

■ PUNTI DI VISTA

Figli di un dio minore

Una vita spezzata. Tra i pazienti uno dei più signorili. Beffardo verso i mali di questa società individualista e fatalmente materialista. Il tratto da gentiluomo. Di lui si sapeva che tutto era cominciato il giorno in cui la moglie perse tragicamente la vita in un incidente stradale. Si era attaccato alla bottiglia. Non mi dava l'aria di chi abusasse del suo vizio. Si mostrava signorile e beffardo, mai coinvolto nelle piccole e grandi beghe che ci creano affanno. Aveva un figlio, che si era trasformato anzitempo in padre nel tentativo di ricondurlo a una vita meno rischiosa. Un giorno scoprii che il suo cuore era gravemente danneggiato. Iniziò le cure senza particolare affetto nei confronti di medici e medicine, ma ordinatamente. Ogni tanto il fratello lo "recuperava" in qualche angolo di strada. Poi la vita ricominciava. Non sentiva l'amore, non cercava alcun dio. Solo l'alcol sembrava dargli un legame. Mi son chiesto spesso quanto avesse amato la moglie e quanto disprezzasse la sua vita, non riuscendo a capire come le due cose potessero convivere. Adesso non c'è più. Una crisi cardiaca. Un Dio più misericordioso dell'alcol lo deve aver chiamato a una felicità cui non sembrava aspirare. Cerco di comprendere un uomo misterioso e infelice ma tanto più vero di molti personaggi che affollano le sale d'attesa, spesso incapaci di amare, in una misura come la sua, talmente tanto da non ritrovarsi più. E non comprendo perché l'alcol, il dio del degrado, fosse entrato nella vita di un uomo dai sentimenti vivi e profondi. Perché si sia lasciato andare senza concedersi una speranza, senza dare un grammo di fiducia al domani. Qualsiasi psichiatra mi spiegherebbe tutto sull'equivalenza depressiva del lutto, della perdita e mi illuminerebbe sull'uso dell'alcol come uno dei più frequenti antidepressivi. Non mi basta. Vorrei capire questa società, che sacrifica sull'altare di un dio traditore i giovani, le mogli annoiate o tradite, gli uomini distratti da troppi facili sogni. Quando il cuore è un abisso è fondamentale non sbagliare dio.

Diego Fabra

L' incontinenza? Una malattia, non un disonore

Tre giorni di Congresso di Uroginecologia al Palace Hotel di Mondello ripresi in diretta anche da numerose televisioni straniere per sollevare il velo su una malattia di difficile approccio, almeno dal punto di vista psicologico: l'incontinenza vescicale e intestinale di cui specie le donne soffrono. In silenzio, perché a parlarne provano vergogna. E invece l'incontinenza è una malattia, nulla di più, nulla di altro. E come tale va affrontata. Senza timore di parlarne al proprio medico di fiducia, senza rimandare terapie che - iniziate in tempo - potrebbero essere risolutive e risparmiare al malato il rischio di gravi situazioni invalidanti. (i servizi a pag. 6)

f. p.



Un'immagine di Mondello

INAP ISTITUTO NAZIONALE
ASSISTENZA PREVIDENZIALE

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

tempi estremamente ridotti

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

- 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



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

"Gli altri grassi": i trigliceridi

E'ormai uso corrente il controllo dei fattori di rischio cardiovascolare nella maggior parte della popolazione. Attenzione al colesterolo e ai grassi in generale viene predicata da tanti pulpiti e praticata con accortezza un po' da tutti. Ma se appare chiaro ai più cosa sia il colesterolo, come sia composto, dove sia presente, disorienta alquanto parlare dei trigliceridi. Quando questi fanno la loro comparsa tra le alterazioni di laboratorio ci si chiede quali siano i pericoli e come evitarli. Qualche parola però va spesa in merito ai grassi in generale, per sfatare false concezioni e rasserenare coloro che possono essere indotti a pensare che siano solo da evitare.

una sostanza fondamentale

Il grasso è una sostanza fondamentale che ha contribuito in modo determinante a renderci esseri umani: più del 60% del peso secco del nostro cervello è costituito da grasso. Gran parte serve a garantire l'isolamento elettrico al fine di preservare la fedeltà dei messaggi e permettere, attraverso le sinapsi, la conduzione delle informazioni. Ma la vita stessa dipende dalla loro presenza a livello cellulare. I grassi infatti sono nemici dell'acqua e tendono ad aggregarsi in formazioni-barriera definite membrane. Grazie a queste, l'ambiente acquoso che si trova all'interno delle cellule viene separato dall'ambiente acquoso esterno, permettendo scambi e preservando strutture e organi



vitali. Tre miliardi di anni fa l'unico organismo vivente erano le alghe, formate da una sola membrana composta principalmente da grasso. La caratteristica, ora come allora, è la fluidità, determinata dai doppi legami presenti nella struttura del grasso. I doppi legami derivano dall'estrazione di alcuni atomi di idrogeno dalla struttura primaria. Più doppi legami ci sono, più il grasso è insaturo e quindi fluido. La maggiore o minore fluidità consente

Non tutti i grassi fanno male all'organismo, tutt'altro...

di differenziare la funzione: più rigidi i grassi "isolanti" del cervello, più fluidi quelli della retina, quindi della visione. In base alla fluidità, i grassi possono essere classificati in:

- **saturi**, che sono solidi a temperatura ambiente
 - **monoinsaturi**, liquidi a temperatura ambiente, ma che solidificano in frigorifero
 - **polinsaturi**, che restano liquidi anche in frigorifero
- I trigliceridi sono una "famiglia"

di grassi formati da un alcol, il glicerolo, e da diversi acidi grassi a lunga catena (palmitico, oleico, linolenico, stearico, butirrico): la varietà di questi determina le diverse caratteristiche del trigliceride. Nelle cellule possono diffondere con facilità superando la membrana e accumulando all'interno. Sono importante fonte di energia. Quando il corpo ne ha bisogno, l'ormone glucagone segnala alle cellule la necessità di liberare acidi grassi e glicerolo, che viene convertito in zucchero nel cervello.

rischio cardiovascolare

Generalmente tassi elevati di trigliceridi possono aumentare il rischio cardiovascolare, ma in misura minore rispetto al colesterolo e all'LDL-colesterolo. I valori di trigliceridemia normali sono considerati fino a 170 mg/dl, ma il rischio si eleva dopo i 250 mg/dl. In genere occorre stare attenti alla frutta secca (occhio alla nutella!), alle sostanze troppo zuccherine e agli olii. Fortunatamente per coloro che soffrono di ipertrigliceridemia c'è da notare che i trigliceridi sono più labili rispetto al colesterolo: infatti basta qualche accortezza alimentare e il sangue si "chiarifica" rapidamente. Quando non bastasse la dieta a migliorare il "pattern" trigliceridico, accorrono in aiuto l'olio di pesce, la niacina e alcune statine. Il miglior rimedio, però, resta l'esercizio fisico associato a una dieta equilibrata.

Fabrizio Dieli



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
Pienrico 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
Publicisula s.r.l. Via Pietro Nenni 3 Palermo
(www.publicisulasrl.it)

Questo numero è stato stampato in 10.000 copie
Chiuso in tipografia il 18/9/2007
Publicità inferiore al 50%
Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.
E' consentita la riproduzione citandone la fonte

www.nellattesa.it

è l'indirizzo telematico del nostro sito web

A Palermo seminario sulla comunicazione sociale

Il Coordinamento H per i diritti delle persone con disabilità nella regione siciliana Onlus ha organizzato un seminario dal titolo: "La comunicazione sociale: teoria e pratica" che avrà luogo martedì 25 settembre a Villa Niscemi con inizio alle ore 9,30. Il seminario, organizzato in collaborazione con il Comune di Palermo e con il patrocinio del Parlamento sociale della Regione siciliana, vedrà la partecipazione in qualità di relatore di Mario Giacomarra, presidente del corso di laurea in Servizio sociale dell'Università di Palermo.



Si può misurare la felicità?

Un'interessante scoperta apre nuovi orizzonti "tecnici" sull'argomento, oggetto nei secoli di dibattito filosofico, religioso e anche medico

Recentemente è apparsa la notizia che in Oriente vivono persone con un coefficiente di felicità notevolmente più alto della media. Si tratta di monaci buddisti dediti alla contemplazione giornaliera e alla meditazione. Al di là della notizia sorge un interrogativo: quali metodi e che validità possono avere test scientifici intorno a un parametro così poco tecnico qual è la felicità? Ci trasferiamo in America, precisamente nel Wisconsin, dove un gruppo di ricercatori da anni svolge ricerche intorno all'argomento. Il laboratorio di Neuroscienze dell'Università del Wisconsin, diretto dal prof. Davidson, fonda il suo lavoro sulla scoperta che la mente è un organo in costante evoluzione, quindi plastico.

La corteccia sinistra è depositaria delle sensazioni piacevoli, la destra di quelle che provocano depressione, ansia o paura. "Il rapporto tra le due corteccie si può misurare" afferma Davidson "dunque si può rappresentare il temperamento della persona attraverso indici numerici". Questo spiegherebbe la capacità di chi è dedito alla contemplazione di migliorare il "pattern" fino a farlo diventare di tipo sereno e positivo.

Le misurazioni avvengono attraverso 250 sensori che vengono collegati al cervello applicandoli alla cute: essi misurano irritabilità, stress, piacere, rabbia, soddisfazione, paura e altri parametri inerenti le percezioni emotive. Il tutto viene integrato da risonanze magnetiche per la componente anatomico-funzionale. Le sensazioni piacevoli, si sa, risiedono in alcune strutture cerebrali quali l'amigdala, la corteccia prefrontale e il sistema limbico. Queste strutture, stimolate dai neurotrasmettitori dopamina e serotonina, producono benessere.

Le sostanze chimiche citate, una volta liberate negli spazi tra le cellule, "durano" frazioni di secondo, mettendo in comunicazione i neuroni tra loro, poi "bussano" ai neuroni vicini. Sono le chiavi per le serrature di ogni sensazione piacevole.

Geneticamente si può essere predisposti, a seconda della quantità e della qualità dei recettori (le "serrature"), ma anche degli eventi psicodinamici che modificano la quantità dei mediatori (le "chiavi") a depressione o a benessere. Pochi anni orsono, sempre in America, durante la sperimentazione in vivo

di un apparecchio inventato per stimolare il nervo vago e ridurre le crisi in soggetti epilettici, si è osservato uno strano "effetto collaterale": le persone che lo applicavano diventavano stranamente felici, brillanti, attive e con una disposizione al sorriso e alla serenità insolite.

Da allora il Vagus Nerve Stimulator (questo è il nome dell'apparecchio) è stato applicato a diversi volontari refrattari a terapie farmacologiche. Non pensiamo possa essere una soluzione ai mali interiori, ma certamente conferma che l'elettrofisiologia del cervello è in qualche modo legata alla piacevolezza o alla spiacevolezza della vita.

I test di misurazione della felicità, che sfruttano parametri elettrofisiologici, possono avere più di qualche validità. Ma non possiamo attendere altri risultati dai ricercatori del Wisconsin se non quelli dati, ossia che la felicità si costruisce con un equilibrio interiore e un distacco dagli eccessi materialistici. "La felicità - diceva Oscar Wilde - non è avere quel che si desidera, ma desiderare quel che si ha".

Angelo Pennisi



inbox

Trapianti di dischi cervicali in Cina

Alcuni chirurghi cinesi hanno trapiantato dischi intervertebrali insieme a "fettine" di piatti vertebrali in alcuni soggetti con gravi discopatie (uno con paraplegia incompleta). I risultati sono stati incoraggianti anche se sono passati solo cinque anni. Ancora nulla del genere è stato tentato in sede lombare.

Il problema dei falsi positivi in mammografia

La diagnostica radiologica della mammella sovente valuta "in eccesso" ciò che vede. E' il problema dei cosiddetti "falsi positivi", cioè di quelle immagini che possono indurre a pensare a una patologia seria senza che questa ci sia. Il problema che sembra emergere è solo di tipo ansioso con la conseguenza che le donne interessate aumentano l'autopalpazione e affrontano con maggiore timore i controlli successivi.

Virus Hiv: spesso incompresi anche dal medico

Uno studio dei ricercatori californiani sull'accettazione dei medici nei confronti di pazienti affetti da virus HIV ha messo in luce che in più del 5 per cento dei casi questi si sono sentiti stigmatizzati e giudicati dai medici cui si erano rivolti o con cui erano in cura. La qualità e l'efficacia delle cure è peggiorata in seguito al cattivo rapporto, fino a rendere le terapie meno efficaci.

Tumori al colon e al seno: importante l'apporto di vitamina D

Numerosi studi hanno dimostrato una correlazione tra tumori del colon, delle ovaie e del seno e latitudine. In sostanza coloro che vivono in Paesi freddi e poco esposti al sole (naturale produttore di vitamina D nel corpo) hanno incidenze maggiori di tumore. Si consiglia dunque un aumento di 22/30 nanogrammi per ml di vitamina D mediante integrazione e brevi esposizioni al sole. Naturalmente questi consigli non valgono per le zone calde ed esposte al sole.

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



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

Via Ripetta, a Roma, era semideserta. All'ora di pranzo e con il sole cocente che batteva impietoso sull'asfalto, solo pochi ardentosi si avventuravano in istrada.

Raimondo Lanza di Trabia si accomodò con il barone Carlo La Lomia ad un tavolo della "Buca di Ripetta", la rinomata trattoria capitolina. Il proprietario, che lo conosceva da tempo, non appena ne intravedeva la figura gli metteva sempre a disposizione uno dei tavoli appartati riservati di norma agli ospiti di riguardo. Anzi, tutte le volte che i due nobiluomini siciliani - i più noti dirigenti della squadra di calcio del Palermo - arrivavano al suo locale, lui - scambiato un cenno d'intesa col capocameriere - li andava a servire personalmente. Anche quel giorno lo fece. Avvicinatosi al loro tavolo, si affrettò a fornirgli i menu e restò in attesa delle ordinazioni.

Più in là, intanto, un giovanotto magro - baffetti sottili e chioma ricciuta - intratteneva i clienti suonando dei motivi alla chitarra.

Non passò molto tempo che il proprietario, preoccupato che il principe potesse infastidirsi, richiamò l'attenzione del giovane, cercando di non farsi notare troppo dai suoi due ospiti siciliani.

Il giovane smise di suonare e si avvicinò con aria interrogativa.

- "Mimmo" bisbigliò "lascia stare per ora, torna più tardi".

Il giovane era abituato a non fare domande e, anche se non capiva, obbediva sempre di buon grado.

La scena, tuttavia, non sfuggì al principe che, con un cenno della mano, richiamò l'attenzione del ristoratore.

- "Chi è quel giovane?", chiese Raimondo Lanza

- "Chi, Mimmo?", rispose imbarazzato il ristoratore

- "Sì, quel giovane che si è

Proseguiamo la pubblicazione di racconti tratti dal libro "Oltre la rete", di Gabriele Pomar. "Oltre la rete" è una raccolta di storie vere, ma rivisitate dall'Autore, su fatti e personaggi della Palermo Calcio. Tutte le notizie sono state assemblate e rielaborate organicamente dopo lunghe ricerche d'archivio e testimonianze dirette di alcuni eredi degli atleti dell'epoca. Ringraziamo l'Autore per la gentile concessione.

Vecchio frac



appena allontanato ...", insistette il nobiluomo

- "Oh, è un giovane che si guadagna da vivere suonando qua e là"...

- "Perché lo avete allontanato?"

- "Credevo potesse disturbarvi ...", cerco di giustificarsi il ristoratore, sempre più imbarazzato

- "Avete supposto male", lo rimproverò Raimondo Lanza,

"Potete rintracciarlo?"

L'uomo, confuso, uscì in fretta nella strada assolata. Vide il giovane allontanarsi e lo chiamò a gran voce.

- "Eccolo qua", disse alla fine, presentando al principe il giovane musicante

- "Come ti chiami?", chiese Raimondo Lanza

- "Domenico Modugno", rispose il giovane, "ma tutti mi chiamano Mimmo"

- "Di dove sei?"

- "Sono pugliese, ma è da un po' che vivo qui a Roma, dove lavora mio padre..."

- "Be", obiettò il principe, "non credo vorrai restare a carico di tuo padre in eterno! Che cosa ti proponi di fare nella vita?"

- "Mio padre mi ha fatto studiare e gliene sono grato, ma ..."

- "Ma?", chiese il principe, fissandolo intensamente

- "Ma a me piace scrivere canzoni e cantare ..."

- "Poco fa ti ho sentito e sei bravo", disse Raimondo Lanza, "ma la bravura non serve se non c'è anche l'occasione".

Il giovane lo guardò confuso, ma in cuor suo sapeva che il nobiluomo aveva ragione.

- "Tieni", disse il principe porgendogli un biglietto da visita "Qui c'è il mio nome. Presentati all'indirizzo che ho scritto dietro e chiedi del direttore artistico della RCA".

Domenico Modugno ripose il giornale. Aveva gli occhi lucidi e si rifiutava di credere a quello che aveva appena letto.

Il suicidio di Raimondo Lanza di Trabia, dell'uomo che aveva avuto fiducia nelle sue qualità e che gli aveva permesso di realizzare il suo sogno, lo aveva sconvolto.

Ripensò al nobile siciliano, al suo volto, che sprizzava vitalità e intelligenza, ai suoi modi aristocratici e gentili, alla sua sensibilità, alla sua generosità. Ripensò alle circostanze del loro primo incontro. Sentiva, in cuor suo, che doveva fare qualcosa, che gli doveva qualcosa.

Con gli occhi lucidi e la fedele chitarra provò e riprovò, cercando nella melodia un'immagine cara, perduta per sempre. Poi, prese una penna e cominciò a tracciare su un foglio bianco i segni del suo amore...

"E' giunta mezzanotte, si spengono i rumori, si spegne anche l'insegna di quell'ultimo caffè ..."

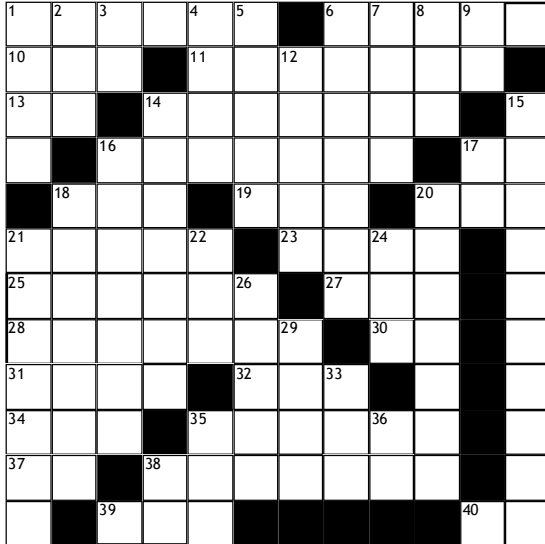
Gabriele Pomar

	8	Il quesito scacchistico
	7	
	6	Il Bianco gioca De3xa7. Il Nero vince in sei mosse
	5	
	4	a cura del Centro Scacchi - Scuola giovanile CONI
	3	
	2	La soluzione è a pagina 5
	1	
a b c d e f g h		

Bancomat

Pico Di Trapani

a cura di Alessio Fabra



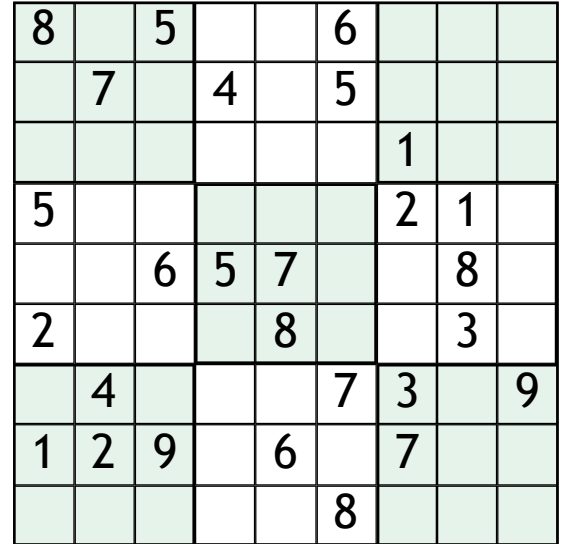
ORIZZONTALI

1 Unità di misura della corrente 6 Nome del cantante americano Richard 10 Il Paice, batterista dei Deep Purple 11 Venerata 13 Iniziali del ciclista Nardello 14 Carica di emiro 16 Presule 17 Mezzo Enea 18 Pappagalli variopinti 19 Lunghi periodi 20 Un Jean pittore e scultore francese 21 Le vittime del cacciatore 23 Ferro inglese 25 Ardimentosi, impavidi 27 La Campagnoli presentatrice 28 Chicchera 30 Articolo spagnolo 31 Città dell'entroterra orientale siciliano 32 Parte dell'aereo 34 Local Government Institute 35 Stato americano 37 Se non è qua... 38 Chiosco per la vendita di giornali 39 L'inizio dell'epigrafe 40 Anticamente era detto "ut"

VERTICALI

1 La peste del 2000 2 Isola inglese 3 Iniziali di Neruda 4 Metallo che diede 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 14 La lascia il defunto 15 Il

caffèlatte al bar (se non lo sai, guarda tra le "Chicche di caffè") 16 Coloro che vivono di rapine e saccheggi 17 Articolo romanesco 18 La fa l'avvocato 20 Composto organico azotato 21 Cognome di papa Pio XII 22 In mezzo al "pretore" 24 Ordine del Giorno 26 Allegri 29 Il nome dell'attore Guinness 33 Guai se si perde nel pagliaio 35 Poesie elevate 36 Lo si grida nell'arena 38 Al centro della steppa



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.

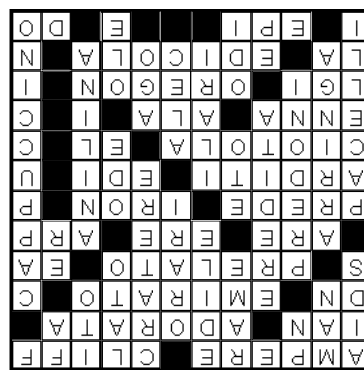
Chicche di caffè

UNA BELLA STORIA In Europa si dice che il caffè l'abbiano portato i Turchi. Non per offrirlo a noi europei e nemmeno per vendercelo. Se l'erano portato appresso per uso personale: per degustarlo nelle pause del famoso assedio di Vienna del 1683. Ma le cose non andarono secondo i loro voti: messi in fuga dall'armata del re di Polonia Giovanni Sobieski, giunto infine in aiuto degli assediati, i turchi lasciarono dietro di sé ben 500 sacchi pieni di caffè.

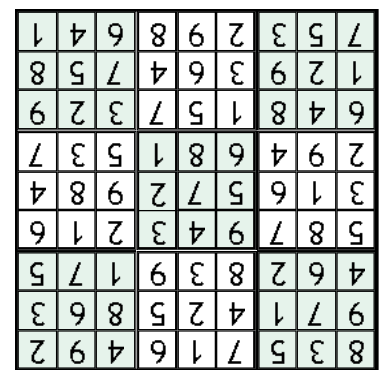
I vincitori guardarono quei chicchi neri con sospetto; prima li prese-ro per foraggio per cammelli, poi - con cautela - li assaggiarono. Erano duri e croccanti, e avevano un sapore strano, però gradevole. Visto che non facevano male, li schiacciarono e poi li mescolarono con dell'acqua calda portata ad ebollizione. Ne venne fuori un liquido nero e amarissimo. Provarono allora ad addolcirlo col miele, col latte e con la panna, dando vita ad un rudimentale precursore del cappuccino.

Questa storia è troppo bella per essere falsa, ma probabilmente lo è. Più prosaicamente, il caffè è giunto in Europa comodamente stiva-to nelle navi dei mercanti veneziani che intrattenevano rapporti d'affari con l'Oriente, vicino, medio o estremo che fosse.

SOLUZIONE DEL CRUCIVERBA



SOLUZIONE DEL SUDOKU



SOLUZIONE DEL QUESITO SCACCHISTICO DI PAGINA 4

(1) ... / Th8-h1+i1; (2) Cg3xh1 / Ae5-h2+i1; (3) Rg1xh2 / Td8-h8+; (4) Ac1-h6 / Txh6+; (5) Rh2-g3 / Ce7-f5+; (6) Rg3-f4 / Th6-h4+ matto (partita giocata tra Schiffrers con il Bianco e Tchigorin con il Nero)

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

Numero Verde **800-126692**

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

Incontinenza femminile: semplicemente malattia

Al Palace Hotel di Mondello un Congresso di Uroginecologia per fare il punto su uno dei più radicati tabù della donna

Chiedete a un malato che ne pensa della sua malattia. Vi risponderà che ne ha paura, o che la combatte con coraggio o che gli ha cambiato la scala di valori: reazioni normali, davanti all'insidia di un evento che rimane comunque un'incognita, nonostante i progressi scientifici. Qualcun altro vi dirà che ne ha vergogna. E vi parlerà di dignità calpestate. Ma può una malattia, anche quella più imbarazzante, avere la forza di distruggere valori, coscienze, sentimenti, rispettabilità, nobiltà d'animo? No, non può. E non deve. Non bisogna consentirglielo. Perché la malattia, ogni malattia, è solo una malattia.

senza rossori né reticenze

Perciò parliamo liberamente anche di incontinenza urinaria e fecale, se occorre. Senza rossori né reticenze. Con la forza della fierezza: è così che si comincia a guarire.

Di incontinenza urinaria e fecale nelle donne - ma anche di terapie farmacologiche delle disfunzioni vescicali e intestinali, di riabilitazione del pavimento pelvico e del trattamento chirurgico delle incontinenze - si è discusso dal 6 all'8 settembre al Palace Hotel di Mondello.

"Update on Pelvic Floor Dysfunctions": questo il titolo del Congresso, che ha avuto luogo nell'ambito del IV Corso di Chirurgia uroginecologica mininvasiva Uroginecologia della Società internazionale delle disfunzioni del pavimento pelvico e che è stato anche trasmesso in diretta in Algeria,

Emirati Arabi Uniti, Grecia, Libia, Marocco Kuwait, Siria, Tunisia e Turchia.

L'importante appuntamento scientifico - organizzato dal Dipartimento di Uroginecologia dell'Ospedale Villa Sofia, dall'Ospedale Cto e dal Dipartimento di Ostetricia e Ginecologia dell'Università e patrocinato dalla Presidenza della Regione Siciliana, dall'Ars e dal Comune di Palermo - ha centrato l'attenzione sulle tecniche innovative e sui progressi del settore, chiamando a raccolta ben quattrocento specialisti provenienti da ogni parte del mondo.

settore fondamentale

La Presidenza del Comitato organizzativo è stata affidata a Biagio Adile, direttore dell'Unità Operativa di Urologia ginecologica di Villa Sofia, un settore che, prima considerato una branca della Ginecologia, oggi anche in Sicilia e nel Sud Italia sta elevandosi al rango di "specialistica" e rivelandosi fondamentale nel multiforme mondo dell'assistenza sanitaria femminile. "L'incontinenza urinaria e le disfunzioni del pavimento pelvico - ha precisato Adile - sono patologie che, secondo le statistiche, affliggono dal 30 al 50 per cento delle donne sopra i quarant'anni. Oggi anche a Palermo è possibile trattarle adeguatamente senza doverle più nascondere o sopportare come conseguenze ineluttabili della senescenza".

Semplicemente malattie, dunque.

Francesca Patané

Come curarla

Il medico deve essere più attento e sensibile nei confronti del problema rappresentato dall'incontinenza urinaria femminile. Le pazienti tendono a non riferire il disturbo fino a quando i sintomi non diventano invalidanti e questo impedisce che la paziente possa trarre giovamento dai nuovi farmaci e dai presidi disponibili.

La grande maggioranza dei casi è curabile, sia con procedure chirurgiche sia con terapie farmacologiche. Non va considerata un disturbo minore, ma piuttosto un grave e costoso problema di salute pubblica, che può influire negativamente sulla mobilità della paziente, sulla sensazione generale di benessere e sulla produttività lavorativa. Il fenomeno interessa in Italia circa un milione e mezzo di donne. Secondo alcune stime, una donna su quattro - di età compresa tra 30 e 59 anni - riferisce difficoltà a trattenere l'urina, in particolare durante l'attività fisica. Il problema può portare la donna a spendere somme considerevoli in pannolini e altro materiale igienico.

L'incontinenza urinaria da sforzo è la perdita involontaria di urina che si verifica quando la donna fa uno sforzo: uno starnuto, un colpo di tosse, un gradino da salire, una borsa della spesa da sollevare, un bambino da prendere in braccio. Tutte queste attività hanno un punto in comune: aumentano la pressione all'interno dell'addome. Sembra incredibile, ma è proprio questa piccola pressione che provoca la perdita incontrollata di urina.

La spiegazione è semplice, se si pensa all'anatomia femminile. Il piccolo canale (uretra) che unisce la vescica all'esterno, nell'apparato urinario femminile è particolarmente corto e per trattenere l'urina presente nella vescica deve essere sempre ben chiuso. La chiusura è controllata da un muscolo circolare: lo sfintere. Se questo si indebolisce, la sua funzione non è più perfetta. I muscoli del pavimento pelvico, cioè la zona che chiude in basso il bacino e l'addome, aiutano lo sfintere a restare chiuso. In caso di un loro indebolimento, è più facile perdere urine.

L'incontinenza da sforzo è legata a diversi fattori, uno di questi è la menopausa, con il suo profondo cambiamento nell'organismo femminile. Le donne che lamentano disturbi urinari e affluiscono al nostro Centro vengono sottoposte ad una valutazione neuro-uroginecologica completa. Comprende: una raccolta dei dati del paziente, un esame obiettivo neuro-uroginecologico, un esame urodinamico, una valutazione dei potenziali evocati sacrali ed una ecografia del pavimento pelvico.

Il trattamento dell'incontinenza urinaria può essere suddiviso in tre categorie principali: interventi di tipo comportamentale, terapia farmacologica, terapia chirurgica. Oggi c'è una nuova soluzione terapeutica farmacologica per l'incontinenza urinaria da sforzo: duloxetine. È il primo farmaco che agisce sul tono muscolare dell'uretra aumentandone la potenza. Grazie a questa sua azione, lo sfintere si mantiene chiuso anche quando aumenta la pressione dell'addome durante uno sforzo. Numerosi studi clinici hanno dimostrato che le donne in terapia con questo farmaco percepiscono un miglioramento fin dai primi giorni ed entro poche settimane si raggiunge l'effetto completo. Talora, è importante associare all'uso del farmaco un programma di esercizi per il pavimento pelvico i cui muscolocostituiscono una difesa alla perdita di urina aiutando lo sfintere a chiudere l'uretra e sostenendola.

Le pazienti che non dovessero trovare giovamento dopo trattamento riabilitativo e farmacologico, possono essere sottoposte ad nuovo intervento chirurgico mininvasivo in day-surgery con il posizionamento di una rete sintetica sotto l'uretra con una piccola incisione di un centimetro e mezzo e due piccole incisioni ai lati delle pieghe inguinali che prende il nome di sling transotturatoria.

Biagio Adile

direttore dell'Unità Operativa di Urologia ginecologica all'Ospedale Villa Sofia di Palermo



publiscicula

AZIENDA GRAFICA EDITORIALE

- LIBRI
- GIORNALI
- RIVISTE
- DEPLIANTS
- EDIZIONI DI LUSO
- POSTER
- MANIFESTI

Arti Grafiche & Stampa

SICILIA TEMPO

Via Pietro Nenni, 3 • 90146 Palermo
Tel. 091.6883828 PBX • 091.6883791
Fax 091.6883829
publiscicula@libero.it
publisciculasrl@publisciculasrl.it
www.publisciculasrl.it

■ MANGIARBENE

viaggio nel mondo della nutrizione

La vitamina E: antiossidante naturale

Sempre più spesso incontriamo la vitamina E tra i rimedi naturali contro il "logorio della vita moderna", come recitava una nota pubblicità. Il suo nome più tecnico è tocoferolo. E' una sostanza solubile nei grassi e facilmente ossidabile, stabile però alle temperature. Ne sono molto ricchi gli oli di germe di grano e di altri cereali, gli oli di pesce e di arachidi, il fegato, le uova, diversi formaggi e molte verdure. La sua azione è, come accennavamo, antiossidante, quindi protettiva su ormoni, altre vitamine, enzimi, grassi. Partecipa ai metabolismi a livello molecolare positivamente.

Nel complesso fa segnare un bel "più" sull'energia globale dell'organismo. Se ne conosce la carenza solo in quadri di malassorbimento intestinale: si produce sterilità maschile e femminile, distrofia muscolare e aborti ripetuti. Non si conosce una carenza alimentare.

a cura dello Studio "Nutrizione e Dietetica"

MINISTRONE ALLA MILANESE

Le dosi di questa ricetta sono in linea di massima per due persone. Mondate e tritate uno spicchio d'aglio e una manciata di prezzemolo. Mondate e tagliate a fettine una zucchina. Sbollentate, pelate, private dei semi e spezzettate due pomodori da sugo.

Tagliate a listarelle un pezzo di verza da 50 gr. Sgranate 40 gr (peso netto) di piselli e 40 gr (peso netto) di fagioli freschi. In una casseruola antiaderente mettete le zucchine, i pomodori, due foglie di salvia, i fagioli, i piselli, la verza, il trito di erbe, 4 cucchiari di soffritto e due foglie di basilico. Coprite con un litro di brodo vegetale e fate cuocere per due ore, unendo poco brodo bollente se asciugasse troppo. A questo punto aggiungete due porzioni di riso integrale ben sciacquato e portate a cottura regolando di sale e di pepe.

Se il riso integrale cuoce in 20-30 minuti, unitelo come indicato nella ricetta. Se cuoce in più tempo, unitelo prima. Servite nelle fondine con abbondante grana grattugiato e una manciata di prezzemolo. Potete aggiungere anche dei funghi porcini secchi fatti rinvenire in acqua per 15 minuti, scolati, strizzati e spezzettati o un mix di funghi freschi mondati e spezzettati. (Allan Bay e Patrizia Bollo)

CONSIGLIATI

Rubrica di annunci professionali a pagamento. Per inserire un annuncio scrivere a: commerciale@nellattesa.it o telefonare al n. 091 6255846

ASSISTENZA

IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA ASSISTENZA DOMICILIARE

Assistenza ad anziani, malati, disabili
Accompagnamento 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 - e-mail: 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

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 - Omosocologia - Test biorisonanza - QXCU - Intolleranze alimentari - Floriterapia di Bach - Biomesoterapia - Idrocolontoterapia. Via delle Croci 2/G. Tel. 0917302828 - edi@beneinforma.it

STUDIO "NUTRIZIONE E DIETETICA"

Cura alimentare dell'obesità e dei dismetabolismi - Dieta Zona - Impedenziometria, Plicometria, tabelle personalizzate. Per appuntamento 091 6269711 - cell. 334 9479347 - Via Maggiore Toselli 85

OCULISTI

Dot. PIETRO CAMPANOZZI

Oculista specializzato in Oftalmologia

Fluorangiografia - Campo visivo - Laser - Visite ortottiche. Palermo: via Belgio 2; Poggioreale (TP): 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

DOTT. GIUSEPPE NOCERA

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

PSICOLOGIA - COUNSELING

ASSOCIAZIONE NAZIONALE

PEDAGOGICI 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 espressivo-linguistiche, organizzativo-motorie, comunicativo-relazionali e apprenditive.
Tel. 339/4249483 - Portale nazionale: www.clinicalpedagogia.com

Psicologia Psicoterapia

Specialista tecnica E.M.D.R.

DOTT.SSA CONCETTA MEZZATESTA

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 esperenziale, corso tecnico di rilassamento. Via Mogia 4 Palermo - tel. 091580712 3339153135 e-mail: qanatscarl@hotmail.it

STUDIO DI PSICOLOGIA CLINICA

Via Briuccia, 84 - Palermo
Dot. Giovanni Buttice, consulenze e sostegno psicologico, individuale e di gruppo per l'infanzia, l'adolescenza e l'età adulta 349.6841772
Dot.ssa Monica Castelli, psicologa dell'età adulta e della vita prenatale. Percorsi di sostegno alla genitorialità, dal desiderio di un figlio alla sua crescita 329.252537

■ LA RECENSIONE

L'errore di Platini

Francesco Recami - Edizioni Sellerio - pp. 111 Euro 12,00

La breve storia narrata in questo libro dall'autore toscano, recentemente riscoperto da Sellerio, ci riporta perfettamente nell'atmosfera di inquietudine del periodo in cui è stato scritto: gli anni Ottanta. I due coniugi protagonisti, Gianni e Sabrina, trentenni entrambi, conducono una vita assolutamente normale, vittime, come tutti, della società dei consumi e dello spettacolo e facenti parte di quella generazione le cui caratteristiche l'autore sottolinea in questo modo: "Non avevano l'ideologia del successo... La storia non li aveva forniti di grinta personale a scopi di lucro. Tuttavia, quelli sì, possedevano tutti gli strumenti psico-sociologici per riconoscere gli esatti termini di un insuccesso". La loro esistenza si svolge abbastanza serenamente, sapendo di poter contare l'uno dell'appoggio dell'altra, nonostante la disgrazia di una figlia cerebrolesa che richiede cure ed attenzioni continue. A sconvolgere definitivamente la loro vita è una vincita al totocalcio, che in principio appare come la possibilità di poter finalmente cambiare il loro destino, ma che ben presto si rivela fonte di invidie e rancori nelle relazioni con l'altra gente e che infine va a minare quella tranquillità e quella fiducia su cui si basava il loro stesso rapporto. Nello scorrere della narrazione l'iniziale, apparente ingenuità dei due personaggi lascia posto al cinismo, al disprezzo e alla pretesa di essere superiori; essi



si ritrovano nella disposizione di spirito di chi è pronto a qualsiasi cosa per migliorare la propria condizione, ma la loro intrinseca debolezza e titubanza gli impedisce di realizzare qualsiasi grande progetto. Infine sarà Sabrina, la più segnata dai cambiamenti provocati dalla vincita, a compiere un gesto estremo, crudele, di cui in seguito non serba rimorso e che la lascia indifferente. La scrittura cruda ed estraniante di Recami rende al meglio i tratti dei personaggi; la vicenda è presentata non attraverso il consequenziale scorrere delle azioni e con una analisi introspettiva dei protagonisti, ma attraverso brevi sequenze slegate che per lo più sono scorci descrittivi della quotidianità claustrofobica dei due coniugi.

Amir Arouet

Questo libro è in vendita presso Modusvivendi
Via Quintino Sella 79 - Palermo telefono: 0913343
e-mail: info@modusvivebdi.pa.it

Cerchi una farmacia?

■ A PALERMO

Dal 29 settembre al 6 ottobre

Alioto S. via Tindari 48 (Borgo Nuovo) - tf. 091 311625
 Ausonia via Ausonia 101 (ang. Briuccia) - tf. 091 527858
 Cacace P. via G. B. Guccia 13 - tf. 091 587361
 Chiavetta G. c.so C. F. Aprile 133 - tf. 091 588939
 Friscia I. c.so dei Mille 528/a - tf. 091 6216115
 Guccione M. via Palmerino 18/h tf. 091 488006
 Lo Cascio Mendola via Roma 1 (Stazione) - tf. 091 6162117
 Micale M. via Montepellegrino 63 - tf. 091 361128
 Nuova p.zza Tosti 23 - tf. 091 6828986
 Ponte Oreto via Oreto 322/a - tf. 091 444537
 Rizzo M. C. p.zza Mondello 53 - tf. 091 454145

- 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 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

dal 30 settembre al 6 ottobre

■ A BAGHERIA

Cacciatore A. c.so Umberto I, 90 - tf. 091 932105

■ A PARTINICO

Grasso S. via Oldani 7 - tf. 091 8903522

dal 24 al 30 settembre

■ A CARINI

Pellerito R. p.zza della Regione 9 (Villagrazia) - tf. 091 8674202

■ A CEFALU'

Battaglia. via Roma 13 - tf. 0921 421989

■ A CORLEONE

Binenti R. via Roma 1 - tf. 091 8461341

■ A MARINEO

Schirò A. M. c.so dei Mille 93 - tf. 091 8725134

■ A MONREALE

Zuccaro G. via A. Veneziano 85/87 - tf. 091 6404499

■ A TERMINI IMERESE

Vittorio M. T. p.zza Umberto I, 23 - tf. 091 8141466

Carta Club nell'attesa...

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/cartaclub o telefonate al n° 091 6255846.

consulenti

STUDIO VELLA

studio tecnico legale, Consulenza infornistica 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. 091 8889379 - fax 091 9770697 - cell. 328 4451466. Riceve dalle 9 alle 13 - 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 Epiluminescenza, 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 del dismetabolismi, Dieta Zona. Impedenziometria, 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 - 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

Lemarfarma s.p.a.
 distribuzione farmaci
 ricezione ordini 091 6517544 pbx 6 linee
AL SERVIZIO DEL FARMACISTA

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

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

