



**Nazionale,
Gattuso: "Italia
un sogno che
si avvera"**

a pagina 6



**Coppa dei
Canottieri Cbill,
presentata la
61ima edizione**

a pagina 7



**Virtus Roma,
Calvani:
"L'obiettivo è il
massimo risultato"**

a pagina 8

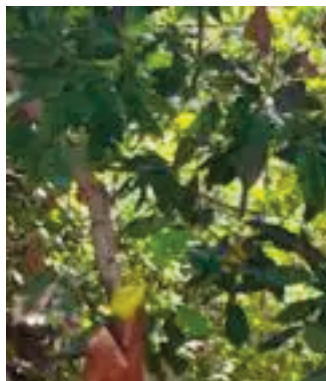


Si tratta di Anastasia Trofimova, originaria di Omsk, e della sua bambina, Andromeda

Villa Pamphili, identificate madre e figlia

Sono stati identificati i corpi delle due persone rinvenute morte lo scorso 7 giugno all'interno di Villa Pamphili, a Roma. Si tratta di Anastasia Trofimova, 28 anni, originaria della città russa di Omsk, e della sua bambina, Andromeda Ford, nata a Malta il 14 giugno 2024. I due corpi erano stati scoperti a breve distanza

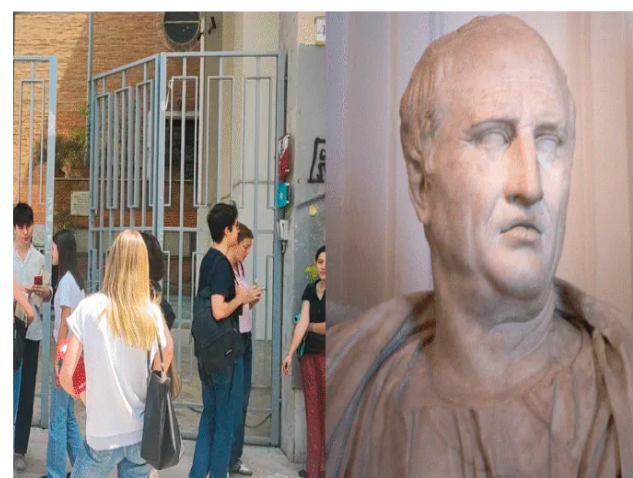
l'uno dall'altro, suscitando grande sconcerto e avviando un'indagine per duplice omicidio da parte della Procura capitolina. La conferma dell'identità è arrivata grazie a un'indagine internazionale che ha coinvolto l'FBI e le autorità di Malta, dove la donna risultava essere entrata a settembre del 2023 utilizzando il passa-



porto con il nome Anastasia Trofimova. Secondo quanto riferito dalla Procura di Roma, le indagini sono tuttora in corso per completare la comparazione delle impronte digitali della donna con quelle presenti sul documento di viaggio, al fine di ottenere una conferma definitiva.

a pagina 2

Oggi la seconda prova della Maturità 2025



a pagina 3

"Roma rinnova e rafforza il sostegno alla Scuola InCanto"



a pagina 5

Inaugurato il parco fluviale di Foro Italico

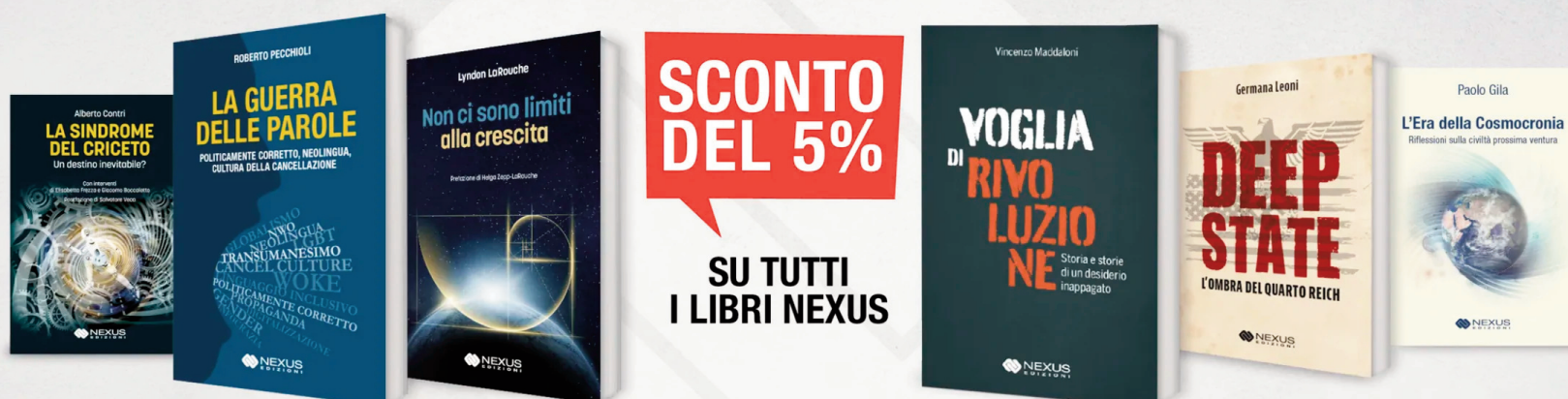
Ultimo intervento nell'ambito del progetto di riqualificazione dei parchi di affaccio sul Tevere

Rientrava negli interventi di Roma Capitale per il Giubileo della Chiesa Cattolica e con questo si concludono gli interventi che rientrano nel progetto. Si tratta del parco d'affaccio del Foro Italico inaugurato ieri, mercoledì 18 giugno, che si va ad aggiungere a quelli già realizzati e inaugurati nei mesi scorsi. Quinto, ed ultimo intervento nell'ambito del progetto di riqualificazione dei parchi di affaccio sul Tevere, che si va ad aggiungere a



quelli del Lungotevere delle Navi, Prati dell'Acqua Acetosa, Ostia Antica e Ponte Milvio. L'intervento complessivo di Roma Capitale su questi progetti è stato di 7,3 milioni di euro di fondi giubilari, suddivisi tra i vari parchi d'affaccio. I lavori arrivati a conclusione e inaugurati ieri, hanno previsto la realizzazione di una lunga piazza, dove si potranno svolgere eventi e momenti di città.

a pagina 4



Si tratta di Anastasia Trofimova, originaria di Omsk, e della sua bambina, Andromeda

Ostia, concessioni balneari: al via i bandi



In parallelo, presso l'ambasciata statunitense a Malta era stata avviata la registrazione della bambina come cittadina americana, con il nome di Andromeda Ford. Un dettaglio che ha permesso di rafforzare l'identifica-

zione del corpo della piccola, ritrovato accanto a quello della madre. Le indagini, coordinate dal procuratore aggiunto Giuseppe Cascini, hanno inoltre ricostruito una parte del passato recente di Anastasia. La donna

avrebbe conosciuto a Malta l'americano Francis Kaufmann, giunto sull'isola circa 18 mesi prima di lei. I due avrebbero iniziato una relazione nel settembre 2023, poco dopo l'arrivo della giovane russa.

L'uomo avrebbe ferito a coltellate un 57enne durante una lite davanti alla stazione della metro

Aggressione a Casal Bernocchi

Si è presentato spontaneamente questa mattina all'ingresso della città militare della Cecchignola l'uomo che avrebbe ferito a coltellate un 57enne durante una lite scoppiata nella serata di mercoledì 18 giugno davanti alla stazione della metro di Casal Bernocchi, nella zona sud-ovest della Capitale. L'uomo, dopo essersi costituito, è stato preso in consegna dai militari dell'Esercito presenti alla guardiola, che hanno subito allertato il 112. Poco dopo, è intervenuta una pattuglia della Polizia di Stato che ha accompagnato il sospettato al commissariato Esposizione. Successivamente è stato trasferito ai Carabinieri della Stazione di Vitinia, che ora stanno valutando la sua posizione nell'ambito dell'indagine. Il fatto di sangue si è consumato la sera pre-



cedente, nei pressi della stazione della linea Roma-Lido. La vittima, un uomo italiano di 57 anni con precedenti penali, è stata colpita all'addome con un'arma da taglio nel corso di una discussione degenerata in violenza. Le cause scatenanti della lite sono ancora da accertare. L'intervento dei soccorsi è stato tempestivo: sul luogo dell'aggressione sono giunti gli

operatori del 118, che hanno valutato subito le gravi condizioni del ferito. A causa della gravità della lesione, è stato richiesto l'arrivo dell'eliambulanza, che ha trasportato l'uomo all'ospedale San Camillo Forlanini. Qui è stato sottoposto a un intervento chirurgico d'urgenza. Le sue condizioni restano molto gravi e la prognosi è tuttora riservata.

"Questo attacco non fermerà il suo impegno per la giustizia e il recupero delle periferie"

Iv: "Solidarietà a Don Coluccia"



"Solidarietà a Don Antonio Coluccia per l'aggressione subita ancora una volta al Quarticciolo, in occasione di una delle sue passeggiate per la legalità. Condanniamo con fermezza l'ennesimo episodio di violenza ai danni di questo sacerdote coraggioso che combatte ogni giorno da anni una durissima

battaglia contro la criminalità organizzata e i clan della droga". Così Valerio Casini e Francesca Leoncini, consiglieri capitolini di Italia Viva, Luciano Nobili, consigliere Iv alla Regione Lazio, e Marco Cappa, Presidente di Italia Viva Roma, esprimendo la loro ferma condanna per l'ennesimo atto intimidat-

torio subito dal generoso 'prete di strada' (nella foto). "Non lo lasceremo solo - promettono concludendo - continueremo a essere al suo fianco e siamo certi che nemmeno questo attacco non fermerà il suo impegno per la giustizia e il recupero delle periferie più disaggiate della nostra città".

Svetlana Celli: "Ok all'emendamento del Pd. Ora tocca al governo"

A24, rendere gratuito il tratto urbano



"È stato presentato alla Camera un emendamento al Decreto Infrastrutture per rendere gratuito il tratto urbano dell'autostrada A24 tra Settecamini, Ponte di Nona e Lunghezza. Un'iniziativa importantissima che accolgo con grande soddisfazione e per cui ringrazio i parlamentari del Partito Democratico,

firmatari della proposta". Così in una nota la presidente dell'Assemblea capitolina Svetlana Celli, che spiega, "Si tratta di un passo decisivo per eliminare un'ingiustizia che colpisce da anni migliaia di cittadine e cittadini, in particolare nei quartieri a est di Roma, costretti a pagare per raggiungere il centro della città. Questa

è una battaglia che sostengo da tempo, insieme ai comitati di quartiere e a tanti cittadini. L'emendamento recepisce anche una proposta del nostro gruppo capitolino. Ora tocca al Governo dare un segnale concreto e mettere fine a una vicenda che pesa da troppo tempo sulla vita quotidiana di interi territori".



"Laelius de amicitia" di Cicerone al classico e lo studio di una funzione allo scientifico

Maturità 2025: la seconda prova

Messa in archivio la prima prova, è arrivato il giorno della seconda prova della maturità 2025. Nelle tracce, Cicerone al classico e lo studio di una funzione allo scientifico. Ieri la prima prova. Oggi, 19 giugno, alle 8:30 è iniziata la seconda prova di maturità tanto temuta dai maturandi. Latino al Liceo classico; Matematica al Liceo scientifico; Lingua e cultura straniera 1 al Liceo linguistico; Lingua inglese per gli Istituti tecnici del Settore economico indirizzo "Turismo"; Geopedologia, Economia ed Estimo per l'indirizzo "Costruzioni, Ambiente e Territorio" ecc -. 524.415 studenti e studentesse di tutta Italia affronteranno oggi la seconda prova. Per la prima le tracce erano uguali per tutti, ma per questa seconda prova saranno differenti. Questo esame valuta le competenze degli studenti



nelle principali materie da loro affrontate nel corso di studi. La durata della prova varia a seconda dell'indirizzo. Ad esempio: quattro ore al liceo classico, sei ore allo scientifico e diciotto ore distribuite su tre giorni per l'artistico. La traccia della versione di latino che al classico metterà alla prova ragazze e ragazzi su quanto fatto sino ad ora è un brano tratto dal dialogo "Laelius de amicitia" di Cicerone. È stato composto nel 44 avanti Cristo. Cicerone mancava all'esame di maturità dal

2009. Per lo scientifico, invece, secondo le prime indiscrezioni, si tratta di due problemi che iniziano con una citazione: "La ragione non è nulla senza l'immaginazione" di Cartesio e "La bellezza è mescolare, in giuste proporzioni, il finito e l'infinito" attribuita a Platone. Poi otto quesiti a cui rispondere. Invece, per gli altri licei, lingua e cultura straniera 1 al Linguistico, scienze umane per il liceo delle Scienze umane. Anche oggi il punteggio massimo che i maturandi possono ottenere è di 20 punti.

Terminata la prima fase degli interventi per mitigarne gli effetti

Il caso dell'erosione costiera ad Ostia



La spiaggia di Ostia aveva bisogno di un intervento di messa in sicurezza per via dell'erosione che ha colpito particolarmente determinati tratti del litorale. Ed ecco gli interventi: circa tre chilometri di scogliera messa a protezione delle spiagge di Ostia, dal Pontile al canale dei Pescatori; oltre 180mila metri cubi di ripascimento sui tratti di spiaggia maggiormente colpiti dall'erosione, messa in protezione della Rotonda di Ostia; dragaggio del Canale dei Pesca-

tori e di Fiumara Grande per favorire la navigabilità. Ad illustrarli è stato l'assessore alla Mobilità e Tutela del Patrimonio e Demanio della Regione Lazio, Fabrizio Ghera, nel corso di un sopralluogo ad Ostia dove sono terminati i lavori denominati "Ostia 1". «Abbiamo terminato questa prima fase di interventi mirati a mitigare gli effetti dell'erosione costiera. L'intervento più importante riguarda i tre chilometri di barriera soffolta, posizionata trent'anni fa, che è stata finalmente ri-

pristinata tornando così a svolgere pienamente la sua funzione di protezione delle spiagge». E poi l'anticipazione: «Il prossimo anno partiremo con la fase 2 su Ostia e stiamo progettando un piano triennale attraverso fondi europei per mettere in protezione tutte le aree del litorale laziale colpite dall'erosione costiera. Siamo consapevoli che c'è molto da fare ma stiamo lavorando per realizzare progetti che possano mettere in sicurezza i nostri litorali» afferma l'assessore Ghera.

L'evento porterà in città autorità, fedeli e pellegrini da tutto il mondo

Nel weekend il Giubileo dei governanti

Sabato 21 e domenica 22 giugno Roma ospita il Giubileo dei Governanti, un evento speciale del percorso giubilare 2025 che porterà in città autorità, fedeli e pellegrini da tutto il mondo. I momenti centrali si svolgeranno tra l'area di San Pietro, il Campidoglio e San Giovanni in Laterano, con inevitabili ricadute sulla mobilità cittadina. Le celebrazioni prenderanno il via sabato mattina alle 11 con il pellegrinaggio alla Porta Santa della Basilica di San Pietro. Nel pomeriggio, alle 17, si terrà un dibattito istituzionale in Campidoglio sul tema del "Debito Ecologico", con interventi del sindaco Roberto Gualtieri, del presidente della Regione Lazio Francesco Rocca, del senatore a vita Mario Monti e del cardinale Pietro Parolin, moderati dal senatore Pier Ferdinando Casini. La serata si concluderà con il concerto "Armonie di speranza" in piazza Pio XII, previsto per le 20:30. Domenica



22, alle 12, i pellegrini si riuniranno in piazza San Pietro per l'Angelus con Papa Francesco. Alle 17, a San Giovanni in Laterano, il Pontefice presiederà la Santa Messa conclusiva, al termine della quale partirà una processione lungo via Merulana fino alla Basilica di Santa Maria Maggiore. Sabato sera, per il concerto, sono previste chiusure al traffico nella zona del Vati-

cano. Domenica, dalle ore 15, scatteranno restrizioni in un'ampia area tra San Giovanni e Santa Maria Maggiore, compresa via Merulana e le strade limitrofe. Chi si reca a San Pietro può utilizzare la metro A (fermate Cipro e Ottaviano) o numerose linee bus urbane. I treni regionali delle linee FL1, FL3 e FL5 fermano a San Pietro, e valgono i normali titoli di viaggio Metrebus.

I consiglieri di Italia Viva Casini e Leonicini sul Giubileo dei Giovani

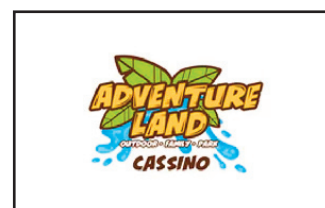
"Roma è pronta ad accogliere"

"Il Consiglio straordinario di oggi sul Giubileo dei Giovani, organizzato all'Università di Tor Vergata, ci offre l'opportunità di riflettere su un evento di grande valore, non solo simbolico, che porterà a Roma, a fine luglio, centinaia di migliaia di ragazzi e ragazze provenienti da tutto il mondo, ma ci consente anche di guardare con ottimismo al futuro di questa città". "Roma ha fatto ormai dell'ospitalità un segno distintivo della propria identità: in tantissimi appuntamenti di carattere internazionale, anche recenti, ha dimostrato infatti di essere pronta ad accogliere, ascoltare, organizzare, e anche in questa circostanza si sta confermando all'altezza delle aspettative. È una prova impegnativa dal punto di vista organizzativo ma anche un evento con un impatto molto concreto e visibile sulla città, che rappresenta un'incredibile opportunità di crescita, rilancio e svi-



luppo per la Capitale e per l'area di Tor Vergata in particolare. Grazie ai fondi giubilari si stanno infatti realizzando interventi integrati - a cominciare dalla riqualificazione delle Vele di Calatrava, simbolo di questo processo - che miglioreranno la qualità della vita dei

romani, restituiranno dignità a un'area spesso marginalizzata e offriranno a tutti spazi belli, accoglienti e inclusivi. Un'eredità urbana e infrastrutturale che durerà ben oltre il 2025". Così Valerio Casini e Francesca Leonicini, consiglieri capitolini di Italia Viva.



Ultimo intervento nell'ambito del progetto di riqualificazione dei parchi di affaccio sul Tevere

Inaugurato il parco fluviale di Foro Italico

Sono state anche riqualificate le terrazze d'affaccio e installati attrezzi da fitness. Riqualificata anche la scalinata per arrivare alla sponda e alla seconda banchina, emersa e valorizzata a seguito dei lavori. Nella piazza ci sono nuove sedute lineari, piante e un'illuminazione pensata per garantire sicurezza e al tempo stesso valorizzare il paesaggio. "Questo intervento rappresenta bene la direzione che stiamo seguendo: restituire alla città spazi accessibili e riavvicinare Roma al suo fiume. Qui al Foro Italico, con un investimento di 2 milioni, abbiamo recuperato 1,6 ettari, riqualificato le terrazze d'affaccio, sistemato la piazza centrale e creato nuovi spazi per l'attività fisica con una nuova illuminazione. È il quinto parco d'affaccio giubilare ed è un tassello decisivo



al percorso avviato con i 7,3 milioni complessivi investiti per restituire il Tevere ai cittadini e avvicinarci all'obiettivo del grande parco lineare fluviale, tra i più belli d'Europa". Così il Sindaco di Roma Roberto Gualtieri. "Con questo quinto parco d'affaccio a Foro Italico concludiamo il grande lavoro di riqualificazione delle sponde avviato con i fondi giubiliari, 7,3 milioni di euro suddivisi tra cinque parchi fluviali sul Tevere che abbiamo voluto fortemente investire per re-

stituire il diritto a fruire delle sponde alla cittadinanza. Foro Italico va integrare la rete costituita dagli altri parchi già inaugurati da Roma Capitale e da quelli preesistenti di Marconi e Magliana, ai quali si aggiungerà anche il parco Tevere Sud che sta realizzando la Soprintendenza: con il masterplan strategico del Tevere questa Amministrazione mira a riqualificare il tratto urbano del nostro fiume con l'obiettivo di renderlo il parco lineare fluviale più lungo d'Europa, rinaturalizzando le sponde e ripristinando la Natura", dichiara l'Assessora all'Agricoltura, Ambiente e Ciclo dei rifiuti, Sabrina Alfonsi. "Rimettiamo in connessione l'infrastruttura verde e blu della nostra Capitale, per renderla una metropoli più sostenibile, vivibile e sana", conclude Alfonsi.

Il Movimento 5 Stelle sul progetto del Porto Crocieristico di Fiumicino

"Un progetto sbagliato, bomba ecologica"

È stata approvata oggi in Aula consiliare del Municipio Roma X la mozione proposta da Alleanza Verdi e Sinistra per fermare il progetto del nuovo porto crocieristico di Fiumicino. "Si tratta di un passaggio politico importante", scrivono i consiglieri M5S del Municipio Roma X, Alessandro Ieva, Giuliana Di Pillo e Silvia Paoletti, che hanno proseguito: "Il nostro Municipio prende posizione chiara contro un'opera dannosa, calata dall'alto, che risponde a interessi privati e speculativi, e non ai bisogni reali del territorio e della cittadinanza. Il progetto del nuovo porto rappresenta un attacco al nostro patrimonio ambientale, paesaggistico e sociale. Verrebbe costruito in un'area ad altissimo valore naturalistico, mettendo a rischio l'equilibrio della costa laziale e minacciando direttamente l'Oasi WWF di Macchiagrande. Le

conseguenze sull'ecosistema, sulla geomorfologia e sull'erosione delle spiagge sarebbero gravi e irreversibili". Ed ancora: "Siamo di fronte a una visione vecchia e fallimentare di 'sviluppo', fondata sulla cementificazione e sulla privatizzazione dei beni comuni. Un modello che rischia di soffocare le economie locali virtuose - pesca artigianale, turismo sostenibile, agricoltura di prossimità - e di generare un'impennata della pressione immobiliare, con effetti devastanti sul tessuto sociale. Il Movimento 5 Stelle ha sempre lavorato per uno sviluppo equilibrato, partecipato, sostenibile. Crediamo nella rigenerazione urbana e nella valorizzazione dei territori, non nei grandi progetti imposti senza consultazione, senza trasparenza e senza una seria valutazione d'impatto ambientale". "Con la mozione approvata oggi -

illustrano Ieva, Di Pillo e la Silvia Paoletti - tra le altre, chiediamo: la sospensione immediata di ogni iter autorizzativo finché non venga condotta una Valutazione Ambientale Strategica e garantito un autentico processo partecipativo; una revisione indipendente del progetto alla luce degli obiettivi europei di sostenibilità e giustizia ambientale; un confronto pubblico e aperto su alternative concrete, in grado di portare sviluppo vero e duraturo". "Il nostro impegno non si ferma qui", concludono i consiglieri penta stellati, che terminano: "Continueremo a vigilare e ad agire, dentro e fuori le istituzioni, per contrastare ogni tentativo di scempio ambientale e per promuovere politiche che mettano al centro i diritti dei cittadini, la tutela del paesaggio e la salvaguardia del bene comune".

Un'occasione per condividere con i Medici del territorio le importanti novità terapeutiche

Ad Ostia incontro su Malattia Renale Cronica

Sabato 21 giugno alle ore 8.30, presso l'Aula Sinibaldi dell'Ospedale G.B. Grassi di Ostia, si terrà l'incontro "La malattia renale cronica tra Medico di Medicina Generale e Nefrologia Ospedaliera: nuovi percorsi assistenziali". L'evento promosso dalla ASL Roma 3 è un'occasione per condividere con i Medici di Medicina Generale del territorio le importanti novità terapeutiche intervenute in campo nefrologico e per discutere il Percorso Diagnostico Terapeutico Assistenziale per la malattia renale cronica, il documento che definisce le linee guida per la gestione integrata di questa patologia, dalla diagnosi alla cura e all'assistenza del paziente. "La Malattia Renale Cronica (MRC) è complessa e invalidante, spesso non presenta sintomi e per questo viene diagnosticata quando è già in stadio avanzato. In Italia circa il 10% della popolazione adulta è affetta da MRC. Negli ultimi



30 anni il numero di nuovi casi di dialisi è aumentato del 43% e del 41% la mortalità relativa alla MRC, e si stima che nel 2040 sarà la quinta causa di morte nel mondo. I costi relativi alla dialisi in Italia possono arrivare a circa 45 mila euro per ogni paziente per anno, che considerando la popolazione italiana in dialisi vuol dire 2,5 miliardi di euro all'anno. Questo significa che il 2% dell'intero budget del Servizio Sanitario Nazionale (SSN) viene assorbito dallo

0,1% della popolazione", spiega Massimo Morosetti, Direttore UOC Nefrologia e Dialisi dell'Ospedale G.B. Grassi di Ostia. "La novità - aggiunge l'esperto - è che di recente sono stati introdotti nella pratica clinica dei nuovi farmaci che, se utilizzati in modo corretto, sono in grado di fermare la progressione della MRC verso la insufficienza renale terminale e quindi la dialisi o il trapianto. Per modificare questo scenario è necessario un modello a 3 step sostenibile basato su diagnosi precoce, integrazione e trattamento e follow-up. La condivisione delle conoscenze con i Medici di Medicina Generale del vasto territorio della nostra azienda, che sono i primi interlocutori con i cittadini, è fondamentale prima di tutto per fare prevenzione e poi prendersi cura del paziente dopo l'eventuale diagnosi della malattia", conclude quindi Morosetti.

L'appuntamento, promosso dall'Ospedale Israelitico, è per domenica 22 giugno

Dibattito per la Giornata della vitiligine

In occasione della Giornata Mondiale della Vitiligine, che si celebra ogni anno nell'ultima domenica di giugno, l'Ospedale Israelitico di Roma organizza un incontro pubblico per approfondire conoscenze e sensibilizzare l'opinione pubblica su questa patologia della pelle. L'appuntamento è per domenica 22 giugno, dalle 18 alle 20, presso la sede dell'Associazione Civita, nel cuore di Roma, a Piazza Venezia. Promosso dal Centro di Fotodermatologia e Cura della Vitiligine dell'ospedale - struttura superspecialistica di riferimento in Italia - l'evento sarà un'occasione di confronto tra medici, esperti internazionali e pazienti. Tra gli ospiti più attesi figura il professor Henry Lim, autorevole dermatologo di Detroit e presidente dell'Associazione Internazionale delle Società di Dermatologia (ILDS), considerato una delle voci più autorevoli a livello mondiale nella ricerca



sulla vitiligine. L'iniziativa si propone di offrire un'informazione chiara e aggiornata, contrastando pregiudizi e disinformazione su una condizione che colpisce tra l'1 e il 2% della popolazione mondiale e che può avere un forte impatto psicologico e sociale. "L'obiettivo è rompere il silenzio intorno a una malattia troppo spesso sottovalutata, che invece merita attenzione e supporto adeguati", ha dichiarato Andrea Paro Vi-

dolin, responsabile del centro dell'Israelitico. La Giornata Mondiale della Vitiligine è stata istituita nel 2011 in memoria di Michael Jackson, che contribuì a rendere nota la malattia al grande pubblico. A Roma, l'incontro vedrà anche la partecipazione di rappresentanti istituzionali, associazioni di pazienti e realtà ospedaliere e universitarie del Lazio, impegnate a sostenere e orientare chi convive con la vitiligine.



L'assessora: "Roma rinnova e rafforza il sostegno alla Scuola InCanto"

Scuola: annuncio della Pratelli

Con un finanziamento che arriva a 30.000 euro, l'Amministrazione potenzia il numero di accessi gratuiti destinati a bambine e bambini provenienti da famiglie in condizione di fragilità socio-economica e a studenti e studentesse con bisogni educativi speciali, che arriva così a 1.750. "Scuola InCanto", ideato e promosso da Europa InCanto Onlus, è un'iniziativa di grande valore culturale e formativo, che negli anni ha coinvolto migliaia di alunni e alunne, contribuendo in modo significativo all'inclusione scolastica e alla rimozione delle barriere educative attraverso un approccio innovativo e accessibile. Il progetto permette a bambine, bambini, ragazze e ragazzi di avvicinarsi al mondo dell'opera lirica grazie a un metodo didattico coinvolgente, che integra attività laboratoriali interattive e percorsi gui-



dati. Attraverso celebri titoli come La Traviata, Il Flauto Magico, Il Barbiere di Siviglia, Rigoletto, Aida, Turandot, L'elisir d'amore e La Cenerentola, gli studenti dalla scuola dell'infanzia alla secondaria di primo grado possono scoprire la lirica sotto la guida di cantanti professionisti, fino alla partecipazione a uno spettacolo dal vivo in teatro. Particolarmente rilevante è anche il modulo dedicato all'apprendimento di brani tradotti nella LIS - Lingua Italiana dei Segni - che contribui-

sce in maniera concreta all'abbattimento delle barriere linguistiche, rafforzando l'anima inclusiva del progetto. "Siamo felici di questo rinnovo, che valorizza e dà continuità a una collaborazione preziosa", dichiarano Claudia Pratelli (nella foto), Assessora alla Scuola, Formazione e Lavoro di Roma Capitale, e Carla Fermariello, Presidente della Commissione Scuola capitolina. "Scuola InCanto è, da oltre dieci anni, un laboratorio di innovazione educativa che coinvolge bambine e bambini, famiglie e comunità scolastiche. La collaborazione con l'Associazione ci riempie quindi d'orgoglio, perché il nostro contributo consente di aumentare i posti gratuiti disponibili e di rafforzare il lavoro di inclusione rivolto agli alunni con disabilità. È anche così che Roma combatte le disuguaglianze e promuove pari opportunità per tutte e tutti".

Tre giorni di intrattenimento, eventi e spettacoli organizzati dal Municipio IX

All'Eur torna la "Notte Bianca"

Si parte ufficialmente domani, venerdì 20 giugno, con la nuova edizione della "Notte Bianca": l'evento che accende l'estate romana nel IX Municipio. Tre giorni di intrattenimento, eventi e spettacoli organizzati dal Municipio IX Roma Eur e U.N.O.E. - Unione Nazionale Organizzazione Eventi, in collaborazione con imprenditori locali e associazioni attive sul territorio. Un weekend di festa dalle atmosfere estive, con negozi aperti e strade chiuse al traffico. Il tutto coordinato dall'amministrazione, sotto l'effigie di Eur District, il primo brand municipale lanciato dalla presidente Titti Di Salvo e dal vicepresidente Augusto Gregori. Un'idea nata guardando a città come Londra, Berlino, Parigi, per dar valore a realtà commerciali e artistiche, ma anche al mondo della notte e ai tanti grandi eventi che



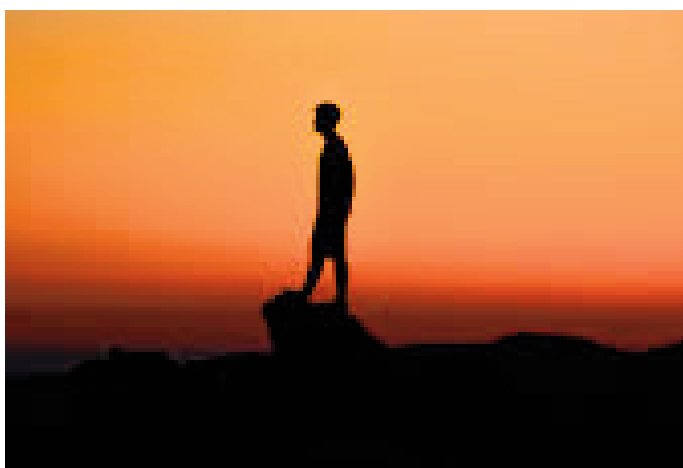
ogni sera animeranno il IX Municipio per il periodo più caldo dell'anno. La Notte Bianca dell'Eur è dunque la porta d'accesso all'estate 2025 per gli abitanti di un quartiere che Di Salvo e Gregori hanno spesso definito come "storicamente contemporaneo", proiettandolo verso un'immagine più attuale ed europea. La Notte Bianca dell'Eur sarà anche l'occasione per promuovere messaggi sociali importanti, come quello contro la violenza di genere, divulgato grazie a un flash mob per iniziativa della Commissione

Pari Opportunità del municipio, presieduta dalla presidente Paola Vaccari. Una grande panchina di colore rosso realizzata e omaggiata dall'imprenditore Umberto Iandolo, sarà mnemonica scenografia del palco naturale allestito sulla scalinata di San Pietro e Paolo (Scalea Carlo Mosca), dove si svolgeranno la maggior parte delle performance dal vivo, orchestrate dalla direzione artistica di Raoul Morandi, assistito dalla conduzione di Anna Nori, Riccardo Zianna, Francesca Testasecca e Paciullo.

Un ritorno: a chi siamo davvero, lontano dal rumore, dalle aspettative, dagli sguardi

Solitudine: bisogno, difesa o ferita?

Desiderare la solitudine, alle volte può risultare un bisogno profondo e soprattutto, sano: è un momento estremamente intimo in cui possiamo ascoltarci, ricaricarci, comprenderci e riconnetterci con noi stessi. È un momento in cui il silenzio ci consola ed è ben diverso dal voler fuggire, che spesso nasce da un sovraccarico emotivo, da ferite irrisolte o da situazioni che ci fanno sentire impotenti. Non è una fuga, è un ritorno: a chi siamo davvero, lontano dal rumore, dalle aspettative, dagli sguardi. La dottoressa Angela Veltri, psicoterapeuta, a tal proposito, precisa che: "Al giorno d'oggi è normale - sentire il bisogno di solitudine - e che - dipende dal contesto, da varie situazioni. [...] è normale perchè noi siamo bombardati tutto il giorno, c'è l'ansia da prestazione nel campo del lavoro, in famiglia, in tutti gli ambiti che frequentiamo, i contesti, le persone che ci



circondano e soprattutto perchè la componente principale, oltre l'ambiente esterno che pressa, è anche il carattere della persona e la personalità che possiede, ad esempio: se ho una personalità introversa o se ho una personalità estroversa, le cose cambiano; c'è più resilienza - ad esempio - nella personalità introversa che in quella estroversa [...]. Tutti noi, almeno una volta nella vita, ci siamo abbandonati ai famosissimi 'Odio tutti', 'Voglio

stare da solo' oppure al classico 'Ho bisogno di tempo', facendo scoppiare quel forte desiderio di partire come un eremita spirituale senza più dare spiegazioni. Questo "Deriva - continua la dottoressa - dal fatto che magari, durante la giornata - si è pensato ad 'accontentare' tutti. [...] Questo accontentare un po' tutti, fa perdere di vista se stessi e fa sì che ci riempiamo così tanto da non poter più farcela; da qui nasce il desiderio di isolarsi".

Le risposte dalla psicoterapeuta ospite di A casa di Amici Angela Veltri

Cosa si nasconde al desiderio di solitudine?

Nella maggior parte dei casi, come affermato dall'esperta, quando sentiamo il bisogno di isolarci, tendiamo automaticamente a dare la colpa all'esterno: "La colpa è delle persone - dice - del lavoro, del clima [...] ma in realtà, dobbiamo andare a 'vedere' cos'è che noi non abbiamo considerato di noi stessi. La cosa più importante è mettere un confine [...] e purtroppo, l'essere umano è egoista". Ed è proprio quando l'altro insiste che noi ci sentiamo in dovere di fare ciò che ci viene chiesto. "C'è anche una difficoltà - continua - a dire all'altro o a ripetere, che non ce la facciamo a fare tutto" e quando si fa, ad ogni costo, arriviamo al limite e sfoghiamo il nostro tripudio di conflitti interiori su qualcuno, che non ha nulla a che vedere con la situazione. Cosa differenzia l'isolamento dalla voglia di fuggire? "Fuggire. La parola stessa - significa - scappare da un pericolo, quindi è un comportamento impulsivo.

'Ho paura e scappo'. 'Ci sono varie richieste, non riesco ad affrontarle e scappo via'. L'isolamento invece, [...] è aver scelto di prendersi del tempo per poter fare chiarezza su come comportarsi in futuro" - spiega ancora Veltri. Fuggire impulsivamente = scappo senza pensare alle conseguenze, evito il problema, ma il problema poi torna ancora più grande di prima. Isolarsi per riflettere = in questo momento non ce la faccio, mi prendo un po' di spazio e vedo cos'è che non va (apparentemente le persone, ma in realtà sotto, c'è qualcos'altro). Ansia, depressione, stress: quando preoccuparsi? Nei casi "Di forte ansia, depressione - afferma la psicoterapeuta - bisogna preoccuparsi quando queste emozioni, questo desiderio di isolarsi è persistente e provoca dolore e sofferenza. Se mi sento ansioso e depresso e dormo tutta la settimana, è una cosa ben diversa [...]

noi siamo bombardati, di base, da questi stimoli, da queste prestazioni, da queste richieste, dalle persone che non vedono, non sentono e sono egoiste [...] il punto è che se non siamo capaci di mettere dei paletti, possiamo incorrere in stati di ansia cronica o di depressione. Non possiamo soddisfare tutto: la prima cosa che bisogna fare è soddisfare le proprie esigenze". Come far capire all'altro il proprio bisogno di solitudine senza sentirsi colpevoli? L'esperta porta l'attenzione sulla comunicazione sana, chiara e corretta, sul rispetto prima per se stessi e poi per gli altri. "Ho bisogno di questo momento, rispettami per favore" [...]. Il punto è che se una persona è empatica, queste cose le comprende e ci rispetta. La maggior parte delle persone, è egoista e queste cose non le vedono perchè hanno semplicemente bisogno. E' necessario legare le parole al comportamento".



"L'obiettivo è riportare l'Italia ai Mondiali perché per il nostro calcio è fondamentale"

Gattuso: "Italia un sogno che si avvera"

Dopo l'introduzione di Gravina, ha preso la parola Gattuso. "E' un sogno che si avvera e spero di essere all'altezza. So che il compito non è facile, ma di facile nella vita non c'è nulla. Io e il mio staff sappiamo che c'è tanto da lavorare, ma anche la consapevolezza che possiamo far e un buon lavoro. C'è poco da parlare e tanto da lavorare. Io penso che i giocatori ci siano e che bisogna solo metterle nella migliore condizione per farli rendere al massimo. L'obiettivo è riportare l'Italia ai Mondiali perché per il nostro calcio e la nostra nazione è fondamentale".

Di cosa ha bisogno la Nazionale?

"Entusiasmo, voglia di stare insieme e uniti. In questi giorni ho ben chiaro cosa bisogna fare. Dobbiamo ritrovare l'entusiasmo e non pensare in modo negativo. Dobbiamo riuscire a creare una famiglia. In questo momento non sono i moduli e la tattica, ma il gruppo e la mentalità che per tanti anni ci ha

contraddistinto nel mondo"

Convinzione o speranza di portare l'Italia al Mondiale?

"Convinzione. Abbiamo giocatori importanti. Abbiamo calciatori che sono tra i primi dieci al mondo nel loro ruolo. Abbiamo una squadra forte. Ma non dobbiamo pensare ai singoli. La squadra ha dei valori e sono convinto che si possa raggiungere l'obiettivo. Quando mi hanno chiamato, non ho esitato un istante. C'è tanto da lavorare, ma abbiamo le doti e la qualità per andare ai Mondiali".

L'identità italiana

"C'è un dato che deva farci riflettere. Quest'anno hanno giocato il 68% di stranieri nel campionato italiano e il 32% di italiani. A livello giovanile è stato fatto un grandissimo lavoro, ma dopo l'Under 19 i giocatori si perdono un po' per strada. Quest'anno all'Hajduk Spalato ho fatto giocare calciatori del 2005, 2006 e 2007. Dobbiamo dare spazio ai giovani. Ora il cambiamento riguarda avere più giocatori giovani a disposizione. Indos-

sare la maglia della Nazionale e stare per due volte fuori dal Mondiale non è semplice, ma non dobbiamo avere paura"

Un commento al "tifoso" La Russa

"Io non voglio fare polemiche e spero di fargli cambiare idea e di raggiungere l'obiettivo che abbiamo tutti in testa" Il Gattuso di sempre?

"La figura da calciatore è dura da cancellare. Tutti pensano a un Gattuso cuore e grinta, ma ora vedo il calcio in maniera diversa da quando giocavo. Oggi un Gattuso nella mia squadra col casino che faceva a livello tattico non lo metterei in campo per come voglio giocare. Con cuore e grinta non si sta undici anni a lavorare in panchina. Mi piace aggiornarmi, parlare di calcio e ho le idee chiare sul calcio che mi piace. Negli ultimi anni il calcio è cambiato e bisogna entrare nella testa dei calciatori. E non tutti i giocatori sono uguali. Oggi i calciatori sono più professionisti, ma fanno più fatica a fare gruppo in generale"

L'assessore: "Nascerà un parco verde di quasi 93mila metri quadrati"

Stadio di Pietralata: parla Veloccia

"Roma Capitale è finalmente rientrata in possesso dell'area occupata abusivamente da oltre venti-trenta anni da un auto demolitore: un altro passo avanti per il progetto del nuovo stadio della AS Roma". E' quanto dichiarato dall'Assessore all'Urbanistica e alla Città dei quindici minuti di Roma, Maurizio Veloccia dopo aver effettuato un sopralluogo nelle aree di Pietralata interessate dal progetto per il nuovo stadio della AS Roma. "Ringrazio il Dipartimento dei Lavori Pubblici che ha svolto un lavoro importante e complesso per arrivare a questo risultato - ha continuato l'assessore capitolino - ottenuto dopo un'intimazione al rilascio e allo sgombero a cui il detentore aveva fatto seguire un ricorso al TAR concluso positivamente per l'Amministrazione capitolina. In questa settimana l'autodemolitore sta liberando l'area riconsegnata al Comune che poi verrà consegnata alla Roma. Questo

rientro in possesso è importante perché ci permette di recuperare un altro spazio pubblico occupato e proseguire con i sondaggi archeologici visto che, pochi giorni fa, sempre il TAR si è pronunciato nuovamente a nostro favore, rigettando un'istanza con la richiesta di sospendere i lavori". "Ieri - ha continuato Veloccia - abbiamo effettuato un sopralluogo con i nostri uffici per verificare lo stato di avanzamento delle indagini, che vanno avanti speditamente: la Roma prevede di terminare la parte archeologica entro tre mesi, salvo cause non imponibili ai propri tecnici, mentre quella geognostica è stata completata e consegnata, così come quella vegetazionale". Dunque, spiega l'Assessore all'Urbanistica e alla Città dei quindici minuti di Roma, "Abbiamo una maggiore consapevolezza di quella che sarà la trasformazione di questo quadrante, per troppi anni completamente abbandonato

e dimenticato, che ora sarà rivoluzionato. Accanto allo stadio, infatti, sorgerà infatti un vero e proprio hub dell'innovazione e della ricerca scientifica: durante il sopralluogo abbiamo constatato che lo studentato di Sapienza è alle rifiniture finali mentre sono iniziati lavori propedeutici alla realizzazione delle sedi del Rome Technopole, l'ecosistema dell'innovazione che raccoglie il sistema universitario laziale, Unindustria, Comune e Regione con un investimento di oltre 30 milioni". "Tutta l'area sarà poi immersa in un enorme parco verde. Su questo punto abbiamo chiesto alla AS Roma di lavorare con grande attenzione per realizzare un sistema ecologico e ambientale con zone a verde urbano attrezzato e fruibile da tutta la città, insieme a parti più naturalistiche in modo da compensare le aree occupate dallo stadio. Si tratta di quasi 93mila mq, 8000 mq di aree attrezzate e con l'impianto di 819 nuovi alberi".

Ad annunciare è stato il club giallorosso attraverso un comunicato sul proprio sito

Frederic Massara è il nuovo ds della Roma



La Roma ha un nuovo direttore sportivo. Dopo la separazione con Ghisolfi, i Friedkin hanno deciso di affidare l'incarico a Frederic Massara. Ad annunciarlo è stato il club giallorosso attraverso un comunicato sul proprio sito. "L'AS Roma è lieta di annunciare la nomina di Frederic Massara come

nuovo Direttore Sportivo del Club.

Per Massara si tratta di un ritorno a Trigoria, dove in passato ha già contribuito con professionalità e competenza allo sviluppo sportivo della Roma in una fase cruciale della storia recente della Società. Con una vasta esperienza nel calcio ita-

liano e internazionale, Massara porta con sé una profonda conoscenza e una chiara visione strategica per l'area tecnica. Il Club guarda con fiducia a questo nuovo capitolo, convinto che la leadership di Frederic contribuirà a costruire un futuro competitivo e ambizioso. Ben tornato a Roma!"

Il centrocampista uruguayano ha rinnovato per un altro anno il suo contratto con i biancocelesti

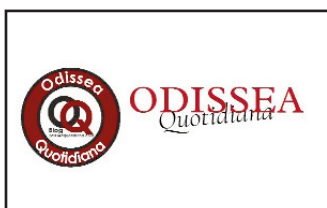
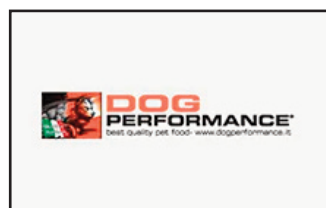
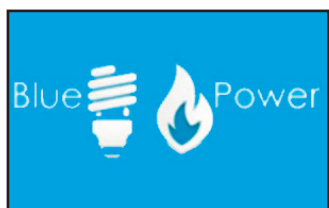
Vecino prolunga il contratto con la Lazio



La Lazio ha ufficializzato tramite un comunicato sul proprio sito il rinnovo di Vecino fino al 2026 con opzione per il 2027. "La S.S. Lazio comunica il rinnovo del contratto del calciatore Matias Vecino, che continuerà a vestire la maglia biancoceleste fino al 30 giugno 2026, con opzione per un'ulter-

iore stagione fino al 30 giugno 2027. Centrocampista completo e di grande affidabilità, ha messo al servizio della squadra equilibrio tattico, intensità e senso della posizione, risultando decisivo in più momenti della stagione. Con 114 presenze e 13 reti in tre stagioni, si è distinto per

professionalità e spirito di sacrificio. Il prolungamento del contratto rappresenta una scelta di continuità tecnica e di valorizzazione dell'esperienza all'interno del gruppo: caratteristiche fondamentali per affrontare con determinazione e stabilità le sfide della nuova stagione".



L'appuntamento con il torneo di calceto più antico d'Europa è dal 23 giugno al 23 luglio, come di consueto nella splendida cornice del Circolo Canottieri Lazio

Coppa dei Canottieri Cbill, presentata la 61ima edizione della prestigiosa gara

Presentata presso il Circolo Canottieri Lazio la "Coppa dei Canottieri Cbill", che quest'anno festeggia 61 anni. L'appuntamento con il torneo di calceto più antico d'Europa è dal 23 giugno al 23 luglio, come di consueto nella splendida cornice del Circolo Canottieri Lazio, tutto da vivere con le sue 81 gare. A fare gli onori di casa il Presidente del Circolo Raffaele Condemmi che quest'anno saluterà la presidenza in vista della fine del suo mandato: "L'anno scorso mi ero presentato alla Coppa Canottieri per l'ultima volta nell'ottica di lasciare - commenta Condemmi - invece le vicende del circolo hanno fatto sì che l'assemblea fosse rinviata a settembre e quindi quest'anno posso festeggiare il mio 12esimo anno, ma direi che questa dovrebbe essere l'ultima Coppa da presidente. Siamo orgogliosi che il torneo sia cresciuto così tanto in quest'anno, arricchendosi di tante novità e di

tanti sport, come il padel e il tennis, in una sorta di piccola olimpiade". "Questo percorso - ha proseguito il presidente uscente - è stato reso possibile da tutti i nostri sponsor, in particolare Cbill, ma non possiamo non ringraziare le istituzioni sportive ed amministrative che ci auguriamo anche di vedere di nuovo in campo rappresentate dal presidente Malagò e dal ministro Abodi, come gli scorsi anni. Ci aspettiamo anche di vedere indossare una maglia anche a grandi ex come Totti". Al tavolo presenti anche il vice Presidente alla qualità sociale Luciano Crea, nonché Presidente della commissione sport della Regione Lazio, il vice Presidente allo sport Riccardo Viceré, il Consigliere agli Eventi Liliana Frattini Passi e il Consigliere agli Sport pedestri Giorgio Maucci. La Coppa Canottieri a Roma è un appuntamento molto atteso, una tradizione che scandisce l'estate romana.

Da ben 61 anni questa competizione rappresenta il torneo più antico d'Europa, grazie al mito Nicola Pietrangeli e al Circolo Tennis Parioli di piazza Apollodoro, storico partecipante alla Coppa. Saranno 8 i circoli storici di Roma che vi prenderanno parte: C.C. Lazio, C.C. Roma, R.C.C. Tevere Remo, C.C. Aniene, Corte dei Conti, T.C. Parioli, C.T. Eur, Sporting Eur, con l'aggiunta del Villa Flaminia, circolo invitato negli ultimi anni. Come da tradizione si contenderanno l'ambito trofeo "Babbo Valiani" assegnato al circolo che totalizza il miglior risultato complessivo, sommando i punti delle diverse categorie, premio dedicato a uno dei padri della disciplina, appunto, Gustavo Babbo Valiani. Il trofeo all'inizio di ogni edizione viene restituito alla "casa madre", il C.C. Lazio, per essere riassegnato nuovamente e custodito per un anno dal circolo vincitore. La novità di quest'anno sarà la

Categoria Under 22, per la prima volta inserita nel torneo, iniziativa nata per incoraggiare i giovanissimi verso una bella realtà fatta di sport, aggregazione e sana competizione. "I ragazzi di quell'età sono ancora un po' acerbi - ha sottolineato il vice Presidente Viceré - ma ci farà molto piacere ringiovanire il parco giocatori". L'anno scorso la partecipazione è stata altissima. Molti i nomi noti che hanno scelto di scendere in campo come il ministro Abodi, il Presidente del Coni Malagò, e l'ex tecnico azzurro Roberto Mancini, oltre a tant'altre. Ecco i vincitori della scorsa edizione: Campioni 2024 - calcetto ASSOLUTI - C.C. Aniene OVER 35 - C.T. Eur OVER 50 - C.C. Lazio OVER 60 - C.C. Roma BABBO VALIANI - C.C. Lazio, C.C. Roma e C.T. Eur è stata la prima volta di un ex equo, quest'anno rimessa in palio al circolo che

sommando le 4 (non anche l'under 22 sperimentale) categorie faranno più punti. Campioni 2024 - PADEL - C.C. Aniene Campioni 2024 - TENNIS - C. Magistrat della Corte dei Conti E parlando sempre di trofei, il C.C. Lazio - che ha messo in fila un pokerissimo di vittorie, dal 2019 al 2023 - guida la classifica dei circoli con 19 titoli vinti nella categoria assoluti, potendosi quindi fregiare di una Stella (che si ottiene ogni 10 titoli) e quindi va a caccia della 2a stella in caso di vittoria. Ambito risultato raggiunto anche dal Circolo Canottieri Aniene che ha vinto 12 tornei di categoria assoluti e dal Tennis Club Parioli, con 10 vittorie nel suo palmarès. Match in diretta streaming: confermato l'accordo con MY Soccer Player: tutte le partite di calcio a 5 saranno trasmesse in diretta facebook con tanto di telecronaca, per un servizio video che si va ad aggiungere agli

highlights trasmessi in differita il giorno seguente dal Corriere dello Sport TV. PADEL: non solo calcio a 5 perché proprio accanto alla "fossa", si disputerà la sesta edizione della Coppa dei Canottieri di padel riservata alla sola classe Over 35, conquistata nel 2024 dal Circolo Canottieri Aniene. TENNIS: la Coppa vedrà accanto al calceto e al padel anche il tennis. I circoli storici della Capitale si contenderanno la vittoria finale incrociando le racchette attraverso sfide di doppio. Potranno partecipare solo le quarte categorie e precisamente ogni singola sfida vedrà una coppia con una classifica non superiore a 4.3 e una coppia con una classifica non superiore a 4.1. L'eventuale doppio di spareggio vedrà schierata una coppia con classifica 4.1 con un giocatore 4.3 che non sia stata già schierata. La prima edizione è stata vinta dal Circolo Canottieri Lazio.

Il settore del gaming è cresciuto a dismisura, tanto che i conti aperti sia in Italia che nel resto del mondo sulle piattaforme di casinò online hanno registrato un notevole incremento

Dieci errori comuni che i giocatori online inesperti dovrebbero evitare

In questi ultimi anni il settore del gaming è cresciuto a dismisura, tanto che i conti aperti sia in Italia che nel resto del mondo sulle piattaforme di casinò online hanno registrato un notevole incremento. Tuttavia, il web nasconde sempre delle insidie e il gioco digitale non ne è esente, motivo per il quale nelle prossime righe vi sveleremo quali sono i 10 errori più comuni che i giocatori online inesperti dovrebbero evitare. Scopriamoli insieme. 1. Non leggere con attenzione i termini e le condizioni Oggi le cose vanno ad un ritmo talmente veloce che risultano essere quasi tutti frenetici e di conseguenza superficiali e distratti. Tra gli errori più frequenti da evitare, in questo senso, c'è il leggere con poca attenzione, o in alcuni casi direttamente il non leggere, i termini e le condizioni delle piattaforme, che magari riguardano le offerte e le promozioni che vengono messe a disposizione degli utenti. Aspettarsi una cosa per poi

ritrovarsi davanti ad un'altra potrebbe essere frustrante, per questo è sempre bene leggere con cura clausole e dettagli. 2. Non impostare un budget Non impostare un budget è un altro errore da inesperti che potrebbe avere delle conseguenze disastrose. Non farlo, infatti, potrebbe portare a perdere completamente il controllo delle proprie spese, per questo è essenziale stabilire una somma di denaro massima che razionalmente ed intelligentemente si è disposti a perdere. A tal proposito, moltissimi siti di casinò online ad oggi mettono a disposizione dei clienti degli strumenti di autolimitazione. 3. Registrarsi su piattaforme non affidabili Con la netta crescita del gaming online, sono nate sul web tantissime piattaforme che operano in maniera illecita. Molti utenti commettono la gravissima leggerezza di iscriversi su siti non affidabili senza controllare perlomeno la licenza. Molti di questi errori

derivano da una scarsa conoscenza iniziale della materia. Per questo è importante informarsi prima di iniziare: scopri di più in questa guida pensata proprio per chi è alle prime armi, con consigli semplici e pratici per giocare in modo più consapevole. Grazie alla presenza di questi tipi di contenuti, oggi facilmente reperibili online, gli utenti hanno infatti l'opportunità di prendere delle scelte in seguito ad un'ottima ed efficace informazione. 4. Inseguire le perdite La perdita di denaro può indurre il giocatore a tentare di ritrovarlo nell'immediato. Questo comportamento tuttavia, noto come l'inseguimento delle perdite, può portare ad una serie di atteggiamenti compulsivi e di conseguenza rischiosi. Quest'approccio, molto spesso, non fa altro che incrementare ancora di più le perdite. 5. Non avere una strategia di gioco Pensare che in tutte le attività ludiche relative al gioco online serva solo ed esclusi-

vamente fortuna è errato, perché diversi giochi, tra cui ad esempio Poker e Blackjack, necessitano di determinate abilità da parte del giocatore per fare in modo di vincere. Studiare le strategie ed informarsi nel migliore dei modi, quindi, può rivelarsi essere una mossa decisamente vincente. 6. Non approfittare delle promozioni con la giusta strategia I bonus sono senza ombra di dubbio tra le maggiori attrazioni del gioco online. Se quest'ultimo in questi ultimi anni ha di gran lunga superato il comparto fisico, questo lo deve anche all'integrazione delle promozioni e delle offerte per gli utenti, che però in moltissimi casi, soprattutto dai più inesperti, vengono analizzate con tanta superficialità. 7. Non dare peso alla sicurezza online Un altro errore super comune tra i giocatori con meno esperienza è quello di trascurare la sicurezza online. Con lo sviluppo tecnologico le truffe sono

aumentate e sono sempre dietro l'angolo, ma fortunatamente anche i mezzi per contrastarle sono molteplici e sempre più efficaci. Evitare password deboli e connessioni a reti Wi-Fi pubbliche può essere un buon inizio per non rischiare di incorrere in frodi o furti di dati. Ulteriori passaggi con una certa efficacia possono essere l'abilitazione dell'autenticazione a due fattori e la registrazione su piattaforme che presentano il certificato SSL, il quale garantisce la protezione delle informazioni personali e finanziarie del cliente. 8. Intrattenersi per tante ore senza fare pause Restare troppo a lungo su una piattaforma di casinò digitale può portare a decisioni impulsive e ad affaticamento mentale. Dei momenti di stacco sono importantissimi per recuperare lucidità e razionalità, evitando così errori dettati dalla stanchezza. In questo senso, è consigliabile impostare una sveglia o un timer per non dimenticarsi di effettuare delle pause regolari.

9. Lasciarsi travolgere dalle emozioni Rabbia, euforia e frustrazione sono delle componenti emotive che possono influenzare negativamente l'esperienza di gioco di una persona, in particolar modo se inesperta. Per questo motivo sono fondamentali l'intelligenza emotiva e la consapevolezza, perché prima di dare il via a qualsiasi attività ludica è bene essere sicuri di essere in uno stato mentale idoneo alla situazione. Se ci si sente invece emotivamente scossi, allora a quel punto è meglio rimandare ad un altro momento. 10. Non riuscire a fermarsi Probabilmente è l'errore più banale da sottolineare, ma è anche uno dei più frequenti. Non sapere quando fermarsi, infatti, può portare ad andare oltre i propri limiti sia emotivi che finanziari. In questo caso, è doveroso adottare un approccio che conduca il giocatore a stabilire in anticipo un importo massimo di vincite o perdite.



Le parole di Coach Marco Calvani sulla prossima stagione: "Toscano e Leggio arrivano per dare qualità, carattere e sostanza"

Virtus Roma, Calvani: "L'obiettivo è arrivare ad ottenere il massimo risultato"

Marco Calvani ha le idee chiare e non si nasconde. In un'intervista rilasciata a Fabrizio Fabbri su Il Corriere dello Sport - Stadio, il coach della Virtus Roma 1960 ha parlato a cuore aperto del progetto capitolino, degli innesti di Leggio e Toscano, delle ambizioni di promozione e della volontà di costruire una squadra con identità, carattere e qualità. Un messaggio forte, rivolto alla piazza e al futuro: riportare la pallacanestro romana dove merita di stare. Sull'obiettivo promozione: "L'obiettivo è comune, condiviso, è arrivare ad ottenere il massimo risultato. Per questo con il DS Belletti e con il presidente stiamo costruendo un roster ambizioso, con uomini giusti per arrivare fino in fondo. Non voglio mettere le mani avanti ma ora sappiamo da dove

partiamo ma non dove arriveremo. Non sfuggo dalle responsabilità, anzi le vado a cercare. La pressione me la metto addosso da solo, non c'è bisogno che arrivi dall'esterno. Se ho deciso di scendere di nuovo in serie B è perché credo fortemente nel progetto della Virtus Roma 1960, presente e futuro". Sugli arrivi di Leggio e Toscano: "Sono stati scelti per dare qualità, carattere e sostanza ad un roster che finalmente posso costruirmi. Quello della scorsa stagione l'ho trovato fatto. Non rispecchiava il mio modo di vedere il basket nella composizione, negli equilibri. Io però voglio parlare della Virtus che sta nascendo. Leggio è un giocatore di qualità, capace di aprire il campo con il suo tiro. La pericolosità perimetrale è una caratteristica essenziale.

Toscano è conosciuto per il suo carattere da combattente. Ma ridurlo solo a questo è un errore. E' duttile, un 3 che può giocare anche da 4 e può dare una mano in ogni zona". Sul come si convincono i giocatori di A2 a scendere di categoria: "Offrire una città come Roma è già un plus nella trattativa. La proprietà ci ha assegnato un budget e su questo con Belletti cerchiamo di costruire la squadra. L'aspetto economico conta ma poi ci sono altre cose. La possibilità di far parte da protagonisti di un progetto teso a riportare il basket della Capitale in alto ha un peso molto alto. Stiamo facendo e faremo scelte razionali ed utili ad ottenere il risultato". Sulle critiche piovute su di lui al termine della scorsa stagione: "La mia carriera mostra come ci ho messo la fac-



cia. Ho preso la squadra a tre mesi e mezzo dalla fine e dissi che non potevamo non andare ai playoff e così è stato. Accetto le critiche fanno parte del mondo dello sport".

Sulla nuova Virtus: "Vorrei una squadra di carattere, generosa, vogliosa di lavorare duro nella settimana per poi mettere la massima energia in partita. E su questo ci stiamo concen-

trando per completarla. Sento su di me un grande senso di responsabilità allenando il club della mia città. L'impegno è arrivare alla fine per tagliare il traguardo con le braccia alzate".

"Un nome che darà ancora più risalto al nome storico della Pallacanestro reatina"

Rieti rilancia il nome Sebastiani



Un passaggio simbolico ma dal forte valore identitario. Nella giornata del 18 giugno, presso lo studio notarile Gianfelice, è stato ufficialmente sancito il cambio di denominazione del club: da oggi la squadra si chiamerà RSR Sebastiani Rieti. Una scelta che rafforza il legame con la tradizione cestistica cittadina e ri-

porta al centro il nome "Sebastiani", emblema della pallacanestro reatina, che il club continuerà a onorare con rinnovato orgoglio su tutti i parquet d'Italia. Ecco il comunicato del club: "La Società comunica che in data odierna, presso lo studio Notarile Gianfelice è stato ratificato l'atto ufficiale che determina il

cambio denominazione della scrivente che da oggi prenderà il nome di RSR Sebastiani Rieti. Un nome che darà ancora più risalto alla parola e allo status "Sebastiani", il nome storico della Pallacanestro reatina che questa Società porterà con ancora più orgoglio e appartenenza sui parquet di tutta Italia".

Il centro classe 1990 è l'unica conferma dell'estate amarantoceleste

Sebastiani Rieti, confermato Piunti



La Sebastiani Rieti riparte da uno dei suoi pilastri. Giorgio Piunti, protagonista assoluto della scorsa stagione, ha rinnovato il suo legame con il club fino al 2027. Centro classe 1990, amato dal pubblico amarantoceleste che lo ha incoronato MVP della

regular season, Piunti continuerà a indossare il numero 2 anche nelle prossime due stagioni. Un segnale forte di continuità e ambizione per la RSR, che potrà ancora contare su "Re Giorgio" nel cuore dell'area. Ecco le sue parole: "Sono felice di restare qui a Rieti.

Ringrazio la Società che mi ha mostrato stima ed apprezzamento confermandomi. In questo anno ho sentito l'amore della Città e dei tifosi e spero di riuscire a ripagare l'affetto con un finale di stagione ancora migliore di quello del campionato passato".

euromedia
Digital, our way since 1993

FARMACIA ROSSI
a Civitanova dal 1983
dr.ssa ANGELAMARIA ROSSI
dr. MATTEO CIRILLI
ORARIO CONTINUATO
DA LUNEDÌ A VENERDÌ
8.00-20.00

La casa perfetta
AGENZIA IMMOBILIARE

GedAP

STIG
Più potenziale al tuo titolo
SUCCESS

TERME DEI PAPI
VITERBO

VILLA ADRIANA
RSA SEMIRESIDENZIALE
ASSISTENZA DOMICILIARE CONVENZIONATA

VASCO
Translator

Dimora Morelli

Parking Service

MORELLI UNIVERSE
UNLOCK YOUR OPPORTUNITIES

RADIO ROMA