Marano / 1 - Meeting di atletica

Questi i risultati più significativi del 5° meeting internazionale di atletica leggera 'Città di Marano' svoltosi allo stadio di via Falcone il 15 settembre scorso ed organizzato dalla locale società sportiva presieduta da Geppino De Vivo: lancio del martello M 1° Vizzoni 74,36 mt, 2° Lingua 73,40, 3° Delli Carri 68,76; 110 ostacoli M (vento -1,5 mt/sec): 1° Alterio 14.18, 2° Nalocca 14.39, 3° Mainini 14.47; 100 mt F (vento +0,4 mt/sec): 1^ Pistone 11.74, 2^ Salvagno 11.87, 3^ Grillo 12.29; 200 mt M: 1 ^ serie (vento – 0.5 mt/sec), 1° Di Gregorio 21.05 , 2° Musa Deji 21.27, 3° Barberi 21.48 – 2^ serie (vento +0,3 mt sec): 1° Rutigliano 22.88; 400 mt M: 1^serie 1° Gnaligo 46.87, 2°Abdoulaye Wagne 47.20, 3° Maunier 48.08 – 2^ serie: Salvemini 50.01; salto in lungo M: 1° Atanasov 7.64 mt, 2° Guarini 7.43, 3° Formichetti 7.37; salto triplo F: 1^ Aldama 13.74 mt, 2^ Martinez 13.63, 3^ La Mantia 13.55; 3000 mt M: 1^ serie 1° Bilusuma 7.58.39, 2° Shume Delchasa 7.58.67, 3° Too Kipkurgat 8.00.66 – 2^ serie 1° Kipchirchir 8.25.13. Ospiti d'onore del 5° meeting 'Città di Marano' Antonietta Di Martino, bronzo olimpico a Pechino 2008 nel salto in alto, Fabrizio Mori, ex campione mondiale dei 400 hs, e Laurent Ottoz, ex leader italiano dei 110 hs. Alla manifestazione. che ha fatto registrare ottimi risultati agonistici soprattutto nel lancio del martello, nel triplo femminile e nei 3000 metri maschili, hanno partecipato circa 100 atleti, provenienti da 10 nazioni: Italia, Ethiopia, Kenia, Ruanda, Ucraina, Benin, Senegal, Sudan, Spagna e Bulgaria.

Francesco Ferrara

Marano / 2 - Intervista a Renato Schettino, assessore comunale allo sport

Cosa rappresenta, per Marano, questo appuntamento con l'atletica internazionale?
"Grazie agli sforzi degli organizzatori, dei partners, dei mass media legati all'evento e, soprattutto, grazie alle importanti prestazioni fornite dagli atleti che ogni anno scendono in pista, il meeting regala alla nostra città una visibilità notevole, valorizzando al massimo, tra l'altro, le peculiarità di un impianto sportivo che, secondo gli addetti ai lavori, è uno dei migliori del Sud Italia. Noi, però, guardiamo allo sport a 360°, in quanto siamo convinti che le manifestazioni di alto livello sono certamente un fiore all'occhiello, ma altrettanto importante riteniamo sia l'attivazione di politiche finalizzate ad una diffusione sempre maggiore delle varie discipline sul nostro territorio. Avvicinare giovani e meno giovani alla pratica sportiva è importante per due ragioni: una è strettamente legata al benessere fisico della persona e un'altra è correlata alla funzione aggregante in ambito sociale. Insomma, i cittadini che fanno sport traggono benefici sotto vari i punti di vista. E proprio in base a tale principio, da circa 3 mesi, da quando ho ricevuto la delega in questo settore, da un lato ho iniziato un'opera di monitoraggio delle strutture esistenti e dall'altro mi sono attivato per portare avanti progetti di potenziamento infrastrutturale già avviati negli anni scorsi dall'assessore Nuvoletti, attuale vicesindaco".
Potrebbe entrare maggiormente nello specifico rispetto ai singoli ambiti operativi?
"Per quel che riguarda lo stadio di via Falcone, frequentato da decine di iscritti alla società Atletica Marano e da calciatori di squadre locali semiprofessionistiche, ho avviato un'opera di riqualificazione complessiva inerente il terreno di gioco e gli spogliatoi. Inoltre, in considerazione della moltitudine di utenti dell'impianto, ho anche iniziato un'opera di razionalizzazione rispetto alla fruizione della struttura, in modo da ridurne i costi di gestione. Discorso simile si può fare per il palazzetto dello sport. Grazie ad un lavoro ad ampio raggio siamo riusciti a porre in essere una articolata fase di riqualificazione degli spazi interni e a ridare, in poche settimane, il giusto decoro ad una struttura che molti paesi del circondario probabilmente ci invidiano.
Per riportare il PalaMarano a livelli ottimali, mi sono innanzitutto attivato per una temporanea chiusura della struttura nei mesi estivi e poi ho subito chiesto la collaborazione della Asl Napoli 2 Nord per una disinfestazione a 360°. In secondo luogo ho ottenuto, da alcuni generosi impiegati comunali, un impegno in orari extralavorativi per fare opere di pitturazione e riparazione in vari punti del palazzetto. Infine, facendo leva su un accresciuto senso di responsabilità da parte delle società di basket, pallavolo e danza che svolgono attività nell'impianto indoor, mi sono impegnato a fondo affinché fosse svolta un'opera di pulizia generale e ho spiegato a tutti gli utenti del palazzetto che, per il futuro, essi dovranno farsi carico di svolgere tale opera con una periodicità costante, al fine di evitare uno sgradevole impatto per tutti i fruitori della struttura. Infine, il terzo sopralluogo l'ho svolto al bocciodromo di via San Rocco, struttura comunale inaugurata nel 2008. E qui, in verità, ho riscontrato una situazione complessiva soddisfacente sotto tutti i punti di vista".
Cosa c'è in cantiere per lo sport maranese nel 2010?
"In verità sto seguendo da vicino il potenziamento dello stadio. Ci sono due opere di fondamentale importanza che presto saranno realizzate, in quanto sono state già progettate e finanziate. Si tratta della 2^ tribuna dello stadio di via Falcone, con annessi spazi al coperto per l'allenamento degli atleti, e dell'ampliamento da 6 a 8 corsie del rettilineo d'arrivo della pista di atletica. Tale miglioramento ci consentirà di fare un ulteriore salto di qualità per quanto concerne la disputa delle gare di sprint (100 metri e 110 ostacoli) e, quindi, di offrire agli appassionati di atletica leggera eventi di un livello tecnico sempre maggiore".

C.M.O.

9 consigli utili sull'Influenza A (H1N1)

Che cos'è l'influenza A (H1N1)?
L'influenza da virus A (H1N1) è un'infezione virale con sintomi simili a quelli dell'influenza classica, quali febbre alta (da 38°C in su) continua per almeno 3-4 giorni, mal di gola o tosse, disturbi generali (nausea, vomito, diarrea, dolori muscolari).

In cosa si differenzia dall'influenza stagionale cui siamo abituati?
Una delle caratteristiche distintive dell' Influenza A è l'alta trasmissibilità tra le persone. Infatti, nell'arco di pochi mesi l'influenza A si è diffusa in quasi tutto il mondo.

Può essere pericolosa?
Al pari dell'influenza stagionale, la sua pericolosità è strettamente correlata allo stato di salute di chi ne è affetto. In ogni caso, ad oggi, nei Paesi sviluppati i casi gravi sono stati estremamente pochi rispetto al numero di contagiati. L'influenza da virus A (H1N1), infatti, non preoccupa dal punto di vista della gravità, tanto che non sono state previste restrizioni per i viaggi internazionali.

Come si trasmette?
Così come l'influenza stagionale, il virus si trasmette principalmente da persona a persona, attraverso tosse, starnuti, saliva di chi è già ammalato. La trasmissione - più raramente - può avvenire anche se si toccano gli oggetti su cui si è posata la saliva di chi è già influenzato e, successivamente, si portano le mani alla bocca, al naso o agli occhi. Per questa ragione è sempre consigliato lavarsi spesso le mani con il sapone.
Nell'ambiente i virus dell'influenza umana non sopravvivono a lungo: 12 ore al massimo. Il caldo-umido li rende più longevi: raramente arrivano a 48 ore; per questa ragione conviene prendere l'abitudine di far areare bene i locali prima di soggiornarvi. Peraltro, i virus più tempo persistono nell'ambiente e meno contagianti sono.

Cosa si può fare per prevenirla?
È consigliabile seguire con maggiore attenzione le normali precauzioni che vale la pena osservare sempre nel periodo più acuto dell'epidemia influenzale stagionale, ovvero:

1) evita, se è possibile, i luoghi affollati;

2) dopo aver stretto la mano, evita di toccarti occhi, naso e bocca;

3) lava spesso le mani con acqua e sapone in modo accurato. Se non ti è possibile puoi usare anche soluzioni detergenti per le mani a base di alcol;

4) mantieni il tuo organismo in buone condizioni di salute (dormi molto, fai movimento, evita lo stress, bevi molti liquidi e mangia cibi sani);

5) in generale, copri naso e bocca con un fazzoletto quando starnutisci e get ta il fazzoletto subito dopo l'uso. Se non ti è possibile, copri i colpi di tosse o gli starnuti usando l'interno del gomito invece della mano.

Cosa devo fare se mi ammalo o se si ammala un familiare?
I sintomi dell'influenza A (H1N1) sono molto simili a quelli dell'influenza stagionale. Per tanto, nel caso di febbre alta, mal di gola, tosse, disturbi generali la cosa migliore da fare è consultare il medico di famiglia, il pediatra o la guardia medica. In ogni caso è importante:

6) restare a casa alla prima comparsa dei sintomi e limitare i contatti con altre persone;

7) non far avvicinare all'ammalato quanti possono essere a maggior rischio di infezione: bambini e giovani fino a 24 anni (si potrebbero trovare per la prima volta a contatto con questo tipo di virus), anziani, persone affette da gravi patologie;

8) lavarsi le mani spesso; lavarsi le mani sempre dopo essere entrati in contatto con l'ammalato;

9) areare la stanza, quando possibile.

A chi posso rivolgermi per avere maggiori informazioni?
Il Ministero ha attivato il servizio di informazione sull'influenza A (H1N1) attraverso il numero verde 1500 che è a disposizione dal lunedì al venerdì, dalle ore 8.00 alle ore 18.00. L'ASL Napoli 2 Nord ha attivato la mail: info@aslnapoli2nord.it.

Potrebbe avere delle evoluzioni il virus dell'influenza A (H1N1)?
Gli esperti ritengono che l'elevata capacità di trasmissione del virus potrebbe facilitarne il mutamento. Questo è uno dei motivi per il quale è importante ridurre il più possibile il contagio.

ASL NAPOLI 2 NORD - UNITÀ OPERATIVA "COMUNICAZIONE E QUALITÀ EX ASL NAPOLI 2"

Sma MELITO GRUPPO RINASCENTE
OPERAZIONE "PREZZI MIRATI"
Iniziativa valida dal 5 al 17 ottobre '09
SCONTI FINO AL 40%
Iniziativa valida dal 19 al 31 ottobre '09
upim Gruppo Rinascente MELITO
Melito di Napoli - S.S. 7 bis - Km. 20,086, n. 560 - Tel. 081.710.17.90 - Fax 081.710.17.91

VREDESTEIN ULTRAC SESSANTA
F. C. PNEUMATICI
di Fabio e Gaetano Corso
Convenzionato:
ARVAL - SAVARENT - LEASYS
DRIVE SERVICE - LEASEPLAN - LOCAUTO
C.so Vittorio Emanuele, 1 - Villaricca (Na)
Tel. 338.5366796



Caffè Tabacchi
BAIANO
Ricariche per cellulari
Lotto
Superenalotto
Totocalcio
Totogol - Tris
Corso Europa, 66 - 69 Marano (Na)
Ricevitoria Tel. 081.586.65.70 - Bar 081.742.63.00

TOPSERVICE
SERVIZI PRESSO
Tribunale - Camera di Commercio - Equitalia Polis
Agenzia delle Entrate - Agenzia del Territorio
Conservatoria - Certificati
INOLTRE
Pony Express
80014 Giugliano in Campania
Via Aniello Palumbo, 90
Tel. 081.894.17.67
Fax 081.330.29.22
e-mail: topservice1969@libero.it
www.topservicesas.it

VALLETTA PARRUCCHIERI
tagliati X il successo
(Dentro i limiti, fuori dalle regole)
C.so Europa, 308 - VILLARICCA (NA)
Tel. 081.506.80.68

Nuova PUBBLICITA' by NOVIELLO
insegne striscioni segnaletica
Pubblicità Esterna
Promozioni pubblicitarie
MARANO - tel. e fax 081.5873015 -347.6537686

ANALISI CLINICHE
CENTRO ANTIDIABETICO
DOSAGGI ORMONALI
BISIGNANO-GRANATA
Via S. Maria a Cubito, 155 - Qualiano (Na)
tel. 081.818.50.55 - fax 081.818.80.97