente. Mondate e tagliate ad anelli due cipolle, poi sbollentatele per tre minuti. Fate tostare in un padellino una manciata di pinoli. Passate le sarde in tre cucchiai di farina integrale, scuotete della farina in eccesso e disponetele su una teglia coperta di carta da forno pennellata di olio. Infornate a 180° per venti minuti, senza l'aggiunta di grassi. Regolate di sale e di pepe. In un pentolino fate bollire per tre minuti due bicchieri di aceto. Mettete le sarde in un recipiente di vetro che le contenga appena, infrazzando con le cipolle, i pinoli e pepe in grani, spolverizzate con poco sale e copritele con l'aceto. Chiudete con un coperchio e lasciate insaporire in luogo fresco per almeno un giorno. Potete aromatizzare a piacere, anche con grani di pepe e di coriandolo pestati in un mortaio, pezzetti di cannella e chiodi di garofano.*

■ LA RECENSIONE

## Il Canto della Rondinaia

di Marco Galizzi - 2007 Foschi editori - pp.170 Euro 11,90

La Foschi Editori nasce nel forlivese col presupposto di promuovere la letteratura contemporanea italiana. E' con questo spirito che ha proposto lo scorso marzo al "Caffè letterario" di Forlì, Marco Galizzi.

Veterinario e affermato pittore di Forlì, Galizzi rivela anche le sue doti di scrittore con "Il Canto della Rondinaia". Il romanzo si svolge nella sua città, e prende come punto di riferimento un noto rudere utilizzato nella guerra partigiana da delle giovani donne: le rondinelle. Le donne, secondo la tradizione, curavano i partigiani donando il loro amore ai combattenti per la patria: la casa del peccato e della generosità.

Il romanzo, descritto in prima persona, comincia con un protagonista immerso in una vita monotona e spenta che si ritroverà, in seguito ad un evento particolare, trascinato in un mondo parallelo tra sogno e realtà, da due personaggi singolari.

Ibra, un senegalese estroverso e amante della vita, e il Prof. Bawer un ex maestro di scuola elementare, affacciato in una strana ricerca. Il romanzo procede lento verso la fine, soffermandosi più e più volte su minuziosi particolari, resi magici dalla situazione: un contrasto divertente con quelli che sono i continui enigmi che si manifestano durante la storia e si prolungheranno fino alla fine. Il linguaggio risulta coinciso, e rivela una densità di immagini descritte in uno stile quasi poetico, piacevole alla lettura. In conclusione, il romanzo dà molto spazio all'inesauribile immaginazione umana, e per questo è un libro consigliabile a tutte le fasce d'età.

Carmelo Clemente

## CONSIGLIATI

Rubrica di annunci professionali a pagamento. Per inserire un annuncio scrivere a: [commerciale@nellattesa.it](mailto:commerciale@nellattesa.it) o telefonare al n. 091 6215846



### ASSISTENZA

#### IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA ASSISTENZA DOMICILIARE

Assistenza ad anziani, malati, disabili Accom-pagnamento con auto attrezzata - Servizio di teleassistenza: farmaci a domicilio, consegna della spesa, riordino e piccole pulizie della casa. A Palermo in via G. Pitre 164/A - Tel. 091 7026528 - Cell. 329 9504144 - [www.paginegialle.it/irispa](http://www.paginegialle.it/irispa) - e-mail: [iriscooperativa/libero.it](mailto:iriscooperativa/libero.it)

### LABORATORI DI ANALISI

#### LABORATORIO ANALISI CLINICHE DOTT.SSA C. NUARA

Analisi intolleranze alimentari (PRIME TEST), prelievi a domicilio. Via Imperatore Federico 28 - Tel. e Fax 091 361808

### MEDICI SPECIALISTI

#### DOTT. GIOVANNI ALBERTI

Specialista Medicina dello Sport Perfezionato Medicina Estetica Università Tor Vergata Roma - Zone Consultant certified (Dieta Zona) - Docente Scuola Medicina Estetica Fif Roma - Vicepresidente Nazionale Accademia Italiana di Medicina Estetica. Via Marchese di Villabianca, 229 Palermo. Tel. 348 8556496 - 091 7308553 e-mail: [giovanni\\_alberti@libero.it](mailto:giovanni_alberti@libero.it)

#### DOTT. DOMENICO CARELLA

Medico chirurgo - Specialista in Dermatologia e Venereologia - Videodermoscopia in Epiluminescenza, Crioterapia, Fillers, Botulino. Via Catania 14 - Palermo - Tel/Fax: 091 300162 Cellulare: 339 7838083

#### DOTT. VINCENZO SORTINO

Specialista in Nefrologia, Omeopatia, Omeomesoterapia per trattamento di cefalee, cellulite, dolori articolari, ecc. Via Maggiore Toselli, 85 - Palermo. Tel. 0916269711- cell. 347 5143449

### STUDIO DI MEDICINA INTEGRATA

#### DOTT. EDMONDO PALMERI

Medico chirurgo, specialista in Chirurgia vascolare - Nutrizionista - Omeopatia - Omatossicologia - Test biorisonanza - QXCU - Intolleranze alimentari - Floriterapia di Bach - Biomesoterapia - Idrocolontoterapia. Via delle Croci 2/G. Tel. 0917302828 - [edi@beneinforma.it](mailto:edi@beneinforma.it)

### STUDIO "NUTRIZIONE E DIETETICA"

Cura alimentare dell'obesità e dei dismetabolismi - Dieta Zona - Impedenzometria, Plicometria, tabelle personalizzate. Per

appuntamento 091 6269711 - cell. 334 9479347 - Via Maggiore Toselli 85

### OCULISTI

#### Dott. PIETRO CAMPANOZZI

Oculista specializzato in Oftalmologia Fluorangiografia - Campo visivo - Laser - Visite ortottiche. Palermo: via Belgio 2; Poggioreale (Itp): v.le Europa 42; Gibellina (Itp): v.le degli Elimi 27. Per appuntamento tel. 329 0684288

### ODONTOIATRI

#### CENTRO ODONTOIATRICO POSTURALE

#### DOTT. ANTONINO MESSINA

Valutazione posturologica, grandi riabilitazioni, ortognatodonzia e terapia dell'A.T.M. Via Principe di Villafranca, 29 Palermo. Tel/fax 0916110387 [messinadottantonino@hotmail.it](mailto:messinadottantonino@hotmail.it)

#### DOTT. GIUSEPPE NOCERA

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia Via Massimo D'Azeglio, 9/B Tel. 091 343308

### PSICOLOGIA - COUNSELING

#### ASSOCIAZIONE NAZIONALE

#### PEDAGOGI CLINICI

#### Centro di Pedagogia Clinica

Via M.se Ugo n° 56 Palermo Interventi di aiuto alla persona di ogni età volti a superare disagi psico-fisici e socio-relazionali. I percorsi di crescita rivolti ai minori sono finalizzati al recupero e al potenziamento delle abilità espressive-linguistiche, organizzativo-motorie, comunicativo-relazionali e apprenditive. Tel. 339/4249483 - Portale nazionale: [www.clinicalpedagogy.com](http://www.clinicalpedagogy.com)

#### Psicologia Psicoterapia

#### Specialista tecnica E.M.D.R.

#### DOTT.SSA CONCETTA MEZZASTESA

Consultazioni individuali e di coppia. Psicodiagnosi e perizie psicologiche. Trattamento di depressioni, ansia e traumi psicologici. Riceve per appuntamento a Palermo via P.pe di Villafranca, 54 091 7302923 cell. 3470195627

Il Centro Terapeutico Riabilitativo per il disagio psichico è un servizio privato della COOPERATIVA SOCIALE QANAT a r.l.

si rivolge a coloro che si trovano a contatto con la sofferenza psichica. Accoglienza, attività strutturale e risocializzazione, sostegno domiciliare e familiare, psicoterapia, psicodiagnosi, colloqui psicologici individuali, counseling, attività esperienziale, corso tecnico di rilassamento. Via Mogia 4 Palermo - tel. 091580712 339153135 e-mail: [qanatscarl@hotmail.it](mailto:qanatscarl@hotmail.it)

## 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

### OSPEDALI

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

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

# Carta Club nell'attesa...

## 4 buoni motivi per diventare socio Carta Club nell'attesa...

- 1 SCONTI:** acquisti, spettacoli, punti di ristorazione, ma anche (i primi a Palermo!) prestazioni mediche e professionali.
- 2 SERVIZI:** consulenze coi nostri esperti. La redazione del giornale sarà lieta di mettere a vostra disposizione il parere di affermati medici, psicologi, consulenti fiscali, tributari, del lavoro, condominiali, informatici.
- 3 CLUB:** sarà un piacere andare alla scoperta della nostra Palermo e della Sicilia attraverso gite guidate a prezzi accessibili. Potrete iscrivervi a corsi e tornei di gioco, di ballo, di sport. Potrete partecipare e proporre.
- 4 SIAMO ECONOMICI:** una tessera annuale costa 15 euro. Ma se siete in due non scoraggiatevi: un contratto + valido per due tessere costa solo 20 euro. Se poi volete pensare a tutta la famiglia potete comprarne quattro con contratto Family spendendo in totale 30 euro! ..e tutte nominali.

**PER ASSOCIARSI A CARTA CLUB:** si deve compilare il modulo di adesione e versare l'importo presso uno dei punti di distribuzione in via Vaccarini 36 (Fabra editore) e in via Maggiore Toselli 85 (studio Fabra). Si può anche compilare il modulo elettronico nel sito web, dopo aver effettuato un versamento di 15 euro sul ccp 79958237 intestato: Diego Ezio Fabra - Via Maggiore Toselli 85 - 90143 Palermo con la causale: iscrizione Carta Club. La Carta costa 15,00 euro ed è individuale. Si può anche acquistare il pacchetto Carta+ che dà diritto ad una seconda Carta da intestare ad altra persona, versando 20 euro. Pagando 30,00 euro si ha diritto al pacchetto Family, cioè quattro carte individuali. Per saperne di più visitate il sito [www.nellattesa.it/carta-club](http://www.nellattesa.it/carta-club) o telefonate al n° 091 6255846.

### consulenti

**STUDIO VELLA**  
studio tecnico legale, Consulenza infortunistica stradale e del lavoro Assistenza medico-legale Perizie tecniche giurate. Via G. Ugdulena 21 Tel. 091 348912  
Riceve lunedì, mercoledì, venerdì: 16 - 18,30  
consulenze gratuite

**Rag. GIUSEPPE TODARO**  
Consulenza fiscale tributaria e del lavoro. Via V. Orsini 14 - Palermo. Tel/fax 091 340941 cell. 328 4451466  
Riceve dal lunedì al venerdì dalle 16 alle 19  
consulenze gratuite

### farmacie

**FARMACIA MENNI**  
Via Archimede, 182  
Tel. 091 320461  
Farmaci, parafarmaci, prodotti omeopatici e integratori per lo sport  
sconto: dal 10 al 30%

### igiene orale

**DENTAL CENTER di Gennaro Marco**  
Via Maggiore Toselli 227  
Tel. 091 2510502  
Prodotti per l'igiene orale all'ingrosso e al dettaglio  
sconto: 10%

### radiologi

**OSTEO & IMAGING**  
Via Roma, 386 Tel. 091 329283. Per appuntamento dal lunedì al venerdì 9-13; 15,30-18  
sconto: 10%

### studi medici

**Dott. DOMENICO CARELLA**  
Medico chirurgo - Specialista in Der-matologia e Venereologia - Videodermoscopia in Epiluminoscopia, Crioterapia, Fillers, Botulino. Via Catania 14 - Palermo - Tel/Fax: 091 300162 Cellulare: 339 7838083  
sconto: 10%

### STUDIO NUTRIZIONE E DIETETICA

Cura alimentare dell'obesità e dei dismetabolismi, Dieta Zona. Impedenzometria, Plicometria, tabelle personalizzate. 091 6269711 - 334 9479347  
Via Maggiore Toselli 85  
sconto: 10%

### vacanze

### KINOS VIAGGI

Agenzia di viaggi. Via Sampolo, 73 - Tel. 091 307036 Fax 091 309624, e-mail: [kinosviaggi@tiscali.it](mailto:kinosviaggi@tiscali.it)  
[www.kinosviaggi.com](http://www.kinosviaggi.com)  
sconto: 10% sui pacchetti di viaggio

### SICILIA BELLA s.r.l.

Agenzia di viaggi. Via Petrarca 20 - Tel. 091 6254086  
sconto: abbuono tassa d'iscrizione pacchetti turistici

## AIUTATE IL GIORNALE A CRESCERE ISCRIVETEVI AL CLUB NELL'ATTESA

### ■ A PALERMO

Dal 4 all'11 agosto

**Borsellino** p.zza Chiesa S.A.Liguori 31 - tf. 0916851809

**Cottone C.** viale Campania 27/a  
tf. 091519263

**Giuffrè C.** p.zza Tommaso Natale 195 - tf. 091530111

**Listro O.** via Sanfilippo 8 (Falsomiele) - tf. 091441141

**Lo Nano L.** via Pecori Giraldi 42  
tf. 091476958

**Lo Voi C.** via Cavour 96  
tf. 091582856

**Minore & C.** via Montalbo 124 tf. 091546905

**Pantò A.** via Pacinotti 8  
tf. 0916812708

**Triolo** via D'Ossuna 177 (di fronte Ist. S. Anna) - tf. 0916515956

**Vajana** Via Maqueda 189 (p.zza Bellini) - tf. 0916162769

Dall'11 al 18 agosto

**Borsellino A. F.** via g. Roccella 30 (Raff. Arcangelo) - tf. 091595377

**Barone M. V.** c.so Calatafimi 210  
tf. 091422109

**Bosco R.** via M. D'Amelio 42/B (Cirrincione) - tf. 0916379587

**Cerasola G.** via Vanvitelli 122 (Cruillas) - tf. 091202900

**Di Figlia D.** via Oreto "08/210  
tf. 0916171661

**Sacro Cuore.** p.zza P.pe Camporeale 78 (Agip) - tf. 091214137

**Salem** p.zza Beati Paoli 6 (M.te di Pietà) - tf. 091588369

**Siagura L.** via Dante 59 (Sammartino) - tf. 091584722

**Tiberio** via A. De Gasperi 221 (p.zza Europa) - tf. 091527845

**Trapani** via M.se Villabianca 26  
tf. 091346226

### 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

**Menni G.** via Archimede 182  
tf. 091 320461

**Orlando F.** via N. Garzilli 56  
tf. 0916251593

**Ponte Oreto** via Oreto 322/a  
tf. 091444537

**Sacro Cuore** p.zza P.pe Camporeale (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

## Cerchi una farmacia?

### ■ A PARTINICO

dal 5 all'11 agosto

**Randazzo snc** c.so dei Mille 256  
tf. 091 8781304

dal 12 al 18 agosto

**Grasso S.** via Oldani 7

tf. 091 8903522

N.B. i turni delle farmacie potrebbero essere soggetti a cambiamenti

# Progress

Assicurazioni Spa Gruppo Middlesea

### POLIZZA INFORTUNI "PREVENZIONE PERSONA"

E' una copertura assicurativa che offre un ventaglio di garanzie nell'ambito di ogni specifica esigenza:

- durante lo svolgimento delle proprie attività lavorative (rischi solo professionali)

- durante il tempo libero (rischi extra-professionali)

- durante l'intero arco delle nostre giornate (rischio 24 ore su 24)

Le principali garanzie riguardano i casi di: evento letale causato da infortunio, invalidità permanente, inabilità temporanea, rimborso delle spese ospedaliere per interventi chirurgici e prestazioni specialistiche conseguenti a infortunio e/o malattia, indennità giornaliera da ricovero ospedaliero per infortunio e/o malattia, rimborso delle spese conseguenti a eventuale decesso, indennità giornaliera per ingessature e/o sutura.

La particolare estensione di alcune garanzie anche agli eventi legati alla malattia rende questa copertura assicurativa veramente completa e competitiva.

### POLIZZA "SANITARIA"

E' una copertura assicurativa totale che garantisce il rimborso di tutte le spese relative a: interventi chirurgici, anche ambulatoriali; onorari dei medici (chirurgo, aiuto, assistente, anestesista, ecc.); esami diagnostici; rette di degenza; assistenza medica, infermieristica e fisioterapica; trasporto in ambulanza; convalescenza successiva a ricovero anche presso il proprio domicilio; parto cesareo e parto naturale; diaria giornaliera; visite mediche domiciliari.

La polizza sanitaria della Progress Assicurazioni S.p.A. offre la possibilità di estendere le coperture assicurative anche all'intero nucleo familiare.

## L'UNICA SOCIETA' DI ASSICURAZIONI DEL SUD CON SEDE A PALERMO

Sede legale e direzione generale: p.zza Alberigo Gentili 3 - Palermo  
Telefono 091 286111 pbx - Fax 091 6258131

**Lemarfarma s.p.a.**  
distribuzione farmaci

ricezione ordini 091 6517544 pbx 6 linee

**AL SERVIZIO DEL FARMACISTA**