

Opinione

live 1999
Free Press

Periodico quindicinale di Opinione - Politica - Cultura - Sport - Cronaca

L'editoriale
di V. Pipitone

Grandi manovre in vista delle elezioni regionali "Sicilia 2022"



▪ A PAG. 3

MAZARA DEL VALLO

La Carta d'Identità Elettronica



di Baldo Scaturro

▪ A PAG. 5

MAZARA DEL VALLO

Policampo olimpionico di tiro a volo, finalmente la gestione unica



La Redazione

▪ A PAG. 6

TRAPANI

Emergenza Covid: Prorogati 559 Contratti Fino al 31 Dicembre 2022 in Provinciale Trapani



9 mila Contratti nel Servizio Sanitario della Regione Sicilia

di Baldo Scaturro

▪ A PAG. 8

Riflessioni La mafiosità all'origine della devianza



di Francesca Incandela

▪ A PAG. 7

MAZARA DEL VALLO

Nuovo parcheggio a Tonnarella e le disattenzioni degli amministratori comunali



di Enzo Sciabica

▪ A PAG. 4

MAZARA DEL VALLO

Giuseppe Ferrara e la passione per il biliardo



di F. Incandela

▪ A PAG. 5

MAZARA DEL VALLO

La soluzione facile non è quella giusta



di S. M. A. Quinci
C. Mangiaracina

▪ A PAG. 7

MAZARA DEL VALLO

Elezioni RSU del 5, 6 e 7 aprile 2022



di P. Gabriele

▪ A PAG. 7

SALEMI

Convegno della FIDAPA all'insegna della 'consapevolezza'



di Franco Lo Re

▪ A PAG. 9

SALUTE E CORPO

È consigliabile il digiuno prolungato per dimagrire?



di Angela Asaro

▪ A PAG. 10

MAZARA DEL VALLO

Movimento consumatori Nuova proroga per la scadenza dei voucher turistici



di Melania Catalano

▪ A PAG. 10

Notizie dall'Università

UniPa e Confcommercio Palermo insieme per nuovi modelli di sviluppo e crescita economica del territorio

di Flavia Maria Caradonna

▪ A PAG. 11

Allena il corpo, allena la mente

Gli atleti dicono spesso che nella loro disciplina l'aspetto mentale è importante quanto l'allenamento fisico Quotidiano. Ottieni il massimo dai tuoi esercizi con la nostra filosofia del Fitness che può aiutarti ad allenarti al meglio.

I sette pilastri di un allenamento efficace

La nostra filosofia del Fitness si basa su cinque principi: equilibrio, sicurezza, personalizzazione, tempi di nutrizione e stile di vita. Per un approccio più completo, ne abbiamo aggiunti altri due: concentrazione e dedizione.

Equilibrio

Il migliore approccio all'esercizio fisico è quello equilibrato che incorpora 5 componenti chiave del fitness per la salute: composizione corporea, Resistenza cardiorespiratoria, forza muscolare, Resistenza muscolare e flessibilità. Fai in modo che i tuoi allenamenti includano queste cinque componenti.

Sicurezza

Se vuoi che il tuo corpo cambi, Devi averne cura. Puoi anche spingere un po', ma senza mai compromettere la forma degli esercizi ho i tuoi progressi.

Personalizzazione

Il tuo piano di fitness deve tenere conto del rapporto che hai con l'esercizio, della tua attuale forma fisica e dei tuoi obiettivi di fitness. Inizia a un livello adatto a te.

Tempi di nutrizione

Per raggiungere i tuoi obiettivi di fitness è essenziale che tu conosca la nutrizione da seguire, prima, durante e dopo l'esercizio.

Stile di vita

L'esercizio fisico è una parte importante di uno stile di vita generalmente sano, che deve includere anche una corretta igiene del sonno, un'adeguata alimentazione, supporto sociale e contatti interpersonali. Questi fattori dello stile di vita possono influire sulla tua capacità di raggiungere e mantenere i tuoi risultati.

Concentrazione

Quando sei veramente concentrato sul tuo allenamento e sei consapevole di te stesso, usa una forma migliore e questo può avere un effetto positivo sul livello di intensità dell'allenamento. Crea una routine, fissa e pianifica l'alimentazione pre allenamento in modo da potere dedicare tutta l'energia all'allenamento.

Dedizione

È importante impegnarsi e seguire i propri piani di allenamento e nutrizione. Prova a scrivere ogni settimana o anche ogni giorno delle frasi positive che ti diano carica e motivazione. Mano a mano che raggiungi i tuoi obiettivi, analizza il tuo percorso e fissa nuovi traguardi.

HERBALIFE24 E CONI INSIEME PER IL SOGNO OLIMPICO.

HERBALIFE 24 | ITALIA TEAM | OFFICIAL PARTNER

Giuseppe Vicino CANOTTAGGIO | Simona Quadarella NUOTO
Arianna Errigo SCHERMA | Simone Giannelli VOLLEY

The advertisement features a group of four athletes in dark blue tracksuits with the Italian flag and Herbalife 24 logos. They are holding various sports equipment: a canoe paddle, a water polo ball, a fencing foil, and a volleyball. In the foreground, several Herbalife 24 product containers are displayed, including Rebuild Endurance, Rebuild Energy, ProLong, Formula 1, Hydrate, and Hydrate + Electrolytes.

Distributore indipendente Capuzzi Debora 340 5189125

L'editoriale di Vincenzo Pipitone

www.teleibs.it

Grandi manovre in vista delle elezioni regionali "Sicilia 2022"

Grandi manovre in vista delle elezioni regionali "Sicilia 2022" che si terranno in autunno anche se sulla data al momento regna ancora l'incertezza. Una lotta lacerante si è già accesa nel centrodestra per determinare il candidato alla presidenza che vede la nomina di Nello Musumeci sempre più incerta, con la sua ormai iconica frase "Sono come la mozzarella, scado tra qualche mese", una frase che racchiude l'incertezza del momento in tutto il centrodestra e che rischia di far arrivare esausta e logorata la coalizione alle elezioni, sempre ammesso che ci sarà una coalizione di centrodestra. Nel centrosinistra appare scontata una alleanza tra il Partito Democratico e il Movimento 5 Stelle che renderebbe impossibile una intesa tra il PD e Italia Viva, tanto che Matteo Renzi da tempo sarebbe in contatto con altri esponenti moderati per dare vita a una sorta di terzo polo centrista. Un terzo polo che a mio avviso consegnerebbe a mani basse la vittoria al centrodestra. E poi c'è l'uragano Cateno De Luca auto soprannominato "Scateno De Luca", imprevedibile e teatrale nel suo modo di fare non credo abbia possibilità di farcela, ma sicuramente travolgerà ogni strategia politica degli altri schieramenti, rendendo queste elezioni le più imprevedibili e chiacchierate di sempre. Le toto candidature all'ARS sono cominciate da tempo, la legge elettorale è stata modificata l'ultima volta nel 2014, quando è stato deciso di applicare una sforbiciata al numero dei deputati eletti che così sono passati da 90 a 70. Una legge elettorale in gran parte proporzionale, che prevede il voto di preferenza e un premio di maggioranza di sette deputati, tra

cui anche il Presidente eletto. Oltre al seggio assegnato al secondo candidato presidente più votato, i restanti 62 deputati vengono eletti tramite le liste provinciali dove è ammesso il voto disgiunto. Ecco nel dettaglio quanti deputati elegge ogni Provincia. Agrigento 6; Caltanissetta 3; Catania 13; Enna 2; Messina 8; Palermo 18; Ragusa 4; Siracusa 5; Trapani 5.



Questo significa che alla Provincia di Trapani spettano solo 5 deputati e di conseguenza ogni lista può contenere un massimo 5 persone di cui due di un sesso e tre dell'altro, rendendo di fatto la sola candidatura una vera e propria vittoria politica.

A Mazara del Vallo da tempo è partito l'assalto alla candidatura e tanti sono stati i nomi in circolazione, ad oggi le candidature certe sono tre, quella dell'On. Toni Scilla, Assessore Regionale uscente, nonché coordinatore Provinciale di Forza Italia, considerato che a decidere chi sarà in lista è di fatto il coordinatore Provinciale, l'On. Toni Scilla non deve far altro che chiedere al coordinatore Toni Scilla di essere inserito nella lista e non credo che ci saranno problemi. Poi c'è Pietro Marino attuale

Consigliere Comunale dell'UDC la cui candidatura è stata ufficializzata il 22 dicembre scorso dallo stesso Mimmo Turano. Il terzo è l'On. Sergio Tancredi alla sua seconda deputazione all'ARS eletto nel Movimento 5 Stelle adesso fa parte del gruppo Attiva Sicilia verso Diventerà Bellissima, farà parte della lista del Presidente "Diventerà Bellissima", sempre ammesso che ci sia ancora una

lista del Presidente Nello Musumeci "Diventerà Bellissima".

E poi ci sono tutti gli altri, quelli che lottano per trovare un posto nella lista e quelli che lottano per trovare un posto in una lista non importa quale, quest'ultima sembra essere il caso del Presidente del Consiglio di Mazara del Vallo Vito Gancitano che di settimana in settimana arrivano voci che lo vedono fare pressioni per entrare in una lista, la settimana prima si sente dire che preme per una lista di centrodestra, la settimana successiva una di centrosinistra etc..., di fatto c'è che il Presidente Gancitano non ha mai fatto dichiarazioni di alcun genere, ne per smentire tali voci né per confermarle. Tra i nomi dati per certi c'è l'attesissima nomina di Maricò Hopps commis-

saria della Lega, già candidata per la Lega alle scorse Europee su cui sembra la Lega stia puntando molto. C'è anche Giampaolo Caruso, ex Consigliere Comunale, storico attivista politico tra le fila della destra, ai nostri microfoni ha più volte dichiarato la propria volontà a candidarsi nella lista di Fratelli D'Italia, in fine c'è Giorgio Randazzo Consigliere Comunale a Mazara del Vallo e trascinatore dell'opposizione cittadina, colui che ha portato la Lega ad un passo dalla conquista di Mazara del Vallo, qualcosa di impensabile solo qualche giorno prima delle elezioni, adesso approdato ufficialmente a Fratelli d'Italia con un folto gruppo di ex leghisti, che lo appoggerebbero ad una sua candidatura alla Regione, avviando una lotta intestina in seno a Fratelli d'Italia, ufficialmente entrambi si dichiarano a disposizione di ciò che deciderà il partito, ma dietro le quinte si muovono pedine per spingere il proprio nome, sembra che a far sbilanciare l'ago della bilancia potrebbe essere l'ex Sindaco On. Nicola Cristaldi, che non fa più parte di Fratelli d'Italia, ma che ai vertici del partito compresa la stessa Meloni gode ancora di considerazione e peso, Cristaldi conosce bene entrambi, sono stati consigliere sotto la sua sindacatura e hanno fatto parte della sua maggioranza, sembra che la stessa Meloni abbia chiamato Cristaldi per chiedergli un'opinione e saperne di più su i due contendenti, la risposta è attesa a giorni. Un'elezione in attesa dell'elezione vera e propria, un'attesa che vale quanto una maratona all'Enrico Mentana, minuto dopo minuto, colpo di scena dopo colpo di scena, che ci accompagnerà fino alle elezioni vere e proprie.

MISTER PULITO srls
TRATTAMENTO SANIFICAZIONE AD OZONO

Via Ludovico Ariosto, 15 - Mazara Del Vallo (TP)
Tel. +39 0923 908099 | Cel. 3488046190
misterpulisrls@gmail.com

MAZARA DEL VALLO

Nuovo parcheggio a Tonnarella e le disattenzioni degli amministratori comunali

È significativo leggere il comunicato di uno dei più esperti amministratori comunali di Mazara del Vallo a proposito del nuovo parcheggio che sta per essere completato a limite del "Lungomare Fata Morgana". L'obiettivo è quello di decongestionare il traffico veicolare del Lungomare Fata Morgana che conduce alla località balneare di Tonnarella e al Porto Nuovo, ovvero al traghetto per il collegamento con le Isole minori.

In più, una "fermata" per i mezzi pubblici consentirà il trasporto, oltre che per la spiaggia e per il traghetto, anche altrove, considerata la vicinanza con la bretella stradale "Sopraelevata" che si allaccia alla S.S.115 e all'Autostrada A29. Opera assolutamente condivisibile, ma dell'utilizzo che gli

amministratori locali ne vogliono fare manca un riferimento che continua a fare riflettere sul loro impegno per la cura del territorio, sul loro interesse o rispetto per il patrimonio naturale e per il paesaggio. Lo stesso amministratore, tra i più preparati, nel pubblicizzare l'opera si sofferma, infatti, sulla posizione: "Di fronte il plesso scolastico (si avvale già di altro parcheggio); Vicino il Porto Nuovo (già servito da ampio spazio di posteggio); Vicino la Sopraelevata", ma non il minimo accenno alla contigua zona umida marino-costiera, del Demanio Marittimo, di straordinaria valenza ecologica e paesaggistica. Zona umida oggetto d'attenzione da parte degli stranieri che transitano e si fermano sul Lungomare Fata Morgana, attratti dallo specchio

d'acqua marina che si nota, appunto, dallo stesso lungomare e dalla stessa Sopraelevata. È la laguna di Tonnarella che l'ANAS, tra gli anni Settanta e Ottanta, avrebbe dovuto "colmare" per consentire l'atterraggio della summenzionata bretella stradale, rimasta "incompiuta" per circa trent'anni. Progetto modificato e portato a termine nel 2014, evitando di colmare la laguna che durante il lungo periodo di abbandono ha dato vita ad un ecosistema naturale da Eden. Eppure l'amministratore, gli amministratori locali, sembrano non essersi accorti di questa realtà; sembrano non avere percepito che quel parcheggio sarebbe l'ideale per consentire la sosta ai visitatori della laguna, costretti a parcheggiare proprio lungo la sponda nord della

zona umida; **sembra anzi che per loro l'intera area, del Demanio Marittimo, non si trovi a Mazara del Vallo.** Il sito, sembra, addirittura, che sia lasciato a disposizione di tutti per smaltirvi rifiuti che favoriscono la proliferazione di topi; a disposizione per l'allevamento di cani allo stato brado. Non è un caso che animalisti che operano per il benessere degli animali d'affezione o di compagnia sono arrivati a definire l'area demaniale: "luogo da film dell'orrore". Il parcheggio sorge proprio a limite dell'orrore e si protrae per il lungomare Fata Morgana, ovvero nella località turistica più importante di Mazara del Vallo. Sarà per questo "orrore" che l'amministratore comunale volga lo sguardo altrove?

Enzo Sciabica



Cefalo guizzante ripreso dalla strada comunale limitrofa alla zona umida lagunare (Ft. Davide D'Amico)



Rifiuti e topi lungo il muro comunale che separa il Lungomare Fata Morgana dalla Laguna di Tonnarella



www.gesanproduction.it

Tel. +39 0924912534



Soluzioni per la Diagnostica Veterinaria

- > Strumentazioni di laboratorio con diverse formule di contratto
- > Materiale diagnostico monouso
- > Diagnostica Rapida



clot VET
Coagulazione



Chem 200 vet
CHIMICA CLINICA



Piccolo Chem Vet
CHIMICA CLINICA



LYTE VET plus
Elettroliti



MAZARA DEL VALLO

La Carta d'Identità Elettronica

La Carta d'Identità Elettronica (C.I.E.) è a tutti gli effetti un documento d'identità dei cittadini italiani, emesso dal **Ministero dell'Interno** e prodotto dal Poligrafico e Zecca dello Stato che rispetto alla classica versione "Cartacea", offre un'ampia varietà di funzioni. Infatti, oltre a consentire l'accertamento dell'identità del possessore, permette l'accesso ai servizi **online** delle Pubbliche Amministrazioni, erogati attraverso lo **S.P.I.D.** (Sistema Pubblico di Identità Digitale).

La Legge n.120 dell'11 settembre 2020 (G.U.R.I. n.228 del 14 settembre 2020), di conversione del D.L. n. 76/2020, composta da 65 articoli "Semplificazione e Innovazione Digitale", prevede tra le altre cose, che l'**identità digitale S.P.I.D.** e la **C.I.E.** sono le sole credenziali per accedere ai servizi **on line** della pubblica amministrazione. **La Carta di identità elettronica**, infatti, racchiude al suo interno tutte le informazioni che consentono al cittadino di autenticarsi in rete per accedere ai numerosi servizi erogati dalla Pubblica Amministrazione. Inoltre **la C.I.E.** contiene l'eventuale consenso o diniego alla donazione di organi o tessuti in caso di morte, che ogni cittadino ha la possibilità di esprimere proprio quando chiede **la carta d'identità**.

I dati personali sul documento sono: **Anagrafica** (nome e cognome – luogo e data di nascita – sesso – statura) – cittadinanza – immagine della firma del titolare – validità per l'espatrio – fotografia e immagini di n.2 impronte



da sx Maria Luppino, Francesca Pinta, Laura Serra e Leonardo Iemmola

digitali – codice fiscale – indirizzo di residenza.

La C.I.E. può essere richiesta al comune di residenza o al comune di domicilio, previo nulla osta del Comune di residenza, per i residenti in Italia.

La durata del documento, varia secondo le fasce di età di appartenenza e nel dettaglio:

- **Tre anni** per i bambini di età inferiore a tre anni;
- **Cinque anni** per i minori di età compreso tra i tre anni e i diciotto anni;
- **Dieci anni** per i maggiorenni.

Il Comune di Mazara del Vallo, a partire dal **16 ottobre 2017**, ha avviato il servizio finalizzato al rilascio della carta di identità elettronica, ed ha attivato il servizio di prenotazione sull'apposita agenda ministeriale, attraverso il **portale predisposto dal Ministero dell'Interno**, ove previa registrazione, il cittadino potrà prendere appuntamento **selezionando il Comune di Mazara del Vallo e scegliendo fra le date disponibili**.

Questo strumento permette di prenotare da casa, aspettando

il proprio turno comodamente sul divano, evitando code e intasamento allo sportello. Basta seguire le indicazioni previste dalla procedura, inserendo i dati richiesti, e con pochi passaggi è possibile prenotare l'accesso alla prestazione. La funzionalità



sta nella possibilità di **prenotare la prestazione on line al portale predisposto dal Ministero dell'Interno** <https://www.prenotazionicie.interno.gov.it/> e previa registrazione **scaricare la ricevuta (codice a barra con sette numeri)**.

Il cittadino riceverà **per e-mail** un codice di prenotazione, da presentare all'Ufficio comunale "Carte di Identità", dove potrà effettuare la richiesta di rilascio della C.I.E. con una riduzione massiccia dei tempi di attesa. La

consegna della **C.I.E.** a cura del **Ministero dell'Interno**, avverrà entro **sei (6)** giorni lavorativi della richiesta, presso l'indirizzo indicato dal cittadino, o su richiesta presso il Comune. Può anche essere indicato **un delegato al ritiro**.

Il corrispettivo da versare in contanti il giorno dell'appuntamento è pari:

- **€ 22,00** in caso di nuova emissione/rinnovo;
- **€ 27,00** in caso di richiesta di duplicato per furto – smarrimento – deterioramento.

L'Ufficio si trova al piano terra nel palazzo Cavaliere di Malta, di Via Carmine n.21 ed è aperto al pubblico **dal lunedì – martedì – giovedì e venerdì dalle ore 08,30 alle ore 12,30, mercoledì dalle ore 15,00 alle ore 17,00**.

Per qualunque informazione o difficoltà, i cittadini potranno inviare **una e-mail all'indirizzo:** marialuppino@comune.mazaradelvallo.tp.it o leonardoiemmola@comune.mazaradelvallo.tp.it

L'Ufficio Carta di Identità è legalizzazione fotografie è diretto **dall'Avv. Laura Serra**, Dirigente del 4° Settore "Servizi Demografici".

Responsabile dell'Ufficio è la dipendente comunale **Sig.ra Francesca Maria Grazia Pinta**.

Allo sportello sono attualmente addetti n.2 impiegati **Leonardo Iemmola e Maria Luppino**.

Baldo Scaturro

Su tale argomento della Tessera Sanitaria, ne ha parlato questa testata giornalistica nel **n.4 del 14 aprile 2021 – pag.5**.

Giuseppe Ferrara e la passione per il biliardo

Giuseppe Ferrara appartiene alla schiera dei nostri concittadini che diffondono in ogni parte del mondo il nome di Mazara del Vallo attraverso la nobile arte dello sport. All'età di 14 anni Giuseppe Ferrara inizia un percorso che lo ha condotto sin da giovanissimo a disputare gare e competizioni conseguendo le prime coppe ed i primi traguardi che hanno consolidato la sua passione ed il suo impegno.

Lo sport in cui si è cimentato è il biliardo nelle sue diverse caratteristiche e specialità tanto da guadagnarsi ben presto l'appellativo di Maestro intraprendendo la carriera agonistica e riportando schiacciante vittorie nei campionati internazionali ed italiani, oggi può vantarsi di essere inseri-

to nell'Albo d'Oro del campionato mondiale 5 Birilli e di avere il titolo di Campione d'Italia in Carambola a tre sponde insieme a S. Ruocco.

È stato presente anche al campionato mondiale di biathlon in Danimarca e ha partecipato inoltre alla Coppa d'Europa a squadre in Germania, solo per citare alcune competizioni. Ricordiamo inoltre che gli hanno affidato in particolare il delicato compito di montatore dei panni verdi come avvenuto nel 1997 da parte dell'MBM in occasione dei campionati mondiali di Las Vegas.

Lo stesso Maestro G.Ferrara afferma che "tale sport merita di essere rivalutato e divulgato presso i giovani poiché necessita di grande impegno, concentrazione e abilità che vanno

accompagnate in un rapporto di grande collaborazione e rispetto.

E come tutti gli sport insegnano la disciplina ed il senso di responsabilità, ecco perché sarebbe utile organizzare corsi e presentare anche i progetti alle varie scuole del territorio affinché i giovanissimi possano avvicinarsi al mondo del biliardo." Recentemente la città di Mazara ha voluto fargli dono del crest cittadino "quale riconoscimento per la passione ed i successi ottenuti nella nobile disciplina sportiva del biliardo".

Francesca Incandela



MAZARA DEL VALLO

Policampo olimpionico di tiro a volo, finalmente la gestione unica

Dopo circa 26 anni dalla sua realizzazione, il poligono di tiro olimpionico di contrada Castelluzzo a Mazara del Vallo viene assegnato in concessione ad un'unica associazione: la Tiro a Volo 2020 di Mazara del Vallo. L'impianto, di proprietà del Libero Consorzio comunale di Trapani (ex provincia), è stato assegnato all'associazione dilettantistica Tiro a Volo 2020 di Mazara presieduta da Vincenzo Asaro, già presidente del consiglio comunale e tra i fondatori della prima ora del movimento del tiro a volo mazarese. La procedura di concessione, per un periodo di 15 anni, prevede un canone di circa 30.000 euro annui. La Tiro a Volo Mazara 2020 subentra nella gestione dell'impianto all'associazione Tiro a Volo

Marsala (occupante lo stand 1), Tiro a Volo Mazara (occupante lo stand 3) e Protezione Civile C.P.A.S. di Mazara del Vallo (occupante lo stand 2 centrale) che cogestivano l'impianto, a seguito delle precedenti suddivisioni dell'impianto sportivo. "Da oltre un decennio – sottolinea Vincenzo Asaro – abbiamo evidenziato la necessità che il policampo olimpionico provinciale dotato di ben 8 campi fosse riunito sotto un'unica gestione per consentire di riportare in Città eventi internazionali del calibro delle Universiadi o dei Campionati mondiali,



europei ed italiani che tra il 1996 ed i primi anni 2000 hanno già visto protagonista internazionale il nostro impianto, vero e proprio fiore all'occhiello dell'impiantistica italiana. Nel nostro impianto – osserva ancora Asaro – hanno svernato e si sono allenati le rappresentative italiana ed estere di tiro a volo, ma la precedente suddivisione dell'8 campi degli 8 campi in due mini strutture da 4 campi ha pregiudicato negli ultimi anni l'organizzazione di grandi eventi internazionali che meritiamo di riportare a Mazara del Vallo". Ufficializzata la notizia dell'aggiudi-



Vincenzo Asaro

cazione della concessione del policampo olimpionico di tiro a volo di Mazara del Vallo, Vincenzo Asaro ha subito informato il presidente della Federazione Italiana Tiro a Volo (Fitav) Luciano Rossi che ha espresso il compiacimento per il ritorno alla gestione unica. Un pensiero viene inoltre rivolto ad un caro amico di Mazara del Vallo e per anni a capo della Fitav siciliana, il compianto Saro Avveduto.

"Lo sport e nel nostro caso il tiro a volo – sottolinea Vincenzo Asaro – non è solo passione agonistica ma opportunità di crescita culturale e turistica. Nelle varie competizioni organizzate in passato al poligono di tiro olimpionico abbiamo registrato punte di oltre 2000 persone tra atleti e accompagnatori e ciò rappresenta una grande occasione di rilancio anche economico del nostro territorio".

La Redazione



L'angolo della Poesia

L'istante

L'istante soltanto un respiro
che segna dell'esser la vita.

Il farlo, non costa fatica,
puoi dire: <<Si l'ho vissuto>>.

Ogni momento è sempre importante,
perché la vita, che è un dono,
prezioso e splendido... sai,
va tutta vissuta con gioia.

Sprecare non si deve nel nulla.

Si accetti quant'essa ci dona,
con grata e paziente umiltà.

S'apprezzi, finché essa dura,
il bene o il male che venga
questo fa parte di te.

Antonino La Grutta

Le iniziali della pace

È triste e desolato
il suo campo minato.

La coscienza è sporca
È muta il paesaggio
trascinando tutti nello scompiglio.

L'innocenza calpestata
dall'ingiustizia maledetta.

Tutto è cambiato
e ciò che è scontato
travolge l'inaudito
solfeggio delle mura cadute.

Ci si rialza
con gli elmi alle porte
e scudi alle braccia
per una guerra senza meta e frontiera.

Uniti dalla tolleranza
prontezza e pazienza.

E si cerca
la via della certezza
incidendo le iniziali della pace
dove l'immenso ci lega tutti
infinitamente.

Gaspere Stassi

VENDESI ATTIVITA'



Per info:

340 5189125



Privato per la Sicilia

**Sovrano Ordine di San Giovanni di Gerusalemme (S.O.S.J.)
Cavalieri di Malta – L'Ordine Ereditario**



Commenda di
Mazara del Vallo

MAZARA DEL VALLO

La soluzione facile non è quella giusta

I sindaci delle tre città, Mazara del Vallo, Petrosino e Marsala hanno scelto la soluzione facile, hanno delegato SICILIACQUE a risolvere il problema della carenza di acqua e dell'inquinamento da nitrati nelle rispettive città.

Se non si è capaci si delega. Noi vogliamo sindaci capaci. Capaci di fare il bene dei cittadini. Se l'acqua è inquinata, bisogna ricercare le cause dell'inquinamento, chi lo determina, obbligarlo al disinquinamento e, nell'immediato, attraverso la depurazione fatta in proprio, garantire acqua potabile. Se fosse giusta la soluzione facile adottata dai tre sindaci, noi avremmo risolto il problema per sempre, ma così non è. Pensate, se tutti i sindaci delle città inquinate da nitrati - e sono tanti - adottassero la stessa soluzione, allora anche quelle falde ancora non inquinate, a cui attingerebbero,



finirebbero per esaurirsi e pure inquinarsi, perché, nel contempo, chi inquina continuerebbe a inquinare e tutta l'acqua sarebbe perduta.

Il problema dei nitrati non è locale, è nazionale e mondiale. È conseguenza di una industrializzazione ad oltranza, a dispetto dei danni ambientali. In questo processo ben si inseriscono le multinazionali, e fra queste SICILIACQUE, che, parten-

do dai governi nazionali, fino ad arrivare ai locali, si propongono come riparatori del danno. Si camuffano da benefattori dell'umanità, presentano progetti buoni per rimpinguare le loro tasche e asciugare quelle dei cittadini, ottengono gratis un bene di valore inestimabile come l'ACQUA e pure lauti finanziamenti per gestirne la distribuzione.

I cittadini, uniti, possono arrestare

questo processo agendo in direzione opposta. In Italia, i comuni sono il luogo preposto all'esercizio della democrazia, attraverso l'azione dei cittadini uniti, il sindaco opera e promuove la democrazia. I cittadini hanno potere. Essi devono convincersi di non essere sudditi, sono gli attori primi nel processo di cambiamento verso una società rispettosa dell'ambiente, più giusta, più equa, più a misura di uomo.

Il Comitato Cittadino per la Tutela delle Risorse Idriche e Ambientali del Territorio di Mazara del Vallo, l'Associazione Pro Capo fetto e il gruppo Mazara Asciutta stanno spendendo tutte le loro energie per mobilitare la cittadinanza affinché venga garantita l'acqua potabile, e tutti i giorni, e sia impedita la privatizzazione.

**Silvana Mannone Anna Quinci
Caterina Mangiaracina**

Elezioni RSU del 5, 6 e 7 aprile 2022

Cari Amici e Colleghi, il 5, 6 e 7 aprile 2022 si torna a votare per le elezioni delle RSU, le Rappresentanze Sindacali Unitarie di tutto il pubblico impiego. Quindi anche nel Comune di Mazara del Vallo ci stiamo organizzando per l'imminente tornata elettorale.

Quello di quest'anno è un appuntamento particolarmente importante, perché stiamo vivendo un periodo veramente difficile, che ha inciso anche sulle modalità di lavoro, aprendo nuovi spazi alla valorizzazione del lavoro da remoto e perché nei prossimi mesi verrà finalmente rinnovato il CCNL, con importanti novità che daranno ancora più valore alla contrattazione decentrata e/o integrativa che si svolgerà nel nostro Ente.

L'appuntamento per le elezioni delle RSU è un'occasione di partecipazione e di libertà, è una grande competizione democratica nella quale vogliamo giocare un ruolo da protagonisti, incrementando adesioni, consensi e rappresentatività per essere sempre più interlocutori autorevoli e attivi, in tutti i settori del comune e nei tavoli di confronto con l'Amministrazione.

Nel Comune di Mazara del Vallo noi CISL abbiamo candidato nella nostra lista il meglio delle risorse umane disposte a spendersi in prima persona per un progetto che tende a mettere veramente in primo piano i lavoratori... tutti i lavoratori, senza "se" e senza "ma". Il risultato finale è un team che se eletto sarà in grado di rappresentare al meglio i lavoratori in seno alla RSU perché nella sua anima troviamo tanto la saggezza e l'esperienza di chi ha già intrapreso questa avventura e si è già seduto al tavolo delle trattative quanto l'entusiasmo e la determinazione di chi per la prima volta si affaccia a questa esperienza prefiggendosi grandi

traguardi.

Le sfide che la nuova RSU dovrà affrontare sono fondamentali per il nostro futuro e per le nostre famiglie: dal rinnovo del contratto alle riforme, dall'utilizzo delle risorse del PNRR alla tutela della salute e della sicurezza, da una adeguata e rinnovata dotazione organica all'innovazione tecnologica, dall'integrazione oraria agli ex precari alla progressione in carriera. Uniti nelle idee e nell'impegno per raggiungere gli obiettivi di difesa dei diritti di tutti i lavoratori nel comune di Mazara del Vallo.

Le scelte che verranno fatte in questo periodo condizioneranno in maniera significativa il nostro futuro professionale: serve una contrattazione sui luoghi di lavoro più forte e inclusiva che mai, una RSU quindi in grado di rappresentare e difendere i diritti e la dignità delle lavoratrici e dei lavoratori, per rafforzare la democrazia nei nostri posti di lavoro. Il sindacato ha bisogno di rinnovarsi, di dare spazio a chi lavora con impegno tanto negli uffici quanto nelle strade, a chi ha iniziato a lavorare negli ultimi anni e vede un futuro incerto. Noi, come CISL FP, crediamo in un sindacato fatto così, capace di rinnovarsi, radicato sui posti di lavoro, fondato sulla partecipazione, un "sindacato delle RSU".

Ecco i candidati per le RSU 2022 della lista CISL FP, li conoscete tutti, sono colleghi ed amici:

- **Giovanni Ravenna** - Esecutore tecnico di non comuni doti professionali, già componente RSU e Responsabile per la Sicurezza dei Lavoratori, grande conoscitore delle relazioni sindacali;

- **Dott. Silvestro Bruno** - Collega preparato e competente, per la prima volta candidato alle RSU. Di elevato profilo culturale essendo in possesso di due lauree, unisce alla

preparazione una spiccata determinazione e disponibilità nei confronti dei colleghi;

- **Geom. Francesca Mocerì** - RSU in carica che si ripropone dopo essersi distinta per la sua attività sindacale svolta con zelo e devozione;

- **Dott. Leonardo Di Giorgi** - Vigile Urbano, che nel tempo ha ricoperto per diverse volte il ruolo di componente la RSU. Nella sua attività sindacale ha rappresentato sempre al meglio i lavoratori del comune di Mazara del Vallo.

- **V- incenzo Fiducioso** - Ex Vigile Urbano, da diversi anni svolge attività amministrativa. Sempre vicino al sindacato ha fornito supporto anche in momenti critici, con la competenza e l'esperienza maturata in diversi settori dell'amministrazione.

- **Geom. Mario D'Agati** - Tecnico stimatissimo con importanti incarichi lavorativi anche al di fuori dell'ambiente comunale, si candida per la prima volta alla carica di RSU ed è pronto a spendersi con tenacia ed impegno mettendo a disposizione la sua esperienza e professionalità.

- **Dott. Ignazio Ingargiola** - Funzionario di elevato pregio culturale, noto a tutti per la sua disponibilità nei confronti dei colleghi oltre che per la sua serietà e per il suo impegno.

- **Arch. Antonia Russo** - Già vincitrice del premio "Dipendente dell'anno Città di Mazara del Vallo", per la prima volta candidata alla carica di RSU è da tutti apprezzata e stimata non solo per la sua indiscussa professionalità, ma per le non comuni doti umane che la contraddistinguono e che ne fanno un solido punto di riferimento nell'ambiente di lavoro. Questo è il nostro team, i nostri candidati, i vostri candidati, che se eletti ci rappresenteranno ai tavoli delle



trattative nella contrattazione integrativa nell'interesse di tutti i lavoratori, con l'intento di restituirci l'orgoglio di essere dipendenti comunali.

Cari Amici e Colleghi, proprio per difendere gli spazi di democrazia e di partecipazione, la professionalità acquisita, il salario accessorio, le legittime aspettative di progressione di carriera, la trasparenza, i diritti del personale, CHIEDO IL SOSTEGNO DI TUTTI VOI per proseguire, con ancora maggiore forza ed incisività, l'azione a difesa di tutti i lavoratori del Comune di Mazara del Vallo.

Il 5, 6 e 7 aprile 2022 sostieni con il tuo voto i candidati della lista CISL (è possibile esprimere 2 preferenze) affinché questa Organizzazione Sindacale possa incrementare la propria rappresentatività per mantenere ed espandere quelle prerogative necessarie a dare voce alle istanze dei lavoratori, per ottenere un profondo cambiamento nelle politiche del personale e nelle decisioni nel nostro Ente, restituendo a tutti la dignità del proprio lavoro e quei diritti conquistati nel tempo con lotte e sacrifici.

Votiamo tutti...non votare equivale a rinunciare ad essere protagonisti del nostro domani.

**Il Segretario Aziendale
Peppe Gabriele**

MAZARA DEL VALLO

Nuovo Incarico nell'U.O. Complessa di Medicina Generale con Lungadegenza del Presidio Ospedaliero "Abele Ajello" D.E.A. di 1° Livello al Dr. Claudio Pernice

Il Commissario Straordinario dell'Azienda Sanitaria Provinciale di Trapani **Dott. Paolo Zappalà**, con deliberazione **n.96 del 18 gennaio 2022**, ha conferito l'incarico F.F. di Responsabile di Direzione dell'U.O. Complessa di Medicina Generale con Lungadegenza del P.O. di Mazara del Vallo, al **Dr. Claudio Pernice – Dirigente di Medicina Interna**, apprezzato professionalmente e stimato umanamente. Il **Dr. Claudio Pernice** sostituisce il **Dr. Ignazio Scalisi**, già Direttore della stessa Unità Operativa, che è andato a ricoprire l'incarico quinquennale di Direzione di U.O. Complessa di Medicina Generale con Lungadegenza, presso il P.O. "Sant'Antonio Abate" – D.E.A. di 1° Livello di Trapani, a seguito di espletamento del concorso pubblico, **come si evince dalla Delibera**



U.O.C. Medicina Generale Responsabile F.F. Dr. Claudio Pernice

n.883 del 9 agosto 2021. Afferma il Direttore Sanitario **Dott. Gioacchino Oddo** dell'A.S.P. di Trapani <<Abbiamo adottato come Direzione Strategica, un provvedimento per rafforzare la struttura organizzativa dell'U.O. Complessa di Medicina Generale del P.O. "Abele Ajello">>. Il suo entusiasmo giovanile – la sua autorevolezza del buon maestro – la generosità instancabile del suo impegno, sono garanzia che la Medicina Mazarese, anche per il valore **dei collaboratori del Dr. Claudio Pernice**, sarà sempre un presidio di buona salute. Soddisfazione è stata espressa anche dal Commissario Straordinario **Dott. Paolo Zappalà** "La nomina del **Dr. Claudio Pernice**, professionista della Medicina Interna rafforzerà il lavoro multidisciplinare dell'equipe, in ogni articolazione di



Baldo Scaturro

salute, condizionati dalle malattie croniche dell'invecchiamento demografico e dalla necessaria attività di prevenzione delle nuove patologie". Il **Dr. Claudio Pernice** ha espresso soddisfazione per questo traguardo raggiunto, per il conferimento dell'incarico, che motiva ulteriormente l'impegno per assicurare il Servizio Sanitario, in un momento particolarmente difficile, che necessita del contributo e della collaborazione di tutti. << Esprimo un ringraziamento, ha aggiunto alla **Direzione Strategica Aziendale**, per la fiducia accordatami, sapendo di poter contare anche dell'insostituibile supporto dei miei collaboratori **Medici – Infermieri ed Operatori Socio Sanitari**>>.

Baldo Scaturro

Richiesta di Intitolazione dell'U.O. COMPLESSA di Chirurgia Generale del P.O. "Abele Ajello" – D.E.A. di 1° Livello al Dr. Giuseppe Alestra

Pubblichiamo una iniziativa della Segreteria Provinciale dell'Organizzazione Sindacale **"NURSING UP"** del Comparto Sanità, a firma di **Salvatore Giacalone e Baldo Scaturro**, avente per oggetto: "Richiesta di Intitolazione dell'U.O. COMPLESSA di Chirurgia Generale del P.O. "Abele Ajello" – D.E.A. di 1° Livello al **Dr. Giuseppe Alestra** di Mazara del Vallo", indirizzata al Commissario Straordinario **Dott. Paolo Zappalà** dell'A.S.P. di Trapani – al Direttore Sanitario **Dr. Giuseppe Morana** e al Direttore F.F. dell'U.O. Complessa di Chirurgia Generale **Dr. Giacomo Urso** del P.O. "Abele Ajello".

Ecco il testo della nota:

La nostra Organizzazione Sindacale **"Nursing Up"** - Sindacato degli Infermieri, firmataria del C.C.N.L. del Comparto Sanità, nell'esercizio delle sue funzioni, intende avanzare **alle SS.VV.** la richiesta di **intitolare**

l'U.O. Complessa di **Chirurgia Generale del P.O. "Abele Ajello"**, al suo fondatore e più precisamente:

> **Dr. Alestra Giuseppe** (Trapanese di nascita e Mazarese di adozione) per circa **22 anni, Primario Chirurgo**, (Medico per vocazione e per missione) andato in pensione **24 dicembre 1994**, e deceduto il **13 aprile 2016**;

Dal 1972 sotto la sua guida l'Unità Operativa di **Chirurgia Generale**, divenne polo di riferimento per la Sanità Provinciale e per le Città vicine, l'Unità Operativa divenne un punto di riferimento dando lustro alla **Divisione di Chirurgia Generale**. Era molto apprezzato anche per la disponibilità – cordia-



Dr. Giuseppe Alestra

le - rigore professionale – onesto – umile – umano - semplice – generoso – nei confronti dei pazienti e dei giovani medici, che ha dato al reparto una notevole professionalità, per i quali è stato **"Maestro di vita e guida insostituibile nella professione"**. Uomo di grande cultura – profondo conoscitore della storia del territorio, ha condiviso il suo sapere con gli altri

allievi dell'Università della terza età, con l'umiltà e semplicità di linguaggio, che è propria dei grandi. In passato si è provveduto ad intitolare diverse Unità Operative per lo stesso Presidio Ospedaliero, ai Primari, che ne erano stati fondatori, esempio l'U.O.S. Dipartimentale di

Radiologia (Dr. Raffaele Caravaglios) – l'U.O. Complessa di **Unità Coronarica – Cardiologia** (Dr. Innocenzo Fiore) - l'U.O.S. Dipartimentale di **Oculistica** (Dr. Vito Ubaldino) - l'U.O. Complessa di **Anestesia e Rianimazione** (Dr. Pietro D'Amico) l'Ambulatorio del U.O. Complessa di **Ostetricia e Ginecologia** (Dr. Bartolo Parrinello). Tutto ciò premesso, oggi l'Ospedale **"Abele Ajello"** – **D.E.A. di 1° Livello** di Mazara del Vallo, vuole ricordare **"questo Emérito Concittadino"**, intestando allo stesso l'U.O.C. di **Chirurgia Generale**. Ci si augura che la presente iniziativa, **Dott. Zappalà**, trovi accogliamento presso le **SS.VV.**, ognuno per le proprie competenze, così come ci risulta, che dall'atto del suo insediamento **10 agosto 2020**, altre **Unità Operative dell'Azienda Sanitaria Provinciale di Trapani**, hanno avuto l'intitolazione a Medici che si sono distinti durante il loro servizio.

TRAPANI

Emergenza Covid: Si alla proroga per 9 mila Contratti nel Servizio Sanitario Regione Sicilia Azienda Sanitaria Provinciale Trapani. Prorogati 559 Contratti Fino al 31 Dicembre 2022

L'Assessore Regionale alla Salute **Avv. Ruggero Razza**, con una direttiva Assessoriale del **22 Marzo 2022**, ha prorogato la naturale scadenza di tutti gli incarichi **al 31 Marzo, fino al 31 Dicembre 2022**.

Afferma l'Assessore **Razza** "il Numero dei Positivi in Sicilia è costantemente più alto, rispetto alla media Nazionale e suggerisce di non smantellare le strutture create per il contrasto al **Covid 19**, soprattutto quelle per i tamponi – **le U.S.C.A. e gli HUB Vaccinali**, tenendo al loro posto tutto il nuovo personale e anche gli Amministrativi, che in base alle norme Nazionali erano la cate-

goria più a rischio". Per il personale che prestano servizio **nelle U.S.C.A.** (Unità Speciali di Continuità Assistenziale), destinati all'assistenza domiciliare, per loro scatta una proroga

del Contratto **fino al 30 Giugno 2022**, in relazione al fabbisogno, cioè all'andamento dei contagi e continueranno a occuparsi dei dati, delle segnalazioni di positività e delle registrazioni dei Tamponi, ma solo nelle more della riorganizzazione della campagna di Vaccinazione, in vista della Cessazione dello stato di



Assessore Ruggero Razza

emergenza a partire **dal primo aprile**, come si evince **dalla G.U.R.I. n.70 del 24 Marzo 2022**.

Grande soddisfazione è stata espressa da **Salvatore Giacalone** – Responsabile dell'Organizzazione Sindacale **Nursing Up** "Si dà un importante riconoscimento ai **9 Mili lavoratori Siciliani** e più precisamente: **4 Mili Infermieri – 1945 Medici – 3000 tra O.S.S. – Amministrativi e Tecnici**, arruolati tutti in fretta fra il **Marzo 2020**, che negli ultimi due Anni, con spirito di servizio e passione hanno

dato una grossa mano ad un settore che da tempo lamentava carenze in Organico e continua ancora oggi a manifestarle.

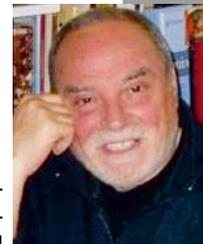
Nell' Azienda Sanitaria Provinciale di Trapani, sono stati prorogati n.559 Contratti, con diversi profili Professionali e più precisamente **223 Infermieri – 113 O.S.S. - 10 Tecnici di Laboratorio – 1 Tecnico di Radiologia – 4 Psicologi – 18 Medici Vaccinatori – 2 Farmacisti – 8 Educatori Professionali – 8 Assistenti Sociali – 77 Periti Informatici – 18 Collaboratori Ingegneri – 28 Collaboratori Amministrativi Professionali – 49 Assistenti Amministrativi**.

Baldo Scaturro

SALEMI

Per la giornata della Donna

Convegno della Fidapa all'insegna della 'consapevolezza'



Franco Lo Re

Per la Giornata internazionale della donna dell'8 marzo si è svolto nel salone del Castello normanno - svevo di Salemi il convegno sul tema "Il femminile tra filosofia e psicologia" organizzato dalla sezione locale della Fidapa. Un evento di alto profilo, confacente alle antiche mura del maniero che da secoli domina la Val di Mazara, e utile per una salutare riflessione sull'essere donna in un mondo in gran parte declinato al maschile, a dispetto delle tante buone intenzioni enunciate nel corso del secolo scorso. Parte bene Giulia



Stallone, da quattro mesi presidente dell'Associazione. Presente anche la presidente distrettuale Carmela Lo Bue. Dopo una breve introduzione di Maria Pina Leone, presidente del Rotary che ha rivolto un pensiero alle donne

dell'Ucraina, il sindaco Domenico Venuti ha voluto sottolineare l'importanza della differenza e della diversità viste come possibilità di maggiori opportunità per le nuove generazioni. A disvelare i complicati segreti del

planeta donna, due valenti esperti: la psicologa Valeria Ippolito, professionista molto nota in provincia e non solo, e il filosofo Carmelo Muscato, docente di un liceo palermitano. Entrambi con una "lectio magistralis" si sono offerti ad un uditorio attento

e sedotto dal fascino delle parole e dalla godibilità dei paradigmi adottati. Riassumerle entrambe una impresa ardua. Basta accennare che l'intervento della psicologa Valeria Ippolito ci è sembrato essere critico nei confronti di Freud, tacciato di "maschilismo" (la teoria della presunta invidia del pene da parte della donna) e più vicino al pensiero di Gustav Jung e alle teorie del controverso psicanalista francese Jacques Lacan. Riproponendo da Jung gli elementi strutturali, l'anima e l'animus, dell'inconscio collettivo, intesi rispettivamente la prima come il lato femminile di un uomo e l'animus come il lato maschile di una donna, elementi che invece erano (e in certi casi ancora sono) proiettati inconsciamente sulle persone dell'altro sesso fino al ventesimo secolo nelle culture maschiliste. Più

estese nel tempo le argomentazioni esposte del filosofo Carmelo Muscato: partendo dal mito di Afrodite, attraversando la Repubblica di Platone, accennando ad Ippazia, "martire" della libertà di pensiero, per sostenere la tesi che non sempre ciò che comunemente crediamo appartenere al mondo femminile, lo è, e viceversa, per arrivare, con un vertiginoso susseguirsi di "maschilii" e "femminili" che si compenetrano a vicenda, per giungere a sostenere che anche le "donne" a cui si rivolge Dante nel verso "Donne che avete intelletto d'amore" (riportato sulla locandina della manifestazione), sarebbero in realtà "uomini". E tuttavia il punto di arrivo dei due relatori è risultato essere il medesimo: entrambi hanno concordato sulla necessità che la donna mantenga sempre viva la battaglia per la "consapevolezza".

Franco Lo Re

Inaugurata la nuova sede dell'AVO

In occasione della giornata della donna è stata inaugurata la nuova sede dell'Avo di Salemi. I locali concessi dall'Amministrazione comunale e si trovano all'interno del complesso architettonico del Chiostro di Sant'Agostino. Erano presenti il vice sindaco Calogero Angelo e l'assessora Rina Gandolfo. I volontari dell'Associazione potranno finalmente, ci dice la sua responsabile Rosalia Fiorello, "riunirsi, confrontarsi, promuovere e realizzare nuove azioni a supporto di chi si trova in difficoltà, per moti-

vi di salute, sociali ed economiche". La pandemia ha lasciato fuori dalle strutture sanitarie tutti i volontari. Ma l'Avo Salemi ha messo in campo le proprie forze per riattivare il servizio mensa della Caritas, che da un anno era rimasta chiusa per mancanza di volontari. È capofila insieme alla protezione civile, alla pro loco, l'agesci e l'associazione Peppino impastato, per la distribuzione di pacchi agli indigenti, provenienti dal ministero delle politiche sociali di prodotti Fead. In cantiere ci sono alcuni nuovi proget-

ti e si spera che la sede agevoli la possibilità di incontrare più persone che abbiano la voglia di mettersi in gioco per regalare un po' del proprio tempo ad un servizio gratuito, ma non per questo meno importante e appagante. "Diventare un volontario AVO", sostiene la professoressa Fiorello, "prevede una formazione specifica, un tirocinio di 80 ore, una disponibilità di alcune ore a settimana. Ma soprattutto la volontà di essere prossimi a chi ha più bisogno".

Franco Lo Re



Salemi pronta ad accogliere la collezione d'arte della Salerniana

La provincia di Trapani e la Sicilia non possono permettersi di perdere il patrimonio culturale rappresentato dalla collezione d'arte della Salerniana: per questo motivo Salemi è pronta ad accogliere le opere che al momento sono ospitate all'interno dei locali del Libero consorzio comunale di Trapani". Lo ha affermato in una nota il sindaco di Salemi, **Domenico Venuti**, dopo avere appreso del rischio che la storica collezione possa lasciare la Sicilia. "La

Salerniana è una fiore all'occhiello per tutto il territorio trapanese - aggiunge Venuti -, uno dei punti di forza dell'offerta culturale siciliana. Siamo disponibili a trovare una giusta collocazione alle opere e chiedo ai vertici della Salerniana un incontro per trovare la giusta soluzione al problema". La Salerniana è una Galleria d'arte contemporanea. Nel 2015 la Salerniana ha inaugurato un museo d'arte moderna e contemporanea



a Trapani, all'interno dello storico Palazzo della Vicaria. Uno campionario significativo dell'arte contemporanea italiana, costituitasi grazie alle donazioni degli artisti (in numerosi casi espressamente realizzate per La Salerniana stessa). Solo per citare alcuni nomi, vi si possono ammirare alcune opere di Carla Accardi, Pietro Consagra, Pino Pinelli.

Franco Lo Re

Nasce lo sportello H per assistenza e informazioni ai disabili

Fornire informazioni utili sui servizi sanitari e sociali dedicati alle persone con disabilità, per migliorarne la qualità di vita. Con questo obiettivo nasce a Salemi lo sportello H, che verrà aperto ufficialmente giovedì 24 marzo, alle 9:30. L'iniziativa è frutto della collaborazione tra il Comune di Salemi, che ha fornito i locali, e l'associazione Abilmente uniti, che gestirà il servizio

con proprio personale. Lo sportello H troverà spazio al piano terra del Municipio di Salemi e terrà un incontro mensile (ogni secondo mercoledì del mese). Lo sportello agirà secondo una logica di rete con i servizi sociosanitari territoriali, le cooperative sociali e le associazioni locali e nazionali. "L'attività di informazione e segretariato sociale si rivolgerà ai disabili

ma anche alle loro famiglie - affermano il sindaco di Salemi, Domenico Venuti, e l'assessore ai Servizi sociali Rina Gandolfo -. Lo sportello H dovrà essere un punto di riferimento capace di fornire informazioni utili e servizi".

Franco Lo Re



Medicina
&
Dintorni

SALUTE E CORPO

La parola agli esperti...

a cura della dott.ssa Angela Asaro

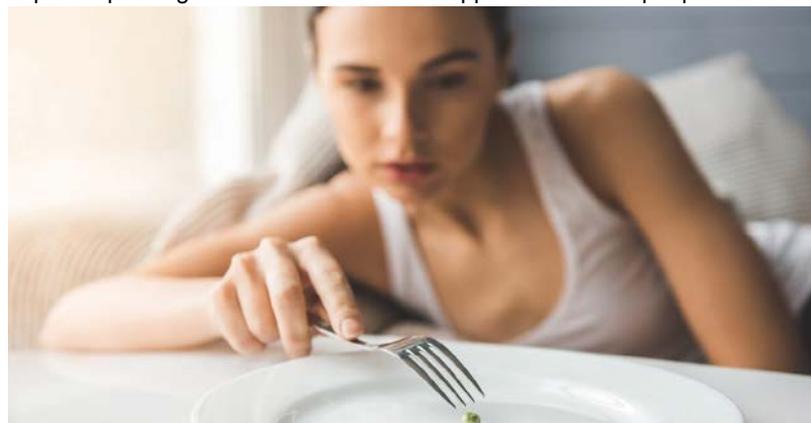
È consigliabile il digiuno prolungato per dimagrire?

La mania tutta moderna delle magrezze spesso innaturali, ha reso popolari una serie di metodi dimagranti poco condivisibili e potenzialmente dannosi. Fra questi figura il "digiuno totale" protratto, durante il quale si assume soltanto acqua e tisane. Il problema è che questo metodo, pubblicizzato come una panacea che va bene sia per dimagrire che per "disintossicarsi", rappresenta invece per l'organismo uno stress che può provocare danni e che fra l'altro porta solo ad una perdita di peso illusoria e fittizia.

Occorre operare alcune distinzioni: un "digiuno totale di breve durata - 24 ore", ad esempio - è ben tollerato dal corpo di un adulto sano, il quale mette in atto lievi adattamenti metabolici per garantire l'apporto di sostanze nutritive agli organi vitali più vulnerabili (ad esempio, glucosio per le funzioni cerebrali) e al fine di conservare la massa proteica. Un digiuno di una giornata non comporta quindi quasi mai grossi problemi ma non c'è un buon motivo per farlo: la perdita di peso che ne consegue è principalmente dovuta a perdita di acqua. Può rappresentare una pausa salutare per far riposare gli organi del comparto digestivo: può essere adottato di tanto in tanto, a patto di bere molto per eliminare, attraverso le reni, azoto, urea, acido urico ed eventuali corpi chetonici.

Ancora peggio sono i "digiuni idrici" prolungati. Come detto la privazione completa e prolungata di cibo rappresenta uno stress al quale l'orga-

nismo risponde come a qualunque evento traumatico, ossia con una tipica "reazione di emergenza" che chiama in causa i vari ormoni preposti a intervenire in queste situazioni: soprattutto adrenalina, cortisolo e glucagone, che nel giro di poche ore e poi di pochi giorni ricavano tutto



il glucosio possibile (indispensabile per globuli rossi e sistema nervoso) dalle scorte corporee di glicogeno, esaurendole (come carburante il glicogeno è sufficiente per sole 24 ore in caso di digiuno!) e poi cominciano a scindere parte delle proteine corporee (muscolari soprattutto, e poi epatiche e della milza) per ricavare energia. In sostanza, una specie di "auto cannibalismo": l'organismo consuma il proprio prezioso tessuto muscolare per fare fronte all'assenza di energia che comporta il digiuno. Va precisato comunque che, di per sé questa "reazione di allarme" è un meccanismo protettivo che è innescato dall'abbassamento della

glicemia e che se di breve durata può anche essere utile (digiuno intermittente.) Se invece la situazione di emergenza si prolunga eccessivamente, quei meccanismi protettivi diventano dannosi: troppa adrenalina mette a dura prova cuore e arterie, troppo cortisolo depaupera ossa e

muscoli (nel lungo periodo anche il muscolo cardiaco) così come può essere compromessa la funzione renale, e in sostanza il digiuno prolungato e ripetuto provoca variazioni complesse negli equilibri ormonali e alla lunga rischia di comportare seri danni all'organismo. In letteratura vengono riportati anche vari effetti collaterali minori, provocati da digiuni superiori ai 5 giorni, quali depressione dell'umore, facile affaticabilità irritabilità, sensazioni di freddo, ecc. Nel merito del dimagrimento, il calo di peso delle prime 24-48 ore è dovuto quasi esclusivamente alla perdita di acqua e al consumo delle scorte di glicogeno (circa 500g fra fegato e muscoli). Nei primi 2-4 giorni il fisico apparentemente risponde bene ed anzi i maggiori livelli di cortisolo possono dare una sensazione di particolare energia. Ma poi il quadro cambia nei giorni successivi e l'organismo, come detto, consuma i muscoli e gli altri tessuti, compreso il grasso di deposito, nel tentativo di ottenere energia. Tuttavia, l'utilizzazione del grasso è incompleta perché con il digiuno mancano anche le sostanze per metabolizzarlo e questo provoca la produzione di quantità rilevanti di corpi chetonici che si accumulano nel sangue e determinano una vera

e propria acidosi metabolica che, a seconda dei casi, può essere anche di grave entità. I chetoni hanno anche effetto antifame e sostituiscono il glucosio come carburante per il cervello, iperlipidiche, dannose per la salute; ridurre drasticamente gli zuccheri semplici e preferire legumi, ortaggi, ecc. Molto meno condivisibili e senza alcuna base scientifica, invece, sono i consigli di limitare fortemente il consumo di frutta, pane e pasta. Avviene ad esempio nel digiuno "modificato" o, come viene chiamato, "mima-digiuno", della durata di 5 giorni, a 1100kcal il primo giorno e ad 800 nei successivi quattro giorni. Le persone sane dovrebbero metterlo in atto una volta ogni 3-4 mesi, e gli altri una volta ogni 30 giorni. La promessa stavolta sarebbe quella di guadagnare ben 10 anni di vita, affermazione francamente audace e non supportata finora da prove sufficienti, anzi i primi test sull'uomo non confermano che il "mima-digiuno" modifichi favorevolmente gli indicatori di patologia, tra cui i parametri infiammatori. Infatti, risultati ottenuti sugli animali da esperimento, in laboratorio, in condizioni controllate non sono confermati negli studi di intervento sull'uomo.

E comunque questi pseudo-digiuni che tanto spazio hanno ricevuto sulla grande stampa niente hanno a che fare, fortunatamente, con gli eccessi e i rischi connessi al digiuno assoluto protratto, una pratica da sconsigliare decisamente. Purtroppo, nei titoli dei giornali e nella convinzione del pubblico le diverse proposte finiscono spesso per sovrapporsi e confondersi fra loro, a discapito di una corretta informazione.

E alla fine dei conti seguire le indicazioni di quanto è avvalorato dal mondo scientifico, che sarà poco mediatico o fantasioso, è più che sufficiente per garantirsi una buona salute, un peso corporeo corretto e la longevità che ci consente il nostro patrimonio genetico.



Dott.ssa Angela Asaro
Biologo Nutrizionista
angela.asaro@libero.it
Cell. 347 5867 965



Avv. Melania Catalano
Movimento Consumatori Mazara del Vallo



Melania Catalano

Nuova proroga per la scadenza dei voucher turistici

Il decreto Milleproroghe 2022, entrato in vigore lo scorso 1° marzo, ha allungato a 30 mesi il periodo di validità dei voucher emessi per viaggi, pacchetti turistici, gite scolastiche non fruiti a causa della pandemia da Covid-19. Per i voucher emessi in relazione ai contratti di trasporto aereo, ferroviario, marittimo e non utilizzati per la prenotazione di altri

servizi, i rimborsi possono essere richiesti decorsi 12 mesi dall'emissione dei voucher e sono corrisposti entro 14 giorni dalla richiesta. Il viaggiatore ha quindi 24 mesi di tempo per utilizzare il voucher, ma, una volta decorsi 12 mesi, può invece decidere di pretendere il rimborso.

Avv. Melania Catalano
Mc Mazara del Vallo Via G. toniolo 70/c





UniPa e Confcommercio Palermo insieme per nuovi modelli di sviluppo e crescita economica del territorio

a cura di **Flavia Maria Caradonna**

Università di Palermo e Confcommercio avviano una collaborazione per mettere in atto azioni congiunte per facilitare i processi di sviluppo economico e di impulso alle attività produttive, all'innovazione, al management delle imprese e alla pianificazione strategica nei settori del commercio, del turismo e dei servizi. Alimentare una corretta cultura imprenditoriale per indirizzare un nuovo modello di sviluppo e creare opportunità di crescita economica e sociale del territorio palermitano e agevolare la cooperazione per innalzare il livello di qualità della vita dei cittadini, favorendo una crescita stabile dell'indice di occupazione e di sviluppo del territorio. Sono questi gli obiettivi principali del nuovo protocollo di intesa e cooperazione tecnico-scientifica firmato dal Rettore dell'Università degli Studi di Palermo, Massimo Midiri, e dalla Presidente di Confcommercio Palermo,

Patrizia Di Dio. *“UniPa è un catalizzatore dello sviluppo che concorre all'innovazione del sistema delle imprese. Questo tavolo di lavoro permanente compone magistralmente la strategia di rilancio della Terza Missione e della cooperazione con il territorio - dichiara il Rettore Massimo*

nostro Ateneo, proposte operative per lo sviluppo sociale ed economico della città basate sulle evidenze scientifiche”. *“La collaborazione tra il mondo delle università e quello delle imprese è di importanza strategica per l'innovazione e lo sviluppo del territorio - commenta Patrizia Di Dio, Presidente Confcommercio Palermo - Non dobbiamo essere travolti dal cambiamento ma saperlo gestire e utilizzare per innovare le nostre aziende. Lo scambio di conoscenze tra atenei e aziende e l'attuazione di progetti comuni sono fondamentali per un apporto sinergico. Guardiamo al mondo dell'Università come leva strategica di competenze e di conoscenza per rendere il mondo delle nostre aziende più performante.*

sottolinea l'importanza dell'iniziativa affermando che *“la rete delle imprese del commercio, del turismo, delle professioni e dei servizi dell'area metropolitana di Palermo costituisce un prezioso tessuto di talenti, competenze, esperienze e strumenti per consentire all'Università di Palermo di essere sempre più un ecosistema di sviluppo e di offrire ai propri studenti un ampio e diversificato bacino di relazioni con le imprese che ne fortifichi il percorso formativo che ricevono da UniPa, rendendoli più capaci di comprendere il mutamento del lavoro che stiamo attraversando”.* Il protocollo istituisce un tavolo permanente di lavoro sempre rappresentato, per conto di Confcommercio Palermo, dal Presidente e da uno o più dei suoi delegati scelti di volta in volta in base agli argomenti da trattare e, per conto dell'Università, dal Rettore e dal Prorettore alla Terza Missione e/o dal Delegato alla Ricerca e al Trasferimento tecnologico, e che coinvolga di volta in volta, referenti specifici per le diverse competenze.



Midiri - uno degli elementi più importanti dell'accordo è la disponibilità di Confcommercio a collaborare con il suo Centro studi per redigere, coinvolgendo i docenti e gli studenti del

La sfida sta nella effettiva capacità di fare squadra per portare la ricerca e l'innovazione anche alla portata delle imprese più piccole”. Il Prorettore alla Terza Missione, Maurizio Carta,



Flavia Caradonna

Riflessioni

a cura di **Francesca Incandela**

La mafiosità all'origine della devianza

Ogni giorno le cronache ci riferiscono fatti di aggressioni, di cinico bullismo, di atti delinquenziali i cui protagonisti sono gli adolescenti, i nostri “figli”, i nostri alunni, molti dei quali abbandonano la scuola e credono di trovare il “sé” in storie di devianza sociale, di vandalismo, di spaccio (e consumo) delle droghe assumendo un atteggiamento di “onnipotenza” che sembra non avere altro limite se non quello della sopraffazione dell'altro. È un universo che ci gravita attorno e, come docente e cittadina, spesso ne sono venuta a contatto diretto riconoscendo in me stessa una sorta di impotenza ad agire, ad intervenire. Le mie riflessioni sulla “mafiosità” degli adolescenti- oggetto anche dei miei studi sulla dispersione scolastica - necessitano di un substrato culturale, oltre che metodologico, finalizzato ad indagare tutta una rete di relazioni familiari e sociali, nonché scolastici, ciò mi permetterà di apportare nuovi contributi nel campo della ricerca sulla mentalità mafiosa

e nella selva di abitudini e comportamenti avulsi dal concetto di legalità e di rispetto delle norme e dell'altro. L'indagine, inoltre, cercherà di mettere in luce un aspetto troppo spesso trascurato o minimizzato: la crisi d'identità dell'adolescente, ed in particolare dell'adolescente che ha assorbito da fattori ambientali e

e alla criminalità organizzata. Molti degli adolescenti di cui mi sono occupata - anche attraverso il racconto di storie già note, le testimonianze e le interviste dirette- sono figli di una terra, quale la Sicilia, in cui la sub cultura mafiosa ha pesantemente condizionato le scelte culturali limitando fortemente il concetto di una cittadinanza consapevole e di un'esplicazione della democraticità; altri sono figli di mafiosi che o vivono in carcere o sono latitanti o sono stati ammazzati. In merito a quest'ultimo aspetto, la mia ricerca è stata rivolta particolarmente a coloro che, pur provenendo da famiglie mafiose, hanno sviluppato una ribellione ai codici di omertà e di obbedienza, trasmessi dalle loro madri- le così ormai definite “vestali della mafia”- e sono in cerca di un riscatto morale e sociale; essi, però, devono fare i conti da un lato con la pesante eredità di un “passato” fatto di morte, di illegalità, di sopraffazione e violenze che molto spesso li emargina e condanna nella loro decisione ed aspirazione all'emancipazione (fenomeno, questo, che li accomuna alle tante



Francesca Incandela

donne di “mafia” che attualmente stanno facendo vacillare la granitica organizzazione e di cui tratteggerò in breve il percorso), dall'altro lato devono superare le diffidenze e giudizi della società in cui vivono che li ha ormai etichettati, che non sempre concede fiducia e credibilità a chi si dissocia e tenta di costruirsi una nuova identità. Le storie del riscatto sociale di coloro che abbandonano la mafia, quale la “grande famiglia” e la famiglia d'origine, composta di uomini “forti” “vincenti” e di donne “disciplinate ed obbedienti” sono anche le storie di adolescenti in forte crisi d'identità, perennemente in bilico tra il subire il fascino perverso della mafiosità che promette denaro, potere ed obbedienza altrui e il desiderio di liberazione dalle catene mafiose, di riscatto personale, oltre che sociale. Per concludere, occorre interrogarsi circa le strategie messe in atto dalle agenzie educative per arginare almeno in parte il triste ed esponenziale fenomeno della devianza giovanile, ma soprattutto si cercherà di delineare nuovi itinerari educativi e terapeutici, servendoci sì dei risultati cui sono pervenuti altri studiosi che se ne sono occupati ma quale punto non d'arrivo ma di partenza.



PACE



L'Opinione
TeleBS

PACE — PACE



Soluzioni per la Diagnostica Veterinaria

- > Strumentazioni di laboratorio con diverse formule di contratto
- > Materiale diagnostico monouso
- > Disinfettanti e Sanificazioni per ambienti di lavoro
- > Diagnostica Rapida



Piccolo Chem^{Vet}
CHIMICA CLINICA



DF50 VET 5DIFF

www.gesancom.it
Tel. +39 0924912396



clot VET
Coagulazione



LYTE VET plus
Elettroliti