AXA
AGENZIA DI BATTIPAGLIA

nerosubianco
Quindicinale indipendente di informazione, politica, sport e spettacolo. Anno XVI, n° 344 27 giugno 2020 www.nerosubianco.eu

AXA
AGENZIA DI BATTIPAGLIA

Voglia di pedalare

Politica
- **impianto di compostaggio nell'ex Stir: per Angelo Cappelli non si farà**
- **comunali 2021, in campo Liguori e Zara**

Attualità
finalmente si pensa alla mobilità sostenibile: pronto il progetto per la Ciclovia del Sole e disponibili i fondi per la pista ciclabile in città

In questo numero articoli di:
Francesco Bonito, Ernesto Giacomino, Stefania Battista, Anna Lambiase, Iole Palumbo, Antonio Abate, Elisa Sarluca, Simona Otranto, Ornella Cauteruccio

BANCA CAMPANIA CENTRO
la cassa rurale artigiana

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

BANCA CAMPANIA CENTRO
la cassa rurale artigiana

Fateci pedalare!

Il precedente risale a una ventina di anni fa e non è rassicurante: decine di milioni di euro per una pista ciclabile che costeggia la litoranea tra Salerno e Paestum. Soldi gettati al vento! Un'idea sulla carta interessante, realizzata male e gestita peggio. Nel giro di pochi mesi l'opera fu praticamente ingoiata dal contesto materiale e immateriale che la circondava. Ora è un monumento allo spreco di danaro pubblico, l'impronta della contemporanea inciviltà, lo sporco biglietto da visita della nostra litoranea.

Ma veniamo a oggi, anzi al futuro. Si parla di stanziare e spendere ancora tanti soldi per prolungarla fino ad Agropoli e per renderla di nuovo transitabile. Lunga circa cinquanta chilometri, si chiamerà Ciclovia del Sole; nel progetto è bella, liscia, pulita, scorrevole, affiancata da un camminamento pedonale. Si può fare. Certo, per scongiurare gli errori del passato, servirebbe una seconda "bonifica", più difficile da realizzare di quella del Ventennio: finalmente mantenere pulite le aree attraversate dalla ciclovia e, soprattutto, lottare contro il disagio sociale, l'abusivismo e la criminalità che rendono una parte dei cinquanta chilometri "terra di nessuno". Se la pista ciclabile porterà ordine e regole dove ora non ci sono, saranno soldi spesi benissimo. Poi, chi la percorrerà? In estate i cicloturisti e la domenica i ciclisti amatoriali. Ma i cittadini di Battipaglia o di Pontecagnano o di Eboli, le donne e i bambini, gli over 50 sovrappeso… credete che percorreranno dieci km solo per arrivarci, farsi un pezzo di desolata litoranea, e ne faranno altri dieci per tornare a casa? Non ci scommetterei.

Molti di meno, centottantunomila, sono gli euro destinati a Battipaglia per la mobilità urbana sostenibile (potete approfondire la notizia leggendo l'articolo di Stefania Battista a pagina 5). Non una grande cifra, ma certamente un'opportunità da

cogliere al volo. Questi soldi dovranno essere spesi per migliorare la mobilità dei cittadini, in maniera sostenibile: si spera vengano investiti per interventi che favoriscano l'uso della bicicletta in città. È infatti incomprensibile come un paesone come il nostro, tutto in pianura, con un clima mite per quasi otto mesi l'anno e un penalizzante problema legato al traffico (caos e smog), non abbia percorsi protetti per le bici. A dire il vero qualcuno lo ha proposto: cito, tra gli altri, Civica Mente, #perunnuovoinizio e diverse altre associazioni cittadine, ma nessuno dei sindaci di ieri e di oggi ha realizzato un solo centimetro di ciclovia. Solo la "triade commissariale" realizzò quella che fu più una provocazione che un intervento urbanistico (mi riferisco ai cento metri di pista ciclabile in via Monte Rosa, quella che si vede nella foto).

Visto che è partita la campagna elettorale per le comunali del 2021, ci sono già tre sindaci in lizza e ci saranno altri candidati, a nome del giornale invitiamo chiunque dovesse prendersi [cura di] Battipaglia a **realizzare nel centro urbano una pista ciclabile** che consenta di spostarsi agevolmente e in sicurezza usando la bicicletta. *Nero su Bianco*, speriamo insieme a tanti altri battipagliesi, continuerà a chiederlo con gran forza e ad alta voce: fateci pedalare!

Francesco Bonito

Prova a prendermi

È un classico: finite (o meglio, tamponate) le emergenze straordinarie tocca rifare i conti con le imbecillità ordinarie. Con quelle piaghette sociali che da sempre contraddistinguono l'andazzo civico della città: inosservanza delle regole, menefreghismo, vandalismo, maleducazione.

Il tizio normale tolto dalla quarantena ritrova fiato gradualmente, si riabitua un tocchetto alla volta alla quotidianità: con garbo, calma, diffidenza, circospezione. Un certo tipo di battipagliese invece no: intimorito fino all'altro ieri da qualunque parvenza di volante e controllo in strada, fornito di otto tipi di autocertificazioni diverse anche solo per scendere a ritirare la posta dalla cassetta, attento dal balcone a redarguire violentemente qualunque essere animato gli transitasse sotto casa, una volta avuto un minimo d'accenno di via libera s'è invece sbracato di colpo ed è tornato a far danni. Un palloncino tirato al limite, che non appena tolto il dito dall'imbocco che gli strozzava l'aria s'è sgonfiato a razzo, impazzito e imprendibile, scaricando ovunque tutti i gas accumulati nei mesi.

Ed ecco che si ritorna alla normalità, allora. Anzi: com'è nel nostro dna, si va oltre. Rapidamente s'è passati da un obbligato stato di polizia a un inspiegabile permissivismo globale, in cui puoi avere una Battipaglia dr. Jekyll e una mr. Hyde a seconda di zone e fasce orarie. E non si parla solo di rispetto delle regole post-quarantena, ma del vivere civile in generale. La notte, per dire, è tornata a essere zona franca: via, città vuota, liberi tutti. Strade che dopo le undici diventano mini-circuiti di corse automobilistiche, con macchine che sfrecciano a velocità folli sia sulle nazionali che nei vicoli, con tanto di sgommate e testa coda, ed è solo un fortunatissimo caso (ripeto: solo quello) che non si sia fatto male ancora nessuno. O almeno, non seriamente. E ancora: sempre più cestini dei rifiuti divelti, saracinesche imbrattate, gradini e muretti ricolmi di vuoti di birra e bibite varie, spesso già rotti e taglienti. Col ritorno, in ciò, d'un *evergreen* di cui non si sentiva certamente il bisogno: le microdiscariche. Angoli cittadini (su tutti, nuovamente, il parcheggio a via Matteo Ripa) che una volta terminato il nobile e solidale "io resto a casa", a furor di popolo e col favore delle tenebre sono indisturbatamente tornati cloache in cui sversare il peggio dell'immondizia che transita in certe case (e, soprattutto, in certi cervelli).

In realtà il dato triste è che qui, al solito, non c'è da accusare una moltitudine di anonimi imbrattatori, ma la solita entità astratta: la certezza dell'impunità. Perché resta surreale il fatto che in una città con oltre cinquantamila residenti continui a non esistere non dico un controllo capillare del territorio negli orari a rischio, ma quantomeno quel minimo di segnali forti che instillino nella mente del disturbatore seriale il dubbio di poter pagare, prima o poi, almeno lo zero virgola qualcosa per mille dei disagi che va causando.

Perché se c'è una cosa che abbiamo imparato, in questi tempi difficili, è che la gente, se sa di essere controllata, le regole le rispetta. E che se succede il contrario, quindi, la colpa non è solo di chi disubbidisce.

Ernesto Giacomino

***Nero su Bianco* ringrazia gli sponsor**

Axa, Banca Campania Centro, Pro Casa, Life Farma, Phlogas & Power, Big Flash, Tenuta Elisa, Biomedical, Caseificio Mail, Cersam, Antica Erboristeria, Ascio Broker, Thetis, Sogni ed Emozioni, Scongelando, Emporio Antico Borgo.

sfide
agenzia pubblicitaria
Battipaglia, via Plava 32 - tel. 0828 344848

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

sfide
agenzia pubblicitaria
Battipaglia, via Plava 32 - tel. 0828 344848

Rifiuti: parlano tutti

Una risposta che, a ben leggere, oltre a fotografare lo stato di fatto, individua precise responsabilità. Tanto che qualcuno l'ha definita da Ponzio Pilato. Ma cos'è che ha fatto scattare l'indignazione in città quando è stata resa pubblica la riposta scritta del ministro dell'Ambiente **Sergio Costa** all'interrogazione del senatore **Antonio Iannone** di Fratelli d'Italia, sulla vicenda dell'ipotesi di allocazione nell'ex Stir di Battipaglia dell'impianto di compostaggio? Proprio il fatto che, finora, tutti gli atti prodotti dalla Regione e la mancata contestazione da parte del Comune durante la famosa conferenza di servizi del 26 gennaio 2017, durante la quale gli enti locali vennero invitati dal presidente De Luca a esprimere eventuale dissenso motivato, confermano l'iter per la realizzazione dell'impianto.

"La programmazione degli impianti di compostaggio da realizzare per ottemperare alle sentenze comunitarie, condivisa con le comunità locali e le Province, è stata effettuata a valle di un avviso pubblicato dalla Regione in data 12 maggio 2016, – scrive il ministro Costa – mediante il quale sono state acquisite manifestazioni di interesse dei Comuni ad ospitare tali impianti sui propri territori, nonché delle società *in house* provinciali all'interno degli STIR da loro gestiti. Tra le manifestazioni di interesse presentate vi è anche quella della società provinciale Ecoambiente Salerno, avente ad oggetto la realizzazione all'interno dell'ex STIR di Battipaglia di un impianto di compostaggio con una capacità di trattamento di 35.000 tonnellate annue. La Regione Campania, in data 28 marzo 2017, ha firmato con la Provincia di Salerno e la società provinciale Ecoambiente Salerno un accordo di programma per la realizzazione di tale impianto".

La disamina del documento da parte dei comitati cittadini è stata impietosa e anche ironica. «Il ministro non fa altro che riepilogare lo stato di fatto – ha dichiarato **Lidia D'Angelo** – Che fine hanno fatto tutti i tavoli che doveva convocare con gli enti coinvolti

Il vicesindaco Angelo Cappelli

per aiutare i cittadini di Battipaglia? Cosa ci ha detto il Ministro in sostanza? Solo che lui non ha competenza in materia. Se ne è lavato le mani!». E sulla vicenda si è registrato anche un commento, giudicato poco istituzionale – della consigliera comunale **Rita Alfano** che ha commentato su un noto social l'intervista con un poco democratico: "Zitti! Silenzio!".

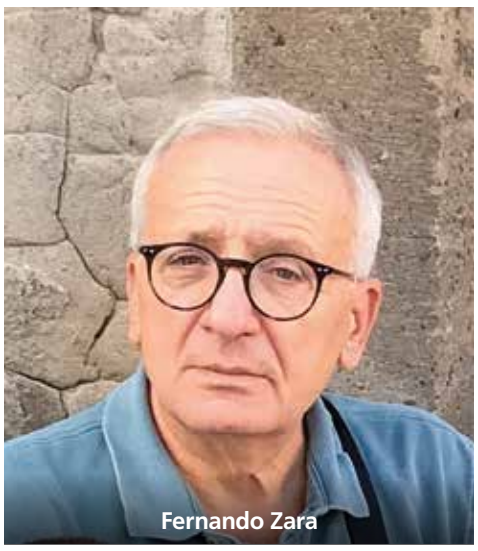
Eppure che ci sia ancora la concreta possibilità di evitare la realizzazione dell'impianto a Battipaglia è fiducioso **Angelo Cappelli**. Candidato alle prossime elezioni regionali nella lista di De Luca, il vicesindaco ha affermato che l'Ato sta preparando una relazione sulla cui base si rende evidente l'inutilità dell'impianto di Battipaglia visto che in 10 chilometri ve ne saranno altri due: Pontecagnano, già finanziato, ed Eboli, potenziato. Sulla scia di Cappelli anche la sindaca **Cecilia Francese** si è detta fiduciosa. Eppure i comitati questa volta non si fidano: «Quando vedremo l'emendamento al Piano regionale dei Rifiuti – ha commentato **Cucco Petrone** – e la revoca dell'appalto alla Monsud, vincitrice della gara, allora ci crederemo».

Stefania Battista

Liguori e Zara in campo

Sessantasette anni entrambi. Con l'esperienza da sindaco alle spalle e la voglia di rimettersi in gioco. Alfredo Liguori e Fernando Zara hanno deciso di riproporsi, ponendo sul piatto della bilancia, con un anno di anticipo, la propria esperienza amministrativa. Liguori afferma che a chiedere il suo impegno sono stati i cittadini, Zara che la città ha bisogno di capacità e progettualità.

Fernando Zara è stato eletto sindaco per due volte, nonostante la prima esperienza sia stata interrotta da una bufera giudiziaria che lo vide in manette, anche se poi tutto si risolse in un nulla di fatto con un'assoluzione dalle pesanti accuse giunta solo nel 2003. Sindaco la prima volta dal 1994 fino al 17 marzo del 97, con nel mezzo la gestione dell'allora vicesindaco D'Alessio, Zara si ripropose e vinse nuovamente a dicembre dello stesso anno rimanendo in carica fino al 2001. A lui si deve la creazione di Alba, allora chiamata Albanuova, l'azienda che si occupa da anni della raccolta rifiuti in città. E fu sempre Zara che fece il primo tentativo di ridisegnare la città affidando l'incarico di redigere un nuovo piano regolatore all'urbanista Samperi. Tra i suoi progetti in particolare la valorizzazione della litoranea, il mercato coperto presso lo stadio Sant'Anna e la realizzazione di un campo da rugby. Tutto, però, rimase a metà con la caduta della sua amministrazione.


Fernando Zara

Alfredo Liguori

Eletto sindaco nel giugno del 2002 **Alfredo Liguori**, allora a capo di una lista con il simbolo di Berlusconi, rimase in carica fino al marzo del 2006 quando l'amministrazione cadde per i dissidi interni ai suoi sostenitori. Da sindaco aveva richiamato Samperi per portare a termine il piano regolatore rinnovandogli l'incarico, ma l'amministrazione non resse alla prova e il piano restò nel cassetto. Da allora Liguori, sebbene non si sia mai allontanato dalla scena politica, non si è più candidato sindaco. Con l'amministrazione Santomauro, che aveva goduto del suo sostegno, divenne assessore alle Politiche comunitarie fino a quando non intervenne lo scioglimento per infiltrazioni camorristiche. Nella successiva tornata elettorale sostenne la candidatura di Gerardo Motta, aiutando nella campagna elettorale la consigliera Luisa Liguori.

Zara, invece, con Rivoluzione Cristiana, nel 2016 aveva sostenuto l'attuale sindaca. Poi lo scontro proprio sulla vicenda di Alba, che la Francese intendeva liquidare, e da allora l'ex sindaco e dirigente dell'Asl è divenuto uno dei suoi più feroci critici.

Mentre Liguori già annuncia due liste civiche che lo sosterranno, Zara pensa ad una possibile candidatura con il simbolo di Forza Italia non precludendosi, però, la possibilità civica nel caso il partito non decidesse di sostenerlo. Insomma i due ex sindaci si sottoporranno di nuovo al giudizio degli elettori. E l'anno che separa la città dal voto si preannuncia denso di sorprese e colpi di scena.

Stefania Battista

CERSAM
MATERIALE PER L'EDILIZIA, ARREDO BAGNO, CERAMICA,TERMOIDRAULICA, RUBINETTERIA, FERRAMENTA, COLORI, CLIMATIZZAZIONE.
LOVE MARGRES ARISTON Dom san marco KEOPE ARCOM ALCAS ITALIA GIACOMINI

BATTIPAGLIA: SHOW ROOM via Rosa Jemma, 219 – DEPOSITO via Vivaldi, 22

CON CALDORO E FORZA ITALIA PER IL RILANCIO DELLA CAMPANIA

Salutiamo con grande soddisfazione la scelta di **Stefano Caldoro** a candidato governatore della Campania per il centrodestra, indicato da **FORZA ITALIA**. Persona perbene e capace, che ha già dimostrato in passato moderazione, rispetto delle istituzioni, capacità amministrativa. Un galantuomo della politica, che a differenza del satrapo De Luca, non ama i riflettori, le dirette social, i fiumi di inutili parole, ma il lavoro continuo, costante, al servizio vero della comunità. Con lui la Campania ritornerà certamente protagonista.

Con Caldoro e FORZA ITALIA la nostra regione conoscerà uno sviluppo vero ed una ripresa economica e sociale. Con Caldoro e FORZA ITALIA la politica tornerà ad avere rispetto e considerazione delle esigenze dei territori e delle sue comunità. Con Caldoro e FORZA ITALIA il governo regionale tornerà ad essere strumento di governo e di azione amministrativa e non mera gestione del potere, come accaduto finora.

Con De Luca la nostra città ha conosciuto il periodo più buio della sua storia: in materia sanitaria, con l'ospedale ridotto ai minimi termini a favore della sanità privata; in tema di ciclo dei rifiuti, con il fallimento del Piano Regionale dei Rifiuti, che ha ridotto la nostra città al ruolo di pattumiera dell'intera provincia di Salerno, con gravissime ripercussioni sul piano ambientale; in tema di sviluppo, con una burocrazia invadente, incarnata dall'Asi e dalla Provincia, tutte di stretta osservanza deluchiana, che bloccano il sistema impresa, un tempo fiore all'occhiello della nostra area; in materia di rilancio del territorio con la mancata fermata del Frecciarossa a Battipaglia, nella logica di scelte non dettate da motivi logistici ed economici, ma clientelari ed elettorali, solo per favorire i capizona deluchiani. Insomma, una vera catastrofe per Battipaglia e per la Piana del Sele.

FORZA ITALIA è convinta che i battipagliesi meritino di più e – con orgoglio e voglia di riscatto – sapranno orientare il proprio voto a favore di chi potrà finalmente considerare la nostra città polo vitale per lo sviluppo dell'intera Campania.

Il Capogruppo Consiliare Forza Italia Battipaglia, dott. **Valerio Longo**
L'Assessore Comunale, avv. **Monica Giuliano**
Il Coordinatore Cittadino Forza Italia Battipaglia, prof. **Enrico Tucci**

MESSAGGIO POLITICO AUTOGESTITO A PAGAMENTO

Cilento vadolento CILENTO
Giangaleazzo
Bottega Cilentana
via Tavernelle, 46 | PAESTUM

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

Cilento vadolento CILENTO
Giangaleazzo
Bottega Cilentana
PAESTUM | tel. 0828 213620

Tanti soldi per le piste ciclabili: Battipaglia avrà la sua?

Siglato un protocollo d'intesa per realizzare una ciclovia in litoranea da Salerno ad Agropoli. Disponibili anche 180mila euro per la pista ciclabile nel perimetro urbano: le dichiarazioni dell'assessore Bruno

La sfida della "ciclomobilità" giunge a Battipaglia. Su due fronti. Quello ritenuto poco attraente per la cittadinanza di collegamento alla Ciclovia del Sole, voluta all'interno del masterplan per la fascia costiera, e quello, invece, della ciclovia urbana che finalmente sembrerebbe venire incontro alle aspettative dei battipagliesi.

Secondo il progetto, la **Ciclovia del Sole** dovrebbe essere lunga oltre 50 km, partire da Salerno e arrivare fino ad Agropoli, seguendo il tracciato della strada litoranea; si tratta quindi di riqualificare l'esistente pista ciclabile realizzata circa venti anni fa e lasciata nell'incuria totale (poco utilizzata anche per la difficoltà di immettervisi dai rispettivi centri urbani) prolungandola fino ad Agropoli. Ora però il protocollo siglato in Regione prevede anche un reticolo di collegamenti, tutti ovviamente ciclabili, che conducano dalle città fino alla costa. Novanta milioni di euro il finanziamento previsto. I tempi, ovviamente, non sono prevedibili giacché se i lavori di ripristino e miglioramento in litoranea saranno di competenza sovracomunale, quelli nei singoli centri urbani dipenderanno dalle rispettive amministrazioni delle città coinvolte (Salerno, Pontecagnano, Battipaglia, Eboli, Capaccio e Agropoli. Ma si tratta di un buon punto di partenza. Alla notizia, però, i battipagliesi hanno reagito con poco entusiasmo ricordando la sorte toccata alla vecchia pista e ritenendo soprattutto che l'utilizzo delle biciclette debba essere incentivato in città.

L'attuale pista ciclabile lungo la litoranea

Il rendering del progetto della ciclovia Salerno-Agropoli

Ma susciterà di sicuro maggiore entusiasmo la notizia del via libera, dato dalla conferenza unificata Stato Regioni al Decreto proposto dalla ministro delle Infrastrutture e dei Trasporti Paola De Micheli che stanzia 137,2 milioni di euro da destinare alla progettazione e realizzazione di ciclovie urbane, ciclostazioni e di altri interventi per la sicurezza della circolazione ciclistica cittadina. Soprattutto perché nella ripartizione destinata alla Campania, che avrà in totale oltre 13 milioni di euro in due anni c'è anche Battipaglia. La nostra città, con i suoi cinquantamila abitanti, ha ricevuto la consistente "dote" di 181mila euro.

Per utilizzare i fondi dovrà però dotarsi di un PUMS, nuovo strumento urbanistico il cui acronimo significa Piano Urbano per la Mobilità Sostenibile. Il Pums di ogni città dovrà tener conto delle modifiche in corso al codice della strada e favorire gli spostamenti con mezzi non inquinanti. Le **ciclovie urbane** diventano quindi una priorità. Come sarà quella di Battipaglia? Lo abbiamo chiesto all'assessore allo sviluppo urbano **Davide Bruno**. «Si stanno completando gli interventi per la mobilità sostenibile che vedrà Battipaglia dotarsi del Pums per diminuire gli impatti ambientali dell'inquinamento e aumentare il livello di vivibilità dei nostri cittadini. Presto lo porteremo in Giunta».

Ma quali collegamenti si pensa di voler dedicare alle biciclette?

«Innanzitutto lungo il fiume Tusciano, che ben si presta alla realizzazione di una pista ciclabile, poi a ridosso del centro urbano, ma soprattutto stiamo pensando ai collegamenti fra i diversi quartieri della città e verso le scuole». La Giunta dovrebbe tenersi entro i primi giorni di luglio; solo allora si potranno avere ulteriori dettagli.

Stefania Battista

Il prossimo numero di nerosubianco uscirà sabato 11 luglio

Nero su Bianco
Quindicinale indipendente
di informazione, politica, sport e spettacolo.
Registrazione del Tribunale di Salerno
n° 9 del 4 maggio 2005

Direttore Responsabile: **Francesco Bonito**
Editore: **Sfide** Battipaglia
Redazione: via Plava 32, Battipaglia - tel. 0828 344828
Impaginazione: **Sfide**
Stampa: **Litos** Battipaglia

Foto: **Sfide**
Pubblicità: **Sfide** (tel. 0828 344848)
www.nerosubianco.eu
posta@nerosubianco.eu

Hanno amichevolmente collaborato:
Antonio Abate, Stefania Battista, Ornella Cauteruccio, Ernesto Giacomino, Anna Lambiase, Simona Otranto, Iole Palumbo, Elisa Sarluca.

Antica Bottega del Surgelato 1990

GRUPPO Scongelando

...Dove il ***freddo*** incontra la ***tradizione***...

CONSULTA IL NOSTRO SITO

www.anticabottegadelsurgelato.biz

ANCHE CON **COSEGNA A DOMICILIO!**

BATTIPAGLIA - Via Paolo Baratta n.50

BIG FLASH
SINCE 1978
Battipaglia, via Mazzini 124

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

BIG FLASH
SINCE 1978
Battipaglia, via Mazzini 124

Psicologia

I nuovi disturbi alimentari

Quando parliamo di disturbi alimentari, la nostra mente ci riporta ad anoressia e bulimia, in quanto quelli maggiormente conosciuti. Con il passare del tempo si sono sviluppati nuovi disturbi alimentari, molto preoccupanti, che hanno un loro picco di esordio tra **adolescenti e giovani**. I nuovi disturbi alimentari sembrano una metafora delle problematiche del nostro quotidiano: incapacità di relazionarsi con gli altri, tendenza all'individualismo e alta competizione negativa con l'Altro. Ancora non sono inseriti nei principali manuali diagnostici, ma sono sempre più diffusi tra i giovani. Tra questi la **pregoressia** (dall'inglese pregnancy e anorexia, ovvero gravidanza e anoressia) che colpisce le donne gravide che non vogliono aumentare di peso durante la gravidanza e si sottopongono a diete estremamente rigide che mal combaciano con la fase delicata che stanno vivendo, o svolgono allenamenti sportivi pericolosi per il feto. Le caratteristiche principali della pregoressia sono l'esordio che combacia con l'inizio della gravidanza e l'atteggiamento della madre: parla della gravidanza in modo distaccato, vive negativamente la maternità e vive un forte senso di inadeguatezza per la pancia che cresce. Nelle donne con problemi di anoressia e bulimia, la pregoressia è una conseguenza comune, in quanto la gravidanza costituisce un evento traumatico e incontrollabile. Questo fenomeno sempre più diffuso sembra essere correlato a un'immagine mediatica, largamente diffusa, della donna che torna subito in forma, se non più magra, dopo la gravidanza.

La **dunkroressia**, invece, è caratterizzata dal digiuno prolungato durante il giorno, per arrivare ad assumere grandi quantità di alcolici la sera. Questo comportamento, molto diffuso tra gli adolescenti, non ha come obiettivo primario quello del dimagrimento, bensì di riuscire a bere molto alcool e diventare subito inconsapevoli di sé, adottare comportamenti bizzarri e perdere ogni forma di pudore. L'alcool rappresenterebbe la strada più semplice per socializzare, perdere ogni forma di controllo su di sé e non avvertire il senso della fame. Le conseguenze di questo comportamento sono alterazioni cardiocircolatorie, disturbi elettrolitici, osteoporosi, amenorrea, oltre ad altri rischi quali epatopatia.

Inoltre, notiamo con sempre maggiore frequenza casi di **ortoressia**, ovvero una vera e propria ossessione per cibi sani e puri. Tutte le ore della giornata sono impegnate alla ricerca di cibo sano, il mangiare cibi "impuri" provoca un forte senso di vergogna, inadeguatezza e senso di colpa, fino ad attuare atti compensatori. La perdita di peso non è importante ma è fondamentale nutrirsi di cibo puro per diventare sempre più sani.

Anna Lambiase
psicologa e tutor Dsa

Lions: la preziosa seconda vita degli occhiali usati

Grande successo per l'iniziativa promossa dal **Lions Club Eboli Battipaglia Host**: in pochi giorni sono stati raccolti ben 580 occhiali usati. Tutte le montature comprensive delle lenti sono state spedite al centro raccolta Lions di Chivasso, in provincia di Torino, attraverso la referente **Angela Liguori**.

Da anni i Lions di tutto il mondo sono impegnati in attività a favore dei non vedenti e delle persone con problemi di vista: addestramento e donazione di cani guida, screening nelle scuole, visite oculistiche gratuite, prevenzione del glaucoma e maculopatia, raccolta e distribuzione di occhiali usati nei Paesi in via di sviluppo. Milioni di persone in tutto il mondo hanno bisogno di occhiali da vista e non possono procurarseli. Per questo vengono organizzate queste campagne di raccolta presso ottici, scuole, farmacie e privati, con lo slogan "A te non servono più, ma possono aiutare qualcuno a riacquistare la vista". Nel mondo c'è un grandissimo bisogno di occhiali usati e l'Organizzazione Mondiale per la Sanità ha stimato che la vista di circa un quarto della popolazione mondiale può essere migliorata attraverso l'uso di lenti correttive.

Nonno Enzo e nonna Carmela insieme agli zii Carmine e Maria Tarantino, fanno gli auguri ai neo genitori Fabio Garofano e Antonietta Scafuto per la nascita del loro primogenito.

Ascio Broker
CONSULENZA ASSICURATIVA
Battipaglia (SA), via Palatucci
Centro direzionale Urbe (fabb. B, scala A)

Ascio Broker s.r.l.
ricerca collaboratori da inserire nel proprio organico
età compresa tra i 23 e i 35 anni;
titolo di studio: diploma di scuola superiore o laurea.
Inviare il curriculum vitae a:
asciobroker@gmail.com

EMPORIO

Antico Borgo

ENOTECA COLONIALI OGGETTISTICA

Più spazio nel Cuore della Città

nuovo punto vendita via Cernaia 35 - Battipaglia

PER LA PUBBLICITÀ
SU QUESTO GIORNALE
☎ 0828 344848

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

PER LA PUBBLICITÀ
SU QUESTO GIORNALE
☎ 0828 344848

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA A CURA DEL CENTRO MEDICO SAN LUCA

La malattia di Mèniere

Continua il nostro viaggio all'interno del labirinto delle patologie vestibolari. La **malattia di Mèniere** è una patologia cronica dell'orecchio interno, che si manifesta con un insieme di **sintomi** caratteristici: rumore in un orecchio (acufene), vertigini, sordità in un orecchio, sensazione di orecchio pieno (fullness).
Tipicamente, agli esordi la malattia di Mèniere si manifesta con un senso di ovattamento auricolare, associato a ipoacusia e acufene in un orecchio e vertigini oggettive della durata di diverse ore, con nausea e vomito. La sintomatologia si risolve spontaneamente dopo diverse ore, per ripresentarsi a intervalli di tempo irregolari, con periodi intercritici di pieno benessere.
Con l'avanzare della patologia, gli episodi si possono presentare con maggiore frequenza, ma soprattutto tendono a lasciare degli esiti, in particolare sull'udito che può non ritornare più alla normalità e la persistenza dell'acufene, anche alla fine della crisi.
La storia naturale della patologia prevede che dopo diversi anni il labirinto interessato si danneggi e che le crisi diventino meno frequenti, ma che persista un senso di instabilità cronica e una ipoacusia che spesso richiede l'utilizzo della protesi acustica.
Rara, ma possibile, la patologia bilaterale, che può essere *sincrona,* cioè le due orecchie si ammalano contemporaneamente (evenienza molto rara), oppure *metacrona,* cioè l'orecchio controlaterale si ammala dopo diverso tempo dall'esordio della patologia nel primo orecchio.
La **causa** è un eccesso di liquido (idrope) che si accumula nell'orecchio interno, il quale essendo in una cavità ossea ne impedisce l'espansione e provoca un danno da compressione sulle strutture cocleari e vestibolari.
La **strategia terapeutica** è variabile e dipende dalla risposta individuale del singolo paziente, e può avvalersi di farmaci somministrati in fase acuta o farmaci da assumere per periodi di tempo più lunghi, oltre alle iniezioni endotimpaniche di gentamicina (nei casi più gravi e con udito particolarmente compromesso), e agli esercizi di rieducazione vestibolare, quando sia presente l'instabilità cronica.
Al **Centro Medico San Luca** è presente personale altamente specializzato nella diagnosi e nella terapia di questa patologia notevolmente invalidante, che interferisce con la qualità della vita del paziente che spesso si trova in un perenne stato ansioso dovuto all'attesa della crisi successiva.

Rossana Santimone
Dir. Sanitario Centro Medico San Luca

SAN LUCA
MEDICINA & RIABILITAZIONE

Battipaglia, Strada Statale 18, km 76,500
Tel. 0828 614226 - www.sanlucacentromedico.it

Salus in erbis

a cura della dr.ssa Simona Otranto - Erborista

Piante e sindrome premestruale

La sindrome premestruale (SPM) è una combinazione complessa di sintomi psicologici quali irritabilità, aggressività, tensione, ansia, depressione, e sintomi somatici come ritenzione idrica, cefalea, gonfiore, dolore al seno, che si verificano in concomitanza della fase luteinica del ciclo e scompaiono pochi giorni dopo l'inizio della mestruazione.
La maggior parte delle donne in età riproduttiva lamentano sintomi più o meno accentuati. Le cause di tali disturbi non sono stabilite con certezza: probabilmente concorrono uno squilibrio ormonale, carenze nutrizionali, ritenzione di sodio, carenza di serotonina, abnorme risposta neuronale alla normale funzione ovarica, etc. L'approccio farmacologico prevede l'utilizzo di antidepressivi, diuretici, progesterone, impianti di estrogeni e così via.
Da un punto di vista storico i fitoterapici di tipo ginecologico sono stati classificati generalmente come emmenagoghi, ovvero sostanze che aumentano (per qualità e durata) il flusso mestruale quando questo è scarso e lo promuovono quando è assente. Le piante emmenagoghe a loro volta sono state suddivise in ormonali, se agiscono sul sistema endocrino, vasali, se facilitano il mestruo aumentando il flusso sanguigno nella mucosa uterina, ed infine ematiche, se diminuiscono la coagulabilità del sangue e dunque ne aumentano la fluidità.

Le classiche piante medicinali emmenagoghe sono quelle ricche in oli essenziali: la Ruta (*Ruta graveolens* L.), il Rosmarino (*Rosmarinus officinalis* L.), il Prezzemolo (*Petroselinum crispum* Mill).
Le piante che attualmente vengono impiegate e raccomandate dalla commissione E tedesca per alleviare la SPM sono diverse. Citiamo la **Cimicifuga**, l'**Agnocasto**, l'**Achillea** ma anche l'**Enotera**, il **Trifoglio rosso**, la stessa **Soia**. Gli studi scientifici si susseguono su queste piante e spesso danno risultati contrastanti. Necessario è sottolineare che la maggior parte di tali studi (per non dire la quasi totalità) vengono condotti su estratti secchi di piante titolati rispetto ad un unico principio attivo.
La tradizione erboristica ci ha lasciato un enorme bagaglio di rimedi popolari. La nostra missione da erboristi è salvaguardarlo e tramandarlo alle generazioni future. Per alcune problematiche le tisane non possono essere sostituite da nessun tipo di estratto o integratore. A tale scopo suggeriamo di annotare la ricetta di questa tisana e di utilizzarla in caso di necessità.

TISANA PER LA DISMENORREA
(dolori mestruali)
- Calendula fiori 20g
- Achillea 25g
- Camomilla 25g
- Anice verde frutti 15g
- Menta Piperita 15g

Un cucchiaio da tavola per tazza d'acqua bollente. Lasciare in infusione 15-20 minuti, filtrare e bere due tazze al giorno. Cominciare l'assunzione una settimana prima dell'inizio del ciclo e proseguire durante i primi giorni.

BENNY
VIA MAZZINI

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

BENNY
VIA MAZZINI

Marrakech

di Iole Palumbo

Era un profumo ogni volta diverso, un insieme di odori che quando tiravi il fiato scendeva fino a giù nella pancia. Prima li assaporavi tutti assieme poi iniziavi a distinguere le singole fragranze, forti e prepotenti. Ogni essenza era un colore, un sapore, una persona, un ricordo. L'aveva sognato di nuovo il suo souk e aveva di nuovo attraversato la porta ad arco levigata, si era immersa nei suoni e negli odori e se ne era inebriata. Come sempre lo sguardo era stato rapito dai milioni di granelli colorati, spezie raccolte ovunque, nei sacchi di juta, nelle ciotole di ceramica decorate con tripudi di miniature, nei barattoli di vetro trasparenti. Anche a casa in Italia non mancavano mai: cumino, curcuma, zenzero, pepe nero, paprica, semi di anice e coriandolo, erano un pezzo del suo paese lontano, così lontano che iniziava a sbiadirsi nella mente.

Erano già le otto e lei non aveva nessuna voglia di cominciare la videolezione. Aveva utilizzato tutte le scuse: il pc glielo aveva regalato la scuola, la password gliel'avevano rigenerata, il mal di testa l'aveva colpita tre volte nell'ultimo mese e il ramadan era terminato. Solo pochi giorni e sarebbe andata alle superiori.

In classe i prof ce l'avevano messa tutta per integrarla coi gruppi di lavoro e i circle time, ma il muro tra lei e i compagni era sempre in piedi. Aveva forme e consistenze diverse, ma c'era. E ormai il tempo per abbatterlo era finito. Se si formava qualche crepa lei stessa provvedeva a rinsaldarla: aveva abbandonato il gruppo classe, tanto i compiti non li faceva e per le uscite gli altri usavano canali a cui non aveva accesso. Lo aveva capito da subito che il problema erano proprio le sue spezie. Pare che agli italiani non piacessero affatto quegli odori. La prof di Matematica ogni mese era costretta a far ruotarli nei banchi con la scusa della socializzazione. La verità era che nessuno voleva sedersi vicino a lei. Il primo lunedì del mese si tirava a sorte il proprio posto. Ricordava ancora il giorno in cui un destino beffardo aveva sancito che il povero Mattia dovesse rimanerle seduto accanto per due volte consecutive. Si era ribellato in tutti i modi con evidente imbarazzo degli altri, alla fine lei stessa gli suggerì di occupare la sedia degli assenti tanto nessuno lo avrebbe notato. C'era stato un altro che spruzzava profumo ovunque provocando l'ira dei docenti.

Il primo anno aveva rinnegato le sue origini e se ne era vergognata da morire. Tutte le mattine faceva la doccia per ore, ma non era servito a nulla: continuavano a chiamarla Marrakech. Poi finalmente era rinsavita, ora non avrebbe mai scambiato il suo tajine con l'hamburger del Mac e poveri loro che non sapevano cosa si perdevano! La dad era stata una benedizione, il pc trasmetteva solo immagini e suoni. L'esame lo avrebbe superato come tutti e poco sarebbe cambiato se avesse preso 10! Ciò che contava davvero era il biglietto per il Marocco, lo aveva prenotato da un mese e non vedeva l'ora di scappare.

Metamorfosi

di Ornella Cauteruccio

La stanza era volutamente in penombra, nonostante fuori fosse ancora pieno giorno: un luminoso pomeriggio di fine maggio, allietato dal vociare indistinto dei ragazzini nel parco e dal canto sparuto, ma limpido di qualche merlo cittadino. Clara era infastidita da quel brusio perché la leggerezza che ne emanava cozzava impietosamente contro la pesantezza del suo umore. L'armadio spalancato aveva le sembianze di un mostro mitologico che rideva di lei, senza ritegno, mentre continuava a sputare abiti che finivano inevitabilmente sul pavimento. L'imponente specchio dalla cornice barocca, acquistato a Firenze durante il viaggio di nozze, continuava insolente a rimandarle un'immagine che lei non riusciva più a riconoscere come la propria. Già da qualche anno, dopo aver superato gli "anta" per la precisione, aveva notato dei cambiamenti, senza preoccuparsene più di tanto… fino a quell'inizio estate, quando realizzò di avere subito una irreversibile metamorfosi. Avvertiva una lacerazione insanabile, una dicotomia dolorosa tra la donna che sentiva ancora di essere e quella oramai avviata verso il crepuscolo in cui il tempo l'aveva trasformata. Era arrabbiata: mentre guardava la sua nuova immagine riflessa, si sentiva inadeguata, debole, insicura… dov'era finita tutta la sua sicurezza? Mentre le spuntava una lacrima si sentiva defraudata da quella stessa vita che finora aveva divorato con la sua imperitura spavalderia felina. Necessitava un espediente per riuscire ad ingannarla, per riappropriarsi della forza perduta. L'indomani sarebbe andata in quel centro estetico all'avanguardia e poi da quel nutrizionista famoso, passando per un cambio drastico del guardaroba. Avrebbe lottato contro il tempo con tutte le sue forze e avrebbe vinto, ne era sicura!

Indossò velocemente una tunica di seta gialla con stampa floreale e un paio di sandali alti con la zeppa: tutto sommato l'immagine riflessa era gradevole e fresca, poteva uscire per accompagnare Nina alla lezione di danza.

Nina era alta per i suoi dodici anni. Fino a pochi mesi prima era anche magra come un chiodo e gironzolava con un'andatura dinoccolata e acerba; all'improvviso, però, qualcosa era cambiato e prima ancora che attraverso lo specchio rosa in camera sua, lo aveva capito dalle nuove e continue attenzioni provenienti dal mondo maschile. Si sentiva terribilmente inadeguata dentro quel nuovo corpo che continuava a cambiare. Così come si sentiva fuori posto ogni volta che usciva con le amichette con le quali avrebbe voluto soltanto parlare di bambole e cartoni animati. Doveva esserci un diavoletto maligno nascosto da qualche parte dentro il suo corpo che si prendeva gioco di lei: l'unico modo per sconfiggerlo era nascondere quello scempio indossando abiti dalle fogge improbabili in attesa che una dieta drastica la riportasse alla magrezza di prima ed evitando, nel frattempo, di uscire il più possibile dalla sua rassicurante cameretta. Forse, un giorno, si sarebbe abituata al suo nuovo aspetto, ma per il momento si odiava profondamente e il suo unico desiderio era scomparire dalla faccia della terra.

Sentì sua madre che la chiamava. Infilò il body e arrabattò alla meglio uno chignon sbilenco. Dopo aver indossato la solita felpa nera extralarge, lanciò un'occhiata disgustata alla sua immagine riflessa e uscì sbattendo la porta.

LAVANDERIA IL CIGNO
Via Plava 35 - tel. 0828 302262

nerosubianco
www.nerosubianco.eu

LAVANDERIA IL CIGNO
Via Plava 35 - tel. 0828 302262

Una sorpresa magistrale

Decisamente inaspettata la sorpresa fatta alla maestra **Cosima Mirra**, docente della scuola primaria di via Cilento (**I. C. Sandro Penna** di Battipaglia), dai suoi alunni della quinta A "disperati" per il tempo in cui le sono stati lontani a causa del Covid 19, proprio nell'ultimo anno scolastico. Non sono mancate lacrime di commozione, visto che il 2019-2020 è l'ultimo anno d'insegnamento per la maestra Cosima.
Decisivo il momento in cui la sindaca **Cecilia Francese** ha fatto ingresso nel ristorante dove ha avuto luogo la sorpresa per consegnare una targa a nome dei suoi alunni e la fascia tricolore come premio alla sua lunga carriera.

Elisa Sarluca

Battipaglia Amarcord

1958. Piazza del Popolo
Si riconoscono: Giuseppe Concilio, Matteo Corvo, Luigi Vaccher, Umberto Santoro, Luigi Spera, Provenza, Alberto De Vita. *(Foto gentilmente concessa da Mario Concilio).*

DOVE TROVARE nerosubianco

CENTRO
EDICOLA FORLANO P.ZZA MORO
LA CINCIALLEGRA VIA TRIESTE
BAR MIGNON VIA ITALIA
DOLCE VITA CAFÈ VIA ITALIA
ARTÈ CAFFÈ CULTURALE VIA ITALIA
GELATERIA EDELWEISS VIA TRIESTE
BAR CAPRI VIA PASTORE
PASTICCI E PASTICCINI VIA PASTORE
BELLA NAPOLI VIA TURATI
EDICOLA LUORDO P.ZZA FARINA
LA CAFFETTERIA P.ZZA FARINA
DUCAS VIA DE NICOLA
CAFFÈ DIANA VIA PLAVA
BALNAEA VIA PLAVA
ANTONELLA ACCONCIATURE VIA DE DIVITIS
G.V.S. MULTISERVIZI VIA ROMA
BAR DEL CORSO VIA ROMA
ANTICO CAFFÈ PIAZZA CONFORTI
TABACCHI DE CRESCENZO VIA ROMA
CAFFÈ STORICO P.ZZA FALCONE E BORSELLINO
CAFFÉ SOFIA VIA ROMA
TIMES CAFÈ VIA ADIGE
BAR EXCELSIOR VIA MAZZINI
EDICOLA DI BENEDETTO P.ZZA AMENDOLA
CERASELLA P.ZZA AMENDOLA
COMIX 21 GOLDEN STORE VIA DE AMICIS
CAFÉ ROYAL VIA MAZZINI
BAR MAZZINI VIA MAZZINI
CITRUS GELATERIA VIA MAZZINI
MORIAN CAFFÈ VIA DOMODOSSOLA
NERO CAFFÈ VIA DOMODOSSOLA
TABACCHI TOMMASO VIA DOMODOSSOLA
EMISA CAFÈ VIA DOMODOSSOLA
CAFFÈ ETOILE VIA DOMODOSSOLA
BAR EXCELSIOR VIA DOMODOSSOLA
EDICOLA LA VEGLIA VIA CENTENARIO
DOLCE CAFFÈ ROYAL VIA CENTENARIO
BAR BOLOGNESE VIA CENTENARIO
EDICOLA SIMOTTI VIA CENTENARIO
EDICOLA CORVO VIA OLEVANO
BAR MANHATTAN VIA OLEVANO
LIFE COFFEE VIA KENNEDY
EDICOLA ROMANO VIA BARATTA
PASTICCERIA PARRELLA VIA BARATTA
PASTICCERIA DELLE ROSE VIA BARATTA
KI POINT VIA BARATTA
GRAN CAFFÈ VIA BARATTA
BAR TABACCHI RIV. 14 VIA BARATTA
BAR LOUISE VIA BARATTA
BAR CRYSTAL S.S. 19
PIZZERIA ROYAL VIA PALATUCCI
NEXT CAFÈ VIA PALATUCCI
BAR CHANTAL P.ZZA DE CURTIS
CAFFÈ VARESE VIA DE GASPERI
TABACCHINO D'AURIA VIA DE GASPERI
PUNTO COPY VIA DE GASPERI
GRAN CAFFÈ DE GASPERI VIA DE GASPERI
ANNARÈ CAFÈ VIA GONZAGA
ARCIBAR COFFEE VIA GONZAGA
TABACCHI BRUNO VIA GONZAGA
GRAN CAFFÈ VITTORIA VIA GONZAGA

VIA JEMMA – TAVERNA – S.S. 18
BAR SAN LUCA STRADA STATALE 18
BAR NOBILE STRADA STATALE 18
BAR PIERINO STRADA STATALE 18
BAR ITALIA STRADA STATALE 18
M CAFÈ STRADA STATALE 18
BISCAYNE CAFÉ STRADA STATALE 18
EDICOLA MONTONE VIA ROSA JEMMA
BAR GIANNA VIA ROSA JEMMA
TABACCHI DE SIMONE VIA ROSA JEMMA
BREAK-POINT PARCO DELLE MAGNOLIE
TABACCHI CARDAMONE VIA TURCO

SERRONI – BELVEDERE
CAFÈ DEL PROFESSORE VIA SERRONI
CARTOLIBRERIA EBLA VIA SERRONI
FRIEND'S CAFÈ VIA SERRONI
EDICOLA CAIAZZO VIA SERRONI
PASTICCERIA RIZZO VIA RICASOLI
PLANET CAFÉ VIA IONIO
BAR TABACCHI MARTINI VIA IONIO
CAFFÈ CATINO VILLA COMUNALE
BAR ROMA VIA BELVEDERE
NONSOLOFUMO VIA BELVEDERE
ENI CAFÉ VIA BELVEDERE
IL PORTICO VIA BELVEDERE
CAFFÈ BELVEDERE VIA BELVEDERE

Tenuta Elisa

★ ★ ★ ★ ★

Ho preso un sogno...

...e l'ho fatto diventare meraviglia

Per info e prenotazioni: **392 2074565** - Via De Cusatis - loc. S. Cecilia di Eboli (SA)
tenutaelisa@gmail.com - www.tenutaelisa.it