

nell'attesa...

da un'idea del Dott. Diego Fabra



anno 8 - n.18 del 6 maggio 2013 - distribuito in 904 punti della Sicilia - 0,35 euro
 Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale
 D.L.353/2003 conv. in L.27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, Palermo

Cura della salute: qualcosa sta cambiando

di Diego Fabra
 medico



Fin dai primi anni in cui si è costituito un abbozzo di società tra uomini, qualcuno si è occupato di lenire le sofferenze altrui. Sono gli albori dell'umanità e tutto dinanzi all'uomo è sperimentabile, perché tutto è ancora da scoprire. Dedicando tutte le energie, le conoscenze, le capacità, in ogni latitudine del globo sono iniziati processi di analisi del corpo umano, delle sue connessioni con gli eventi e le emozioni provate, con l'ambiente, le fasi astrali, la natura.

L'uomo per sua natura scava, scende in profondità, teorizza, e le medicine nascenti si impastano di filosofia, perché la malattia e la salute sono sempre apparsi strettamente legati alla vita interiore. Figure quasi sacre si sono occupate di spiegare cosa accade quando il corpo genera un sintomo, un dolore, una disfunzione. L'alchimia non riguarda solo il mondo dei rimedi, ma lo stesso approccio



Henri Matisse (1869 - 1954): La danza (particolare)

verso l'organismo, nella sua totalità.

Ci sono tuttora scuole di pensiero che guardano alla realtà organismica come un tutt'uno: l'essere vive, a volte

sana, a volte si ammala, ma l'entità è unica, anche nei processi che conducono verso una direzione o l'altra. Esistono identici motivi profondi per vivere salute o

diego@fabra.biz

malattia, perché la malattia è un indicatore che è puntato verso la salute da raggiungere.

Molta parte di umanità si è diretta verso studi scientifici chimici e fisici, negando buona parte dell'essere e confinando i condizionamenti delle profondità alla generica denominazione di "psichico". Altra parte di umanità ha perseguito uno sforzo unitario, olistico, studiando i meridiani di energie e le correlazioni di ogni turba con gli avvenimenti del vivere quotidiano e coi rapporti umani. Sono le due medicine più diffuse: quella occidentale e quella orientale. Presso di noi vige per lo più la prima, la seconda essendo vista quasi come ciarlataneria o esotismo per incompetenti.

Certo è che qualcosa, nella ricerca di soluzioni, sta cambiando. Tanta gente si dirige verso il mondo dei rimedi naturali: forse inconsapevolmente cerca una logica diversa, una comprensione autentica. Forse vuole essere contattata nel profondo.

FARMACIA FATTA DOTT.SSA CLEMENTINA

Nella NUOVA SEDE, mantiene la stessa disponibilità e cortesia nei confronti dei pazienti.

Il personale, qualificato e costantemente aggiornato, offre consulenze pertinenti a: farmaci, prodotti fitoterapici, veterinari, salutistici ed omeopatici



SERVIZIO NOTTURNO CONTINUATO

Via dell'Orsa Minore 102, Palermo
 tel. 091447268 - posta@farmaciafatta.it

segue a pagina 2

Servizio di assistenza per gli anziani affetti da demenza senile: via alle domande

di Anna Sampino



Via alle domande e per richiedere il servizio di assistenza domiciliare per gli anziani malati di Alzheimer o affetti da demenza senile. Per fare richiesta si avrà tempo sino al 21 maggio e le domande dovranno essere compilate e presentate ai servizi sociali territoriali del Comune.

È stato pubblicato sul sito del Comune di Palermo il bando che regola il servizio e le modalità di presentazione delle domande per gli aventi diritto. Questo tipo di assistenza domiciliare, prevista da una specifica azione del Piano di Zona e finanziato con i fondi ministeriali della legge 328 del 2000, è rivolto agli anziani ultra sessantacinquenni ammalati di Alzheimer o affetti da demenza senile e la cui patologia sia stata certificata da un centro di Unità di Valutazione Alzheimer (U.V.A.) riconosciuto all'interno della rete dell'Azienda sanitaria provinciale. Il servizio prevede per gli anziani che ne avranno diritto prestazioni effettuate a domici-

lio come la cura dell'igiene e dell'abbigliamento personale, l'accompagnamento alle visite periodiche, la gestione dell'alimentazione e la terapia occupazionale, cioè la riabilitazione ad eseguire tutte le attività quotidiane, capacità che la malattia a lungo andare può far perdere, e supporto psicologico, complessivamente per un minimo di 16 ore sino a un massimo di 48 ore mensili. Il monte ore è stabilito individualmente per ciascun soggetto anziano, riconosciuto come avente diritto, e sarà definito in un preciso Piano di Assistenza



Individuale (P.A.I.), stilato dagli assistenti sociali dei servizi territoriali comunali in base alle necessità dell'anziano, appunto. Ma il servizio quest'anno sarà destinato in parte anche ai familiari o ai cosiddetti "caregivers" che si prendono cura dell'anziano, come le badanti. Per loro

annasampino@nellattesa.it

infatti sono previsti gruppi informativi sulle tecniche di gestione, supporto psicologico e gruppi di sostegno. Per richiedere il servizio di assistenza domiciliare, dunque, il familiare di un malato di Alzheimer o affetto da demenza senile dovrà presentare ai servizi sociali territoriali, anche tramite raccomandata postale, il modulo predisposto, che si può ritirare presso questi ultimi, allegando la certificazione di patologia dell'U.V.A. dove il paziente è in cura, e il modello Isee relativo all'anno 2012. Ad avere la priorità in graduatoria saranno i più anziani d'età e con un reddito inferiore.

Alle prestazioni si potrà accedere attraverso un buono di servizio, consegnato agli anziani riconosciuti come aventi diritto direttamente dagli uffici sociali e spendibile, secondo le ore previste dal P.A.I., scegliendo tra gli enti accreditati dal Comune e presenti in un'apposita lista. Per maggiori informazioni ci si può rivolgere agli uffici dell'assessorato alle Attività sociali in via Garibaldi o collegarsi al sito del Comune di Palermo.

SEGUE DA PAGINA 1

CURA DELLA SALUTE: QUALCOSA STA CAMBIANDO

Una parte dell'umanità propone osservazioni chimiche, dati statistici e immagini sempre più sofisticate. Un'altra parte propone forze sconosciute all'osservazione scientifica, energie sottili, percorsi di malattia tendenti alla conoscenza dell'essere, e tanta tanta natura. Entrambe le posizioni hanno diritto di cittadinanza, nel rispetto e - quando possibile - nell'integrazione. Personalmente io penso che ben pochi siano contenti di essere catalogati in una delle tante linee-guida nosocomiali, studiati per sintomatologia e trattati con un mucchietto di pillole, essendo "guardati" e non "visti". C'è qualcosa che sfugge alla scienza come un po' a tutti i grandi sistemi di pensiero strutturati: e come sempre è l'uomo, nella sua immensa e complessa semplicità.

Un corso per il benessere psico-fisico della persona

Prende l'avvio un corso per voi. È rivolto a tutti e tutti ne possono trarre un vero beneficio per impostare, rivedere, confrontare il proprio stile di vita. Il corso si comporrà di quattro incontri, uno a settimana, e verrà tenuto da professionisti qualificati aderenti alla nostra Associazione Nell'Attesa Onlus. I docenti affronteranno come tutelare il benessere nell'attività fisica e nella cura del corpo, nella salute della nostra mente e delle nostre relazioni, nel campo nutrizionale. Infine verranno distribuite nozioni utili di pronto soccorso casalingo. Il corso inizierà al raggiungimento del numero previsto di iscritti. Per iscriversi inviare un sms al 3471929790 col proprio nome e cognome.

La nostra è un'associazione di professionisti e di privati cittadini che vogliono perseguire un benessere fisico, mentale, relazionale, interiore, sociale, ambientale. Chiunque voglia farne parte può richiedere l'iscrizione, inviando a: Associazione Nell'Attesa Onlus - via Vaccarini 36 - Palermo

RANBAXY

Trusted medicines. Healthier lives

FARMACI DI QUALITÀ

iguido
CAR SHARING

LA RIVOLUZIONE DELLA MOBILITÀ A PALERMO!

con 2 €/ORA
e 0,40 €/Km



UN'AUTO A TUA DISPOSIZIONE 24 ORE SU 24

NON PAGHI IL CARBURANTE

ACCESSO CONSENTITO NELLE ZTL

NON PAGHI PARCHEGGIO NELLE ZONE BLU

PUOI CIRCOLARE LIBERAMENTE LUNGO LE CORSIE DEI BUS

info e abbonamenti

346.6118205

Problemi nei rapporti interpersonali: per educare le emozioni nasce la Società Italiana di Timologia

di Giusy Egiziana Munda



I nostri lettori abituali hanno imparato a familiarizzare con il termine timologia o scienze delle emozioni, attraverso i numerosi articoli scritti per il nostro giornale dal Prof. Carluccio Bonesso, psicopedagogo esperto in analisi e modificazione del comportamento in area clinica e in area scolastica, esperto in biofeedback e grafanalista. Il Prof. Bonesso insieme ad altri esperti ha deciso di dar vita alla Società Italiana di Timologia. Gli chiediamo quali sono state le ragioni di questa decisione.

“Innanzitutto, la constatazione che la nostra società attuale soffre di analfabetismo emotivo, causa di comportamenti devianti e di malesseri emozionali, con conseguenze che sono sotto gli occhi di tutti e nelle cronache quotidiane - afferma Bonesso-. L'incapacità che le persone hanno di gestire le loro emozioni sta diventando un problema sociale. Oggi, infatti, i delitti relazionali,

ossia quelli compiuti all'interno dei rapporti familiari, di coppia, nella cerchia dei conoscenti superano quelli delinquenziali. Elementi che evidenziano l'incapacità della gente di gestire le proprie relazioni. E poiché le relazioni, che sono modulate da emozioni fondamentali (come la rabbia e l'odio e dal loro contrario ossia dall'amicizia e dalla simpatia), sono talmente incontrollabili da generare sofferenza e delitti, ci siamo resi conto che è giunto il momento di affrontare queste problematiche sia da un punto di vista scientifico, che da quello organizzativo di percorsi di educazione emozionale. Non esiste formazione in merito”. Sappiamo tutti, infatti, che l'approccio scolastico tradizionale sia più attento allo sviluppo intellettuale che a quello emozionale, “ma - precisa Bonesso - ai fini dell'apprendimento, l'educazione emozionale è importante come qualunque altra disciplina scolastica, dall'educazione civica alla matematica, ecc...”. Alfabetizzare ed educare alle emozioni, quindi, è l'obietti-



Carluccio Bonesso

vo della Società Italiana di Timologia ormai prossima alla costituzione. “Intendiamoci bene - avverte Bonesso - educare le emozioni vuol dire anche educare le passioni, l'umore, gli atteggiamenti e le motivazioni che appartengono al grande capitolo dell'emotività e, come tali, sono oggetto di studio e di formazione”. In che modo sarà possibile perseguire questo obiettivo? “Attraverso la pubblicazione del testo fondamentale di timologia dal titolo ‘La Timologia, scienza delle emozioni’, edito da Rubbettino (che ha avuto dei precedenti con ‘Emozioni per crescere. Come educare l'emotività’ di Manuela Cervi

e Carluccio Bonesso e con ‘La ragione del cuore, antropologia delle emozioni’, di Manuela Cervi) e con la costituzione (tra uno-due mesi salvo complicazioni) della Società italiana di timologia. Si pensa di partire con la formazione di timologi, cioè di persone che abbiano competenza per fare formazione ed educazione emozionale”. Come avverrà la costruzione di queste figure professionali? “Prevediamo tre modalità formative post laurea - precisa Bonesso -. Una prima modalità di Alta Formazione della durata di un anno. Successivamente un Master di due anni attraverso il quale si diventa timologi e un ulteriore Master di altri due anni per diventare timologo formatore, con competenza nella formazione di formatori. Per diventare educatore emozionale occorre avere una laurea specifica nel settore in cui si opera: così, per intervenire nella relazione medico paziente è necessario che il timologo sia un medico, nell'ambito della relazione

— segue a pagina 5 —

Un prodotto naturale per l'apparato cardiovascolare

Angiovein è un prodotto della Piam Farmaceutici utile per il circolo, il microcircolo, il trofismo dei tessuti, nell'insufficienza veno-linfatica e per contrastare l'invecchiamento. E' un integratore alimentare di estratti vegetali secchi che contiene acido lipoico, sei estratti vegetali ad elevata concentrazione e ad azione sinergica e due vitamine ad azione protettiva degli epitelii. Tra i suoi componenti sono presenti i più potenti antiossidanti ed antiradicali liberi naturali conosciuti. Ha un'azione coadiuvante il circolo venoso, arterioso e linfatico, di rinforzo e protezione della parete vasale, antiedemigena, fluidificante il sangue e chelante i metalli pesanti. Un apparato vascolare integro significa una corretta circolazione nella cute, nei tessuti sottocutanei, negli arti, nel cuore, nell'apparato oculare e dell'udito, nel cervello e in tutti gli altri organi. Migliorare la circolazione è importante in numerose malattie vascolari e



metaboliche e durante l'assunzione di contraccettivi orali, la scleroterapia, per contrastare l'invecchiamento cutaneo precoce, per proteggere l'organismo nei viaggi e nella vita sedentaria. Le alterazioni del microcircolo possono provocare un abnorme aumento della permeabilità endoteliale con conseguente eccessivo passaggio di acqua e proteine plasmatiche negli spazi interstiziali.

Angiovein contiene estratti vegetali purissimi, a concentrazione elevata, senza conservanti. Tutti gli estratti e l'acido lipoico svolgono un'azione antiradicali liberi, antiedemigena, ed antinfiammatoria. L'acido lipoico

co e la Vitis vinifera sono tra i più potenti antiossidanti naturali. La Centella asiatica, l'Ippocastano, l'Andrographis e la Vitis vinifera svolgono un'azione favorente il trofismo delle pareti vascolari e dei tessuti sottocutanei. Il Ginkgo biloba, l'Allium sativum, l'Andrographis e la Vitis vinifera facilitano e migliorano la circolazione con quattro differenti meccanismi di azione. L'Allium sativum ed il Ginkgo biloba aumentano la capacità di deformazione plastica dei globuli rossi che penetrano più facilmente nei capillari, migliorando l'ossigenazione dei tessuti. L'Andrographis, l'Acido lipoico, Allium sativum ed il Ginkgo biloba hanno un'azione vasoattiva sul microcircolo. La Vitis vinifera e l'Allium sativum hanno un'azione anticolesterolemica. L'Acido lipoico, l'Allium sativum e la Vitis vinifera proteggono l'organismo dai metalli pesanti con tre diversi meccanismi d'azione. L'Ippocastano e la Centella esercitano un'azione contrastante la formazione di

edemi e di stimolo sulle cellule che formano fibre elastiche e collagene. Grazie all'equilibrata e sinergica miscela dei suoi componenti naturali, può essere utile nel trattamento di inestetismi come la PEFS “cellulite” e l'invecchiamento cutaneo precoce, che dipendono da un imperfetto microcircolo e dall'effetto dei radicali liberi sulle membrane cellulari e sulle fibre elastiche e connettivali. Il prodotto è indicato per fornire un apporto supplementare di nutrienti, antiossidanti e antiradicali liberi che possono essere utili per migliorare il trofismo dei tessuti e l'attività del microcircolo e del circolo venoso. La capsula vegetale è gastroresistente. **Angiovein** può essere assunto anche alla sera perché non contiene estratti vegetali che inducono insonnia. L'assunzione di **Angiovein** durante l'attività muscolare, accompagnata da una dieta idonea, può indurre una più rapida riduzione del pannello adiposo.

Paradiso? No, solo natura

di Diego Fabra - medico

diego@fabra.biz



Ho accettato un invito a passare una giornata in un'azienda agricola vicino Caltanissetta: un antico feudo ricco di vigneti e di piante officinali. La natura propone silenzi saturi di cinguettii e il verde è disarmante.

All'ingresso vengono offerte tisane prodotte all'istante con erbe salutari e fiori di sambuco. La calma dei proprietari è il riflesso del benessere naturale.

La produzione di vino è il fiore all'occhiello e mi affascina la formula di vendita trovata insieme agli operai: questi - entusiasti dei sistemi di coltivazione e produzione - con orgoglio trovano punti vendita nei paesi circostanti e in quelli più lontani, piazzano con convinzione il prodotto e questo serve a pagare i loro stipendi.

Quasi una cooperativa, ma basata sull'entusiasmo e sull'inventiva. Adesso il vino del feudo arriverà nella nostra città, forse insieme a qualche altro prodotto. Sono contento perché non vedo alcuna volontà di speculazione; ma solo la voglia di far continuare un'avventura naturalistica vera.

Qui la produzione del biologico è autentica: pomodori, frutta, marmellate, tisane, olio e altro ancora. Inoltre - cosa che non guasta - si invita alla meditazione profonda, allo yoga, alle danze e alla musica.

Praticamente un paradiso?...



No, semplicemente "Natura"!

BUCATINI AI PEPERONI

Ingredienti: Per 6-8 persone: bucatini o vermicelli gr. 600, peperoni rossi e gialli Kg. 1, olio di oliva extra vergine gr. 200, aglio 4 spicchi, prezzemolo, pepe, sale

Preparazione: Dopo averli ripuliti tagliare i peperoni in filetti, soffriggere l'aglio nell'olio ed appena sarà biondo aggiungervi i filetti di peperone. Coprire la padella e cuocere a fuoco medio per una decina di minuti girando di tanto in tanto. Scoprire la padella e aumentare un poco la fiamma quando i peperoni cominceranno ad ammorbidirsi, curando però che non brucino. Prima di spegnere condire con sale. Cuocere la pasta e condirla con il sugo di peperoni a cui aggiungere pepe e prezzemolo.

La psicologia in aiuto dello sportivo

di Riccardo Ingui

psicologo del lavoro

ric.ing84@gmail.com



La pratica sportiva racchiude in sé variegate

sfaccettature psicologiche, con la possibilità di approfondire diversi costrutti di interesse trasversale. Esempi ne sono costrutti molto studiati dalla psicologia del lavoro come la leadership, l'analisi dei gruppi e la motivazione, nonché aree di competenza anche più clinica come ansia, sindromi da stress, dipendenze (come quelle da sostanze dopanti), o ancora aree della psicologia dello sviluppo, analizzando gli aspetti che influiscono sulla maturazione mentale dell'individuo in infanzia ed adolescenza. Facile diventa, quindi, immaginare implicazioni operative in più campi della psicologia, partendo dalle ricerche sullo sport, per migliorare, ad esempio, i processi di un gruppo di lavoro aziendale finalizzato ad un obiettivo specifico. La psicologia dello sport è una disciplina che, tra gli studi della mente e del comportamento, prende in esame tutte le implicazioni psicologiche nella prestazione sportiva. È per sua stessa natura una branca che fonda la sua forza sull'interdisciplinarietà, incrociando, infatti, i costrutti psicologici con le conoscenze della medicina, della pedagogia e delle scienze motorie.

Due sono principalmente gli ambiti in cui la psicologia dello sport si districa: uno più teorico, basato sulla ricerca che si occupa delle connesio-



ni tra profili di personalità e prestazioni, e l'influenza di eventuali "killer" come stress, ansia da prestazione o paura di vincere; l'altro di stampo applicativo, che si occupa di ricreare nell'atleta quelle condizioni psicologiche che gli permettano di eseguire la prestazione sportiva nel migliore dei modi.

Nel 1965 la psicologia dello sport si afferma come una disciplina di studi, con l'indizione del primo Congresso Mondiale di Psicologia dello Sport tenutosi a Roma. Qui nacque l'International Society of Sport Psychology (ISSP). Nel 1986, da una petizione firmata da oltre 500 membri dell'Associazione Americana di Psicologia (APA), nasce la "Divisione 47" la quale racchiude in sé professionisti provenienti da tutto il mondo e da varie discipline dalla psicologia dello sviluppo, all'ambito educativo, clinico, di consulenza, industriale, comparativo, fisiologico, sociale, di personalità, ipnosi, motivazionale, la psicologia nei fattori umani, l'ergonomia e la salute.

Il Prof. ENRICO CASTELLACCI

specialista in Ortopedia, Fisiatria e Medicina dello Sport, Primario emerito ortopedico e Docente nelle Università di Siena e Pisa, Responsabile medico della Nazionale italiana di calcio, Direttore del Centro studi e sperimentazione in Ingegneria tissutale presso l'Ospedale Campo di Marte di Lucca

E' A PALERMO CON CADENZA MENSILE

E' possibile effettuare visite e consulenze contattando la Dott.ssa Serena Tripoli al 347 6309549



Il Prof. Enrico Castellacci effettua interventi sperimentali con Fattori di Crescita e Cellule Staminali

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

Attenzione all'utilizzazione della mesoterapia per la riduzione del grasso localizzato

di **Ennio Sacco** - medico chirurgo
specialista in Medicina estetica



La mesoterapia è una tecnica controversa per mezzo

della quale numerose sostanze vengono iniettate negli strati di grasso e nel tessuto connettivo sottocutaneo.

In origine è stata adoperata a scopo analgesico, ma recentemente ha acquistato popolarità presso la classe medica per il ringiovanimento della pelle, per la cellulite e per sciogliere i depositi localizzati di grasso. Gli ingredienti usati includono enzimi, antinfiammatori, lipolitici in cocktail o in formulazione singola. Tecnicamente il trattamento consiste in multiple iniezioni con ago sottile introdotto nel derma. Il principale ingrediente adoperato è la Fosfatidilcolina (PC), un composto derivato dalla soia, associato al Deossicolato sodico (DC) adoperato per rendere solubile in acqua la Fosfatidilcolina (il farmaco con il nome commerciale di Lipostabil non è più reperibile in Italia per ragioni commerciali). Nessuna di queste sostanze è stata scientificamente provata come sicura ed efficace per la rimozione del grasso localizzato.

La Fosfatidilcolina, in commercio è reperibile in Germania ed in Austria come Lipostabil con indicazione all'utilizzazione endovena nell'embolia gassosa ed in USA, ma senza l'approvazione della FDA, con uso "off label" in medicina estetica, per la riduzione del grasso localizza-

to (addome, braccia, doppio mento, cosce, fianchi, ginocchia, schiena e borse palpebre inferiori), cellulite ecc.

Studi di laboratorio hanno dimostrato effetti collaterali che includono nella sede iniettata: edema sottocutaneo, ematomi, presenza di noduli, contorni irregolari ed effetti sistemici come nausea, vomito, febbre, alterazione della crasi ematica. Pertanto, i medici che adoperano questa tecnica dovrebbero essere cauti fino a quando non saranno disponibili dati scientifici sulla sicurezza dei farmaci iniettati.

Noi non siamo ottimisti come



SEGUE DA PAGINA 3

LO STUDIO CON PROBLEMI NEI RAPPORTI INTERPERSONALI (...)

docenti allievi è bene che il timologo sia un laureato in scienze della formazione. Si deve avere, cioè, una competenza raggiunta e certificata sulla quale s'inserisce questa ulteriore formazione". Chi sono i fondatori di questa società? "Innanzitutto, i titolari della teoria, ossia io, Arrigo Sartori e Manuela Cervi, con competenze rispettivamente in ambito psicopedagogico, medico ed in linguistica. A fianco a noi ci saranno esperti in medicina epigenetica, transculturale e altre specializzazioni, in modo che si possa affrontare l'argomento 'emozioni' non solo dal punto di vista della formazione, ma tenendo conto anche delle basi neurobiologiche, delle differenti manifestazioni che le emozioni hanno nelle varie culture e dell'importanza della loro formazione ed educazione per la gestione della sofferenza e della malattia. Negli ultimi 20 anni, conclude Bonesso - la psicologia delle emozioni non ha fatto grandi passi avanti, tant'è che alcuni esperti hanno pensato che alcune problematiche di tipo psicologico potessero essere affrontate solo attraverso lo studio della psicologia, mettendo da parte le emozioni. Oggi, invece, affrontando il discorso delle emozioni dal punto di vista strutturale ne consegue che esse rappresentano un meccanismo di adattamento. Entrare dentro questo meccanismo attraverso la gestione delle emozioni vuol dire contribuire a migliorare la persona, la professionalità di tutti coloro che si 'prendono cura' di altri (genitori, medici, insegnanti, ecc) e, quindi in ultima analisi, della società".

alcuni colleghi che promettono il 100% di successo, dal momento che i risultati sembrano essere più incoraggianti nella mesoterapia utilizzata nei depositi di grasso localizzato e di piccolo volume rispetto a quelli ottenuti con i protocolli classici. Questi protocolli utilizzano cocktail di caffeina, aminofillina, L-carnitina, tiroxina ed altre sostanze nella stessa iniezione. Queste composizioni possono avere un effetto negativo sul nostro organismo per cui suggeriamo di evitare il mescolamento di più sostanze nella stessa siringa.

Le controindicazioni alla mesoterapia sono costituite dalle seguenti condizioni cliniche: HIV, epatite C, neoplasia in fase attiva, epatopatia acuta e cronica, insufficienza renale, disordini ematologici, diabete, problemi tiroidei, gravidanza, allattamento. La mesoterapia con Fosfatidilcolina è una tecnica promettente e con alta percentuale di successo in pazienti selezionati ed i risultati nella nostra esperienza sono stati i seguenti: assenza di lassità cutanea a causa delle iniezioni, effetto cosmetico buono, rischio chirurgico eliminato, assenza di ospedalizzazione e di tempi morti, soddisfazione del paziente e assenza di cicatrici o irregolarità della cute a causa della procedura. Allo stato attuale, necessitano studi controllati per determinare l'ottima formulazione degli ingredienti ed i regimi standard di trattamento, così come l'efficacia ed il meccanismo di azione dei farmaci veicolati.



La casa dei nonni
Comunità alloggio

assistenza 24 ore su 24 (tra i nostri servizi: assistenza medica, analisi cliniche, servizio ambulanza, servizio di trasporto per disabili, assistenza malati terminali)

cura della persona (tra i servizi offerti: parruccheria, podologo, check up, diete personalizzate, piacevoli attività motorie)

attività ricreative (tra queste: organizzazione di viaggi, gite, escursioni, pellegrinaggi)

ambiente caldo e confortevole

Non un posteggio per l'anziano, ma un luogo dove trascorrere piacevolmente la terza età

via Pirandello 2 - Tel. 0916259828 - 347 5252243 - 380 1338033



Cappellino & Cappellino s.n.c.
Specialisti Radiologi

Via Roma, 386/388 (90139) Palermo - Tel. 091.6117891

**Radiologia digitale - RX a domicilio - Ortopantomografia
Telecranio per Ortodonzia - Mammografia H.F. digitale
Stereotassi - TAC spirale - Risonanza Magnetica Aperta
Ecotomografia 3D/4D live**
(Internistica, Senologia, Ginecologia, Ostetricia 3D, pediatria, muscolo-tendinea ed osteoarticolare)

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

**Ecocardiografia, 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**

Ripensare il rapporto tra genitori e figli: il sostegno può venire dal gruppo

di **Angela Ganci**
psicologa psicoterapeuta



Il rapporto genitori-figli, con tutta la complessità che lo caratterizza, è un tema quanto mai delicato e attuale. Da un lato le difficoltà del mondo del lavoro ritardano la formazione di una famiglia, dall'altro, la dipendenza (economica e psicologica) dalla famiglia di origine può ostacolare la nascita di una coppia solida, punto di partenza per una genitorialità matura e consapevole.

“Viviamo in un momento storico di incertezze e mancanza di valori e questo può ripercuotersi nel rapporto con i figli, che sarà così segnato da insicurezze e conflittualità”, sottolinea la dottoressa Simona Tarantino, psicoterapeuta del Centro di Terapia Integrata (CTI).

“Il disorientamento che caratterizza l'attuale momento storico e sociale rischia di colpire innanzitutto le relazioni: approfondisce la dott.ssa Odette Martinez, psicoterapeuta operante al Centro - In base alla nostra esperienza con adolescenti e famiglie, le difficoltà di comunicazione tra genitori e figli sono prevalentemente riconducibili a

una scarsa o difficoltosa comunicazione all'interno della coppia genitoriale. In particolare, molte coppie, data l'impossibilità di raggiungere una vera autonomia dalle famiglie di origine, subiscono pressioni e intromissioni; la tensione che nasce spesso porta a darsi la colpa l'un l'altro per errori o inadempimenti nella gestione dei figli, i quali, già disorientati dai cambiamenti adolescenziali, potreb-



Da sinistra: Simona Tarantino e Odette Martinez

angela.ganci@virgilio.it

bero incontrare difficoltà a emanciparsi dai genitori per diventare adulti autonomi. Il genitore, di fronte alle responsabilità del suo ruolo, può rispondere delegando la cura dei figli, ora alla famiglia di origine, ora all'altro genitore”.

Le difficoltà che la coppia mostra nel formare e mantenere legami affettivi stabili e soddisfacenti possono essere quindi alla base delle problematiche incontrate come genitori. Valorizzare i punti di forza che possono facilitare i compiti genitoriali, sostenendo il genitore ad assumerli con serenità e impegno, è una delle principali sfide dell'intervento psicologico con le famiglie.

A questo scopo il Centro di Terapia Integrata attiverà a breve un laboratorio di genitorialità, che “alleni all'essere genitori”.

“L'obiettivo che ogni coppia dovrebbe raggiungere è quello di affidare, invece che delegare, ovvero, distribuire i compiti di educazione dei figli, sia dentro che fuori la coppia, ad esempio ai nonni, nel rispetto dei ruoli di ciascuno e senza sorpassarne i limiti - precisa Martinez- I

segue a pagina 8

Gruppi di sostegno alla genitorialità

Un percorso pratico-esperienziale per prendersi cura dei figli

Per chi?

Per genitori di figli adolescenti che vogliono riflettere su di sé come persona e genitore, trovare uno spazio di condivisione dei propri problemi nel rapporto con i figli adolescenti che crescono e valorizzare le proprie risorse genitoriali

Come?

Prendendo parte a un gruppo esperienziale condotto da due psicoterapeute

Perché partecipare a un gruppo?

Condividere i propri dubbi e incertezze con chi ha problemi simili permette di affrontare meglio i conflitti e sentirsi sostenuti emotivamente

A chi rivolgersi?

Chi fosse interessato può contattare il C.T.I. Onlus allo 091-551090, lasciando un messaggio in segreteria telefonica, oppure telefonando direttamente alla dott.ssa Odette Martinez al 3381973135 e alla dott.ssa Simona Tarantino al 339 6953587 per fissare un colloquio di accoglienza gratuito e chiedere ulteriori informazioni circa modalità e tempi di partecipazione al gruppo. Le attività si svolgeranno presso il C.T.I. Onlus in Via Veronica Gambara n.2, Palermo, e avranno inizio il 4 Giugno 2013.

CONSIGLIATI

ALLERGOLOGIA

DOTT. CLAUDIO RAGNO

Specialista in Allergologia e immunologia clinica. Centro di Allergologia e Immunologia clinica “Dott. Claudio Ragno”, diagnosi e cura delle allergie. Presso il centro si effettuano: Test allergologici per la diagnosi delle malattie respiratorie, delle allergie alimentari, per allergie a farmaci, per allergie ad anestetici locali; spirometria, diagnosi delle malattie Immunologiche. **Dal mese di marzo fino a fine budget, Ticket visita Euro 34,50.** Riceve a Palermo in via XII Gennaio 16. Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 584114 - cell. 337 895499

ANDROLOGIA- UROLOGIA

DOTT. EMILIO ITALIANO

Specialista in Urologia e Andrologia. Consulente Sessuologo. “Fellow of European Committee on Sexual Medicine”. Diagnosi e cura delle disfunzioni sessuali maschili e femminili. Diagnosi e terapia dell'infertilità e delle patologie andrologiche

Diagnosi e cura delle patologie urologiche maschili e femminili. Presso il centro si effettuano: Ecografie dell'apparato urinario e riproduttivo, Spermogramma, Ecocolor-doppler penieno e scrotale, Ecografia apparato urinario, FIC Test, Uretrocistoscopia, Penoscopia Riceve a Palermo in via Fr. Paolo di Blasi 35. www.emilioitaliano.it - eitaliano@gmail.com. Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 346563 - cell. 338 8546604

ASSISTENZA

IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA ASSISTENZA DOMICILIARE

Assistenza anziani, malati, disabili inclusi farmaci a domicilio, consegna di spesa, riordino e piccole pulizie della casa. Via Pitrè 164/A - Tel. 0917026528 - 329 9504144 - www.irispalermo.com - www.paginegialle.it/irispa - irispa@libero.it **Il costo del servizio di assistenza domiciliare da noi fornito è deducibile dalle tasse**

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 Simone Cuccia 1 (angolo via Libertà). Tel. 0916268045 - Cell. 3481511882/3293324702

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. 091335555

GASTROENTEROLOGIA

DOTT. SERGIO PERALTA

Dirigente Medico U.O. di Gastroenterologia ed Epatologia - Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle

Cliniche 2, tel. 0916552186 - Cell. 338 6963040 - e-mail: peralta.sergio@yahoo.it

NATUROPATIA

MARIA GRAZIA COSTANTINO

Naturopata: riflessologia plantare, digitopressione, bioenergia, shatsu, massaggio terapeutico - Cromoterapia - Efficacia nei risultati del trattamento della cellulite - Benessere totale del corpo. Si organizzano corsi formativi. Per consultazioni chiamare: Tel. 091201881 - 338 9151537 - 327 1627887

NEUROLOGIA

DOTT. MARIO GUARINO

Specialista in Neurologia, Psichiatria, Medicina Legale. Riceve per appuntamento a Palermo in via Ariosto 22 (telefono 0917303177 cellulare 333 6957892). A Monreale, chiasso C. Menotti 3. Tel. 0915506399). E-mail marioguarino.mg@libero.it

NEFROLOGIA

DOTT.SSA GRAZIA LOCASCIO

Volontariato tra crisi e programmazione degli interventi sociali nel territorio siciliano

di Francesco Sanfilippo



“La crisi economica coinvolge

tutto il Terzo settore, nello specifico il centro Servizi ci dà uno spaccato sulla situazione che vivono le associazioni di volontariato. La crisi le sta colpendo notevolmente, tanto che uno dei segnali è la chiusura di alcune associazioni. Un altro è il forte incremento, da parte degli utenti, di richieste per prime necessità, quali la ricerca di vestiario e di cibo. Esiste, inoltre, una problematica collegata all'interazione che le associazioni dovrebbero avere con gli Enti locali. Avendo, queste ultime, una minore possibilità di dare risposta alla cittadinanza, da un lato le associazioni si trovano non a supporto ma a sostituire gli Enti locali. Dall'altro, però, l'interazione delle Istituzioni è stata rivolta più alla cooperazione sociale che al volontariato. Resta anche il problema dell'interazione sistemica nell'ambito della programmazione anche all'interno degli stessi ospedali, poiché esiste una frammentazione del potere decisionale che non permette di individuare le



Alberto Giampino

necessità”. Alberto Giampino, direttore del Ce.S.Vo.P (Centro Servizi per il Volontariato Palermo), non ha peli sulla lingua nel definire la situazione drammatica che sta vivendo il volontariato. Una situazione che ha bisogno di provvedimenti urgenti e un nuovo approccio strategico.

Che cosa stanno facendo i tavoli tematici?

“Di recente, si è avuto un incontro ufficiale tra l'assessore alle Politiche sociali del Comune di Palermo, Agnese Ciulla, e le direzioni dei tre coordinamenti, rispettivamente del tavolo, anziani, minori e famiglie presso la Galleria d'Arte moderna di

Palermo. La tematica riguardava il patto intergenerazionale, poiché si sta avviando un percorso pilota nel territorio di Palermo per la partecipazione dal basso delle realtà associative che fanno parte di questi coordinamenti. L'obiettivo è di far sì che la città possa dotarsi di un proprio piano di programmazione per le politiche giovanili”.

Questo patto potrebbe essere replicato anche in altre realtà come Trapani o Agrigento?

“Non siamo d'accordo con una logica di esatta duplicazione, poiché crediamo che la partecipazione significhi programmare con chi vive i terri-

sanfilippofran@nellattesa.it

tori. Si sta cercando, invece, come Centro Servizi, di facilitare la nascita di coordinamenti simili per tematiche in altri territori così da supportare l'azione delle associazioni di volontariato. A breve, si avrà la pubblicazione di bandi e avvisi per la programmazione 2014/2020 che richiederà capacità e competenze alle associazioni così che queste ultime possano partecipare ai tavoli regionali di programmazione alla pari con gli altri soggetti coinvolti”.

Il Cesvop come si sta muovendo per preparare le associazioni a questi cambiamenti?

“Si stanno programmando una serie d'interventi per promuovere azioni sinergiche sulla base delle esigenze del territorio. C'è, sicuramente, la necessità di conoscere cosa prevederanno gli avvisi. Tuttavia, non sono previste nuove attività, semmai si continueranno a sviluppare quelle esistenti per favorire azioni specifiche da parte delle associazioni. Così, da un lato, si faciliterà la scrittura e la rendicontazione delle attività, dall'altro si incrementerà la capacità delle associazioni di poter programmare meglio i contenuti dei progetti”.

CONSIGLIATI

Specialista in Nefrologia. Direttore sanitario del Centro Emodialitico Meridionale di Palermo in via Generale Cantore, 21. Terapia conservativa e terapia sostitutiva dell'insufficienza renale. Tel. 091302451 - 091302741

ODONTOIATRIA

DOTT. GIUSEPPE NOCERA

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia. Riceve per appuntamento in via Massimo D'Azeglio, 9/B Recapito telefonico: 091343308 - e-mail: info@nocera.odontoiatra.it. www.nocera-odontoiatra.it

ORTOPEDIA - TRAUMATOLOGIA

AMBULATORIO POLISPECIALISTICO DI ORTOPIEDIA - TRAUMATOLOGIA E MEDICINA DELLO SPORT L'EMIRO

Responsabile: Dott. Sergio Salomone. Trattamenti patologie ortopediche e traumatologiche - Prevenzione - diagnosi e cura dell'osteoporosi - densitometria ossea.

Medicina legale. Certificazioni sanitarie. Tel. 091213197 - 211223 - Fax 0917025983. Via Eugenio L'Emiro 22 (zisa). Parcheggio riservato interno. www.centroemiro.it

OSTEOPATIA

DOTT. FABRIZIO LA ROSA

Osteopata membro del R.O.I. Trattamenti strutturali, fasciali, viscerali, cranio-sacrali. Si effettuano valutazioni kinesiologiche-posturali. Riceve a Roma ed a Palermo in Via Croce Rossa 222 previo appuntamento ai numeri Tel. 091. 25.23.786 e 347.716.74.79 <http://www.fabriziolarosa.it>

OZONO-TERAPIA

DOTT. SALVATORE ALESSANDRA

Ozono-terapia. Terapia delle ernie discali - Trattamento dell'artrosi e delle malattie degenerative - Terapia delle ulcere diabetiche - Malattie infiammatorie intestinali. Riceve per appuntamento in via Raffaello Mondini 17. Telefono 0917308541. Cell. 393 6808817. E-mail salvoalessan-

dra@gmail.com

PODOLOGIA - POSTUROLOGIA

DOTT. GIUSEPPE ALAGNA

Specialista in Podologia sportiva - Posturologia - Esame Baropodometrico - Ortesi Plantari. Riceve per appuntamento in via Sciuti 15 Palermo. Tel 0915079998 - cell. 366 5395738. sito web: www.podoposturologiadottalagna.it. E-mail: pepalagna@gmail.com

PSICOLOGIA

DOTT. CATERINA D'ANNA

Psicologa - Psicoterapeuta. Specialista in Psicologia del Ciclo di Vita Università di Pavia - Psicoterapia del bambino, dell'adolescente e della famiglia. Via Tripoli 18 Palermo. Recapiti telefonici: telefono 0916121290 - cellulare 329 4321204

Centro di Terapia Integrata Onlus C.T.I. Onlus, U.O.L. Aidap Palermo.
Dott.sse: E. Cardella, R. Contentezza, O. Martinez, R. Nocito, S. Tarantino

Consulenza, sostegno psicologico e psicoterapia individuale, di gruppo, di coppia e familiare. Unità Operativa Locale AIDAP per la cura dei disturbi alimentari e dell'obesità. Gruppi per le dipendenze affettive, per il sostegno alla genitorialità (parent coaching) e per l'obesità. Valutazione psicodiagnostica. Il Centro si avvale della collaborazione di psichiatra, medico internista e dietista. **LA PRIMA CONSULENZA PSICOLOGICA E' GRATUITA.** Tel. 091551090, Via Veronica Gambarà n. 2, PALERMO. Sito web: www.ctionlus.it

DOTT.SSA GISA MANISCALCO

Psicologa e Psicoterapeuta ad indirizzo sistemico-relazionale. Diagnosi, consulenza, sostegno e psicoterapia individuale, di coppia e familiare. Riceve per appuntamento in viale Lazio 64 (angolo via delle Alpi) a Palermo. La prima consulenza psicologica è gratuita. Recapito telefonico: 333 3025287 - E-mail: info@gisamaniscalco.com. sito web: www.gisamaniscalco.it

A Monreale ciclo di seminari di medicina preventiva

Il Comune di Monreale ospiterà un ciclo di seminari di medicina preventiva a partire da sabato 11 maggio. I seminari, che si terranno presso Villa Savoia e l'Aula consiliare, avranno come temi: "Le malattie a trasmissione sessuale" e "Le leggi degli uomini sul corpo delle donne" (11 maggio a Villa Savoia); "I fattori di rischio cardiovascolare", "Malattie della tiroide e alterazioni ormonali" e "Neoplasia tiroidea: sintomi e cure" (18 maggio a Villa Savoia); "Il sangue e le sue funzioni" e "Ridere aiuta a guarire" (25 maggio presso l'Aula consiliare); "Salute: equilibrio termico del corpo, nutrizione e trofologia", "Prevenzione e cura dell'obesità: cibi promossi e cibi bocciati" e "Alfabetizzazione emotiva e disturbi dell'alimentazione" (1 giugno a Villa Savoia). Il ciclo di seminari è organizzato dall'Associazione "Giovani artisti crescono" e ha il patrocinio del Comune di Monreale, dell'Ordine dei Medici, di Unicoop e della Cooperativa Genutra.

SEGUE DA PAGINA 6

RIPENSARE IL RAPPORTO TRA GENITORI E FIGLI (...)

genitori hanno bisogno di un loro spazio, un'esigenza forte che abbiamo notato lavorando con gli adolescenti e le famiglie. Da qui è nata l'idea di un sostegno all'essere genitori, valorizzando le risorse presenti in ciascuno, offrendo un contesto non giudicante e momenti di condivisione e confronto di esperienze tra genitori che vivono la stessa condizione".

Un sostegno che nasce dal dialogo su un tema comune, la genitorialità, che si avvale del supporto di figure professionali appositamente formate, e che non è né terapia, né formazione.

"Il gruppo non ha la pretesa di insegnare a essere genitori, né di fare terapia, vuole, piuttosto, aiutare i genitori di figli adolescenti aiutandoli a riconoscere le reciproche competenze (ad esempio approfondendo le conoscenze sulla fase evolutiva dell'adolescenza). Sarà un gruppo fondato sul confronto di esperienze personali al fine di riflettere sui punti deboli e forti dell'essere genitori, ma non si limiterà a questo, poiché sono previste anche attività di tipo pratico, con l'utilizzo di strumenti quali l'intervista a coppia, i giochi di ruolo, il problem - solving (strategie di risoluzione di un problema), il collage", concludono Martinez e Tarantino.

Il laboratorio prevede la partecipazione a dodici incontri a cadenza quindicinale e della durata di circa un'ora e mezza ciascuno. E' aperto a un numero massimo di otto coppie di genitori di figli adolescenti.



I convenzionati Sanit Card

Alagna dr. Giuseppe

specializzazione Posturologia

recapiti Via Sciuti n. 15 - Palermo - Tel. 091 5079998 cell. 366 5395738 - e-mail: info@podoposturologiadotalagna.it - sito: www.podoposturologiadotalagna.it

prestazioni Visita Posturale - Ortesi plantare posurale - Esame baropodometrico **sconto 20%**

Erboristeria di Arrivas Matteo

specializzazione Erboristeria

recapiti Via Napoli, 56 - Palermo - Tel 091588613 - cell. 3294317128 - e-mail: erboristeriaarrivas@alice.it

prestazioni Su tutti i prodotti, tranne gli alimenti **Sconto dal 5 al 10%**

UN'OCCASIONE DA NON PERDERE

SCONTO PARTICOLARE RISERVATO
AI LETTORI DEL GIORNALE "NELL'ATTESA..."

8 EURO PER LA TUA CARD ANZICCHE' 20 EURO

VALIDA PER UN ANNO PER TUTTA LA FAMIGLIA
TELEFONA AL NUMERO VERDE **800 974 456**

ENTRO IL 30 GIUGNO 2013
E DAI IL CODICE RISERVATO GNA1316

L'elenco completo dei convenzionati sanit card
nel sito www.sanitcard.it

PARTNER NELL'ATTESA

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

TEVA ratiopharm



settimanale di prevenzione medica e di solidarietà
da un'idea del Dott. Diego Fabra
Registrato presso il Tribunale di Palermo al n° 11
del 29/05/2006 - Iscritto al ROC con il n. 21038

editore edizioni nell'attesa di S. Fabra & C. s.a.s. Via Vaccarini 36 - Palermo - tel. 091964425 - redazione@nellattesa.it - www.nellattesa.it

Amministratore unico Sergio Fabra sergio@fabra.biz

Direttore responsabile Michele Guccione micheleguccione@nellattesa.it

Direttore editoriale Diego Fabra diego@fabra.biz

Hanno collaborato a questo numero Giovanni Alberti

aidmesicilia@yahoo.it - **Diego Fabra** diego@fabra.biz - **Angela Ganci**

angela.ganci@virgilio.it - **Riccardo Ingui** ric.ing84@gmail.com.it - **Giusy**

Egiziana Munda giusymunda@nellattesa.it - **Francesco Sanfilippo** sanfi-

lippoprofr.it - **Ennio Sacco** sacco.ennio@libero.it - **Anna Sampino** anna-

sampino@nellattesa.it

Comitato etico scientifico Diego Fabra coordinatore - Giovanni Alberti

- Sergio Fasullo - Silvia Tinaglia

Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.

E' consentita la riproduzione anche parziale citandone la fonte.

Area commerciale Telefono: 389 6981720 - 091964425 e-mail: commerciale@nellattesa.it

Pubblicità Settimanale un modulo (mm. 48x20): Euro 25,00. **Consigliati**

4 annunci 50,00 Euro più IVA. Una pagina: 48 moduli. **Medicina**

Metropolitana una pagina (mm. 210x297): Euro 400,00.

Abbonamento: Ordinario: 18,00 euro - Sostenitore: 100,00 euro

ccp. n. 001010840625 - edizioni nell'attesa s.a.s. via Vaccarini 36

90143 Palermo - causale: abbonamento anno ...

Stampa Sprint s.a.s. via Telesino 18/a - Palermo

Questo numero è stato chiuso in tipografia il 30 aprile 2013

Distribuzione edizioni nell'attesa s.a.s. via Vaccarini 36 - Palermo

Lemarfarma S.p.A. via Camarda 37

Palermo MediClub Sicilia S.p.A. via Mazzini 40 - Palermo

Poste Italiane S.p.A. (aut. n. 31152115 del 15/03/2013)

Questo numero è stato distribuito in 904 punti della Sicilia Occidentale

**NOI VEDIAMO
TUTTO A COLORI**

grafica e impaginazione

stampa offset e digitale
dal piccolo al grande formato

libri ed opuscoli, riviste e giornali,
cataloghi, depliant, adesivi,
manifesti 70x100, 100x140 e 5x3,
banner, roll-up

Sprint

PALERMO - Via Telesino 18/a
Tel/Fax 091 405411-091 405163
e-mail: amministrazione@tipografiasprint.it
grafica@tipografiasprint.it

