

**Roma, Segnalini:
"Chiusi lavori
Laurentina"**



a pagina 5

**Lazio, solo
un pareggio
con la Viola**



a pagina 5

**A Napoli non basta
una Roma
coraggiosa**



a pagina 6

Il presidente del Consiglio Ue Michel: "Dobbiamo rimboccarci le maniche"

Meloni: "Migranti: servono soluzioni europee"

"Sulle migrazioni bisogna avanzare con urgenza verso soluzioni europee a un problema che è europeo, come l'Italia sostiene da anni. Sono contenta che si stia affermando la consapevolezza che l'Ue può e deve intervenire partendo dalla difesa dei confini esterni. E c'è la consapevolezza che l'Italia non può governare e affrontare da sola la mate-



ria, legata alla sicurezza delle nostre società e dell'Europa intera". E' quanto affermato la premier Giorgia Meloni, affrontando i media nell'ambito delle dichiarazioni congiunte seguite all'incontro con il presidente del Consiglio Ue Charles Michel, avvenuto nel tardo pomeriggio a Palazzo Chigi.

a pagina 2

**LEGA: "GRAVE, REVISIONE SCADUTA SU TRENI
FRA ROMA ED OSTIA, COTRAL INTERVENGA"**



a pagina 4

Medici internisti: chi rischia di più per il freddo?



a pagina 7

Iscrizioni 2023/24: il 57,1% sceglie i Licei

In aumento le domande agli Istituti tecnici. Gli istituti professionali calano al 12,1%

Nelle scelte delle studentesse e degli studenti per l'anno scolastico 2023/2024 aumentano ancora le iscrizioni agli Istituti tecnici, che salgono al 30,9%, rispetto al 30,7% dell'a.s. 2022/2023. Gli Istituti professionali passano dal 12,7% al 12,1%. Restano in testa alle preferenze i Licei, con i loro diversi indirizzi, che quest'anno vengono scelti dal 57,1% dei neoiscritti (l'anno scorso erano stati il 56,6%). Questi i primi dati sulle iscrizioni online alle



classi prime delle Scuole secondarie di II grado per l'anno scolastico 2023/2024, che si concluderanno alle ore 20.00 di questa sera. Le iscrizioni online riguardano anche le classi prime della Primaria, della Secondaria di I grado e i percorsi di istruzione e formazione professionale erogati dai centri di formazione professionale accreditati dalle Regioni e le scuole paritarie che, su base volontaria, aderiscono alla procedura telematica.

a pagina 3



TOPTTEL



amicity

CPS
CENTRO PRODUZIONE SERVIZI



GTV
AUDIOVISIVI srl



dalla parte dei cittadini

L'informazione professionale della città di Roma e del Lazio

Giorgia Meloni incontra il presidente del Consiglio Ue Charles Michel

“Migranti: servono soluzioni europee”

“A nessuno conviene dividersi, si rischia di fare un favore ai trafficanti di vite umane”



Come ha tenuto a rimarcare il nostro presidente del Consiglio, “A nessuno conviene dividersi su un tema come quello dell’immigrazione perché si rischia di fare un favore ai trafficanti di vite umane, questo credo che nessuno lo voglia e possa permetterselo”. Infatti, ha aggiunto la Meloni, “L’Europa può e deve immaginare soluzioni strutturali alla sfida migratoria partendo dalla difesa dei confini esterni europei”. Quindi, ha poi aggiunto, “è tempo di lavorare insieme per prevenire i flussi arginandoli prima che arrivino ai confini europei”. Altro tema non meno impellente sul tavolo della Commissione Ue, la guerra in Ucraina, rispetto alla quale la premier ha affermato che

“Al Consiglio europeo sarà fondamentale riaffermare la costante e forte coesione europea nel sostegno a Kiev”. Guardando poi al fattore economico, spazio anche alle imprese che, spiega il capo del governo italiano, “Siamo tutti consapevoli che L’Europa deve difendere le sue imprese e deve farlo con visione e con coraggio, assicurando parità di condizioni a tutti gli stati membri. Occorre dare segnali concreti a chi produce, semplificare gli strumenti esistenti. Secondo la posizione italiana questo significa soprattutto flessibilità sui fondi esistenti, il coraggio di investire sul futuro senza lasciare indietro nessuno. Serve cautela sul rilassamento delle regole sugli aiuti di Stato, l’obiet-

tivo è sostenere le imprese senza rischiare di indebolire il mercato unico”. Inoltre, ha poi aggiunto ancora, “Crediamo che serva il coraggio di realizzare strumenti come un fondo sovrano europeo, è una materia su cui non sarà facile accordarsi subito a 27 ma per noi è importante che si vada in quella direzione e si dica che si intende andare in quella direzione”. Quindi la premier è poi giunta all’incontro appena terminato a Palazzo Chigi, ricordando intanto che di aver “incontrato il presidente Michel per la prima volta lo scorso 3 novembre, in occasione della prima visita istituzionale del governo proprio a Bruxelles, per incontrare i massimi vertici dell’Ue. Poi ci siamo visti varie volte

negli appuntamenti dell’Unione, oggi – ha quindi affermato – questa visita è in vista della preparazione del Consiglio europeo straordinario del 9 e 10 febbraio, fissato su materie importanti e sensibili e dimostra l’attenzione per la posizione italiana. Ci saranno alcune sfide per noi cruciali, come lo sono per l’Europa intera, in particolare sui temi economici e sull’immigrazione”. Dal canto suo, ringraziandola per questo, il presidente del Consiglio Ue ha tenuto a fare gli auguri alla Meloni per i suoi primi 100 giorni al governo, riconoscendole “la cooperazione franca e sincera. Dopo 100 giorni al governo voglio fare i migliori auguri alla premier e ringraziarla per la cooperazione a livello europeo, perché in questi ultimi mesi abbiamo avuto una cooperazione molto franca, diretta e sincera, basata sugli interessi dell’Italia, ma anche sulla volontà di tutelare l’Ue”. Poi Michel ha condiviso quanto affermato dalla Meloni, assicurando che “Siamo molto mobilitati

per sostenere la difesa e la tutela delle frontiere esterne dell’Ue e dell’Italia, che sono anche le frontiere esterne dell’Europa. Per essere efficaci dobbiamo essere mobilitati nella cooperazione con i Paesi terzi, di origine e di transito”. Inoltre, in tema di immigrazione, come ha tenuto a sottolineare ancora il presidente del Consiglio Ue, evidenziando anche la necessità di “portare avanti il lavoro la percentuale di rimpatri e riammissioni di migranti che arrivano in Europa, non è sufficiente con gli stati membri sulle conseguenze dell’immigrazione”. Riguardo all’Ucraina, ha spiegato Michel: “Lavoriamo, con il sostegno dell’Italia, per garantire la nostra sicurezza, perché il mondo sarà meno sicuro se non saremo in grado di sostenere l’Ucraina”. In termini pratici, ha quindi aggiunto Michel parlando del piano di aiuti americano “L’Ue, per quanto riguarda l’Inflation reduction act, Michel ha sottolineato che l’Ue “ha una carta vincente, è il mer-

cato interno, un tesoro che dobbiamo difendere”. Inoltre, ha spiegato ancora il numero uno del Consiglio Europeo, “Il nostro principale alleato, gli Stati Uniti, sta realizzando un piano massiccio di aiuti statali per rendere l’industria più compatibile con le necessità attuali. Le decisioni che prenderemo al Consiglio europeo saranno decisive per i prossimi 10 anni. L’Ue ha una carta vincente, un tesoro costruito con pazienza, il mercato interno. E’ una forza economica condivisa che è la solidità del progetto europeo, dobbiamo difenderlo”. Infine, concludendo il suo intervento, il presidente del Consiglio Ue ha esortato a “dare prova di realismo e volontà politica. Sono fiducioso sul fatto che con una buona preparazione, razionalità e buonsenso potremo affrontare tutti i problemi connessi con le sfide. Ci aspetta molto lavoro, ci dobbiamo rimboccare le maniche, dare prova di realismo e volontà politica per essere all’altezza delle sfide che dobbiamo affrontare”.

SEGIMM s.r.l.

SERVIZIO GESTIONE IMMOBILI E IMPIANTI

Aumentano ancora le iscrizioni agli Istituti tecnici, che salgono al 30,9%

Scuole, iscrizioni: il 57,1% sceglie i Licei

Scendono, invece, gli Istituti professionali passano dal 12,7% al 12,1%

I Licei continuano a essere preferiti da oltre la metà delle studentesse e degli studenti che devono effettuare la scelta della Secondaria di II grado, con il 57,1% delle iscrizioni rispetto al 56,6% di un anno fa. Il Classico viene scelto dal 5,8% (un anno fa era al 6,2%). Il 26,1% opta per i Licei scientifici (26% un anno fa). In questo ambito, lo Scientifico tradizionale raccoglie il 14,1% delle preferenze (rispetto al 14% del 2022/2023). Il Linguistico sale dal 7,4% al 7,7%. Cresce il Liceo delle Scienze Umane, dal 10,3% all'11,2%. L'Artistico passa dal 5,5% al 4,9%. I Licei ad indirizzo Europeo ed Internazionale vengono scelti dallo 0,4% (0,5% un anno fa), i Licei Musicali e Coreutici passano dallo 0,7% allo 0,9%. Le iscrizioni ai Tecnici salgono dal 30,7% al 30,9%. Il Settore Economico cresce, dal 10,3% del 2022/2023 all'11,5%. In questo Settore, la scelta principale è quella per l'indirizzo "Amministrazione, Finanza e Marketing", preferito dall'8,7% delle studentesse e degli studenti, mentre il 2,8% opta per l'indirizzo "Turismo". Il Settore Tecnologico, scelto un anno fa dal 20,4%, quest'anno ha il 19,4% delle preferenze.



Nel Tecnologico, gli indirizzi più gettonati sono "Informatica e Telecomunicazioni" (6%), "Meccanica, Meccatronica ed Energia" (2,8%) e "Chimica, Materiali e Biotecnologie" (2,4%). L'iscrizione ai Professionali passa dal 12,7% di un anno fa al 12,1%. Tra i Professionali, gli indirizzi maggiormente scelti sono

"Enogastronomia e Ospitalità Alberghiera" (4%), "Manutenzione e Assistenza Tecnica" e "Servizi per la Sanità e l'assistenza Sociale" (entrambi all'1,6%) e "Servizi Commerciali" (1,3%). Tre conferme per le Regioni con il maggior numero di iscrizioni a Licei, Istituti tecnici e Istituti professionali. Anche que-

st'anno sono rispettivamente Lazio (69,7% per i Licei), Veneto (38,8% per i Tecnici) ed Emilia-Romagna (15,6% per i Professionali). Nella Scuola primaria, viene avanzata domanda di tempo pieno (per un totale di 40 ore settimanali) dal 48,4% delle famiglie. Segue la scelta delle 27 ore settimanali, con il 31,1% delle ri-

chieste. In media, oltre il 92% degli utenti si ritiene soddisfatto del funzionamento delle iscrizioni online, sia per la semplicità della procedura che per il tempo risparmiato. Per accedere alla procedura online era necessario possedere un'identità digitale: SPID (Sistema Pubblico di Identità Digitale), CIE (Carta di identità elet-

tronica) o eIDAS (electronic IDentification Authentication and Signature). Il sistema "Iscrizioni online" consentirà alle famiglie di seguire in tempo reale l'iter della domanda di iscrizione inoltrata non solo tramite la posta elettronica e il portale dedicato, ma anche attraverso le notifiche dell'APP IO, l'app dei servizi pubblici.

Armato di coltello si scaglia contro i passeggeri della metro vicino alle sedi Ue

Terrore a Bruxelles: fermato un uomo



Come capita in queste circostanze, prima di poter dare una causa precisa a quanto avvenuto, è bene che gli investigatori abbiano prima in mano elementi precisi. Così, anche se - visto il 'contesto' - tutto lascerebbe presumere ad un probabile attacco 'politico', al momento ci atteniamo alla notizia che, poco fa, racconta di un 'attacco all'arma bianca', avvenuto

all'interno della stazione Schuman della metro di Bruxelles, per intenderci, quella delle sedi dell'Unione Europea. Il bilancio, stando a quanto riportato da sito dell'agenzia di stampa la 'Derniere Heure', parla di una sola persona ferita. La polizia, intervenuta immediatamente, è riuscita a bloccare ed arrestare un uomo che, poco prima aveva scatenato

il panico generale dopo aver estratto dal giaccone un grosso coltello. Testimoni hanno riferito che dopo aver ferito una prima persona, l'accoltellatore avrebbe tentato di scagliarsi contro una donna con un passeggino. Con una rapidità impressionante, sui siti stanno già accumulando visualizzazioni le immagini del fermo dell'uomo da parte degli agenti.

Sferzata dell'Unarma: "Hanno bisogno di seri aumenti contrattuali"

Bonus salariali per le forze dell'ordine



"Non capiamo quale valore aggiunto possa portare il bonus per le divise stanziato dal Governo in luogo del contratto di lavoro e nel rispetto al grave deficit di risorse che registra il comparto difesa e sicurezza". Così Antonio Nicolosi, segretario generale di Unarma, associazione sin-

dacale carabinieri. "Nel 2023 le divise usufruiranno di un emolumento accessorio un tantum, da corrispondere per tredici mensilità, nella misura dell'1,5% dello stipendio. Si parla al massimo di una trentina di euro lorde in busta paga a partire da gennaio, una mancietta che

ricorda forse, al personale più agé, le trovate ai tempi della prima repubblica in occasione delle elezioni politico-amministrative. Le divise non hanno bisogno di manciette - prosegue Nicolosi - Ma di aumenti contrattuali seri e uniformati a quanto avviene in Europa".

“Grave, revisione scaduta su treni fra Roma ed Ostia, Cotral intervenga”

Metromare, l'attacco della Lega

“Che cosa accadrebbe in caso di incidenti? Di chi sarebbe la responsabilità?”



“Sulla linea ferroviaria Metromare due treni non potrebbero circolare, avendo superato i 2 milioni di chilometri percorsi e avendo la revisione scaduta. Eppure, secondo le ricostruzioni di autorevoli fonti stampa, verrebbero mantenuti in servizio a rischio e pericolo dei pendolari, solo

grazie a dei cosiddetti ‘controlli compensativi’. Il 20 gennaio scorso un convoglio che collegava la Capitale a Ostia avrebbe anche rischiato di andare a fuoco. Che aspetta Cotral per mettere in sicurezza questa tratta, utilizzata ogni giorno da migliaia di pendolari?”. Lo scrivono in

una nota gli esponenti della Lega, Daniele Giannini e Monica Picca, rispettivamente consigliere regionale e capogruppo in Municipio X. “Gli utenti – proseguono – sono già sfiancati da corse saltate e treni carichi come carri bestiame, da poco è arrivata anche la notizia della chiu-

sura per ben due mesi della stazione Castel Fusano. Non possono anche correre rischi per la propria incolumità mentre sono a bordo delle carrozze. Secondo quanto si è appreso, tra l'altro – spiegano ancora – mancherebbe in Cotral un responsabile del sistema di gestione della sicurezza,

senza il quale non sarebbe possibile avere, per la ex Roma-Lido, il certificato di idoneità al servizio. Che cosa accadrebbe, dunque, in caso di incidenti? Di chi sarebbe la responsabilità? A queste e a tutte le altre innumerevoli domande dei pendolari chiediamo urgentemente un riscontro. Dob-

biamo constatare, ancora una volta, che il passaggio della tratta da Atac, gestione Roma Capitale, a Cotral, Regione Lazio, come prevedibile, non solo non ha portato miglioramenti – concludono Giannini e Picca – ma addirittura, se possibile, un servizio peggiore rispetto a prima”.

L'AD Consap Sanasi d'Arpe propone una modifica della normativa

Reati intenzionali violenti

Il caso della donna australiana, alla quale è stata negata la richiesta di risarcimento dopo aver subito violenza sessuale a Roma nel 2016, ha portato l'AD di Consap, Prof. Vincenzo Sanasi d'Arpe, ad un approfondimento sulla struttura normativa del Fondo di rotazione per la solidarietà alle vittime dei reati di tipo mafioso, delle richieste estorsive, dell'usura, dei reati intenzionali violenti e agli orfani per crimini domestici, gestito da Consap. Sanasi d'Arpe si è determinato ad attivarsi presso le sedi competenti per proporre una modifica dell'art. 11 comma 1, della Legge 122/2016 che attualmente non prevede indennizzi per gli stranieri non residenti in UE. Nello specifico, il progetto di modifica, che a breve verrà presentato ai competenti organi legislativi, prevede che il diritto all'indennizzo sia garantito anche nel caso in cui “la vittima sia citta-

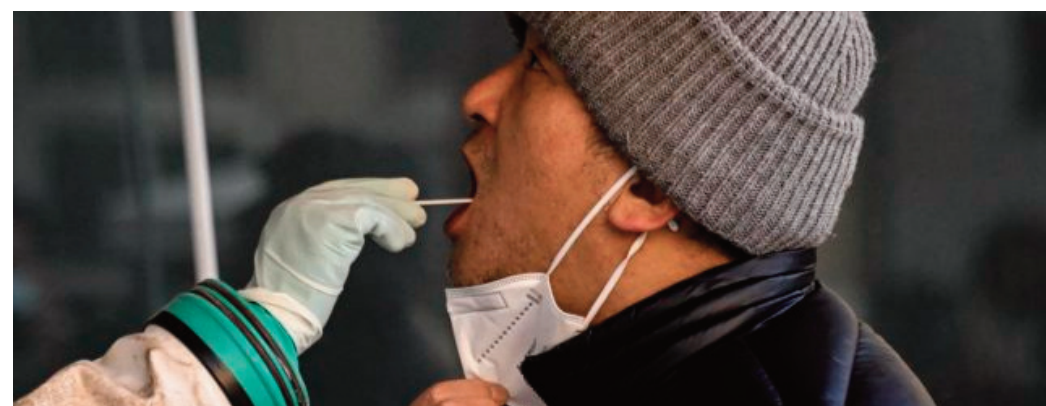


dina extracomunitaria ancorché non residente nel territorio di uno degli Stati membri dell'UE”. Tale integrazione determinerebbe il rispettoso ossequio dei diritti fondamentali di rango primario costituzionale per come, ormai, da tempo interpretati dalla giurisprudenza costituzionale in punto di uguaglianza, divieto di discriminazione, li-

bertà di circolazione, tutela della salute e dell'incolumità personale senza distinzioni e/o limitazioni.

Il rapporto tra positivi e tamponi è al 7,4%. A Roma casi in estinzione, sono 283

Covid Lazio: casi sempre più in discesa



Il quotidiano bollettino di monitoraggio stilato dall'Iss, e diffuso dalla Regione, rivela che: oggi nel Lazio su 1.206 tamponi molecolari e 4.257 tamponi antigenici per un totale di 5.463 tamponi, si registrano 405 nuovi casi positivi (-114), sono 4 i decessi (+4),

sono 525 i ricoverati (+15), 21 le terapie intensive (-2) e +508 i guariti. Il rapporto tra positivi e tamponi è al 7,4%. I casi a roma città sono a quota 283:

* Asl Roma 1: sono 115 i nuovi casi e 2 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl Roma 2: sono 94 i nuovi casi e 2 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl Roma 3: sono 74 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl Roma 4: sono 14 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl Roma 5: sono 35 i

nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl Roma 6: sono 40 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

Nelle province si registrano 33 nuovi casi:

* Asl di Frosinone: sono 10 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl di Latina: sono 16 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl di Rieti: sono 4 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

* Asl di Viterbo: sono 3 i nuovi casi e 0 i decessi nelle ultime 24h.

Parenti
ASCENSORI & IMPIANTI
DAL 1955, UN ALTRO LIVELLO

Viabilità, l'assessore: "Aumentiamo sicurezza nostre strade" Segnalini: "Chiusi lavori Laurentina"



Chiusi i lavori stradali su via Laurentina nel tratto tra viale dell'Umanesimo e via dell'Oceano Atlantico. Il cantiere di manutenzione ordinaria ha interessato anche le aree di parcheggio e si è svolto di notte, impegnando il Dipartimento Csimu di Roma Capitale per una settimana. Terminato il lavoro sul manto stradale verrà adesso concluso l'intervento con il rifacimento della segnaletica. Sull'area interessata è stata eseguita anche la pulizia delle caditoie. "Abbiamo riqualificato un tratto di strada che risentiva di problemi

di ristagno dell'acqua - commenta l'assessore ai Lavori Pubblici di Roma Capitale Ornella Segnalini -. Risolvere questo problema è molto importante per la sicurezza delle nostre strade, per evitare che con il freddo si creino buche e dissesti, e visto il periodo dell'anno anche la possibilità di gelate. Andiamo avanti - conclude Segnalini - con i cantieri in tutta Roma, stiamo procedendo anche con altre strade della viabilità principale, per completare il grande obiettivo di riqualificazione che abbiamo pianificato con il Sindaco

Gualtieri". "Quello della sicurezza stradale è un tema fondamentale, tenendo soprattutto conto degli ultimi fatti di cronaca. Avere strade sicure e in buono stato è molto importante e insieme al rispetto di regole e limiti di velocità è sicuramente determinate per evitare incidenti. Ringrazio l'assessore Segnalini e la Giunta Gualtieri per la sensibilità su questo tema e per il lavoro che stanno portando avanti con determinazione e pazienza", dichiara la Presidente del Municipio IX Titti Di Salvo.

La salma sulla spiaggia del lungomare della Salute, a Fiumicino Ritrovato cadavere di un uomo



Roma, un cadavere di un uomo è stato trovato lunedì mattina poco prima delle 9 sulla spiaggia del lungomare della Salute, a Fiumicino. Le generalità non sono ancora state rese note. Sul posto è intervenuta la polizia e la capitaneria di porto, e sono in corso le indagini per identificare la vittima e a chiarire le cause della morte. Non è chiaro se l'uomo sia morto mentre stava passeggiando sulla

spiaggia, magari per un malore, o se il suo corpo sia stato trascinato a riva dalle onde. Il pm di turno ha già disposto l'autopsia, che dovrebbe fornire risposte decisive in proposito.

La squadra di Sarri non va oltre l'1-1 con la compagine di Italiano Lazio, solo pari con la Viola



Un punto in chiaro scuro per la Lazio contro la Fiorentina, la squadra di Sarri è apparsa non brillante ma ha comunque provato a vincerla fino all'ultimo. "La nostra linea

difensiva questa sera ha fatto molto bene - ha ammesso Sarri - siamo finiti a difendere bassi senza concedere tantissimo. È una partita in cui eravamo meno lucidi rispetto al so-

lito, ma sono contento che la squadra non abbia mollato e abbia provato a vincerla fino alla fine. Sono bei segnali, ma non avevamo le energie dell'ultima partita".

La Polizia staziona con una pattuglia per evitare il peggio Roma, Zaniolo: paura nella notte



Dopo lo striscione al Colosseo, dal senso chiaro, paura per Nicolò Zaniolo. Presunti tifosi si sono spinti fin sotto casa dell'attaccante giallorosso a Casalpalocco. L'attaccante, accusato di

aver disertato la partita a La Spezia del 22 gennaio e per non voler accettare l'offerta degli inglesi del Bournemouth sarebbe stato raggiunto ai cancelli della villa da 'tifosi' che hanno comin-

ciato a lanciare pesanti insulti. Temendo azioni violente, da casa Zaniolo è stata fatta una telefonata alla polizia, che ora staziona con una pattuglia per evitare il peggio.

A Napoli non basta una Roma coraggiosa

Un Matic monumentale davanti alla difesa che ci ricorda cosa sarebbe potuto essere il centrocampo

Remissiva e votata unicamente al contenimento nella gara di andata, coraggiosa e propositiva in quella di ritorno. Il comune denominatore della sconfitta non deve ingannare nelle due gare giocate, e perse, quest'anno dai giallorossi contro il Napoli ammazza campionato. Zero punti arrivati in fondo a due partite che con un pizzico di fortuna in più e qualche minimo errore in meno avrebbero dovuto dare almeno due punti alla truppa di Mourinho. Pressing alto, un Matic monumentale davanti alla difesa che ci ricorda cosa sarebbe potuto essere il centrocampo della Roma con Whynaldum vicino al serbo e verticalizzazioni improvvise per le ficcanti riproposizioni sulle fasce. Il piano di Mourinho ha dato i suoi frutti al Maradona fino all'85' e al goal di Simeone capace di sfruttare con talento e velocità fulminea il mezzo metro concessogli da Smalling nell'unica sbavatura della sua gagliarda prestazione. Peccato davvero perché fino a quel momento la squadra di Mourinho, ora sesta in classifica, aveva ribattuto colpo su colpo con grande personalità ad un Napoli che si è giovato delle entrate in campo di Ndombele, Simeone e Raspadori a fronte



dei bambini (Bove, Tahirovic e Volpato) chiamati in campo dal tecnico portoghese. E pensare non si è visto nemmeno il solito Dybala e la prova incolore incolore di Pellegrini che a Napoli (ma perché impiegarlo, per giunta in marcatura su Lobotka, se non al meglio della condizione?) ha fatto venire in mento il vecchio proverbio del dot-

tore morto e l'asino vivo. Grazie al pareggio casalingo della Lazio e al tonfo di un Milan in caduta libera i danni sono stati limitati e la corsa Champions continua ma adesso arriva il difficile. Rosa ridotta all'osso per infortuni e valutazioni societarie discutibili (i casi Karsdorp e Zaniolo gridano vendetta) portano la squadra di Mourinho a dispu-

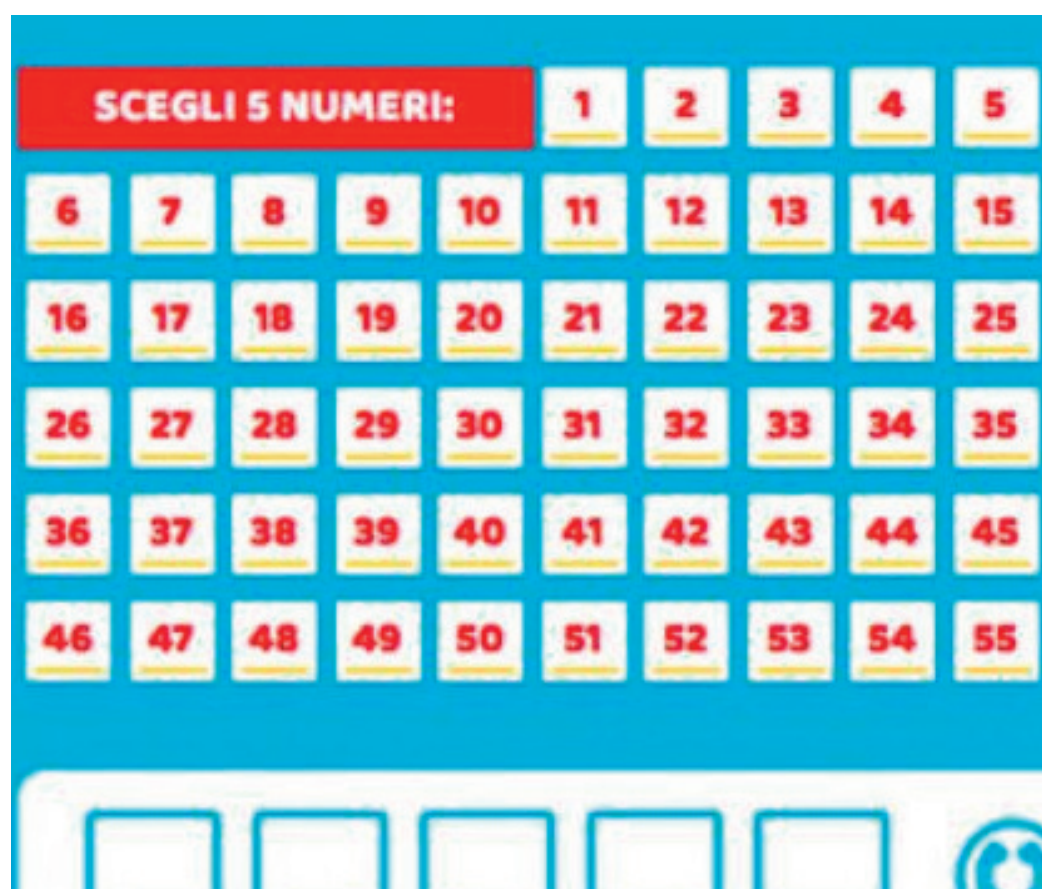
tare tre gare in una settimana con poche scelte a disposizione. Si comincia mercoledì in Coppa Italia con la nuova Cremonese di Ballardini e una gara da dentro o fuori forse senza Abraham, Ibanez, Matic e Spinazzola. Con le energie fisiche e mentali che inevitabilmente si assottiglieranno e un mercato ancora aperto fino

a questa sera per tentare di mettere a posto, almeno parzialmente, la questione Zaniolo passato in qualche mese da potenziale fuoriclasse a brocco, da idolo a traditore. Rifiutata destinazione inglese non resta che la svendita al Milan per racimolare qualche soldo oppure la gogna mediatica e una guerra di nervi che porterà in dote solo eccessi

verbal e zero liquidità. **Le pagelle di Napoli-Roma 2-1**
Rui Patricio 7, Mancini 6,5, Smalling 6,5, Ibanez 6,5, Zaleski 6,5, Cristante 6,5 (dall'89' Volpato ng), Matic 7,5 (dall'83' Tahirovic ng), Spinazzola 6,5 (dal 46' El Shaarawy 7), Dybala 5,5, Pellegrini 4,5 (dall'83' Bove ng), Abraham 6 (dal 73' Belotti ng).

Il concorso che offre l'opportunità di portarsi a casa un milione di euro

Million Day ed Extra: i numeri



Million Day lunedì 30 gennaio 2023. I numeri vincenti dell'estrazione di oggi per il concorso Million Day. Pronti per scoprire la combinazione vincente dell'estrazione di oggi? Alle ore 20.30 su que-

sta pagina i cinque numeri estratti per il Million Day, il gioco di Lottomatica che ogni giorno offre l'opportunità di vincere fino ad 1 milione di euro. I numeri vincenti di oggi, per il Million Day sono i seguenti: 7

- 29 - 33 - 40 - 53. Numeri Extra: 1 - 15 - 37 - 39 - 45. Ricordiamo che il concorso del Million Day da regolamento permette anche vincite secondarie indovinando due, tre o quattro numeri estratti.

Il concorso che permette di vincere una magione e 200mila euro

Vinci Casa: i numeri vincenti



L'estrazione di oggi per il concorso "Vinci Casa" di Win for Life, il gioco che ogni giorno dalle 20.30 offre l'opportunità di vincere una casa e 200.000

euro. Ad oggi il concorso "Vinci Casa" Win for Life ha permesso ad oltre 150 fortunati giocatori di vincere un'abitazione, stasera la nuova estrazione del

gioco con la cinquina dei numeri estratti in diretta live su Italia Sera. Ecco i numeri Vinci Casa estratti oggi, lunedì 30 gennaio 2023: 2 - 12 - 20 - 37 - 40.

Medici internisti: chi rischia di più per il freddo?

La Simi spiega chi rischia di più, come gli anziani, i fragili e chi è affetto da patologie croniche, e come difendersi



Ogni anno almeno il 7% di tutti i decessi può essere attribuito al freddo. Con le temperature in picchiata e la bianca coltre di neve che ricopre la nostra penisola, arrivano i consigli della Società italiana di medicina interna (Simi), che spiega chi rischia di più, come gli anziani, i fragili e chi è affetto da patologie croniche, e come difendersi. Innanzitutto, attenzione al cuore. “Una delle minacce peggiori del ‘generale inverno’ è quella posta all’apparato cardio-circolatorio – spiega Giorgio Sesti, presidente della Simi – con un’aumentata incidenza di infarti, ictus e un peggioramento delle arteriopatie periferiche (o Pad, quelle a carico delle arterie degli arti inferiori)”. Sono soprattutto le persone con patologie cardio-vascolari quelle più esposte a questo rischio, che fa leva sul modo con il quale l’organismo reagisce al freddo. “Per evitare di disperdere calore – prosegue Sesti – i vasi periferici si ‘contraggono’ (vasocostrizione), ma questo a sua volta provoca un ridotto

afflusso di sangue in periferia (con il freddo peggiorano i sintomi della claudicatio, dolori crampiformi fortissimi alla coscia o al polpaccio, che compaiono in chi soffre di Pad) e un aumento della pressione arteriosa. E’ per questo che spesso in inverno è necessario ritoccare verso l’alto i dosaggi della terapia antiipertensiva o associare altri farmaci per mantenere sotto controllo i valori pressori”. Una pressione arteriosa in salita e il freddo portano anche ad urinare di più, esponendo in questo modo al rischio di disidratazione, che può sembrare strano in inverno, ma accade. “E’ necessario assicurare un buon introito di liquidi – ricorda Sesti – Ma assolutamente non di alcol. L’idea che l’alcol ‘riscaldi’ è una sensazione ingannevole; in realtà, producendo una vasodilatazione periferica, l’alcol favorisce la dispersione di calore. Ragione in più – raccomanda – per evitare il consumo delle bevande alcoliche, che non mai effetti benefici”. Proteggere naso

e bocca per il bene di bronchi e polmoni. Anche l’apparato respiratorio risente del calo delle temperature. “In questa stagione – afferma Sesti – assistiamo ad un’esacerbazione di malattie respiratorie croniche come la bronchite ostruttiva e l’asma perché il passaggio di aria fredda lungo le vie aeree provoca irritazione e, di conseguenza, tosse, aumento di secrezioni catarrali e una respirazione difficoltosa e affannata (dispnea). Per questo è importante evitare di uscire di casa nelle ore più fredde, proteggere bene naso e bocca con una sciarpa (e una mascherina, soprattutto quando si sale sui mezzi pubblici affollati) per riscaldare l’aria che inaliamo; bisognerà inoltre valutare con il proprio medico se è il caso di aggiungere un ‘puff’ di broncodilatatore/antinfiammatorio in terapia. Chi soffre d’asma, dovrebbe comunque sempre avere con sé un inalatore per un ‘puff’ d’emergenza”. Anche le persone con long Covid “devono fare parti-

colare attenzione in caso di freddo e cattivo tempo, perché secondo una review pubblicata di recente sul Bmj, la loro funzionalità polmonare può restare compromessa per un tempo variabile dopo l’infezione da Covid e questo – sottolinea l’esperto – li espone a maggior rischio di infezioni respiratorie. Se è necessario uscire, oltre a proteggersi bene dal freddo, queste persone dovrebbero indossare una mascherina Ffp2, soprattutto negli ambienti affollati e scarsamente ventilati”. Il tallone d’Achille delle articolazioni. Il freddo e l’umidità non sono un toccasana per ossa e articolazioni, come sanno bene tutti coloro che soffrono di malattie reumatiche su base infiammatoria o di artrosi. “E’ necessario dunque prendersi adeguatamente per mantenere caldo l’organismo – consiglia Sesti – indossare guanti e giacche impermeabili se si esce di casa; chi soffre di fenomeno di Raynaud (un’importante vasocostrizione periferica soprattutto a ca-

rico delle dita delle mani che diventano bianche, poi violacee e rosse con tanto dolore) deve stare particolarmente attento agli sbalzi di temperatura, proteggendo bene le mani dal freddo ed evitando di metterle sul termosifone o nell’acqua calda, una volta rientrati in casa; da eliminare assolutamente il fumo, che può aggravare il fenomeno”. Anche se costretti in casa dal maltempo, bisogna evitare di stare fermi troppo a lungo, alzandosi di frequente dalla poltrona o dal divano e facendo un po’ di ginnastica casalinga, anche con l’ausilio di pesetti da un chilo, raccomandano gli esperti. Attenzione anche a non esagerare con le calorie a tavola, perché ogni chilo di troppo andrà a gravare sulle articolazioni. Importante fare il pieno di vitamina D e calcio, soprattutto se non si esce di casa e non ci si espone alla luce del sole. Infine, come regola, si espone alla luce del sole. Infine, come regola, si espone alla luce del sole. Infine, come regola, si espone alla luce del sole.

temperature, avendo cura di vestirsi in maniera adeguata, facendo attenzione all’umidità e al sudore che non devono restare a contatto con il corpo, oltre che al freddo, e di idratarsi adeguatamente. “Le persone con problemi cardiovascolari noti o i soggetti a rischio come ipertesi, diabetici, persone in sovrappeso – ammonisce Sesti – devono invece stare molto attenti a non fare sforzi eccessivi all’aperto, se le temperature sono rigide. In questa stagione, bene le passeggiate nelle ore calde e nelle giornate di sole, ma per tutto il resto, l’esercizio fisico andrebbe fatto indoor: in palestra, in piscina o in casa. Ricordatevi di vestirvi molto bene anche quando portate il cane fuori, soprattutto al mattino presto e la sera. Grande attenzione, infine, anche all’attività fisica ‘indotta’ dal cattivo tempo: spalare la neve può rivelarsi decisamente pericoloso per il cuore, come anche cambiare una gomma bucata a temperature polari”.

Radio

GLOBO

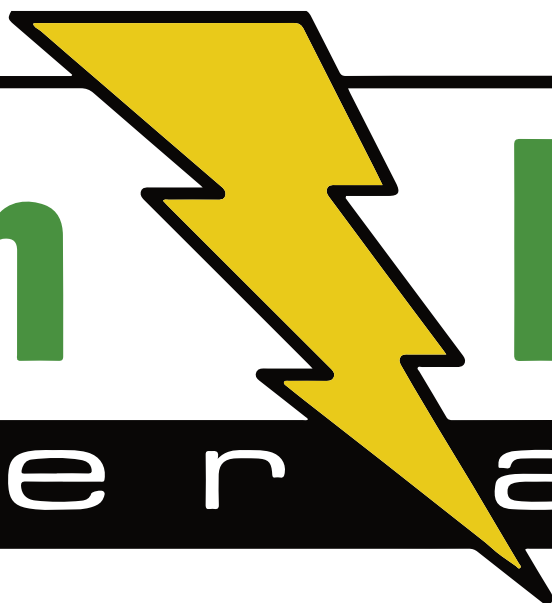


IL PARCO DIVERTIMENTI
DEL CINEMA E DELLA TV

CINECITTÀ
World

BOHA - CATEL ROMANO

Green



Power[®]

g e n e r a t o r s