



editoriale

punti di vista

## Caldo e indifferenza nemici degli anziani

di **Michele Guccione** - micheleguccione@nellattesa.it



**A**rriva l'estate, con essa il caldo. Si parla molto delle intossicazioni alimentari che si possono contrarre da cibi consumati in locali pubblici, se mal conservati. Ci preoccupiamo, stiamo guardandoci e speriamo che questi mesi trascorrono senza problemi. In Tv e sui giornali scorrono le campagne sull'abbandono di animali domestici per le strade. Ci

assicuriamo che il cagnolino del vicino sia ancora al suo posto, e tutto va bene; poco importa se proprio in questi giorni il rifugio del cane alla Favorita stia traboccando, al punto che ogni giorno rischiamo di investire con l'auto qualche animale sfuggito al controllo dei volontari.

E agli anziani soli chi sta pensando? Non una parola, non una iniziativa delle istituzioni. Le scuole sono chiuse, le strade sono meno affollate, i servizi pubblici già scarseggiano perchè il personale va in ferie. La solitudine anche quest'estate piomba sulle nostre città circondando minacciosamente gli anziani soli. Quelli che, per capirci, hanno pochi amici ai quali rivolgersi in caso di bisogno: se c'è da fare un acquisto particolare, se arriva una bolletta poco comprensibile, se scrive un parente lontano in lingua straniera, se tarda la pensione.

E se l'anziano si sente male, soprattutto la notte? Bussa alla porta del vicino e non trova nessuno: è in vacanza. Telefona all'altro amico, che si trova distante e non può arrivare in tempo. Il cosiddetto "salvavita", nei rari casi in cui c'è, sconta i ritardi di burocrazia e soccorsi. Per gli anziani, anche nelle nostre città che dovrebbero essere più sensibili e più a misura d'uomo, l'unico punto di riferimento certo resta il medico di famiglia, che non abbandona mai il presidio, o che si fa sostituire da un collega, per assicurare una continua prevenzione e, se del caso, per intervenire.

Non mi risulta che le istituzioni pubbliche e sanitarie abbiano predisposto servizi estivi di assistenza agli anziani soli. Una fascia sociale così ampia è lasciata alla spontanea iniziativa di associazioni di volontariato e, appunto, dei medici di famiglia, novelli missionari nella civiltà industrializzata. Come dire, gli anziani valgono meno di una mozzarella infetta o di un cane abbandonato.

## L'uomo "creatore"

Attenzione a varcare certe frontiere, potrebbe portare a risultati difficilmente preventivabili...

di **Diego Fabra** - diego@fabra.biz



**U**na delle frontiere che l'umanità sembra inseguire da sempre è quella della creazione. Forse per una strana e endemica forma di competizione con chi l'ha inventato, da sempre l'uomo prova a forgiare, partendo da un apparente nulla, qualcosa che prima non esisteva. A dire il vero, l'unica forma che è riuscita ad

elevarlo al di sopra di tutte le altre creature è l'arte, laddove l'essenza e non la forma hanno davvero del prodigioso, del misterioso. Ma tant'è! Certo, non possiamo parlare di creazione in senso stretto, visto che qualsiasi forma artistica poggia per forza sul già esistente. Negli ultimi decenni, però, qualcosa di nuovo si è visto. L'informatica ha fatto passi da gigante e il virtuale inizia ad esistere davvero. Sembra che, sfruttando quel mix di tecnologia d'avanguardia, di fantasia estrema e di codici arcani, l'uomo possa dire di aver, bene o male, iniziato una forma rozza di creazione. Sempre tenendo ben presente la distinzione formidabile che c'è tra chi ha dato i mezzi e chi li ha ricevuti, qualche riflessione viene su bene, osservando alcuni parallelismi tra le creature di Dio e quelle dell'uomo. Entrambe nascono per un'armonia perfetta e una bellezza da percorrere. Perfino chi si limita a inventare un programma al pc studia tutti i possibili particolari per renderlo bello, equilibrato, curando ogni singolo dettaglio. E noi, semplici utenti dell'immaginario mondo informatico, possiamo oggi con un click percorrere spazi inauditi nella storia, nella cultura, nella geografia e in pressochè tutti i campi dell'umano esistere. Ma anche l'uomo, inventore alla ricerca della pura creazione, è costretto a sperimentare la beffa dell'insidioso tarlo del male. Citavamo il mondo dell'informatica mediatica, l'Internet che trasforma il nostro piccolo schermo in una finestra sull'esistente. Internet è un mezzo che mi fa andare dove vorrei e dove non vorrei. Al suo interno c'è la bellezza, l'armonia, la profondità, l'allegria, la salute, ma anche il degrado, la crudeltà, il cinismo, la morte. Ecco il tarlo del male.

segue a pagina 5

**INAP**  
LAZIO CAMPANIA SICILIA

PRIMO CENTRO IN ITALIA DAL 1973 SPECIALIZZATO NELLE PRATICHE PER IL RICONOSCIMENTO DI  
**INVALIDITA' CIVILE - INPS - INAIL**

- PRESENTAZIONE DOMANDE AMMINISTRATIVE
- ASSEGNO DI INVALIDITA' (74%)
- PENSIONE DI INABILITA' (100%)
- INDENNITA' DI ACCOMPAGNAMENTO
- INDENNIZZO PERIODI DI CHEMIOTERAPIA
- PRATICHE PER MINORI, CIECHI CIVILI E AUDIOLESI
- BENEFICI ASSIST. PER I PORTATORI DI HANDICAP (L.104)
- PENSIONE DI INABILITA' AL LAVORO (INPS - INPDAP)
- ASS.ORDINARIO DI INVALIDITA' (INPS)
- RICORSI AMMINISTRATIVI E GIUDIZIARI
- RICOSTITUZIONE PENSIONE (RISCHIO AMIANTO)
- RECUPERO VECCHIE PRATICHE INEVASE O RESPINTE
- ASSISTENZA DOMICILIARE MEDICA E LEGALE
- IN CASO DI INTRASPORTABILITA' DELL'ASSISTITO
- INFORTUNI SUL LAVORO E MALATTIE PROFESSIONALI (INAIL)
- CONSULENZA MEDICA IN SEDE
- RICONOSCIMENTO DELL'INVALIDITA' SUCCESSIVA AL DECESSO CON RECUPERO DEGLI ARRETRATI

NESSUNA SPESA DI TESSERAMENTO

TEMPI ESTREMAMENTE RIDOTTI

CONSULENZA ED ASSISTENZA AMMINISTRATIVA E GIUDIZIARIA TOTALMENTE GRATUITA

MEDICO IN SEDE PER LA COMPILAZIONE DEI CERTIFICATI (GRATUITO)

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TELEFONA AL NUMERO VERDE O VISITA IL SITO  
[WWW.INAP.IT](http://WWW.INAP.IT)

PALERMO - VIA ROMA 489 (90139)  
Tel. 091 322624 - Cel. 346 0424837

Numero Verde - Sicilia  
**800 134 851**  
Lunedì - Venerdì 9.30-13.00 / 15.00-18.00

*I professionisti del credito*  
**ASSIFIN**  
ITALIA s.r.l.  
FINANZIAMENTI IN LEGGE ASSICURATI

**MARCELLO DE SIMONE**  
Cell. 338.1105884  
Tel. / Fax 091.941659

**IL PRESTITO A 5 STELLE**

★ ★ ★ ★ ★

**DA NOI IL TUO QUINTO VALE DI PIU'!**  
**DIPENDENTI E PENSIONATI**

**MARCELLO DE SIMONE - Agente in attività finanziaria**  
U.I.F. Banca d'Italia n° A 82284 - ISVAP n° E 000204048  
E mail: [marcello@assifinitalia.it](mailto:marcello@assifinitalia.it)

Assifin Italia: Iscr. Reg. Impr. PA n. 144288 - C.C.I.A.A. n. 183229 - albo U.I.F. Banca d'Italia n. 5216  
mediazione creditizia, elenco U.I.F. Banca d'Italia n. A 25418 - Agenzia attività finanziaria  
Fogli analitici degli istituti eroganti in sede legge 385/93 e successive integrazioni  
Finanziamenti salvo approvazione enti eroganti  
Come per legge consegniamo copia contratto prima della firma

## La Serit Sicilia rinnova i vertici aziendali e approva il bilancio 2009 registrando una forte crescita

Fonte: Ufficio stampa della Serit Sicilia

**E'** stato nominato il nuovo Consiglio d'Amministrazione di SERIT Sicilia SpA. La scelta compiuta è coerente con l'avviato progetto di fusione tra SERIT Sicilia e la holding Riscossione Sicilia.

Il CdA risulta così composto: Gaetano Scaravilli, in rappresentanza della Regione Siciliana, Presidente, Angelo Cuva, docente universitario, in rappresentanza dell'Agenzia delle Entrate, Vice Presidente, Ascanio Armani, già rappresentante della Banca Monte dei Paschi di Siena, unico membro del CdA uscente ad essere stato riconfermato.

Il Consiglio di Amministrazione uscente di SERIT Sicilia, ha approvato il bilancio al 31 dicembre 2009.

Si è registrato un dato record relativo agli incassi derivanti da ruoli: nel 2009 sono stati riscossi 618,69 milioni di euro, 49,18 milioni di euro in più rispetto al 2008, con un incremento dell'8,6 per cento. Un impulso eccezionale alla riscossione è derivato dallo strumento della maggiore

rateazione dei tributi (72.145 istanze nel 2009) che ha consentito ai cittadini di regolarizzare la propria posizione debitoria con un esborso mensile sostenibile.

Sotto il profilo operativo, si registra un consistente aumento delle iscrizioni ipotecarie (37.518 nel 2009, contro le 33.500 dell'anno precedente) e dei pignoramenti presso terzi (8.727 tra gennaio e dicembre 2009, rispetto ai 5.418 del 2008) a fronte del calo dei fermi amministrativi iscritti al PRA (63.084 quest'anno, 91.000 nel 2008). L'abolizione, a partire dal 2009, dell'indennità di presidio spettante agli agenti della riscossione per l'attività svolta ha, però, influito sul saldo economico per il 2009, nonostante la riduzione dei costi aziendali e l'incremento

delle riscossioni. In questo contesto, il margine operativo lordo (MOL) evidenzia un dato negativo molto contenuto, pari a 787.00 euro, anche se il risultato economico complessivo ascende a 10,07 milioni di euro per effetto di accantonamento a fondi rischi, imposte e tasse e margine finanziario.

Nel 2009 l'Agente della Riscossione per le province siciliane ha, tuttavia, sostenuto un rilevante sforzo in direzione della razionalizzazione e del potenziamento dei servizi che ha consentito notevoli risparmi. Sotto la guida del Direttore Generale Antonio Finanze, sono stati aperti i nuovi locali dell'Agenzia di Ragusa e di Catania (operativi da luglio) e dello Sportello di Paternò; è stato inaugurato il primo sportel-

lo polifunzionale di SERIT Sicilia presso l'Agenzia delle Entrate di via Roentgen a Palermo, abilitato a fornire informazioni e pagamenti tramite POS; sono stati attivati gli sportelli on-line per i commercialisti che consentono il dialogo in tempo reale tra agente della riscossione e professionisti e, inoltre, sono stati inaugurati nuovi sportelli d'informazione al cittadino nei comuni di Priolo Gargallo e Marineo che, in sinergia con le locali amministrazioni, rendono un importante servizio a rilevanti bacini d'utenza.

Molto è stato realizzato, infine, anche in direzione dell'informazione rivolta agli utenti: nel 2009 è stato avviato il progetto di "videocomunicazione" presso le nove agenzie provinciali - che consente di trasmettere informazioni utili sull'operatività dell'agente - e sono stati acquisiti nove totem multimediali che, a breve, grazie al pagamento mediante canali telematici, consentiranno di diminuire sensibilmente le code alle casse.

### FATEVI SENTIRE

Avete storie, segnalazioni, suggerimenti? Avete bisogno di aiuto, consigli medici, previdenziali, legali? Scrivete a: [redazione@nellattesa.it](mailto:redazione@nellattesa.it) oppure telefonate a: 0916255846.



**DOTT. GIOVANNI ALBERTI**  
Medicina Estetica, dello Sport e del Benessere  
Vicepresidente nazionale dell'A.I.d.Me.  
Via M.se di Villabianca, 229  
Cell. 3488556496 - Tel. 0917308553

**TRATTAMENTO DELL'ADIPOSITÀ LOCALIZZATA**

Ai lettori del giornale "nell'attesa..." che intendono sottoporsi ad un ciclo di sei sedute di cavitazione ad ultrasuoni sarà omaggiata una seduta presentando una copia del settimanale



**FARMACIA BONSIGNORE**  
del Dott. Roberto Tobia



Azienda certificata  
UNI EN ISO 9001:2000

- Alimenti per celiaci, nefropatici, diabetici
- Omeopatia, Fitoterapia, Erboristeria
- Dermocosmesi
- Analisi computerizzata della pelle
- Analisi computerizzata del capello
- Laboratorio preparazioni magistrali
- Autoanalisi del sangue

**SERVIZIO NOTTURNO CONTINUATIVO**

Viale Regione Siciliana 2322 Palermo  
Tel. 091.402353 - 091.400219 - Fax 091.552929  
[info@farmaciabonsignore.it](mailto:info@farmaciabonsignore.it)  
[www.farmaciabonsignore.it](http://www.farmaciabonsignore.it)

**CONSEGNA DOMICILIARE FARMATAXI**

*nell'attesa...* settimanale di prevenzione medica e di solidarietà da un'idea di Diego Fabra  
Registrato presso il Tribunale di Palermo al n° 11 del 29 maggio 2006  
Edizioni Associazione Nell'attesa - Palermo

**Direttore responsabile:**  
Michele Guccione [micheleguccione@nellattesa.it](mailto:micheleguccione@nellattesa.it)

**Direttore editoriale:**  
Diego Fabra [diego@fabra.biz](mailto:diego@fabra.biz)

**Progetti e impaginazione:**  
Sergio Fabra [sergio@fabra.biz](mailto:sergio@fabra.biz)

Hanno collaborato a questo numero:  
Claudio Fabra [claudiofabra@gmail.com](mailto:claudiofabra@gmail.com)  
Diego Fabra [diego@fabra.biz](mailto:diego@fabra.biz)  
Katia Li Citra [katialc79@yahoo.it](mailto:katialc79@yahoo.it)  
Giusy Egiziana Munda [gusymunda@nellattesa.it](mailto:gusymunda@nellattesa.it)

**Giochi:**  
Alessio Fabra [alessio@fabra.biz](mailto:alessio@fabra.biz)

**Responsabile commerciale:**  
Marcello Barbaro [marcellobarbaro@nellattesa.it](mailto:marcellobarbaro@nellattesa.it) cell: 3401211397

**Comitato etico scientifico:**  
Diego Fabra *coordinatore*  
Giovanni Alberti *medicina estetica*  
Mariella Falzone *area sociale*

**Sergio Fasullo** cardiologia  
**Silvia Tinaglia** psicologia

Redazione, uffici: Via Vaccarini 36 - Palermo Tel.: 0916255846 - 0919760831  
e-mail: [redazione@nellattesa.it](mailto:redazione@nellattesa.it) - sito web: [www.nellattesa.it](http://www.nellattesa.it)

Distribuzione:  
Associazione Nell'attesa

Stampa:  
Sprint s.a.s.  
Via Telesino 18/a Palermo - Tel. 091405411

Questo numero è stato stampato in 20.000 copie  
Chiuso in tipografia il 30 giugno 2010  
Un modulo (mm. 48x20): Euro 25,00  
Una pagina: 48 moduli

Abbonamento sostenitore: 100,00 Euro  
Il giornale viene distribuito in oltre 400 punti di Palermo e provincia  
Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.  
E' consentita la riproduzione anche parziale degli articoli, citandone la fonte.

## Attenti ai mozziconi di sigaretta: sono inquinanti

Le ricerche dimostrano che le cicche liberano più di 4000 sostanze nocive nell'ambiente

di **Claudio Fabra** - claudiofabra@gmail.com



Il centro di ricerche dell'ENEA due anni orsono dimostrava che il rifiuto tossico maggiormente presente nel fondo del Mediterraneo era costituito da cicche di sigaretta. Come dire che il nostro mare sarebbe una immensa pattumiera o, più precisamente, un gigantesco portacenere. Ma il problema delle cicche è ancor più evidente nelle nostre città, contenitori di un numero incalcolabile di mozziconi di sigaretta. Si tratta, però, di accertare quale sia il grado di tossicità delle cicche di sigaretta e stimarne la pericolosità in termini qualitativi e quantitativi. Un'importante ricerca è stata effettuata recentemente ed i risultati sono stati pubblicati in diverse riviste scientifiche. La Società italiana di tabaccologia, la Società chimica italiana e l'AMA hanno, inoltre, valutato gli alti costi di rimozione delle cicche dai contesti urbani. Anche Legambiente svolge un'importante opera di divulgazione ponendo all'attenzione pubblica il problema della dispersione delle cicche negli arenili. Le ricerche effettuate dicono che basta una sola sigaretta per liberare nell'ambiente più di 4.000 sostanze chimiche nocive per l'uomo. E proprio nelle cicche di sigaretta rimane una parte importante di questi inquinanti, tra cui nicotina, benzene, gas tossici e, addirittura, elementi radioattivi come il polonio-210.

Dell'impatto che queste sostanze possono avere sull'ambiente e, quindi, sulla salute dell'uomo si è parlato recentemente all'ENEA (Agenzia nazionale per le nuove tecnologie, l'energia e lo sviluppo economico sostenibile) di Roma, durante la giornata di studio "L'impatto ambientale del fumo di tabacco. Le cicche di sigaretta: un rifiuto tossico dimenticato". Lo studio Enea presentato ha evidenziato la portata inquinante delle cicche di sigaretta sul territorio italiano, argomento sul quale esiste un vuoto culturale e normativo. Il carico nocivo di ogni cicca - spiegano i ricercatori - potrebbe sembrare basso, ma il problema sta nella quantità, ovvero nel gran numero di mozziconi prodotti e abbandonati sulle strade delle nostre città. Facendo una valutazione del numero di fumatori (circa 13 milioni), del numero medio di sigarette fumate da ognuno (circa 15 al giorno) e dei quantitativi di agenti chimici presenti in ogni cicca, si può tranquillamente affermare che il carico nocivo immesso nell'ambiente da questi mozziconi è rilevante. Questo è un problema che andrebbe affrontato da vari punti di vista, coinvolgendo diversi attori e notevoli risorse finanziarie. Ma, soprattutto, sensibilizzando il fumatore. Solo con una riduzione significativa del loro numero e con un comportamento più responsabile da parte dei fumatori, ammonisce l'ENEA, sarà possibile ridurre l'impatto ambientale e salvaguardare, così, la nostra salute.

Mangiarbene - a cura dello Studio Nutrizione e Dietetica

### Vegetariani anti-obesità

È opportuno incoraggiare i bambini a consumare soprattutto alimenti vegetali. Questo autentico spot per una valida prevenzione primaria dell'obesità è avanzato dalla Public Health Loma Linda University della California. L'American Journal of Clinical Nutrition ripropone diverse evidenze sull'efficacia di tale impostazione dietetica contro il sovrappeso e l'obesità infantile. Secondo alcune indagini, le diete vegetariane sarebbero associate a bassi indici di massa corporea e minore prevalenza d'obesità, sia negli adulti, sia nei bambini. Un'analisi dei dati ha, poi, stimato, in uomini e donne che seguivano questo tipo di regimi dietetici, una riduzione di peso corporeo consistente e duratura. Anche i bambini vegetariani sono più magri dei loro coetanei non vegetariani e questa differenza si fa ancora più marcata nel corso dell'adolescenza. Gli alimenti vegetali, infatti, sono, da un lato, meno calorici e, dall'altro, più ricchi di carboidrati complessi, fibre e acqua che possono aumentare il senso di sazietà e il dispendio energetico a riposo. "Obesi e in sovrappeso non sono più solo i ragazzi dei Paesi industrializzati, ma anche quelli che vivono in aree urbane in via di sviluppo - ha dichiarato il dott. Sabaté - Diventano sempre più necessari interventi istituzionali volti a informare e sensibilizzare i consumatori sull'importanza di scelte alimentari salutari".

#### PAELLA VEGETALE

**INGREDIENTI (per 4 persone):** 250 gr. di riso, 3 carciofi, 2 patate, 2 carote, 1 cipolla grande, 1 porro, 1 spicchio di aglio, 1/8 di lt. di vino o di sidro di mele, zafferano, olio extravergine d'oliva, pepe, sale

**PREPARAZIONE:** Sbucciare e tagliare la cipolla a fettine. Pulire e affettare le carote a rondelle, tagliare i carciofi a spicchi. Pelare e ridurre le patate a tocchetti, pulire il porro e tagliarlo a rondelle. Sbucciare l'aglio, tritare finemente. In una padella grande, scaldare 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva. Farvi soffriggere aglio e cipolle, aggiungere le carote e i carciofi, fare saltare per poco tempo. Unire anche le patate e il porro, fare saltare. Aggiungere il riso e un pizzico di zafferano, mescolare bene. Fare saltare a fuoco basso, fino a quando il riso sarà diventato trasparente. Irrorare con il vino e lasciare sfumare, bagnare con 1/8 di lt. d'acqua, aggiustando di sale. Cuocere a fiamma bassa per 15-20 minuti, mescolando di tanto in tanto e facendo assorbire al riso tutto il liquido. A fine cottura, insaporire con pepe macinato al momento, decorare con fette di limone. Nella stagione estiva, sostituire i carciofi con peperoni gialli e rossi, decorando con olive nere denocciolate e pomodorini ciliegini.

### QUANTE VOLTE HAI PENSATO DI SMETTERE DI FUMARE?...

Hai detto a te stesso che prima o poi l'avresti fatto, ma non ci sei riuscito? Oppure credi di non esserne capace, di essere una persona debole? O forse sei di quelli che s'illudono di sfidare la sorte? La dipendenza da tabacco è solo una malattia. Non è un vizio. Non è uno svago. E' solo una malattia. Vuoi guarire? Vuoi respirare la libertà? Il nostro è il metodo GFT, una terapia di gruppo efficace e semplice. Non promettiamo miracoli, ma risultati veri e prevedibili.

**Telefona al 349 822 66 43**

**NON BASTA PENSARE DI SMETTERE DI FUMARE. OCCORRE SMETTERE!**

## FARMACIA CAVOUR

del Dott. Michele Orlando

Reparto dermocosmetico, prodotti per la bellezza e salute del corpo

Laboratorio Galenico

Alimenti dietetici per diabetici, celiaci e nefropatici

Integratori, prodotti per lo sport

Fitoterapia, Omeopatia, Veterinaria

Ortopedia, prodotti per bambini

Autoanalisi del sangue

Misurazione della pressione arteriosa

CONSEGNA A DOMICILIO FARMATAXI

Via Padre Puglisi 82 - Palermo  
telefono: 091392900 - cellulare: 320 9219557  
www.farmaciacavour.it - info@farmaciacavour.it

## Il sole fa bene, ma attenzione per chi ha la pelle delicata

Cinque: "Per un'abbronzatura sana e duratura usare prodotti ad alta protezione e curare l'idratazione della pelle"

di Giusy Egiziana Munda - giusymunda@nellattesa.it



**A**rriva l'estate ed impazzisce la voglia di mare e il desiderio di sfoggiare presto una meravigliosa pelle abbronzata. Ma, per non incorrere in rischi irrimediabili per la salute della nostra pelle e godere un'estate in salute e bellezza, abbiamo chiesto alcuni consigli al dott. Angelo Cinque, specialista in dermatologia.

### Dott. Cinque come fare per mantenere a lungo la pelle abbronzata?

"Fondamentale è idratare, idratare, idratare: se la pelle è secca, finisce per esfoliare in modo anomalo, determinando irregolarità nella distribuzione del pigmento con aree più chiare e chiazze di residua abbronzatura. Idratandola accuratamente (almeno mattino e sera), la pelle si mantiene elastica e compatta e l'abbronzatura rimane più a lungo. E' preferibile utilizzare detergenti ultradelicati o oli detergenti che, idratando la pelle mentre la detergono, consentono di evitare che, lavaggio dopo lavaggio, si disidratino e perda l'abbronzatura. Evitare tutto ciò che determina l'esfoliazione (peeling, cerette, guanto di crine, scrub) perché si rischia di rimuovere gli strati superficiali dell'epidermide e con essa il pigmento della tanto agognata abbronzatura, rischiando, inoltre di far peggio se la differente idratazione delle varie aree cutanee determina una scomparsa a chiazze dell'abbronzatura. Ma, anche in questo caso, niente paura e, a meno che non siate fan dello stilista Cavalli e amiate l'abbronzatura leopardata, ricorrete a creme esfolianti a base di acido glicolico e retinoidi



Il Dott. Angelo Cinque

e a scrub per il corpo che, esfoliando la pelle, cancellano rapidamente l'abbronzatura, uniformando il colore naturale. E, per mantenere l'abbronzatura, un piccolo trucco: per gli amanti del relax in vasca, si consiglia di usare acqua non troppo calda con aggiunta di oli da bagno ad alto potere idratante".

### Il sole e l'acqua di mare possono aiutare a ridurre l'acne?

"Gli effetti delle radiazioni ultraviolette sull'acne sono incerti. I raggi UV provenienti dal sole hanno un effetto sterilizzante, cioè sono in grado di abbattere il numero di microrganismi presenti sulla cute, favorendo, di conseguenza, la riduzione di quelle fastidiose e inestetiche pustole che si formano nell'acne, nonché un globale miglioramento dell'acne stessa. Ma a questi risultati potrebbero contribuire sia la situazione psicologica 'vacanziera' con conseguente calo del livello di stress, sia una minore evidenza sulla pelle abbronzata

delle manifestazioni acneiche (spesso infiammate e rossate). Purtroppo, bisogna evitare l'eccessiva e repentina esposizione al sole, poiché il conseguente eritema e il maggiore apporto di sangue in superficie favorisce l'aumento dei fenomeni suppurativi con immediato peggioramento dell'acne. Di sicuro, la maggiore chiusura dei pori per l'ispessimento dello strato corneo indotta dalla fotoesposizione determinerà, alla fine dell'estate, un peggioramento dell'acne. A questo punto, si consiglia di riprendere le terapie antiacne più efficaci, sospese con l'inizio dell'estate perché fotosensibilizzanti".

### Quali precauzioni consiglia alle persone che hanno un tatuaggio eseguito da poco tempo?

"La pelle infiammata per qualunque ragione, quando viene esposta al sole, quasi sicuramente si macchia, cioè diventa ipercromica, ossia più scura rispetto alla zona circostante. Per tale ragione, è buona norma proteggere

tutte le aree arrossate (anche quelle dovute a ceretta) con materiali (come un cerotto, il costume o un cappellino) o con creme fotoprotettrici ad altissimo indice di protezione (almeno 50), meglio se senza profumo e solo a base di sostanze minerali".

### Cosa può causare alla pelle del viso l'uso di make-up durante l'esposizione al sole in spiaggia?

"Nella lista delle sostanze potenzialmente fotosensibilizzanti sono riportate numerose sostanze chimiche spesso presenti nei cosmetici e il cui numero aumenta nei prodotti di scarsa qualità. Pertanto, in linea generale, è preferibile evitare il make-up al sole intenso; tuttavia, esistono in commercio prodotti di alta gamma (fondotinta, correttori, lipgloss) privi di fotosensibilizzanti e con fattori di protezione UV anche molto elevati. Per chi ha bisogno di depilarsi, si consiglia di eseguire l'operazione preferibilmente con appositi epilatori, avendo particolare cura nel disinfettare ed idratare la pelle, ed evitare cerette e creme depilatorie. Ma per chi non può fare a meno di usare queste ultime, è preferibile farlo la sera, proteggendo bene, poi, la pelle arrossata con fotoprotettori ad alto indice di protezione".

### Acqua di mare o in piscina: quali i benefici e i pericoli su pelle e capelli? Quale preferire?

"Parlando di acque marine, ovviamente non inquinate, e di acque dolci correttamente trattate (non sovra né sotto clorate), senza dubbio l'acqua di mare, per le sostanze in essa contenute, è preferibile al calcare e al cloro delle piscine. L'acqua di mare, infatti, composta mediamente per il 965 per mille da acqua e per il 35 per mille da sali

**DENTALSHOP**

di Felice Baudo  
Via Sampolo, 290 - 90143 Palermo

Igiene dentale e cosmesi odontoiatrica:  
GUM, PlaKontrol, EBUR, Fittydent, **apagen**, AQUALIZER, Elmex, Stomygen, Curaden, Fuchs, Krugg, Opalescence,

**Oral-B**, **BODYform**, Kukident, BioXtra, **FIXAplus**, DoctorBITE, Cikaflogo, DR. BRUX, Buccagel, Artsana

**CONSEGNANDO QUESTO TAGLIANDO AVRETE DIRITTO AD UNO SCONTO DEL 15% (AD ESCLUSIONE DEGLI APPARECCHI ELETTROMEDICALI)**

tel./fax: 0912513668 - cell. 329 4668900 - e-mail: dentalshop@alice.it  
www.paginegialle.it/dentalshop

**Cappellino & Cappellino s.n.c.**  
Specialisti Radiologi

Via Roma, 386 (90139) Palermo  
Tel. 091.6117891 - cellulare 331 8494744

**Radiologia digitale - RX a domicilio - Ortopantomografia Telecranio per Ortodonzia - Mammografia H.F. digitale Stereotassi - T.C spirale - Ecotomografia 3D live**  
(Internistica, Senologia, Ginecologia, Ostetricia 3D, pediatrica, muscolo-tendinea ed osteoarticolare)

**Eco-Color Doppler e PWR-Doppler**  
(vascolare, oncologico, fetale)

**Eccardiografia, Cardiologia, Morfometria vertebrale digitale, Senologia, Mineralometria ossea computerizzata**  
(M.O.C. - D.E.X.A. - Dual Energy X-ray Absorption)

Si riceve per appuntamento tutti i giorni escluso il sabato dalle ore 9,00 alle 13,00 e dalle 15,30 alle 18,00

- il Mediterraneo (38-39%) e il Mar Rosso (40%) sono i mari con salinità più elevata - è ricca di oligoelementi e contiene tra gli altri: cloro, sodio, magnesio, zolfo, calcio, potassio, carbonio, boro, silicio, fluoro, iodio, con grande beneficio per la nostra pelle".

**Quali consigli sulle protezioni da usare per i bambini e i neonati?**

"Andare al mare nelle prime ore del mattino o nel tardo pomeriggio, permanervi circa 2 ore, stare sotto l'ombrellone, usare il cappellino, la canottierina e fotoprotettori minerali ad alto indice di protezione (almeno 50)".

**Il costume impregnato di sale e di sabbia fa bene alla loro pelle?**

"E' assolutamente da evitare il costumino bagnato, ancor più se si tratta (soprattutto per i più piccoli) di costumini-pannolone (utili a trattenere eventuali imbarazzanti perdite) che non lasciando traspirare la pelle, favoriscono l'aumento del tasso di umidità con possibile insorgenza di dermatiti. La sabbia asciutta, invece, non presenta particolari problemi, ma è da evitarne la permanenza nelle pieghe cutanee e nei punti di sfregamento degli indumenti, in quanto l'azione abrasiva determina sulla pelle irritazione locale e micro-abrasioni, con possibile sovra-infezione batterica. Caratteristica dell'estate è l'impetigine, infezione della pelle dovuta a batteri alofili (cioè in grado di sopravvivere in ambienti a salinità elevate), che si manifesta inizialmente con vesciche ripiene di liquido chiaro, che successivamente si rompono e si forma una crosta gialla o bruno-giallastra (simile al miele) che si stacca facilmente. Per la sua cura è necessaria una terapia antibiotica".

**E per gli anziani, quali le precauzioni da seguire?**

"E' buona norma avere le stesse cure che per i bambini, in quanto la loro pelle è maggiormente disidratata e meno elastica".

**Alcuni farmaci con effetto fotosensibilizzante per la pelle e misure di profilassi da adottare nell'esposizione ai raggi solari**

Contraccettivi orali, antinfiammatori (ad esempio, nimesulide, diclofenac, piroxicam), antiaritmici (ad esempio, amiodarone, chinidina), diuretici (ad esempio, idroclorotiazide, indapamide), antibiotici (tetraciline, chinoloni, sulfamidici), ipoglicemizzanti orali (ad esempio, glibenclamide, gliclazide), antistaminici (ad esempio, clorfenamina, desclorfeniramina), retinoidi, fenotiazine (ad esempio, clorpromazina, perfenazina), antimicotici (gri-seofulvina), immunosoppressori (ad esempio, ciclosporina, tacrolimus). Se è molto semplice evitare l'uso di profumi, lozioni, deodoranti prima di esporsi al sole, lo stesso non si può dire per i farmaci che, talvolta, non si possono sospendere. In questo caso, le misure profilattiche da adottare devono prevedere: di evitare il più possibile l'esposizione alla luce solare, soprattutto nelle ore di più intensa irradiazione ultravioletta (tra le 10 del mattino e le 15); di indossare abiti molto coprenti e cappelli a tese larghe; di utilizzare protettivi solari per le aree del corpo che rimangono ugualmente esposte. I protettivi più efficaci sono quelli a base di ossido di zinco e di biossido di titanio. I prodotti attualmente sul mercato hanno in parte superato il problema che li rendeva cosmeticamente poco accettati, ossia quello di lasciare sul corpo uno strato denso e bianco, soprattutto quando applicati su aree estese. Si può ricordare, infine, che alle nostre latitudini l'esposizione solare intensa avviene non solo al mare, ma anche nei piccoli spostamenti cittadini e nelle esposizioni occasionali (faccende domestiche all'aperto, giardinaggio, ecc...) e queste stesse misure profilattiche si devono impiegare in quei pazienti che, pur non assumendo farmaci, presentano problemi come la vitiligine o l'albinismo, dovuti a mancanza, parziale o totale, di melanina, oppure, nei soggetti di carnagione chiara (la cosiddetta fototipo 1) che hanno la cosiddetta pelle che si ustiona sempre senza abbronzarsi mai. (g. e. m.)

**E' buona abitudine sottoporsi a lampada solare prima dell'esposizione al sole?**

"Nei soggetti che soffrono di eritema solare, oltre a una buona preparazione farmacologica della cute all'esposizione solare

(integratori stabilizzatori di membrana e antiossidanti), la lampada solare (iniziando con tempi di esposizione di un quarto della norma e aumentando gradualmente seduta dopo seduta sino a tre quarti del tempo nor-

male), aiuta la formazione di eumelanina e, preparando la pelle, aiuterà a evitare l'eritema".

**Quali precauzioni deve seguire chi assume farmaci particolari (per cuore e anticoncezionali)? Possono aversi delle reazioni con l'esposizione al sole?**

"Alcune condizioni possono rendere la pelle più sensibile all'azione dei raggi solari. Ciò avviene con le sostanze fotosensibilizzanti, talvolta, presenti tra i farmaci e tra i componenti dei prodotti cosmetici. Per "fotosensibilità" s'intende una reattività esagerata a dosi solitamente innocue di radiazioni. Le manifestazioni di queste reazioni, in genere limitate alle zone maggiormente esposte, sono simili a quelle di una scottatura solare con comparsa di eritema e edema. Farmaci e sostanze fotosensibilizzanti possono indurre fotosensibilità con meccanismi diretti, per cui, è necessaria la loro presenza a livello cutaneo, per effetto indiretto su altri organi. Quando vengono prodotte direttamente dai farmaci, queste reazioni possono essere distinte in fototossiche o fotoallergiche. Le reazioni fototossiche avvengono per diretta responsabilità del farmaco, che si comporta come una cassa di risonanza per le radiazioni, determinando un aumento dei radicali liberi e il conseguente danno tissutale. Le reazioni fotoallergiche avvengono solo in soggetti predisposti nei quali la luce - reagendo col farmaco o con un suo derivato - scatena la reazione allergica. Le reazioni di fotosensibilizzazione possono essere scatenate da farmaci o cosmetici a base di lavanda, lime, olio di bergamotto, olio di limone, legno di sandalo, legno di cedro, e via dicendo. L'elenco dei farmaci per i quali sono stati segnalati effetti di fotosensibilizzazione è molto lungo. A scopo indicativo se ne riporta una breve lista (si veda il box pubblicato in questa pagina), per i quali sono state frequenti le segnalazioni.

segue da pagina 1: L'uomo "creatore"

Immagino il viso e il cuore di coloro che hanno fatto nascere dall'apparente nulla nuove forme di energia assistere al loro utilizzo nel triste mercato bellico. O il viso e il cuore di coloro che sono riusciti a scoprire i segreti più intimi della vita, contenuti negli scrigni genetici, vedere il loro lavoro scivolare nelle mani di scienziati deliranti. O, ancora, il viso e il cuore dei creatori informatici mentre sussurrano "Mio Dio, cosa ho fatto!...", scorrendo siti pedopornografici che mostrano bambini violentati e torturati fino alle estreme conseguenze per alimentare la parte più degradata del mondo. Tutto questo mi suscita una sola domanda: come ti senti, Dio?

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

**GRUPP**  **LOCOROTONDO**  
SANITÀ D'ECCELLENZA

AMBULATORIO MEDICO-CHIRURGICO POLISPECIALISTICO

CENTRO DI RIABILITAZIONE

DAY SURGERY

MEDICINA ANTI-AGING

LABORATORIO DI ANALISI

MEDICINA DELLA RIPRODUZIONE E PRENATALE

CENTRO DI BENESSERE ED ESTETICA

CERTIFICAZIONI AMBIENTALI E ANALISI ALIMENTARI

**SALUTE A 360°** RICERCA, DIAGNOSTICA DI ALTA SPECIALIZZAZIONE, MODERNITÀ DEI SERVIZI, NUOVE STRATEGIE TERAPEUTICHE

www.gruppolocorotondo.it - Tel. 091329341

Finanzi Group s.r.l.

# Mozzarella nella pizza: se non fila è una vera bufala!

La maggior parte dei prodotti in vendita è fatta con cagliata congelata proveniente dall'estero

di **Katia Li Citra** - Ordine dei Veterinari di Palermo - [katiac79@yahoo.it](mailto:katiac79@yahoo.it)



In questi giorni si parla tanto di mozzarelle che diventano blu. Niente di pericoloso. Si tratta di mozzarelle fatte con latte lasciato diversi giorni nelle vasche frigorifere prima di essere pastorizzato e lavorato. Alcuni batteri presenti normalmente nel latte, gli Pseudomonas, sono in grado di svilupparsi e moltiplicarsi anche alle temperature di frigorifero. Questi batteri producono degli enzimi. Quando il latte viene pastorizzato gli Pseudomonas muoiono, ma i loro enzimi - che resistono alle alte temperature di pastorizzazione - sono in grado, demolendo le proteine ed il grasso del latte, di formare dei pigmenti colorati come quello che ha caratterizzato le mozzarelle blu. Ma quello delle mozzarelle blu è il minore dei mali. Oggi il vero problema delle mozzarelle è che non filano più. Quelli di voi che hanno superato la trentina si ricorderanno della lotta che si faceva con la pizza quando la mozzarella filava, formando filamenti numerosi e sottili come capelli e

tanto lunghi da doverli avvolgere più volte nella forchetta e attorno al pezzo di pizza: cose di altri tempi. Dei tempi quando la mozzarella veniva fatta con il latte. Sapori che, comunque, si trovano ancora in molte regioni d'Italia, dove la pizza è veramente pizza.

Oggi la maggior parte delle mozzarelle in commercio, almeno nel Palermitano, sono fatte con cagliata congelata che arriva dall'estero, soprattutto dai Paesi dell'Est. La cagliata congelata ha un costo molto basso e, oltre a danneggiare i nostri allevatori, spesso è la base di vere e proprie truffe a danno dei consumatori. La cagliata, anche quella ottenuta con latte fresco, viene impastata e lavorata in acqua calda, in modo da farla filare. Poi viene smorzata a mano o a macchina, in modo da dare la forma tipica della mozzarella. I produttori disonesti, per aumentare la resa, aggiungono alla cagliata anche caseina in polvere, anche questa proveniente dall'estero, in modo da far incorporare una maggiore quantità di acqua. Il risultato è un prodotto che non dovrebbe in alcun modo chiamarsi mozzarella.

Mangiata cruda, si nota che al taglio la superficie è abbastanza liscia e compatta, mentre nella vera mozzarella la superficie di taglio è spugnosa e lascia sempre trasudare una discreta quantità di latticello. Per non dire del sapore: quella finta sa di nulla. Se usata per fare la pizza, la mozzarella finta dà origine ad una specie di piastra bianca solida ed elastica che non fila. Quando la pizza è ancora caldissima, sembra mastice elastica, ma, appena raffredda un po', allora la presunta mozzarella perde pure la sua elasticità, diventa dura e si taglia facilmente con il coltello. Altro che i filamenti lunghissimi e sottili della vera mozzarella che continua a filare anche quando la pizza si raffredda! Lo stesso succede quando al posto della mozzarella viene usato il cosiddetto preparato alimentare per pizza, un impasto di oli vegetali ( palma, cocco, ecc...), talvolta burro, con caseina ed altre proteine del latte ed addensanti ed additivi vari. Dovrebbe essere vietato chiamarli preparati per pizza. Nessun napoletano si sognerebbe mai di chiamare "pizza" qualcosa prodotto con tale impasto.

E quando il pizzaiolo vi chiede se volete la pizza con la bufala non vi fidate, perché rischiate di prendere una "bufala" vera e propria: bene che vi vada avrà usato una mozzarella di vacca imbottita di caseina. I controlli non sono facili e bisogna ricorrere ad un'analisi particolare per la determinazione della "fufosina". E' un esame che, comunque, può essere applicato ai soli prodotti di totale origine italiana. Ciò vuol dire che, se la mozzarella è fatta in tutto o in parte con cagliata straniera o con caseina straniera, allora il controllo della fufosina non si può fare. Come difendersi? Basterebbe che il Governo emanasse delle norme per riservare l'uso del termine mozzarella solo ai prodotti ottenuti dal latte genuino, senza aggiunta di altre sostanze, tranne il caglio. E, quando andate in pizzeria, chiedete espressamente una pizza con mozzarella che fila. Se non fila, tagliatela a striscioline e fatela portare indietro senza pagarla, naturalmente. Ordinate una bella campagnola o uno sfincionello palermitano, oppure sospirate pensando ai vecchi tempi. Quando Berta filava. Come la mozzarella.

## ANALISI CLINICHE

### ANALISI CLINICHE E CHIMICHE DOTT.SSA SCIUTO ROSA

Dosaggi ormonali - Test tiroidei - Markers epatite e tumorali - Celiachia - Test allergici. Prelievi a domicilio gratuiti. Via A. Cirrincione, 10 - Tel. 091 362166

## ANDROLOGIA

### DOTT. GIUSEPPE LAURIA

Andrologo Urologo - Dirigente medico di Urologia Arnas Ospedale civico di Palermo. Riceve in Via Paolo Paternostro n. 62. Cell. 333 9122324 - www.UrologiaAndrologiaLauria.com

## ASSISTENZA

### IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA

ASSISTENZA DOMICILIARE  
Assistenza anziani, malati, disabili - Servizio teleassistenza: farmaci a domicilio, consegna della spesa, riordino e piccole pulizie della casa. Via G. Pitre 164/A - Tel. 091 7026528 - cell. 329 9504144 - www.paginegialle.it/irispa - e-mail: iriscooperativa@libero.it

## CASE DI RIPOSO

### COMUNITA' ALLOGGIO PER ANZIANI "GRETA"

Assistenza 24 ore. Servizio lavanderia. Pasti. Attività ricreative e religiose (a richiesta). Ambienti climatizzati. TV in camera. Via S. Cuccia (ang. via Libertà). Tel. 0916268045 - cell. 3481511882 / 3293324702

## CHIRURGIA DELL'OBESITA'

### DOTT. BIAGIO MACCHIARELLA

Chirurgia Laparoscopica e dell'Obesità. Convenzionato con S.S.N. Tel. 0917022115. Cellulare 345 4107978. E-mail: obesita@live.it.

## CONSIGLIATI

Avete bisogno di uno specialista, di un centro di cura, di assistenza? Per ogni necessità proponiamo un nome al quale rivolgersi con fiducia. Se, invece, desiderate pubblicare un annuncio professionale nella nostra rubrica, potete contattare il nostro ufficio commerciale al n. 0916255846 o inviare una e-mail a: [commerciale@nellattesa.it](mailto:commerciale@nellattesa.it).

Interventi presso la Casa di Cure Macchiarella, viale Regina Margherita 25, Palermo. [www.macchiarella.it](http://www.macchiarella.it)

## DERMATOLOGIA

### DOTT. ANGELO RAFFAELE CINQUE

Dermatologia e malattie sessualmente trasmesse. Penoscopia, diagnosi e terapia degli HPV (condilomi), mappatura nevica, esame in epiluminescenza dei nei, diagnosi e terapia del linfedema, linfodrenaggio, diatermocoagulazione, crioterapia. Via R. Wagner 9, Palermo, tel. 091 335555.

## FISIOTERAPIA

### F. T. EDOARDO PIRROTTA

Terapista della riabilitazione - Fisioterapista. Riabilitazione dei traumi e delle patologie delle articolazioni, dell'apparato muscolare e scheletrico, nonché di alcune patologie del sistema nervoso centrale e periferico. Esegue terapie a domicilio. Cell. 338 3050911; e-mail: [edoardo.pirrotta@libero.it](mailto:edoardo.pirrotta@libero.it)

## GASTROENTEROLOGIA

## BADANTE O COLF

Badante o collaboratrice domestica di nazionalità rumena offre propri servizi a famiglie e/o anziani. Referenziata.. Telefonare al numero 329 8978597

## DOTT. SERGIO PERALTA

Dirigente Medico U.O. di Gastroenterologia ed Epatologia - Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle Cliniche 2, 091 6552186 - c/o Genesi: Via Sciuti 128 - Via Vasta 2 Tel 091309380/0916250163 - Studio: Istituto Medico, Via Notabartolo 35, 091 345029

## NEFROLOGIA

### DOTT.SSA GRAZIA LOCASCIO

Specialista in Nefrologia  
Direttore Sanitario del Centro Emodialitico Meridionale di Palermo Via Generale Cantore, 21. Terapia conservativa e terapia sostitutiva dell'insufficienza renale. Telefono 091302451 091302741

## OCULISTICA

### CENTRO OCULISTICO DOMUS SRL

Dir. san. Dott. Rossella Macedonio  
Accreditato con il S.S.N. Via Sciuti 102/F - Palermo. Tel. 091346739 e-mail: [info@centrooculisticedomus.it](mailto:info@centrooculisticedomus.it) - [www.centrooculisticedomus.it](http://www.centrooculisticedomus.it). Si

riceve per appuntamento. Convenzionati con Finanziaria Prestitempo (servizi di credito al consumo)

## ODONTOIATRIA

### DOTT. GIUSEPPE NOCERA

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia. Via Massimo D'Azeglio, 9/B Tel. 091 343308 - [www.noceraodontoiatra.it](http://www.noceraodontoiatra.it) - [info@nocera.odontoiatra.it](mailto:info@nocera.odontoiatra.it)

## ORTOPEDIA - TRAUMATOLOGIA

### CENTRO DI ORTOPIEDIA

### E FISIOKINESITERAPIA L'EMIRO

Dir. Sanitario Dott. Sergio Salomone  
Trattamenti riabilitativi dei traumi e delle patologie ortopediche. Accertamenti per la diagnosi e cura dell'osteoporosi. Densitometria ossea (DEXA). Medicina legale. Tel. 091213197 - 211223. Via Eugenio L'Emiro 22. Parcheggio riservato interno. [www.centroemiro.it](http://www.centroemiro.it)

## PSICOLOGIA

### DOTT.SSA CONCETTA MEZZATESTA

Psicologo, Psicoterapeuta - tecnica E.M.D.R. Consultazioni individuali e di coppia. Psicodiagnosi e perizie psicologiche. Trattamento di depressioni, ansia e traumi psicologici. Studio in via Principe di Villafranca, 54. Telefono 0917302923 - cellulare 347 0195627

## UROLOGIA

### DOTT. GIUSEPPE LAURIA

Urologo Andrologo - Dirigente medico di Urologia Arnas Ospedale civico di Palermo. Riceve in Via Paolo Paternostro n. 62. Cel. 333 9122324 - [www.UrologiaAndrologiaLauria.com](http://www.UrologiaAndrologiaLauria.com)

1		2	3	4		5	6		7			
		8				9						10
11	12								13	14		
15			16				17	18				
19				20								
21			22									
23		24			25			26				27
	28						29					
30						31		32				
			33	34	35							36
37												
38			39			40				41		

**ORIZZONTALI**

1 Sentimento di avversione nei confronti dei propri simili 8 Automobile Club Italia 9 Una casa in mezzo 11 Serpente velenosissimo 13 L'inizio del selciato 15 Corrente alternata 16 Senza avervi diritto 19 Sono dispari in bocca 20 Privare della tinta 21 Rovigo 22 Spirito combattivo in una competizione sportiva 23 Tremilaseicento secondi 25 Modena 26 Secondo 28 Elemento

chimico, osso e mezzo di comunicazione 30 Gli estremi del codice 31 L'inizio dei sintomi 33 Famoso palazzo di Parigi sede del governo di Napoleone 37 Batterio di forma sferica 38 Introduce l'ipotesi 39 Solo in centro 40 Torino 41 Si ricorda con l'oil

**VERTICALI**

1 Lugubre 2 La sabbia a metà 3 Sapore pungente 4 La fine della litania 5 Maestro di legge ebraico 6 In mezzo alla cosa 7 Nozione che si ricollega alla teoria degli insiemi 10 Pianta tropicale il cui succo si trova spesso nei cosmetici 12 Ciò che serve per un determinato scopo 14 Lo scervo senza testa 16 Anticamente lo si credeva indivisibile 17 Spesso si nominano con gli altri 18 Eseggesi senza "e" 20 Saga senza uguali 24 Coppia d'assi 27 Cattivo o esagerato uso di qualcosa 29 Tratto dell'intestino 31 Una "machine" a Las Vegas 32 Trasformano il cece in nero 33 Nel tifo e nel tufo 34 Un sindacato lavoratori 35 Articolo determinativo 36 Eccetera 37 Polizia nazista

2		6				8		1
			1		2			
1				3				9
	6		5		4		1	
		7				6		
	1		8		7		5	
4				5				8
			7		9			
7		5				1		2

**SUDOKU**

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

**SOLUZIONI DEI GIOCHI**

**CRUCIVERBA**

	O	C		O	T		L	O		E	S
O	C	O	C	O	L	I	L	F	I	L	S
S											N
U		T		S	I	N					C
B		S		C		O		R	A	D	I
A		I		I		O		M		A	O
	O		S	M		I		N	O	G	V
R	E		R	E		S		T	I	N	G
O											A
											C
A											A
											A
											M

**SUDOKU**

2	6	1	8	4	6	5	3	7
5	4	3	9	7	1	2	8	6
8	9	7	3	5	2	1	6	4
3	5	2	7	6	8	1	4	9
4	8	9	1	6	3	9	7	5
7	1	7	4	6	3	5	2	8
9	2	5	6	3	4	8	7	1
6	7	4	2	8	1	6	5	3
1	3	8	5	7	9	4	6	2

**ANNUNCI IMMOBILIARI E AUTO**

Telefono 338 1411643

**VENDESI** casetta di 40 mq da definire su terreno di 600 mq. sanata e catastata, tutto recintato, munita di cancello scorrevole, zona Villagrazia di Carini. 100.000 euro trattabili.

**AFFITTASI O VENDESI** in residence 4 stelle di San Vito Lo Capo (Calampiso) dal 2 al 10 luglio appartamento 4+1 p.l. terrazzato: affitto 800 euro più accessori, vendita 16.000 euro (codice 6); dal 31 luglio al 07 agosto: affitto: 1167 euro più accessori, vendita: 20000 euro trattabili (cod. 10); dal 7 al 21 agosto: vendita 45000 euro trattabili (cod.11A e 11B); dal 21 al 28 agosto: affitto: 1100 euro più accessori, vendita: 18000 euro trattabili (cod. 12).

**VENDESI** in residence privato a circa 200 mt. dal mare a due passi dall'hotel Torremakauda e ad 1 km dal Golf Club Verdura Resort Rocco Forte. 2 villette monocalci già tutte arredate e pronto all'uso, più terrazzo coperto più terrazzo scoperto, ingresso indipendente (gli immobili sono attigui e trasformabili in villetta bilocale). No vendita singola, anche due acquirenti, ma vendesi insieme. Euro 39.500 cad. Unico proprietario

**VENDESI** mezza villa bifamiliare 165 mq. su 2 elevazioni in terreno da 600 mq. nuova costruzione, ottime finiture Altavilla Milicia

**VENDESI** struttura bifamiliare 2x165 mq. su 3 piani in terreno 1300 mq. (adatta come casa di riposo) a Trabia

**VENDESI O AFFITTASI** garage 50 mq. via Ammiraglio Persano

**VENDESI** Appartamento vista mare Arenella 130 mq, 3 camere, 1 salone, 2 bagni, ripostiglio, terrazza.

**VENDESI** 100 mq. 3° piano Bonagia 3 vani più servizi ristrutturato, cantina. 180.000 Euro.

**VENDESI** palazzina su tre elevazioni 160 mq. più terrazza e cucina coperta, Bagheria centro. 170.000 Euro trattabili.

**VENDESI** appartamento 100 mq. 4 vani più servizi più terrazze più posto macchina presso Residence del Golfo, Mondello.

**VENDESI** villa recente costruzione in collina a Casteldaccia a 3 minuti dalla SS, vista sul mare, oltre 170 mq, 2 elevazioni, 1650 mq di terreno alberato. Piano terra: ingresso con salone 60 mq, camera, bagno, cucina. 1° piano: 3 camere da letto, più cameretta in mansarda, bagno. Ampia terrazza, patio intorno alla casa, 2ª cucina esterna. Garage.

**VENDESI** Villa 190 mq 2 elevazioni e mansarda, salone, 6 vani, 2 bagni, cucina, cantina 30 mq con trattore e arnesi agricoli. Terreno 10.000 mq. tutto a frutteto c/da Madonnuzza zona Petralia Soprana.

**VENDESI** appartamento totalmente ristrutturato via Bandiera - angolo via Maqueda. Porta blindata, climatizzato, idromassaggio, porte all'inglese, 4 balconi, cucina abitabile. Prezzo 200.000 Euro.

**VENDESI** deliziosa villetta Lido Sporting (Altavilla Milicia) sul mare. 200 mq su due elevazioni in 400 mq di terreno. Prezzo affare.

**VENDESI** aviatissima attività ottico (oltre 30 anni d'avviamento) zona Leonardo Da Vinci. Trattativa riservata. Prezzo affare.

**VENDESI** appartamento via Oreto, 90 mq, doppia esposizione, saloncino, due camere da letto, cucina abitabile, doppi servizi.

**VENDESI** deliziosa casa (nuova costruzione) 100 mq. su 9.000 mq di terreno tutto a frutteto nello splendore di Ustica.

**VENDESI** appartanvilla 4 vani, saloncino, doppi servizi, lavanderia più bagno. Ampi spazi esterni, cancello autonomo, posti macchina. Lanza Di Scalea.

**VENDESI** multiproprietà alla Tonnara di Bonagia di Trapani per il periodo dal 1° al 30 giugno. 4 posti e accessori. Prezzo interessante.

**AFFITTASI O VENDESI** via del Vespro ammezzato 2 stanze più camerino e bagno, uso professionale.

**VENDESI** auto con licenza di noleggio con conducente Mercedes Classe C 220 CDISW anno 2002. 25.000 Euro trattabili

**Lunedì 5 - venerdì 9 luglio (turno 15)**

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

**Sabato 10 luglio (turno 35)**

**Ciancio S.** via I. La Lumia 2/a (ang. Turati) - tf. 091582849  
**Inglese** via M. Stabile 177 tf. 091334482  
**Guccione M.** via Palmerino 18/h tf. 091 488006  
**Lo Cascio Mendola** via Roma 1 (Stazione) - tf. 091 6162117  
**Maniscalco A.** v.le Michelangelo 1938 (Cep) - tf. 091315689  
**Milisenna** via Papireto 17a tf. 091582007  
**Orlando M.** via Padre G. Puglisi 82

# CERCHI UNA FARMACIA?

Rubrica settimanale in collaborazione con l'Ordine dei Farmacisti di Palermo e con l'Utifarma

(Romagnolo) - tf. 091392900  
**Rizzo M. C.** p.zza Mondello 53 tf. 091 454145

**Sabato 10 - domenica 11 luglio**

**Amari M.** via Poliziano 42 tf. 0916828374  
**Calì M. G.** via Maqueda 455 (p.za Massimo) - tf. 091 320300  
**Consiglio D.** via Pitrè 118/D (Altarello) tf. 091212141  
**Ausonia** via Ausonia 101 (ang. Briuccia) - tf. 091 527858  
**Roccella** via G. Roccella 49 tf. 091488122  
**Indelicato I.** via Maggiore Toselli 83 - tf. 091341856  
**La Mantia** p.tta Visita Poveri 3

tf. 091 323559  
**La Nuova Farmacia** via del Levriere 18 - tf. 091 6475888  
**Mancuso F.** viale delle Alpi 7/C tf. 091 308150  
**Mandalà F.** via Villagrazia 575 (Villagrazia) - tf. 091430168  
**Maymone G.** via Dante 80 tf. 091584096  
**Menni G.** via Archimede 182 tf. 091 320461  
**Raiata** via Ciaculli 130 (Ciaculli) tf. 0916301198  
**Sirchia G.** c.so Tukory 82 tf. 091 6511887  
**Tulone L.** via Gino Zappa 144 (Zen) - tf. 091243650  
**Vinciguerra M.** via Sacco e

Vanzetti 20 - tf. 091475991  
**Vita** via Castellana 154 (Borgo Nuovo) - tf. 091 311771

**Farmacie notturne**

**Antica Farmacia Giusti** via Giusti 8 - tf. 091309076  
**Bonsignore** v.le Regione Siciliana 2322 - tf. 091400219  
**Calì D.** via M.se Roccaforte 108 (ang. Cordova) - tf. 091361887  
**Di Mino S.** p.zza Ottavio Ziino 31 tf. 0916814016  
**Fatta C.** via S. Maria di Gesù 3 (Guadagna) - tf. 091447268  
**Fiera** via I. Rabin (ang. via Rizzo) - tf. 091544894  
**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  
**Re G.** p.zza Giovanni Paolo II 32 tf. 091521403  
**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. 091206017  
**Verga E.** c.so Calatafimi 468 tf. 091423785

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

**CONSORZIO SICILIA SALUTE**  
 Il Consorzio Sicilia Salute collabora con Mylan Generici

**CONDIZIONI CHE NON TEMONO CONFRONTI**

SPECIALE DIPENDENTI FINO A 75 ANNI		SPECIALE PENSIONATI FINO A 85 ANNI	
ti diamo NETTI	€ 26.000	ti diamo NETTI	€ 14.000
paghi solo RATE FISSE	€ 299	paghi solo RATE FISSE	€ 170
ti diamo NETTI	€ 16.000	ti diamo NETTI	€ 8.000
paghi solo RATE FISSE	€ 186	paghi solo RATE FISSE	€ 97

**ANTICIPI IMMEDIATI SENZA COSTI AGGIUNTIVI**  
 In relazione all'importo dello stipendio il massimo ottenibile è di € 130.000 (C.Q.S. + delega)

**RINNOVIAMO PRESTITI IN CORSO CON ALTRI ISTITUTI E INPDAP**  
 I nostri consulenti professionisti sono a disposizione per consulenze gratuite anche a domicilio.

**Prima di accettare altre offerte**  
 RICIEDI GRATUITAMENTE A NOI UN PREVENTIVO PERSONALIZZATO IN BASE ALLA TUA ETÀ  
**Perché fidarsi è bene, verificare è meglio.**

**ALTRI PRODOTTI A CONDIZIONI SPECIALI DELEGHE DEL DOPPIO QUINTO STIPENDIO**  
 In convenzione con: Regione Sicilia, Forze dell'Ordine, Ministeri, Enti Pubblici e Privati.  
**PRESTITI PERSONALI - MUTUI PER TUTTE LE FINALITÀ**

**ATTENZIONE ALLE PUBBLICITÀ CHE INDICANO SOLO IL TAN, E' UN TRUCCO INGANNEVOLE**

**Assifin Italia s.r.l.**  
 I professionisti del credito  
 FINANZIAMENTI IN LEGGE ASSICURATI

**Consulenza gratuita anche a domicilio**  
**MARCELLO DE SIMONE**  
 Consulente e agente in attività finanziaria  
 U.I.F. Banca d'Italia n° A 82284 - ISVAP E 000204048  
**Cell. 338.1105884 - Tel. / Fax 091.941659**  
 E mail: marcello@assifinitalia.it

Iscr. Reg. Impr. PA n. 144288 - C.C.I.A.A. n. 183229 - albo U.I.F. Banca d'Italia n. 5216 mediazione creditizia - elenco U.I.F. Banca d'Italia n. A 25418  
 Agente attività finanziaria - ISVAP n° E 000204533 - Fogli analitici degli istituti eroganti in sede legge 385/93 e successive integrazioni  
 Finanziamenti salvo approvazione enti eroganti - Offerta promozionale valida fino al 10/08/2010 e non valida come offerta al pubblico  
 Come per legge consegniamo copia contratto prima della firma da leggere con calma a casa.