



# MODELLO COOP

Solidarietà,  
collaborazione,  
intergenerazionalità,  
sostegno  
allo sviluppo.  
L'impresa  
cooperativa  
e due buone idee  
da proporre al mercato.



**Coscienza pulita**

■ Il giusto utilizzo dei detersivi

**Pietra preziosa**

■ Diario di un viaggio nel Togo

**Sorridente**  
■ I trattamenti per la cosmesi dentale

**Materasso di denari**

■ Guida all'acquisto del materasso

# Convenzioni Vacanze ragazzi 2012

## EXPLORA IL MUSEO DEI BAMBINI

Roma - Via Flaminia, 82  
Tel. 06.3613776 - [www.mnbr.it](http://www.mnbr.it)

Una città a misura di bambino, progettata secondo il principio dell'apprendimento sul campo, con attività ed allestimenti che stimolano la naturale curiosità dei bambini.

**Sconto 10%** sul biglietto di ingresso al museo.

**Sconto 10%** sul biglietto formula settimanale dei campus invernale, primaverile, estivo.

**Sconto 10%** al Punto di ristoro interno e allo Shop su giochi, educational e libri.

*Lo sconto è esteso ad un accompagnatore.*

## CENTRI ROUSSEAU

Milano - Via S. Vincenzo, 15  
Tel. 02.89400425 - [www.centrirousseau.org](http://www.centrirousseau.org)

Dall'11 giugno al 25 agosto 2012  
Campeggi al mare in Toscana (Donoratico) per ragazzi 6-11 anni;  
in Sardegna (Santa Teresa di Gallura) per ragazzi 12-14 anni.  
Campeggi itineranti per adolescenti 15-17 anni in Puglia, Spagna, Portogallo, Francia del sud.  
Attività tesa a creare esperienze di relazione e di vita associata tra ragazzi, in un contesto divertente di laboratori (manuali, teatrali, ecc.)

**Sconto medio 10%** su tutte le attività.

Per prenotare rivolgersi direttamente alla struttura.

## SUMMER SPORT

Torino - Via Maria Vittoria, 4  
Tel. 011.19505116 - Cell. 335.8047091  
[www.summersport.it](http://www.summersport.it)

Vacanze estive all'insegna dello sport, per ragazzi e ragazze dagli 8 ai 18 anni a:

• Sauze D'Oulx (TO) - Grand Hotel La Torre \*\*\*\*  
dal 17 giugno al 11 agosto 2012  
con 7 tipologie di sport: calcio, tennis, volley, equitazione, danza, basket e multisport.

• Roccaraso (AQ) - Grande Albergo \*\*\*  
dal 24 giugno al 7 luglio 2012 con 3 tipologie di sport: calcio, tennis e multi sport.  
Programma settimanale: **euro 560** anziché 620.  
Programma bisettimanale: **euro 945** anziché 1.050.

## GIRA L'ESTATE CON GIRATLANTIDE

Cervia (RA) - Via Bollana, 10  
Tel. 0544.965801 - [www.giratlantide.net](http://www.giratlantide.net)

Proposte di 7/15 giorni di vacanza in Italia: al mare, in montagna, o al lago, personalizzate per fasce d'età (dai bambini agli adolescenti) con programmi per una vacanza attiva e ricca di vita in comune che include sport, escursionismo e natura.

**Sconto 8%** sulle proposte di vacanza del catalogo "Gira L'estate 2012".

**Sconto 10%** per iscrizione di 2 o più fratelli.



## IL MASTIO - SUMMER CAMP

Villaggio per ragazzi da 8 a 14 anni  
Ufficio: Bresso (MI) - Via A. Strada, 33 - Tel. 02.6100066  
Villaggio: Diacceto (FI) - Tel. 055.8326738 - [www.mastio.it](http://www.mastio.it)

Un angolo di bosco, tra le dolci colline toscane, a due passi da Firenze! Una vacanza per ragazzi intelligente che coniuga il divertimento con apprendimento della lingua inglese con animatori e insegnanti madrelingua.  
Dal 17 giugno all'11 agosto quattro periodi di vacanze di due settimane (dalla domenica pomeriggio al sabato mattina).  
I percorsi:

- **"Avventura"** per ragazzi dagli 8 ai 13 anni.  
All'insegna della natura, del gioco e della scoperta: **euro 850** anziché 1.000.
- **"English"** tre periodi diversi secondo la fascia di età.  
Il gioco e la vita in comune come stimolo ad ampliare la capacità linguistica. Un animatore-Insegnante madrelingua, lezione quotidiana di 75 minuti in aula: **euro 910** anziché 1070.
- **"Special English"** per ragazzi dagli 11 ai 14 anni.  
Due animatori-insegnanti madrelingua, lezione quotidiana di 2 ore in aula: **euro 930** anziché 1.100.  
Ulteriore **sconto di 70 euro** su tutti i programmi, dal secondo fratello.  
Per prenotare rivolgersi direttamente alla struttura.

## LE ORME

Grosseto - Via F. Ferrucci, 6  
Tel. 0564.416276 - [www.leorme.com](http://www.leorme.com)

Dal 24 giugno al 28 luglio, una settimana di vacanza da domenica a sabato (7 giorni/6 notti) per ragazzi dai 9 ai 16 anni, all'insegna dell'avventura e della conoscenza, presso l'agriturismo S. Caterina, sulle rive del fiume Ombrone, nella Maremma grossetana.  
Ultima settimana (22-28 luglio) turno riservato a ragazzi dai 13 ai 16 anni.

Quota di partecipazione **420 euro** anziché 495, iscrizione e assicurazione RCT obbligatoria 25 euro.

**Sconto di 50 euro** per la famiglia che iscrive più di un figlio.

**Sconto di 25 euro** a partecipante per la seconda settimana di vacanze.

Sconti cumulabili.



#### SCHOOL AND VACATION

Milano - Via Fratelli Ruffini, 1  
Tel. 02.4335331 - numero verde 800 719 171

Corsi di studio all'estero per tutte le lingue straniere e per tutti i livelli di età.

**Sconto 15%** sull'acquisto di un viaggio studio in diverse località, con partenze di gruppo e individuali.

Per regolamento e informazioni consultare il sito [www.schoolandvacation.it/coop](http://www.schoolandvacation.it/coop)

#### CENTRO NAZIONALE PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE DI LEGAMBIENTE "IL GIRASOLE"

Loc. Enaoli - Rispescia (GR)  
Tel. 0564 487711 - Fax: 0564 487740  
[www.legambientellgirasole.it](http://www.legambientellgirasole.it)

Soggiorni residenziali per ragazzi dagli 8 ai 13 anni dal 16 al 23 giugno 2012 (pensione completa: pernottamento, prima colazione, pranzo, merenda, cena dalla cena del 16 giugno al pranzo del 23 giugno).

Minimo 25 partecipanti

Preiscrizioni: entro il 30 maggio 2012.

Quota di partecipazioni individuale: **430€**

**Sconto 30€** per il secondo fratello (400€ anziché 430€)

Il programma delle attività prevede attività ludiche ed educative:

- una uscita di 1/2 giornata presso la spiaggia del Parco della Maremma,
- un'escursione in canoa sul fiume Ombrone,
- uscite con autobus di linea per rendere i ragazzi attori della mobilità sostenibile,
- esperienze didattiche in laboratorio e sul campo, escursioni, giochi di ruolo, sana alimentazione.

Un educatore di elevata esperienza con i minori, ogni 10 ragazzi.

È attiva una assicurazione sulla responsabilità civile della conduzione della struttura ricettiva comprese le visite guidate e una assicurazione infortuni per tutti i partecipanti.

I partecipanti dovranno essere accompagnati dai genitori al Girasole il giorno 16 giugno dalle ore 14 alle ore 17 e ripresi il giorno 23 giugno dalle ore 14 alle ore 17.

#### CAMPI AVVENTURA - VACANZE NATURA

Panda Avventure - 00185 Roma - Via dei Reti, 28a  
Tel. 06 44362315 - 0644291587 - Fax 0644262246

Attività turistiche ed educative realizzate da operatori di turismo responsabile e sostenibile associati ad AITR. Un'immersione totale nella natura per scoprirla, apprezzarla e viverla assieme a tanti compagni. I ragazzi sono guidati da animatori preparati che sono prima amici e poi educatori, ma soprattutto appassionati di natura e sensibili ai problemi ambientali. Le diverse proposte sostengono nello loro specifico progetti di tutela dei diritti dei minori in collaborazione con l'associazione "Save the Children Italia".

• **sconto 5%** della "quota" vacanza esposta al pubblico (sconto non cumulabile con altre promozioni).

Per prenotare i soci Coop possono accedere all'apposito modulo di prenotazione online:

[www.campiavventura.it/sociocoop](http://www.campiavventura.it/sociocoop)

**Indicare sempre il nome e il riferimento della carta socio Coop.**

Su richiesta dei Soci Coop può essere inviata la scheda di prenotazione cartacea, da rispedire a mezzo fax, posta.

#### Agriturismo di Libera Terra

[www.liberaterra.it](http://www.liberaterra.it)

È l'attività di turismo responsabile di Libera, nata con lo scopo di valorizzare i beni confiscati alla mafia e gestiti dalle cooperative sociali del progetto Libera Terra.

Un'attività turistica che permette di soddisfare ed arricchire viaggiatori di ogni età, un'opportunità per vivere una vacanza ricca di emozione, piacere e relax, alla scoperta di un patrimonio prezioso di saperi e tradizioni.

**Sconto 8%** su tutti i servizi dell'agriturismo.

Esclusi i giorni festivi.

Lo sconto è esteso agli accompagnatori.

#### PORTELLA DELLA GINESTRA

Cooperativa Placido Rizzotto  
Libera Terra Palermo  
SP 34 km 5 - 0 Piana degli Albanesi  
Tel. 091.8574810 - [www.liberaterra.it](http://www.liberaterra.it)

#### TERRE DI CORLEONE

Cooperativa Pio La Torre - Libera Terra  
contrada Drago - SS 118 km 25+100 - Corleone (PA)  
cell. +39.333.7993291  
email: [terredicorleone@liberaterramediterraneo.it](mailto:terredicorleone@liberaterramediterraneo.it)



# METTI IN TAVOLA UN ITALIANO CHE CONOSCI DA SEMPRE

SOLO il vero Grana Padano DOP garantisce un formaggio gustoso,  
genuino e ricco di nutrienti per la tua salute.

**SOLO il nostro latte**  
proveniente dalle stalle  
della Val Padana diventa  
Grana Padano DOP.

**SOLO i nostri caseifici**  
ubicati nel territorio  
DOP producono il  
nostro formaggio.

**SOLO il nostro  
marchio garantisce**  
l'autentico, italiano  
Grana Padano DOP.



**SOLO** il Consorzio Tutela Grana Padano assieme al CSQA, il più grande istituto di certificazione agroalimentare italiano, come gli altri Consorzi di Tutela DOP riconosciuti, in collaborazione col Ministero delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali, **vigila su tutta la filiera di produzione Grana Padano con migliaia di controlli e analisi**, fino al punto vendita.

**SOLO** il formaggio che riporta il **marchio del Consorzio** sulla crosta e sulle confezioni è l'autentico Grana Padano DOP (Denominazione di Origine Protetta) un alimento gustoso, sicuro e garantito, dalla tradizione millenaria.

 **Educazione Nutrizionale  
Grana Padano**

Vai sul sito [www.granapadano.info](http://www.granapadano.info) potrai scaricare i manuali e le schede per la corretta alimentazione, ricevere gratuitamente menu settimanali personalizzati per il tuo fabbisogno calorico con ricette equilibrate, oltre a tante altre informazioni sulla nutrizione di mamma, papà, nonni e bambini.

## GRANA PADANO DOP FATTO DI UN'ALTRA PASTA



*Consorzio Tutela Grana Padano*





# Non si carbura

5

**Ridurre le accise statali, liberalizzare davvero il mercato dei carburanti, aprire nuovi distributori nelle aree dei centri commerciali. Combattere il caro benzina non è così difficile, ci vuole però la volontà politica.**

**M**entre scrivo la benzina ha superato 1,90 euro. Presto sfonderà il tetto dei 2 euro con tutto quello che comporta per gli automobilisti e per le inevitabili ricadute sui prezzi al consumo su cui non potranno non pesare gli aumenti dei costi di trasporto. La passività con cui assistiamo giorno per giorno, quasi rassegnati, a questa folle corsa del prezzo dei carburanti è giustificata per comuni cittadini che, effettivamente, non hanno armi per contrastarla. Lo è meno in chi ha responsabilità di Governo e può e deve fare qualcosa per mettere un argine a questa vertiginosa impennata.

Gli strumenti ci sono. È solo questione di volontà politica. Per esempio, perché non introdurre il meccanismo dell'accisa mobile, previsto nel 2008 dal Governo Prodi, ma poi cancellato da Tremonti? Questo meccanismo permetterebbe di tenere sotto controllo il prezzo della benzina ad ogni aumento della materia prima tramite una riduzione trimestrale delle accise che verrebbe compensata dalle maggiori entrate dell'Iva incassate dallo Stato ogni volta che sale il prezzo dei carburanti. È immorale, infatti, che lo Stato tragga ulteriori guadagni dall'aumento del costo dei prodotti petroliferi. Sarebbe più giusto che, ad ogni aumento, diminuissero le tasse che gravano sulla benzina e quindi an-

che il prezzo finale del prodotto, mantenendo invariato, tramite l'automatico incremento del gettito dell'Iva, l'introito fiscale da parte dello Stato. Semplice no? La legge è già scritta. Basterebbe che Monti e Passera firmassero un decreto per renderla attuativa. Una buona dose di volontà politica occorre anche nell'applicazione di quanto previsto dal decreto "salva Italia" a proposito della liberalizzazione del mercato dei carburanti in base al quale i gestori degli impianti possono creare gruppi d'acquisto per rifornirsi sul libero mercato. C'è una data, il 31 agosto, entro la quale possono essere riformulati i contratti che legano i benzinai alle compagnie petrolifere. Una delle nuove formule contrattuali prevede la "non esclusiva", a condizione che venga riconosciuto alla compagnia una remunerazione sugli investimenti e sullo sfruttamento del marchio. Siccome le compagnie hanno manifestato una netta contrarietà a questa norma liberalizzatrice, dopo il 31 agosto, in assenza di nuovi accordi, il Ministero dello Sviluppo Economico potrà imporre, su richiesta delle parti, la definizione delle nuove tipologie contrattuali. Avrà la forza di farlo?

Infine c'è la Grande Distribuzione che, se liberata dalle complicazioni burocratiche che tuttora ostacolano l'apertura di nuovi impianti di erogazione dei carburanti, possono contribuire non poco a contenere i prezzi alla pompa. In Toscana, per esempio, è stato firmato un protocollo d'intesa con Coop e altre insegne della Grande Distribuzione nel quale la Regione si impegna a modificare il Codice del commercio per rendere più semplice aprire un nuovo distributore nelle aree dei centri commerciali. Perché le altre Regioni non fanno altrettanto? ■



# Il nostro udito, un bene prezioso da difendere



## Come riconoscere il calo dell'udito

L'ipoacusia, o calo di udito, si manifesta con diversa intensità ma con sintomi inequivocabili.

**I campanelli di allarme.** Percezione meno nitida delle parole, difficoltà a sostenere

una conversazione in ambienti rumorosi, disorientamento dovuto alla ridotta capacità di individuare la provenienza di voci e suoni. Complessità nel capire la voce di donne e bambini e nel perce-

pire il suono del campanello e lo squillo del telefono.

**Età, rumore e cattive abitudini sono le cause più comuni dell'ipoacusia.**

All'origine dei problemi di udito possono esserci numerose cause: età, prolungata esposizione a fonti di inquinamento acustico, luoghi di lavoro rumorosi, l'errato utilizzo di dispositivi audio, otiti trascurate.

**Ridurre i rischi con una attenta preven-**

**zione.** La prevenzione è la strada maestra per ridurre al minimo i rischi di ipoacusia, un problema che affligge oltre 7 milioni di persone in tutta Italia. Alcune piccole precauzioni possono essere un grande aiuto per arginare il problema e prevenire danni più seri. È opportuno proteggere le orecchie dal troppo rumore, abbassare il volume di stereo e televisori, non ascoltare musica ad alto volume per troppo tempo.

**Tenersi aggiornati sulle nuove tecnologie.** Di fronte ai primi sospetti di un disturbo uditivo, è opportuno consultare uno specialista dell'udito e informarsi sulle soluzioni offerte dalle tecnologie di ultima generazione. Quando le parole arrivano al cervello confuse, sfocate, e seguire una conversazione diventa complicato, è il momento di fare qualcosa per stare meglio.

## Il calo dell'udito si può risolvere con successo grazie alle moderne tecnologie

# I nuovi microchip, "invisibili" e senza fili

Negli ultimi anni, grazie ai progressi della microelettronica e delle conoscenze scientifiche sull'apparato uditivo, l'apparecchio acustico è diven-

tato **10.000 volte più potente e più piccolo del 70%**. Oggi l'apparecchio acustico non è un semplice amplificatore di suoni, ma una **s sofisticata e ultra miniaturizzata centrale di ascolto** progettata per rendere la voce più chiara, ridurre il rumore, ristabilire l'ascolto stereofonico, collegarsi senza fili a televisore, telefoni, computer. Una rivoluzione senza precedenti.

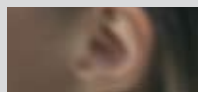
### Speech Guard, il «guardiano» della voce

Quando l'udito perde forza, le parole arrivano al cervello sfocate e diventa difficile seguire il filo del discorso. Lo Speech Guard è un **chip elettronico**, invisibile quando indossato, ideato per

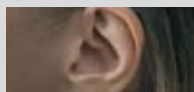
mettere a fuoco la voce e migliorare la comprensione delle parole. La percezione sonora complessiva è molto più naturale, perché le voci riacquistano chiarezza e profondità.



Ecco come funziona il chip **Speech Guard** Oticon



Udito sfuocato senza Speech Guard



Udito a fuoco con Speech Guard

Grazie alle piccole dimensioni, il chip **Speech Guard scompare quando indossato.**

presentando questo coupon

## 30 giorni di prova

con la formula **"Soddisfatti o rimborsati"\***

Da **A U D I O V O X**   
**APPARECCHI ACUSTICI**

\* Eccetto spese di applicazione e personalizzazione pari al 10% del prezzo di listino.

Solo per questo mese vi aspettiamo con:

**Prezzi speciali**

**Finanziamenti a tasso zero**

**Fissate subito**

**il vostro appuntamento telefonando a:**



**LIVORNO**

Via della Coroncina, 8 (p.za Cavallotti) · Tel. 0586 883287  
Dal lunedì al venerdì ore 9.00/12.30 · 15.30/19.00  
sabato mattina aperto



**CECINA** (Livorno)

Via G. Amendola, 9/A · Tel. 0586 686247  
Dal lunedì al giovedì ore 9.00/12.30 · 15.30/18.00



**PORTOFERRAIO** (Isola d'Elba)

Via G. Carducci, 138 · Tel. 0565 918929  
Il venerdì ore 8.00/13.00 · pomeriggio su appuntamento



# nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOP TIRRENO

## Direttore responsabile

Aldo Bassoni

## Redazione

Fabio Guidi  
Rita Nannelli  
Susanna Orlando  
Beatrice Ramazzotti  
Luca Rossi  
Barbara Sordini  
Cristina Vaiani

## Hanno collaborato

Silvia Agostini  
Barbara Autuori  
Francesca Baldereschi  
Barbara Bernardini  
Alessandra Bartali  
Salvatore Calleri  
Luca Carlucci  
Claudia Ciriello  
Tito Cortese  
Eleonora Cozzella  
Daniele Fabris  
Jacopo Formaioni  
Stefano Generali  
Maria Carla Giugliano  
Dario Guidi  
Silvia Inghirami  
Giovanni Manetti  
Simona Marchini  
Massimiliano Matteoni  
Roberto Minniti  
Massimo Montanari  
Giorgio Nebbia  
Patrice Poinssotte  
Paola Ramagli  
Maria Antonietta Schiavina  
Anna Somenzi  
Claudio Strano  
Mario Tozzi  
Ersilia Troiano

# 215

aprile 2012

## Progetto grafico e impaginazione

Marco Formaioni  
per Studiografico M (Piombino.LI)

## Copertina

Archivio Coop

## Impianti e stampa

Coptip Modena

## Direzione e redazione

SS1 Aurelia Km 237  
frazione Riotorto  
57025 Piombino (LI)  
tel. 0565/24720  
fax 0565/24210  
nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

## Editore

Vignale Comunicazioni srl

## Pubblicità

Vignale Comunicazioni srl  
cell. 3387382948  
fax 0565/252531  
sergio.iacullo@unicooptirreno.coop.it

## Responsabile pubblicità

Roberta Corridori

Registrazione del Tribunale  
di Livorno n. 695 del 24/07/2001  
Iscrizione ROC 1557 del 4/09/2001

Tiratura prevista: 301.733 copie  
Chiuso in tipografia il 20/3/2012

Stampato su carta ecologica  
prodotta dalla Perlen Papier A.G.

## Font utilizzate

Testata **Titillium** [Accademia di Belle Arti di Urbino, 2007]  
Titoli **Avenir** [Adrian Frutiger, 1988]  
Testi **Caslon 224** [Ed Benguiat ITC, 1988]

## sommario

### 5 Il punto

*Aldo Bassoni*

### Non si carbura

#### contatti

8 Fermo posta

9 Coop risponde

10 Chi protegge il cittadino

10 Previdenza

11 Benestare

#### firme

12 Salvatore Calleri

### Il mio pensiero libero

13 Maria Carla Giugliano

### Carta d'identità

14 Tito Cortese

### Fare progressi

15 Giorgio Nebbia

### Bene o male

16 Mario Tozzi

### Velocità massima

17 Massimo Montanari

### Romagna mia

67 Simona Marchini

### Sul più bello

76 Giovanni Manetti

### Vie di comunicazione

#### attualità

18 La notizia

*Cristina Vaiani*

### Buone nuove

20 Primo piano

*Aldo Bassoni*

## Modello Coop

26 Intervista

*Aldo Bassoni*

*Dario Guidi*

### Ampie assicurazioni

43 Inchiesta

*Claudio Strano*

### Coscienza pulita

#### soci

28 Pietra preziosa

30 Posto divino

32 Colori d'autore

39 Servizi ai soci

77 Convenienza

#### salute

48 La ricerca

49 Sani & salvi

50 **Sorridente**

*Barbara Bernardini*

#### prodotti

52 Pappa e ciccia

*Anna Somenzi*

54 Materasso di denari

*Roberto Minniti*

56 La giusta misura

*Daniele Fabris*

58 **Bianco antico**

*Eleonora Cozzella*

60 Sei un baccalà

*Silvia Inghirami*

61 Capita a fagiolo

*Francesca Baldereschi*

62 Menu di antipasti

*Paola Ramagli*

#### enneci

68 **Psycho**

*Rita Nannelli*

69 Tempi moderni

70 **Acqua  
con ghiaccio**

*Patrice Poinssotte*

71 Scienza infusa

72 **Corsa maggiore**

*Barbara Autuori*

73 Le vite degli altri

74 **Così è la vita**

*Maria Antonietta Schiavina*

75 Triplavù

# 215

7

# nuovoconsumo

**fermo posta** nuovoconsumo - SS 1 Aurelia Km 237 - Frazione Riotorto, 57025 Piombino (LI)  
e-mail: [nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it](mailto:nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it)

## Fornetto **caldo**

*Ho avuto necessità di acquistare un fornello elettrico. Purtroppo ho dovuto constatare che il luogo di fabbricazione di tutti i prodotti presenti nel negozio è esclusivamente la Cina, anche quando si tratta di marche italiane. È evidente che i titolari di tali fabbriche hanno preferito "delocalizzare" i propri impianti trasferendoli in un paese in cui la manodopera, è noto, è a basso costo e i diritti sindacali dei lavoratori scarsamente garantiti. Oltre a chiedermi che fine abbiano fatto tutti quegli operai e operaie che hanno lavorato per anni nelle fabbriche italiane, voglio far notare un'evidente contraddizione nella politica etica che la Coop sta conducendo da qualche anno e che io apprezzo e condivido. Mi riferisco alla vendita di prodotti che provengono dal terzo mondo del commercio equo e solidale oppure all'incentivazione al consumo di prodotti locali e al controllo di tutte le fasi della lavorazione a garanzia del consumatore e nel rispetto dell'ambiente. Poiché credo fermamente che si possa tutti collaborare per un mondo migliore, invito la Coop a riflettere sulla possibilità di offrire ai propri consumatori prodotti, anche con prezzi più elevati, ma che siano il risultato del lavoro di uomini e donne tutelati da tutti i punti di vista.*

**Donata Baiocchi**

*Risponde Claudio Massini, responsabile Innovazione e valori di Coop Italia.*

Le condizioni a cui lei si riferisce sono la conseguenza di fenomeni di globalizzazione che hanno sconvolto gli equilibri dei mercati e causato il trasferimento di molte produzioni verso luoghi dove i costi di produzione sono più bassi, non tanto e non solo perché i diritti dei lavoratori non vengono rispettati, ma perché il costo della vita è di molto inferiore al no-

stro e i livelli di benessere complessivi ancora lontani da quelli dei paesi sviluppati. Pertanto non c'è alcuna contraddizione con i principi di Coop la cui missione è salvaguardare gli interessi di soci e consumatori all'interno delle comunità nelle quali esprime la propria funzione sociale prediligendo, a parità di condizioni, le produzioni italiane e comunitarie, ricorrendo solo in assenza di queste ad altre in aree diverse del mondo. Ove possibile diamo vita a importanti progetti per il rispetto dell'ambiente (come quello sull'acqua) e, come lei evidenzia, promuoviamo la vendita di prodotti del commercio equo e solidale. Contemporaneamente continuiamo a reperire prodotti convenienti per i nostri soci e consumatori, dovunque realizzati, nel rispetto dei diritti e delle normative previsti dalla comunità internazionale, attraverso protocolli propri e modalità di gestione (certificazione SA8000, Progetto Etico per i paesi dell'area Far East) per i quali Coop ha ricevuto importanti riconoscimenti internazionali. Secondo un'indagine effettuata dalla Federazione *Consumers International* che raggruppa oltre 220 associazioni di consumatori di 155 nazioni, *Coop Italia* è risultata la migliore catena della Grande Distribuzione in Europa. In un quadro complessivo che viene definito deludente e tale da richiedere un intervento dell'Ue per monitorare i rapporti tra i fornitori e le catene della Grande Distribuzione, soprattutto se i primi sono in paesi in via di sviluppo,





*Coop Italia* spicca per l'applicazione dello standard SA8000 sulla produzione e commercializzazione del prodotto a marchio. Inoltre *Coop Italia* è impegnata a sostenere nella formazione e nella gestione del Codice i responsabili degli acquisti e i fornitori di qualsiasi parte del mondo. Infine, come lei stessa riconosce, Coop ha un rapporto importante e continuativo con il territorio privilegiando i prodotti locali, difendendo le zone vocate attraverso un dialogo con le comunità che in oltre 150 anni di storia ha prodotto risultati importanti.

## A tempo debito

**In relazione alla presa di posizione nell'articolo di Nuovo Consumo di dicembre 2011 "Chi salverà l'euro" e nel "Il punto" di gennaio-febbraio 2012 si chiede di rendere nota con un articolo la proposta del Centro Nuovo Modello di Sviluppo diretto da Francesco Gesualdi e altri autorevoli esponenti di congelare il debito pubblico. via e-mail**

Sono molti a indicare la strada del congelamento del debito pubblico. Autorevoli economisti e varie associazioni pensano, infatti, che si potrebbe sospendere il pagamento di capitale e interessi per almeno un paio di anni, giusto il tempo necessario a mettere a punto una strategia di uscita dalla ghigliottina del debito impedendo innanzitutto alla speculazione di operare indisturbata sui mercati. Il *Centro Nuovo Modello di Sviluppo* di Franco Gesualdi è una delle organizzazioni più impegnate su questo fronte. Il nostro mensile continuerà ad occuparsi di questi temi e darà spazio, come ha sempre fatto, a tutte le voci che animano il dibattito sulla grave crisi del debito che sta affliggendo il nostro Paese e buona parte dell'Europa.  
Aldo Bassoni

## Fiat lux

**Ho acquistato una lampadina a risparmio energetico, ma ci mette molto ad accendersi. Ne avete anche di più rapide?**



In commercio esistono diversi tipi di lampadine, pensiamo che il tipo a cui lei si riferisce sia quello standard. Si tratta, infatti, di lampadine il cui funzionamento è influenzato da alcuni fattori come, ad esempio, le accensioni frequenti e può essere necessario attendere qualche istante prima che producano una luce piena. Esistono, però, in commercio anche speciali lampadine fluorescenti compatte in grado di risolvere questi problemi. In assortimento nei nostri Ipermercati può trovarne un vasto assortimento e può scegliere tra molte alternative per rispondere alla sua esigenza di luce immediata. Ad esempio, quelle *Immediately Dual* *Beghelli* sono lampade dotate di un'innovativa tecnologia brevettata *Beghelli* e integrano una lampada alogena che si attiva solo nei primi istanti di funzionamento, offrendo così tutti i vantaggi dell'accensione immediata tipica delle lampade ad incandescenza. A marchio *Philips* può trovare, invece, le lampadine della serie *Halo*, in grado di sostituire in tutto e per tutto le vecchie incandescenti, e le innovative lampade a *led* che hanno una durata fino a 25 anni e consentono un risparmio anche del 90 per cento. In tutti i casi descritti il risparmio d'energia elettrica che si ottiene nel tempo compensa il costo leggermente più elevato della lampadina.

## Messo a punto

**Ho fatto la conversione dei punti da Eni a Coop alla fine di febbraio, ma non ho ancora visto l'accredito. Considerato che i punti sono stati azzerati a marzo, vorrei sapere se sono andati perduti.**

Le conversioni dei punti che provengono dai partner presenti sul nostro catalogo impiegano circa 1 mese per essere accreditate sulle carte dei soci. I punti non ancora accreditati al momento della scadenza del vecchio catalogo saranno attribuiti sul nuovo collezionamento e utilizzabili per i nuovi premi proposti a partire da questo mese. È bene, comunque, conservare sempre lo scontrino che attesta la transazione dal partner verso Coop fino ad accredito avvenuto. Si tratta, infatti, dell'unico mezzo per fare un controllo su un eventuale ritardo nella conversione.

## Una grande foglia

Pubblichiamo il logo corretto dei prodotti da *Agricoltura Biologica*, come segnalato da un attento lettore in riferimento all'articolo "Si Logo" uscito nel numero di gennaio-febbraio di *Nuovo Consumo*.



Servizio Pit (lun., mer. e ven.: 9,30-13,30), fax 0636718333. Info salute: 0636718444; e-mail: [pit.salute@cittadinanzattiva.it](mailto:pit.salute@cittadinanzattiva.it); servizi: 0636718555; e-mail: [pit.servizi@cittadinanzattiva.it](mailto:pit.servizi@cittadinanzattiva.it); giustizia: 0636718484; e-mail: [pit.giustizia@cittadinanzattiva.it](mailto:pit.giustizia@cittadinanzattiva.it).

10

## Banca di prova

**La banca, che mi ha concesso il mutuo circa 10 anni fa, non ha accolto la mia richiesta di sospendere il pagamento delle rate. È legittimo il comportamento dell'istituto bancario? Ho diritto alla sospensione del mutuo? via e-mail**

**D**i recente è stato siglato un altro accordo tra l'Abi e le Associazioni dei consumatori, già firmatarie del protocollo del dicembre 2009, che interviene a tutela delle famiglie in difficoltà economica. Si prevede in sostanza un'ulteriore proroga dei termini della sospensione delle rate del mutuo prevista fino al 31 luglio 2012, consentendo così ai consumatori in difficoltà economica una tutela in più. Per richiedere la sospensione del mutuo si deve compilare un apposito modulo che le banche aderenti all'accordo in questione mettono a disposi-

zione presso le filiali o sul loro sito internet. Per esempio, si può richiedere la sospensione del mutuo in caso di cessazione del rapporto di lavoro subordinato, ad eccezione delle ipotesi di risoluzione consensuale, di risoluzione per limiti d'età con diritto a pensione di vecchiaia/anzianità, di licenziamento per giusta causa o giustificato motivo soggettivo, di dimissioni del lavoratore non per giusta causa. Lo stesso in caso di morte o insorgenza di condizioni di non autosufficienza o di sospensione del lavoro o riduzione dell'orario di lavoro per un periodo di almeno 30 giorni. L'arco temporale entro il quale dovranno verificarsi gli eventi che determinano l'avvio della sospensione del mutuo è fissato al 30 giugno 2012, ciò significa che, se si verificano oltre questa data, la sospensione non sarà possibile. Non possono richiedere la sospensione coloro che abbiano già usufruito per lo stesso mutuo di meccanismi di sospensione. Se la banca non accoglie la richiesta senza una motivazione formale, sarà opportuno inoltrarle subito un reclamo scritto. Per maggiori chiarimenti non esiti a contattarci.



Info Associazione Bancaria Italiana [www.abi.it](http://www.abi.it)

**Claudia Ciriello**

consulente Pit - Area consumatori e servizi di pubblica utilità di CittadinanzAttiva

previdenza a cura di LiberEtà e-mail: [redazione@libereta.it](mailto:redazione@libereta.it)

## Mi dichiaro

**Aprile, un mese di scadenze per i pensionati.**

**È** ora di prendere appuntamento con il Caf, il centro servizi fiscali, in vista della presentazione della dichiarazione annuale dei redditi. Fra i pensionati c'è chi ogni anno fa la dichiarazione dei redditi con il modello 730: perché ha altri redditi oltre la pensione o perché intende chiedere il rimborso di spese mediche, interessi sul mutuo e altri oneri detraibili. C'è invece chi non sa nemmeno cosa sia

il 730, perché riceve solo trattamenti di tipo assistenziale che sono esenti da tasse. Ma in molti casi questo stesso pensionato dovrà fare la dichiarazione Red per dimostrare di avere diritto al trattamento assistenziale. Infine c'è chi deve fare l'uno e l'altro adempimento. Per questo, ogni anno, l'Inps fornisce a ciascun pensionato la documentazione che gli occorre. A chi deve fare il 730 l'Inps invia il Cud 2012. Questo documento dimostra quanto il pensionato ha ricevuto di pensione in totale nel 2011 e quanto ha già dato per tasse, anche se l'importo delle addi-

# Ammazza caffè

**Dato che la caffeina aumenta il metabolismo, posso dimagrire bevendo molti caffè?**

**T**ra le molteplici azioni della caffeina, in effetti, c'è anche un'accelerazione del metabolismo basale. Alcuni prodotti dimagranti contengono proprio caffeina, che spesso è pagata a peso d'oro, ma pur sempre di semplice caffeina si tratta. Anche gli ormoni tiroidei, come quello sintetico contenuto nell'*Eutirox* (la levotiroxina sodica) possono essere utilizzati per dimagrire, ma con effetti collaterali pericolosi, perché provocano tachicardie, aritmie, crampi alla muscolatura e danneggiamento permanente della tiroide, che è un organo sensibilissimo e fragile. Rimane quindi la caffeina. Perché possa avere un effetto apprezzabile sul metabolismo, con un aumento del 10 per cento, dovrebbe essere assunta una quantità di caffeina pari a 500 mg al giorno, che equivale a 6-8 caffè espressi durante la giornata. Anche la cioccolata, *Coca Cola* e gli *energy drink* contengono caffeina, ma hanno anche un alto contenuto calorico e la loro assunzione fa ingrassare e non dimagrire. Il tè verde, a mio avviso, può essere un ottimo sostituto del caffè, poiché presenta numerosi effetti benefici. L'importante è lasciare in infusione il tè per almeno 10 minuti al fine

di estrarre il più possibile le sostanze contenute (tra cui la caffeina).

Quante calorie si possono risparmiare grazie a queste quantità di caffeina? Dipende da molti fattori, ma si tratta di una quantità che si aggira intorno alle 100-300 calorie. La caffeina provoca anche un aumento della secrezione gastrica che può provocare ulcere e reflusso gastro-esofageo, oltre naturalmente a nervosismo, ansia, insonnia e palpitazioni. Non so quanto il gioco valga la candela. Per adesso l'unico farmaco sicuro per elevare il metabolismo, che oltretutto presenta moltissimi effetti collaterali positivi, è rappresentato da una sana attività fisica.

## Nessuna integrazione

**Ci sono degli integratori alimentari che consiglia sempre?**

**N**on sono un fanatico degli integratori alimentari, molto spesso li assumiamo inutilmente e il nostro corpo li espelle con l'unico risultato di farci fare della pipì molto costosa. L'unica integrazione che in genere consiglio è l'olio di pesce come fonte di omega 3, perché di solito mangiamo troppo poco pesce. Per il resto valuto da caso a caso, e se possibile cerco di far assumere vitamine e sali minerali in modo naturale con l'alimentazione.



\* Biologo nutrizionista

zionali locali all'*Irpef* indicato nel *Cud* viene trattenuto a rate nel 2012. Questo modello deve essere presentato al *Caf* sia da chi vuole fare la dichiarazione fiscale (con modello 730 o con modello Unico) sia da chi deve fare la dichiarazione previdenziale con modello *Red*.

I pensionati che devono presentare la dichiarazione reddituale con modello *Red* hanno ricevuto, insieme al certificato di pensione, una specifica comunicazione da parte dell'*Inps* e un foglio contenente solo alcuni codici a barre. La dichiarazione va presentata a un *Caf*, portando con sé anche i codici a barre.

Il certificato di pensione (modello *ObisM*) contiene l'importo mensile lordo e netto della pensione in pagamento nel 2012, con indicazione dettagliata delle trattenute fiscali o di altra natura e delle detrazioni d'imposta riconosciute. Questo certificato è importante perché dà informazioni che gli uffici pagatori (banca o posta) non sono più autorizzati a fornire e rende possibile il controllo della giustezza degli importi di pensione che possono essere controllati nelle sedi del sindacato o del patronato.

ora legale di Salvatore Calleri



# Il mio pensiero libero

*Dietro i pensieri in libertà il valore prezioso della libertà di pensiero.*

Sarà l'aria primaverile che si respira, ma mi si aziona il neurone che si aggira nel mio cervello e inizio a pensare. Pensare in libertà ascoltando un gruppo musicale ska Anni Ottanta da me scoperto nei primi Anni Novanta:



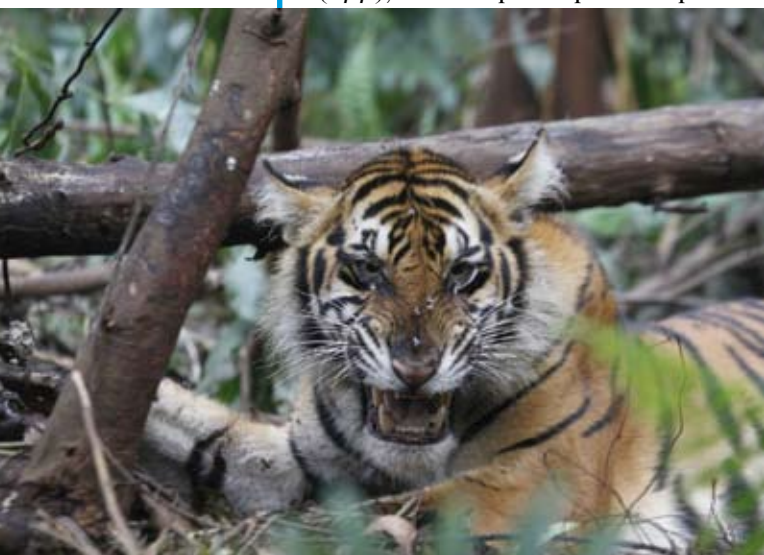
i *Madness*. Mi è venuta la voglia di riascoltarli da quando in Tv su *Rai4* la domenica pomeriggio trasmettono la serie inglese *Ashes to Ashes*, seguito della precedente *Life on Mars*. La colonna sonora parte da Bowie ed è fantasticamente orientata agli Anni Ottanta, anche se i

*Madness* non li hanno ancora passati. Penso che in Italia a telefilm siamo messi male in confronto. Penso che scriverò un libro sui bravi sbirri miei amici che frequento e che non sembrano sbirri ma lo sono. Penso che la mia generazione è quella della terra di mezzo. Penso che la legalità a volte nelle scuole è trattata in modo magistralmente palloso. Non da me per fortuna. Penso che la serie inglese *Torchwood*, anch'essa

trasmessa su *Rai4*, immagina all'improvviso che l'uomo cessa di morire e ciò rappresenta un problema... Che in cuor mio risolverei con le avventure spaziali nonostante il rischio degli alieni. Quindi più spese per colonizzare Marte, grazie. Penso anche a cose più serie ossia che la classe politica deve cambiare e che la crescita, se la benzina continua a salire ce la sogniamo. Forse è meglio tornare al pensare faceto. Penso ai *Blur* e al loro prossimo disco che aspetto e non esce. Penso e quindi sono, ma cosa? Un ribelle romantico, pragmatico e personalista liberalsocialista antiliberista e antimafia. Penso di essere un ambientalista contrario alle *eco tass*. Penso oggi troppo perché ho la fantasia al galoppo ma d'altronde mi sono formato con il mitico film di *Walt Disney: Fantasia*. Penso che non mi dispiacerebbe possedere un'*Aston Martin Rapide* magari confiscata a un mafioso con i soldi per mantenerla. Mi sentirei molto *James Bond* per sembrare magari come *Johnny English*. Penso libero, forse troppo, ma d'altronde ogni tanto almeno una riserva di libertà del pensare male non fa. Che ne pensate? ■

# Carta d'identità

**P**er fare la carta di molte grandi multinazionali potrebbero essere stati abbattuti alberi appartenenti a una specie in via d'estinzione. Qualche mese fa, infatti, Greenpeace ha effettuato una lunga indagine sotto copertura nel cuore della foresta indonesiana e ha scoperto il nuovo crimine di Asia Pulp & Paper (App), uno dei più importanti produt-



tori di carta al mondo: utilizza tronchi di ramino, un albero protetto da un trattato internazionale come il Cites, il cui taglio e commercio sono proibiti. Nel corso di ripetuti sopralluoghi presso la Indah Kiat Perawang – la più grande cartiera di App in Indonesia – Greenpeace ha identificato numerosi esemplari di ramino mischiati ad altri tronchi provenienti dal taglio a raso delle ultime foreste torbriere di

Sumatra, pronti per essere trasformati in polpa di cellulosa. Sono stati prelevati 46 campioni di questi tronchi e inviati a un laboratorio di analisi indipendente che ha confermato si trattasse di ramino. Non solo. Altri test effettuati da laboratori indipendenti hanno dimostrato come prodotti venduti da Xerox, Danone, Walmart e molti altri, confezionati utilizzando carta di App, contengano fibre provenienti dalla distruzione delle foreste di Sumatra.

Dal 2001, anno in cui il Governo indonesiano ha bandito lo sfruttamento e il commercio del ramino, sono stati deforestati almeno 180mila ettari di torbiera in concessioni controllate da App: una superficie pari al doppio dell'area urbana di New York. Queste foreste sono un habitat vitale non solo per il ramino, ma anche per altre specie minacciate come la tigre di Sumatra di cui ne rimangono in natura solo 400 esemplari. App continua a infrangere la legge, per questo Greenpeace ha chiesto al Governo indonesiano di intervenire subito per fermare il taglio e il commercio illegale del ramino nelle concessioni controllate da Asia Pulp & Paper. La protesta è anche sul web. Attraverso il sito dell'organizzazione, gli utenti hanno inviato migliaia di mail a tutte le aziende del mercato della carta per chiedere che interrompano i propri affari con App, fino a quando il colosso indonesiano non dimostrerà di saper produrre carta senza distruggere le foreste. ■

**Maria Carla Giugliano**  
ufficio stampa Greenpeace

ever green di Stefano Generali

## Il bianco e il nero

Le strisce bianconere delle zebre non sono più un mistero. A svelare l'arcano un gruppo internazionale di ricercatori svedesi e ungheresi in uno studio, pubblicato sul "Journal of Experimental Biology", che ha spiegato come i segni tipici del mantello delle zebre abbiano la funzione di proteggerle dagli insetti della savana. Non soltanto tafani, zanzare e mosche cavalline sono disorientati dalla disposizione verticale delle strisce, ma a fungere da repellente naturale sono anche i colori bianco e nero che insieme producono un effetto visivo particolarmente fastidioso per i parassiti.

## Mondovisione

Un rapporto dell'Unep, il programma ambientale delle Nazioni Unite, lancia l'allarme per la mancanza di una gestione mondiale dei problemi ambientali, talmente complessi da richiedere azioni straordinarie e coordinate da parte di tutti i paesi del mondo. Il documento, dal titolo "21 Problemi per il 21° secolo", si concentra sull'analisi delle questioni emergenti a livello planetario, come il cibo e l'acqua, e sulla necessità di rivedere completamente il modo di affrontarle. Verrà discusso a giugno a Rio de Janeiro in occasione del vertice mondiale Rio+20.



# Fare progressi

**Puntare a innovazione e progresso come sviluppo sostenibile, tra necessità di ragionevolezza e prudenza nelle valutazioni dei rischi.**

**Questo a prescindere dall'essere conservatore o progressista.**

Il progresso, come si sa, deriva dall'introduzione del nuovo, e le innovazioni nascono quando si devono soddisfare dei bisogni e risolvere dei problemi. Poi, molto spesso, la soluzione resa possibile dall'innovazione crea nuovi problemi, da affrontare con altre innovazioni, e così via: questo è il progresso, e così l'umanità è andata avanti, non sempre in modo equilibrato – nel senso che non tutti gli umani hanno ugualmente beneficiato di questo progresso – ma è andata innegabilmente avanti nel suo complesso. Il succo di tutto ciò, naturalmente, è che il progresso comporta dei rischi, che si devono correre per risolvere i problemi; al contrario, per evitare futuri rischi ancora ignoti ci si limita alla conservazione dell'esistente.

Questa lettura del cammino dell'umanità, e del perenne contrasto tra progressisti e conservatori, di per sé largamente condivisa, si ripropone in termini più problematici in fasi di crisi profonda come quella attuale, in cui gli stessi termini “progressista” e “conservatore” possono confondersi e confondere. Non a caso oggi si va estendendo, tra gli esperti ma anche nell'opinione pubblica, l'area di coloro che considerano preminente per l'umanità l'interesse a “conservare” talune condizioni ritenute indispensabili per poter “progredire” anche in futuro: sono da considerare, costoro, dei “con-

servatori” oppure dei “progressisti”? Si parla di questioni assai importanti: alimentazione, ambiente, energia, genetica, e via dicendo. Ci può essere della conservazione lungimirante e del progressismo distruttivo?

Per rispondere a questioni di questa portata con qualche speranza di non sbagliarsi troppo, si dovrebbe sempre ricordare ciò che si è detto all'inizio: che il progresso corrisponde alla naturale tendenza dell'uomo al soddisfacimento dei propri bisogni; e saper distinguere tra i bisogni, appunto, *naturali*, e quelli invece *indotti*, la cui sfera si è smisuratamente allargata per effetto del progresso stesso.

Un conto è affrontare i rischi potenziali connessi con problemi creati dalle innovazioni che sono rivolte a soddisfare bisogni naturali, altro è il discorso se si tratta di bisogni non essenziali e quindi indotti per ragioni diverse. Non è poi difficile riconoscere che l'umanità in quanto tale è interessata anzitutto alla propria sopravvivenza: e che quindi i rischi che una prospettiva di progresso può far correre alla sopravvivenza della specie umana meritano di essere valutati con particolare prudenza. Il dibattito sul cosiddetto sviluppo sostenibile, quindi sulla necessità di porsi limiti di ragionevolezza lungo la via indispensabile dell'innovazione, ruota in fondo attorno a questa prudenza. Conta poi poco se quelli che ne sostengono la necessità siano da definirsi conservatori o progressisti. ■



**beni di consumo** di Rita Nannelli

## Carnage

Circa la metà non ha cambiato abitudini, il 35 per cento ha iniziato ad acquistare tagli più risparmiati, l'8 mette nel carrello tagli diversi dal solito per sperimentare nuove ricette, acquista solo tagli pregiati appena il 5 per cento. E dicono addio al filetto 4 consumatori su 10. In tempi di magra la “passione carnale” degli italiani si sposta alla spalla, alla pancia per bolliti e macinati, al collo, per bolliti o stracotti, polpette e ragù, alla punta di petto, per arrosto o spezzatino, tutti tagli



di carne bovina “alternativi”, meno noti e più economici. Da un sondaggio on line realizzato da Coldiretti – sui consumi di carne degli italiani che ne comprano circa 92 chili a testa all'anno – risulta anche che del maiale non è solo apprezzato il prosciutto o l'arrosto, ma anche la cotenna molto spesso utilizzata per insaporire sughetti o minestre, e poi servita nel piatto come una semplice bistecchina. Quanto al pollo non esiste solo il ben noto petto, ma anche le zampe, le ali e il collo o le frattaglie. Per risparmiare senza rinunciare alla qualità, che continua ad essere l'imperativo del Belpaese almeno in cucina.



# Bene o male

Grazie al Ddt per il "bene" che ha fatto, ma grazie anche alla biologa americana Rachel Carson che ne ha svelato gli effetti dannosi sulla natura e sull'uomo.

15

Cinquant'anni fa appariva il libro della biologa americana Rachel Carson (1907-1984) intitolato *Primavera silenziosa*. Non solo rappresentò uno dei primi libri "popolari" che portava all'attenzione pubblica la "nuova" magica parola "ecologia", destinata a suscitare emozioni e contestazioni nei successivi Anni Sessanta e Settanta, ma determinò una delle prime iniziative di "morte" di una merce di successo, rivelatasi dannosa, il Ddt. Il dicloro-difeniltricloro-etano era stato sintetizzato nel 1873 dal chimico austriaco Othmar Zeidler (1859-1911) ed era rimasto una curiosità fino al 1939 quando

il chimico svizzero Paul Müller (1899-1965, premio Nobel 1948) scoprì che la sostanza aveva inaspettate proprietà antiparassitarie; in particolare era efficace nella lotta ai parassiti responsabili della malaria e del tifo. Stava per cominciare la seconda guerra mondiale che avrebbe visto milioni di soldati impegnati nei combattimenti nelle paludi e nelle giungle, e milioni di civili aggirarsi fra edifici distrutti dai bombardamenti, tutte condizioni favorevoli alla diffusione di epidemie. Negli Stati Uniti il Ddt fu prodotto industrialmente e fu impiegato durante e dopo la guerra; i filmati di quegli anni mostrano i soldati americani spruzza-

re con la polvere di Ddt i bambini e gli abitanti di tante città, i prigionieri. In breve tempo il Ddt, e altri pesticidi clorurati di struttura simile, portarono all'eliminazione della malaria e contribuirono a salvare milioni di vite umane; inoltre si rivelarono efficaci nella lotta contro i parassiti di molte piante e contribuirono a proteggere molti raccolti in anni di grande fame mondiale. Tuttavia ben presto si vide che i pesticidi miracolosi avevano l'inconveniente di essere non biodegradabili e persistenti; essendo solubili nei grassi passavano da un organismo all'altro attraverso le catene alimentari. Il Ddt finito nei campi veniva assorbito dai vegetali, passava negli animali, poi nelle farine e nelle carni e si ritrovava nei corpi delle persone e nei loro escrementi; continuava poi il suo cammino nei fiumi e alla fine nel mare; e anche nel mare veniva assorbito dai pesci e, passando dalle prede ai predatori, fu trovato nel corpo di animali marini lontanissimo dai campi in cui era stato sparso. Se si fosse continuato ad usarli su larga scala il Ddt e simili insetticidi, un giorno, avvertiva il libro della Carson, la primavera avrebbe potuto essere priva del canto degli uccelli, silenziosa, appunto. Il Ddt fu vietato negli Stati Uniti nel 1972, in Italia nel 1978 e da allora in molti altri paesi. La lotta contro i parassiti è stata fatta con altri pesticidi meno persistenti e invadenti; le leggi ne limitano la quantità ammessa negli alimenti. ■



chissà cosa di Jacopo Formaioni

## Dente per dente

Lavarsi i denti dopo ogni pasto. Pare che già dall'antichità gli uomini avessero presente questo monito, curando i denti con un bastoncino da masticare con erbe medicinali. Il prototipo dello spazzolino moderno risale al 1780, creato in carcere da William Ad-  
dis d'Inghilterra con

un osso di animale e alcune setole; il primo brevetto fu dello statunitense H.N. Wadsworth nel 1857, ma la produzione in serie inizierà solo nel 1885. Tra le due guerre ossa e setole d'animali sono state sostituite da celluloidi e nylon, rendendo lo spazzolino la base dell'igiene orale. Pur esistendo oggi più di 3 mila modelli che si adattano ad ogni tipo di bocca, secondo una recente ricerca dell'Aidi (Associazione igienisti dentali italiani), solo 6 italiani su 10 lo usano regolarmente.





# Velocità massima

**Serve davvero una linea ad alta velocità passeggeri che attraversa la Val di Susa? E quale impatto può avere sull'ambiente? Un po' di chiarezza sulla TAV che tanto fa discutere.**

16

Sembra ci sia una certa confusione nel nostro Paese sul concetto di sviluppo e, più in generale, di progresso. La velocità, per dirne una, dovrebbe essere una delle costanti basilari del progresso, e raggiungere Lione in 1 ora e 40 da Torino un inevitabile corollario. Ma è davvero così? Stiamo alle cose concrete: serve oggi una linea ad alta velocità passeggeri che attraversa la Val di Susa? Che conseguenze ambientali potrebbe avere? Quali vantaggi? Per prima cosa si fa una grande confusione fra alta velocità e alta capacità, riferendosi la prima ai passeggeri e la seconda alle merci. Fra Torino e Lione, però, i passeggeri sono in costante diminuzione e nessuna direttiva o corridoio europeo impone all'Italia frecce rosse o argento lungo quella direttrice. L'Europa vuole, invece, che si trasportino più merci e più velocemente in direzione Est-Ovest, e non gli importa molto come. Nel 2009

il passaggio merci è ritornato ai livelli degli Anni Ottanta: in pratica solo la decima parte di quello che potrebbe transitare sulla linea Fréjus già esistente (2,5 milioni di tonnellate, contro una capacità della linea ordinaria di 25). Come a dire che si potrebbe intanto potenziare la linea

esistente. Peraltro non si tratterebbe di una linea AV vera e propria, perché sarebbe quasi tutta in galleria, dove non si possono superare i 220 km/h, velocità già ora teoricamente possibile sulla linea ordinaria. Dal punto di vista ambientale, la costruzione di una nuo-

va linea ferroviaria AV incide pesantemente sul paesaggio, con ricadute non prevedibili sul turismo di qualità. Impoverisce le falde acquifere, con siccità micidiali (come già accaduto al Mugello), e incrementa i dissesti idrogeologici. Non è poi chiaro dove verranno portati i milioni di metri cubi di materiale di scavo del lunghissimo tunnel. Un materiale pieno di minerali di uranio e amianto che devono essere trattati con particolare attenzione perché addirittura potenzialmente mortiferi. Se poi è vero che il treno è in generale da preferirsi all'aereo, in quanto a emissione di gas clima alteranti, ciò non vale per la TAV, i cui costi energetici e il contributo all'effetto serra sono enormemente incrementati dalla costruzione delle infrastrutture e dai più elevati consumi elettrici per l'operatività dei treni. Tutto quello che ha a che fare con la TAV inquina come un jet di linea già ora. Ci sono poi i costi. È facile ipotizzare che questi lieviteranno ben oltre i 9 miliardi di euro e che, comunque, penalizzeranno l'economia italiana con un enorme contributo al debito pubblico. Se si sceglie, come si dovrebbe, *on the safe side*, le previsioni di costo devono essere le più elevate e le previsioni di traffico le più prudenti. Si tratterebbe poi sostanzialmente, sempre e comunque, di denaro pubblico sottratto alla mobilità ferroviaria pendolare, quella utilizzata dalla maggioranza degli italiani. E non è ancora detto che l'Europa decida di finanziare il 40 per cento di un'opera per la quale l'Italia paga oltre la metà pur ospitandone solo un 1/3. ■



al naturale di Stefano Generali

## Dolce un po' salata

La depurazione potrebbe presto diventare un'utile fonte d'energia, grazie a una tecnica basata sull'utilizzo dei batteri e dell'acqua salata. Lo sostiene uno studio di Bruce Logan, dell'Università della Pennsylvania pubblicato sulla rivista "Science". Secondo il ricercatore, la

nuova tecnologia consente di immagazzinare e distribuire l'energia contenuta sotto forma di sostanza organica nelle acque reflue provenienti dalla produzione alimentare, ripulendole e al tempo stesso trasformandole in una nuova fonte energetica. La ricerca prende spunto dagli studi di due scienziati italiani, Fabio La Mantia e Mauro Pasta, sull'energia prodotta dalla miscelazione tra acqua di mare e acqua dolce.





# Romagna mia

*Per la legge c'è solo una differenza di spessore tra le due varianti principali della piadina romagnola, che in realtà non esiste, ma ne esistono tante, tutte diverse fra loro secondo tradizione e cultura dei luoghi.*

17

Una recente polemica sull'attribuzione del marchio *Igp* (Indicazione Geografica Protetta) alla piadina romagnola, che nell'occasione si è sdoppiata in due varianti principali, quella di area riminese, più larga e sottile, e quella di area forlivese-ravennate, più grossa e compatta, è emblematica della natura più profonda della cultura gastronomica italiana.

Il carattere originale di questa cultura è la sua capacità di declinare le ricette in infinite varianti locali. Fin dal Medioevo l'Italia si è definita come unità culturale (non politica) mettendo insieme i saperi e

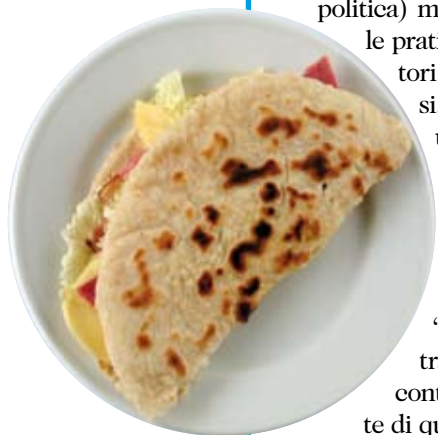
le pratiche di singole città e territori, che, senza mai confondersi, sono andati a costituire una "rete" di conoscenza comune e condivisa. Su questa base si innestano rivalità e campanilismi: la mia ricetta è migliore della tua, più "vera", più "antica", dove l'antichità entra in gioco come garante di continuità, e conseguentemente di qualità: teorema indimostrabile, dato che "antiche" possono essere

le parole, ma cosa si nasconde dietro di esse non possiamo veramente saperlo.

Poiché la più antica citazione letteraria della piada sembra essere quella del botanico Costanzo Felici, originario dell'entroterra riminese, che verso il 1570 accenna a "placente e cresce o piade" cotte "sotto le cenere infocate

overo nelli testi infocati", se ne è dedotto un primato storico della piadina in quelle zone. Poi si è trovato un inventario, più o meno dello stesso periodo, che registra la presenza in una casa borghese della valle del Senio (Romagna occidentale) di un utensile da cucina detto "testo da piada colli soi ferri". Tutti contenti, dunque, o forse nessuno: la piada da almeno quattro secoli e mezzo (ma chissà da quanto tempo prima) era nota ovunque in Romagna, da est a ovest.

Come era fatta? Chissà. Ognuno la avrà fatta a suo gusto, come gli sembrava migliore. E meno male che la vicenda del marchio *Igp* ne ha riconosciuto la varietà: perché una "piadina romagnola" in realtà non esiste, ne esistono tante, diverse fra loro. Già ridurle a due modelli principali è stato problematico, e lo stesso disciplinare ha dovuto ammettere una larga oscillazione di misure: la piada "terre di Romagna" può avere un diametro da 15 a 20 cm e uno spessore da 4 a 10 mm; quella "romagnola riminese" ha il diametro da 21 a 30 cm e lo spessore fino a 3 mm. Come è evidente, dietro queste misure ci sono oggetti estremamente differenziati, che solo una forzatura legislativa ha costretto in due tipologie fondamentali. Un esempio che mostra molto bene come le ragioni del commercio (che esigono norme precise, criteri definiti) mal si adattino alle ragioni della storia e della cultura, che alle regole preferiscono la libertà. ■



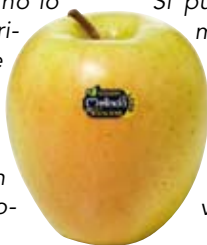
**il buongustaio** di Silvia Inghirami

## Cogli la prima mela

Nei primi giorni di aprile le vallate del Trentino Alto Adige si rivestono di fiori: sono i meli, che in questa stagione iniziano lo spettacolo della fioritura. Gli agriturismi della Val di Non aprono le porte ai visitatori offrendo la possibilità di conoscere da vicino la mela Melinda, l'unica Dop italiana, e aderire all'iniziativa "Adotta un melo". A settembre e ottobre si po-

trà tornare e raccogliere i frutti del proprio albero, portandosene a casa una cassetta. Il profumo che aleggia nell'aria potrebbe però essere un invito a provare il bagno aromatico alla mela alle Terme di Merano.

Si può anche scegliere il peeling alla mela altoatesina o acquistare a 178 euro il pacchetto "Delizia in due": peeling alla mela, bagno aromatico alla mela con bicchiere di spumante, impacco ai piedi, massaggio viso/nuca, ingresso alle Terme valido per 2 ore.



# Buone nuove

**Servizi sempre più vicini ai territori della Cooperativa, "consigli" per gli acquisti on line, un reparto infanzia ricco di articoli e giochi, il QR code. Tutte le nuove proposte del catalogo soci di Unicoop Tirreno per accumulare e spendere i punti dal 1 aprile 2012 a fine febbraio 2013.**

■ Cristina Vaiani

## È

sempre e *Solo per te*, ma completamente rinnovato.

Che il catalogo 2012-2013 di Unicoop Tirreno è cambiato si percepisce a prima vista dalla nuova veste grafica e dal formato simile a quello di una rivista, con tanto di sommario che già dalle immagini anticipa le novità per poi introdurre contenuti più ricchi, di facile lettura e comprensione.

Grazie ai ricorrenti elementi grafici delle monete "accumula" e "spendi" si mette subito in chiaro a cosa serve il catalogo, focalizzando pagina dopo pagina i vantaggi che spettano di diritto a chi è titolare di una carta *SocioCoop*, quei fotogrammi di vacanze, servizi e carrelli

con la spesa che nell'immagine di copertina balzano fuori da questa tessera magica tenuta ben stretta tra due mani, tanto è preziosa. «La carta *SocioCoop* dà sempre vantaggi, e sempre di più – puntualizza **Tiziana Di Palma**, responsabile Loyalty e Operations di Unicoop Tirreno –; nel catalogo sono inserite nuove opportunità e di valore sempre maggiore perché Coop sceglie sempre il meglio per i propri soci privilegiando la qualità e il risparmio».

## Attrazioni turistiche

A cominciare da parchi divertimento, acquari e impianti sciistici che permettono di utilizzare i punti per ingressi e noleggio attrezzature. «Quest'anno il catalogo si arricchisce di nuovi servizi, localizzati nelle regioni dove Unicoop Tirreno è presente con i suoi punti vendita», precisa Di Palma.

Quindi, accanto alle storiche attrazioni della riviera romagnola – *Mirabilandia*, *Aquafan*, *Oltremare* – e agli *Acqua Village* di Cecina e Follonica, non nuovi al catalogo, sono stati inseriti parchi divertimento toscani – il *Cavallino Matto* –, laziali – *Zoomarine* e *Hydro-*

**SOLO PER TE**  
Dal 1 aprile 2012 al 28 Febbraio 2013

**sociocoop**  
Unicoop Tirreno

La carta che da valore alla tua spesa

SPENDI E ACCUMULA PUNTI CON LA GUIDA DEI VANTAGGI DEDICATA AI SOCI UNICOOP TIRRENO

PER I SOCI COOP LA QUALITÀ È GARANTITA

**coop**  
Unicoop Tirreno

ACCUMULA SPENDI

mania – e *Magic World* in Campania; e ancora gli acquari di Livorno e Cattolica ed *Explora*, il museo “pedagogico” dei bambini a Roma, strutturato come una città da esplorare. Tra le novità in alta quota infine Ovindoli; riconfermati Abetone e Cimone.



L'altra novità sono gli acquisti on line per accelerare la raccolta punti, affidati a partner di riconosciuto prestigio scelti da Coop. La quantità di punti guadagnati varia a seconda che si prenotino solo voli aerei con *Air France* o *Meridiana Fly* oppure pacchetti più corposi che oltre al volo possono includere soggiorno in hotel, noleggio auto e pacchetti vacanze in tutto il mondo, proposti da *Expedia*, *Lastminute* o *eDreams*, *Volagratis*. Ma si possono anche acquistare libri alla *Feltrinelli*, fiori e piante su *Italian Flora*, cosmetici alla *Bottega Verde*, soggiorni a *Disneyland*, articoli di moda presso la multinazionale francese *La Redoute*, e tutto ciò che ruota intorno a fotografia, informatica, telefonia e videogiochi su *Pixmania.com*.

## Enfant terrible

Ma basta voltare pagina per ritrovarsi tra giochi e passeggini. «Siamo la prima catena Coop a prevedere in catalogo prodotti per bambini – afferma Di Palma – con ben 6 pagine riservate agli articoli per l'infanzia che Coop ha scelto in base a criteri di qualità e massima sicurezza da aziende leader nel settore, esperte nel coniugare il design con la sicurezza, l'ergonomia con la funzionalità». Così *Brevi* firma per il catalogo di Unicoop Tirreno il sistema modulare *Ovo car* completo di passeggino, borsa fasciatoio, navicella e seggiolino auto ma anche il baby monitor, il supergiù, il cuocipappa multifunzione; *Trunki* è invece pre-



sente con la valigia cavalcabile da utilizzare come bagaglio a mano ma anche per riposarsi o ingannare l'attesa giocando; e infine c'è *Selegiochi* con i suoi variopinti giocattoli a carattere educativo in legno e materiali ecologici. Le pagine dei piccoli chiudono

infine in bellezza con le originali serigrafie su tela naturale dell'illustratore trentino Fabio Vettori che ritraggono le ormai celebri formiche alle prese con farfalle, delfini e girasoli, ma anche con la spesa di tutti i giorni.



## Messaggi in codice

E c'è una novità anche nell'ultima pagina di copertina. È il *QR code* che basta fotografare con il cellulare per essere, attraverso un programma apposito, indirizzati automaticamente alla pagina internet che apre il catalogo on line; salvando poi l'indirizzo tra i preferiti è possibile in qualunque momento riprendere la navigazione.

E infine, dopo tante novità, alcune riconferme: dai servizi per l'auto – *you&eni*, assicurazioni *Linear*, pneumatici *Pirelli*, revisioni *Dekra* – ai viaggi *Mondovivo*, dalla telefonia di *CoopVoce* che autoricarica il cellulare con la spesa a *TraghettiWeb* per la prenotazione dei traghetti on line. Di nuovo in catalogo la solidarietà di *Basta un gesto* con la novità del progetto **Coop x Togo x Vanda** mentre resta invariata la dinamica dei punti spesa, punti jolly, punti integra, punti soci prestatori, la possibilità di utilizzare i punti per sconti immediati sulla spesa e per fare acquisti con integrazioni in denaro. ■

Info [www.catalogosoci.unicooptirreno.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.com)



## QR-code

Il software per utilizzare questo codice può essere scaricato gratuitamente collegandosi al sito [www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it).

I costi di connessione alle pagine tramite il QR-code dipendono dai piani tariffari attivi sul cellulare.



# Modello Coop

*Aumenta la disoccupazione, ma le cooperative continuano a creare posti di lavoro. Ne nascono di nuove e, più di altre forme d'impresa, reggono sulle loro spalle il peso delle difficoltà economiche che stiamo attraversando. Fanno della solidarietà un fattore di sviluppo e dell'intergenerazionalità la chiave del successo imprenditoriale: due buone idee da introdurre nel mercato. Ne parliamo con Aldo Soldi, direttore generale di Coopfond, la società che gestisce il fondo mutualistico per la promozione cooperativa.*

In Italia aumenta la disoccupazione? Nelle cooperative crescono gli occupati. Diminuiscono i profitti e le aziende private chiudono o delocalizzano? Le cooperative invece sostengono il peso della crisi senza scaricarlo sui lavoratori, sui consumatori e sui territori nei quali operano. *L'Anno mondiale delle Cooperative* non poteva coincidere con una crisi peggiore per l'economia mondiale. Eppure mai come ora, di fronte ai disastri di un mercato globale che ha aggravato le disegualianze sociali, alimentato nuova disoccupazione, gettato nella povertà strati sempre più ampi di popolazione, risaltano con maggiore evidenza le virtù di un modello imprenditoriale, nato quasi 160 anni fa a Rochdale in Inghilterra, i cui valori fondanti dimorano ancora ben saldi nei comportamenti e nelle finalità sociali delle cooperative di tutto il mondo. Se le cooperative creano occupazione, ricostituiscono legami sociali spezzati dalla crisi, generano ricchezza collettiva e non esosi arricchimenti individuali, tendono ad attenuare le disegualianze sociali, valorizzano la partecipazione alle scelte economiche, una ragione ci deve pur essere.

## I costi della crisi

L'osservatorio migliore per capire come se la passano le cooperative in Italia e cos'è che le rende così coriacee si chiama *Coopfond*, la società che gestisce il fondo mutualistico per la promozione cooperativa alimentato dal 3 per cento



Aldo Soldi

degli utili annuali di tutte le cooperative aderenti a *Legacoop*. «Intendiamoci, la crisi c'è eccome – puntualizza il direttore generale di *Coopfond* Aldo Soldi – e le cooperative non sono affatto immunizzate». Infatti, nel bilancio chiuso al 30 settembre 2011, il numero delle cooperative contribuenti è calato. Questo significa che le cooperative hanno diminuito gli utili o non sono proprio riuscite a realizzarli. «Ma questo significa anche un'altra cosa – spiega Soldi –. Questo significa

che, per non scaricare i costi della crisi sui lavoratori, sui consumatori e sulle comunità, le cooperative sono in grado di incamerare su di sé parte dei costi della crisi». L'esempio della cooperazione di consumatori che ha assorbito in questi anni una bella fetta dell'aumento del prezzo delle materie prime e tenuto il tasso di inflazione interno molto al di sotto di quello *Istat* è il più evidente. Dunque le cooperative reggono il colpo, anche se da un lato le banche (che non erogano finanziamenti) e dall'altro

la Pubblica Amministrazione (che non paga o paga tardi), danneggiano più del dovuto alcuni settori particolarmente esposti alle turbolenze della crisi. «E infatti i settori che risentono di maggiori difficoltà sono quelli delle cooperative sociali e di servizi e quelli delle costruzioni perché le opere, grandi e piccole, non si fanno, l'edilizia è bloccata e molte imprese che negli anni si sono dotate di un consistente patrimonio immobiliare fanno fatica a piazzarlo sul mercato», aggiunge Soldi. Eppure sono poche le cooperative che, a causa di questa crisi, si trovano a rischio sopravvivenza. Al contrario, quasi tutte dimostrano di possedere una forte capacità di reazione. La spiegazione? «C'è alla base di questa capacità di resistere agli effetti più devastanti della crisi, una notevole solidità patrimoniale frutto della intergenerazionalità che è stata praticata sul serio e ha fatto sì che le cooperative che negli anni sono riuscite ad accumulare risorse siano solide. Poi c'è anche l'elemento della solidarietà interna che gioca un ruolo fondamentale quando, per superare le difficoltà, i soci-lavoratori arrivano a ridursi gli stipendi». Niente licenziamenti quindi. Limitato ricorso agli ammortizzatori sociali, e soprattutto tanta solidarietà intercooperativa. «Non esiste da altre parti che le imprese si aiutino fra sé – commenta Soldi –, nessuno nel settore privato si mobilita per salvare un'altra impresa. Se invece nel mondo della cooperazione ci si aiuta a vicenda, è perché conta molto la comunanza valoriale, il sentire le difficoltà di altre cooperative come qualcosa che tocca un pezzo di un organismo più complesso fatto non di capitali, ma di persone che ci mettono vita, esperienza e passione».

## Tipi cooperativi

Ed è per questo che, mentre molte aziende private licenziano, chiudono, mandano a casa gli operai o trasferiscono all'estero le produzioni, dal 2007 al 2010 le cooperative hanno aumentato il volume della produzione del 12 per cento e gli occupati del 9,3. Molti posti di lavoro sono il risultato della nascita di nuove imprese. «Ne abbiamo finanziate parecchie come *Coopfond* nei diversi settori – riprende Soldi –. Sono cooperative che spesso puntano sull'innovazione e mettono insieme diverse attività come servizi, ricerca, lavoro,

**«Per non scaricare i costi della crisi sui lavoratori, sui consumatori e sulle comunità, le cooperative sono in grado di incamerare su di sé parte dei costi della crisi».**



dando vita a nuove tipologie di impresa, soprattutto nel settore ambientale e negli spazi liberati da uno Stato che si ritira dal *welfare*. Poi ci sono le cooperative che nascono dalle crisi di aziende private quando i lavoratori si mettono insieme per salvare produzione e occupazione». Negli ultimi due anni sono stati salvati in questo modo circa 500 posti di lavoro. Salvati davvero perché le fabbriche chiudevano e licenziavano. «E infine ci sono le cooperative sorte sui terreni confiscati alla mafia che hanno appena formato un Consorzio – racconta Soldi –, sono diventate imprese efficienti e rappresentano anche un fatto simbolico importante perché coinvolgono molti giovani sul terreno

del lavoro, della legalità e dell'imprenditorialità».

Senza voler enfatizzarne troppo le virtù, viene da chiedersi quali fattori tipici del “modello cooperativo” potrebbero essere introdotti nel mercato per migliorarlo, renderlo più efficiente, dare impulso alla crescita senza distruggere sistematicamente il lavoro, creare occupazione e una nuova idea di benessere fondata più sulla qualità delle relazioni sociali che sul possesso esasperato di beni individuali, più sulla gratuità dei rapporti che sulla mercificazione di ogni ambito della nostra vita. «Il fattore fondamentale che il mercato dovrebbe accogliere dentro di sé è l'orizzonte temporale – afferma Soldi –. Una cooperativa non vive solo nel medio periodo e chi la dirige non pensa mai che l'impresa duri quanto dura lui. Questa cultura si porta dietro conseguenze significative sul piano dei comportamenti d'impresa: il fatto di destinare le risorse a beneficio prima di tutto dell'impresa stessa e poi del territorio e dei vari *stakeholder* (dipendenti, soci, fornitori, comunità locali ecc.) determina un modello d'azienda che va oltre se stessa e tende a impattare virtuosamente sul contesto economico e sociale».

## Fondi di sviluppo

### Che cos'è Coopfond.

*Coopfond* è il Fondo mutualistico di *Legacoop*. Istituito in base alla legge 59 del 1992, ogni anno riceve il 3 per cento degli utili realizzati dalle cooperative aderenti all'associazione e utilizza queste risorse per promuovere – attraverso la partecipazione temporanea al capitale e/o la concessione di prestiti – la nascita di nuove imprese cooperative e la crescita di quelle esistenti. In questo modo *Coopfond* contribuisce a realizzare concretamente il principio della mutualità: grazie alla sua azione, infatti, gli utili non servono solo alla crescita dell'impresa che li ha generati, ma di tutto il tessuto cooperativo, con un'attenzione particolare alle aree più svantaggiate e, soprattutto, alle iniziative di qualità capaci di far vivere i valori cooperativi. Nel corso dell'esercizio 2010-2011 – nel pieno della crisi economica – *Coopfond* ha continuato a svolgere una significativa attività di promozione, difesa e sviluppo della cooperazione, che contribuirà a mettere in moto investimenti per 245 milioni di euro.



## Una bella impresa

È esportabile questo modo di fare impresa? «Sì – afferma Soldi –, non ci sono ragioni che lo impediscano perché l'ampiezza dell'orizzonte temporale è uno di quei fattori che possono connotare la vita di un'impresa e renderla migliore». E invece, negli ultimi 10 anni, non c'è >>> segue a pag. 24

# Dare l'esempio

Ecco come sono nate e cresciute alcune cooperative.

## **Energycoop srl**

La *srl* è stata costituita per volontà di alcune realtà del mondo cooperativo impegnate nel settore delle energie rinnovabili, e sotto il patrocinio della *Legacoop Toscana*, al fine di sfruttare le possibili sinergie esistenti tra le rispettive attività e di svolgere promozione commerciale nel settore delle energie. Dal 2007, anno di costituzione, nel corso dei 2 primi anni di vita hanno modificato il proprio assetto proprietario e ridefinito la missione aziendale e di conseguenza la strategia industriale. Ad oggi il *core business* della società è stato modificato rispetto alle idee iniziali e si è focalizzato nello sviluppo, progettazione, realizzazione e gestione di parchi fotovoltaici.

## **Erzelli Energia**

*Coopfond* ha dato il proprio tutoraggio a questo *start up* finalizzato alla realizzazione di un impianto di rigenerazione con centrale di teleriscaldamento e tele-raffreddamento nelle colline sopra Genova, nel parco scientifico "Leonardo", con una concessione trentennale. Oltre 12 milioni di euro gli investimenti previsti.

## **D&C Modelleria srl**

I problemi della *Modelleria Quadri-foglio srl* di Vigodarzere (PD), specializzata negli stampi e nei modelli per le fonderie, iniziano prima della crisi,

7 anni fa. Vendita due volte nel giro di due anni, la società si indebolisce: una crisi causata non tanto dalla mancanza di commesse quanto dalla cattiva gestione. Si va verso il fallimento, però la volontà resiste nei lavoratori: 16 addetti altamente qualificati, età media 35 anni, decidono di provarci.

## **Art Lining**

Si chiama *Art Lining* e produce interni per cravatte, per il segmento alto. Da *Ferragamo* a *Hugo Boss*, per intenderci. La cooperativa è nata dal fallimento della *Lincra* che dal 1982 produceva a metà strada tra Reggio Emilia e Parma interni per cravatte e cravatte finite. Quando la crisi inizia a picchiare mette in ginocchio

la azienda e i suoi 40 dipendenti. In 11 non si danno per vinti: «In 3 mesi – ricorda il presidente della cooperativa **Alberto Ferrari** – abbiamo deciso di metterci in gioco. Ognuno di noi ha investito 10mila euro, e grazie al sostegno di *Coopfond* siamo riusciti a partire».

## **Cila**

La *Cooperativa Intercomunale Lavoratori Agricoli* è stata costituita nel 1930 ed è una cooperativa di braccianti. Conta 83 soci, di cui 49 lavoratori e 54 addetti in totale. Storicamente si occupa di coltivazione della terra e allevamento di bovini e suini. Per diversificare l'attività e aumentare la propria marginalità la cooperativa ha inserito nel Piano di sviluppo 2011/13 la realizzazione di un impianto di biogas alimentato con insilato di mais. L'impianto previsto dalla cooperativa produrrà biogas tramite la fermentazione di biomasse. Il biogas verrà utilizzato per produrre energia elettrica e termica, che sarà in parte utilizzata dalla stessa cooperativa e in parte immessa nella rete pubblica.

## **Consorzio Libera Terra Mediterraneo**

Il *Consorzio* è stato costituito sul finire del 2008 per rafforzare la capacità imprenditoriale delle cooperative che lavorano sui terreni confiscati alle mafie e aderiscono al progetto *Libera Terra*. «L'obiettivo è semplice – spiega il presidente **Gianluca Faraone** –: mettere in campo le sinergie e i servizi necessari per aiutare le cooperative di *Libera Terra* a gestire al meglio la trasformazione dei prodotti e la loro commercializzazione». Il consorzio incarna un'idea di cooperazione capace di coniugare in modo originale i valori con la capacità di stare sul mercato. Una strada che molto ha da dire anche rispetto al tema dello sviluppo del Mezzogiorno, capace di valorizzare le potenzialità soprattutto dei giovani, lontano da ogni assistenzialismo. L'ultimo bilancio approvato racconta che nel 2010 il fatturato è cresciuto quasi del 3 per cento. Il *Consorzio*, grazie anche alla presenza al proprio interno di *Egocentro srl*, sta sviluppando il settore del turismo responsabile, con il marchio "Libera il g(i)usto di viaggiare". Un'attività nata a partire dalle strutture agrituristiche gestite dalle cooperative socie e realizzate anch'esse su beni confiscati. ■

**A fine 2010 le cooperative aderenti a Legacoop erano 14.257 con 8.778.327 soci. Il volume della produzione era pari a 57.293 milioni di euro e gli occupati erano 469.847. Nel periodo 2007-2010 la produzione aumenta del 12%, l'occupazione del 9,3% e i soci un più 3%.**

stata manovra economica che non abbia inferito sulle cooperative sottoponendole sistematicamente ad attacchi sia sul piano politico (riducendone il ruolo a semplice testimonianza ideologica che, se mai in passato ha avuto ragione d'essere, oggi non ha più alcun fondamento) sia sul versante economico (accusandole di ricevere benefici impropri sotto forma di agevolazioni fiscali che, ad oggi, sono veramente ridotti ai minimi termini) e questo mentre le cooperative dimostrano di avere anche una preziosa utilità sociale in quanto sopportano meglio le crisi e, in molti casi, riannodano i fili delle relazioni sociali che minano alla base la coesione del paese. «Il punto allora è superare l'errore che spesso si fa di considerare la cooperativa una forma minore d'impresa – sostiene Soldi –. Proclamando il 2012 *Anno mondiale delle Cooperative*, le Nazioni Unite riconoscono che le cooperative sono tutt'altro che una forma residuale d'impresa, ne sottolineano il ruolo importante per l'economia e il contributo che possono dare al superamento della crisi intervenendo sulle ragioni vere che l'hanno prodotta: le diseguaglianze sociali, lo sfruttamento e la speculazione. Bisogna far venire fuori un'idea di cooperazione che non è solo di difesa, ma che è di attacco e di proposta, un altro modo di intendere le relazioni economiche e sociali, quindi il mercato, pur standoci dentro e vivendolo». In due parole, modello Coop. ■

# In nome del socio sovrano

■ **Dario Guidi**

«S e c'è una forma d'impresa che, guardando al futuro, è destinata a crescere questa è la cooperazione. È uno degli insegnamenti che emerge con nettezza dalla crisi che stiamo vivendo. E dunque

**La cooperazione come risposta alla crisi e come modello di sviluppo che guarda al futuro. Stefano Zamagni, docente all'Università di Bologna, ci spiega perché c'è bisogno di più cooperazione per far funzionare meglio il mercato.**

Stefano Zamagni,  
docente d'economia  
politica all'Università  
di Bologna.



è più che opportuno e per niente rituale il fatto che il 2012 sia stato proclamato dall'Onu *l'Anno mondiale della Cooperazione*». Parola di **Stefano Zamagni**, docente d'economia politica all'Università di Bologna, presidente dell'*Agenzia del terzo settore* e uno dei massimi esperti di economia sociale e cooperativa nel nostro Paese.

Perché la crisi attuale fa dire che la cooperazione è destinata a crescere? «Ciò che le vicende di questi ultimi anni ci insegnano è che la crisi è figlia dell'uniformità del modello d'impresa presente sul mercato. Il mercato ha bisogno di pluralismo per funzionare in modo equilibrato e dunque a fianco dell'impresa capitalistica ci devono essere imprese sociali e imprese cooperative. Tutti hanno capito, partendo dalle vicende drammatiche che hanno coinvolto tanti paesi e il cui esito non è ancora definito, che senza la democrazia economica anche la democrazia politica rischia l'eutanasia. Per questo c'è bisogno di più cooperazione. Poi certo la cooperazione deve essere pronta a fare la sua parte, a innovare e aggiornarsi».

Ma quali sono gli elementi positivi che l'impresa cooperativa può offrire?

«I cittadini sono sempre più insofferenti per le modalità con cui sono organizzate le imprese. La gente vorrebbe lavorare e vivere in conte-





sti nei quali le opinioni e i talenti sono tenuti in considerazione. In questo la forma cooperativa può offrire qualcosa di molto importante perché i soci non sono semplici dipendenti, ma partecipano e coodeterminano le scelte».

Uno degli altri elementi che la crisi di questi anni sta mettendo in discussione è il *welfare state*. La cooperazione può giocare un ruolo su questo fronte?

«Certamente. Il nuovo welfare statale sarà concentrato sul garantire i cosiddetti *Lea e Lep*, cioè i livelli essenziali di assistenza e di prestazione. E sarà già importante riuscire a difendere questi. Ma i livelli essenziali non bastano certo a garantire una risposta piena e di qualità ai bisogni della società. Per questo, bisogna andare oltre e costruire soluzioni innovative. Per esempio, nella sanità siamo già di fronte a un universalismo solo teorico. La discriminazione tra chi può permettersi una assicurazione privata e chi no c'è già. E qui lo spazio per mettere in campo forme di gestione di tipo cooperativo che allarghino il welfare è enorme».

Un altro dei temi su cui lei insiste è quello dei beni comuni. Anche questo rimanda al ruolo della cooperazione...

«È un altro dei fronti importanti di intervento che mi portano a dire che il ruolo della cooperazione nel futuro è destinato a crescere. Beni comuni vuol dire acqua, aria, conoscenza, biodiversità. Sono cose su cui la gestione ottimale non è né quella pubblica né quella privata. Qui la gestione ottimale è comunitaria, cioè cooperativa. A Melpignano, in provincia di Lecce, è nata la prima cooperativa di comunità che gestisce il servizio di energia elettrica attraverso dei pannelli solari. È questa la direzione giusta su cui andare».

E della cooperazione di consumatori cosa ci dice...

«Parliamo di una forma di cooperazione che è nata per far pagare prezzi più bassi alle classi povere. Quello della convenienza resta ancora un tema fondamentale, ma non basta più. Oggi non può più essere solo questa la base su cui si fonda la cooperazione di consumo. Dico questo perché nella corsa al prezzo più basso può arrivare un colosso come *WalMart* che riesce a proporre prezzi ancora più bassi dei tuoi, perché fa leva su scelte che tu come

cooperazione non puoi condividere né accettare. Per questo dico che la sfida di un soggetto come Coop deve essere quella sì di dare convenienza e qualità, ma soprattutto di "rendere sovrano il consumatore". Uso un'espressione formulata a metà Ottocento da un filosofo ed economista come John Stuart Mill, che è stato uno dei padri del liberalismo. Il consumatore vota col portafoglio, ogni giorno facendo le sue scelte d'acquisto e dunque occorre riuscire a essere aggregatori delle preferenze di cittadini e consumatori su obiettivi strategici, cioè organizzando la domanda e facendola diventare un fattore politico che pesa sul mercato e nella società. Se la cooperazione di consumatori riesce a far questo non c'è *WalMart* che tenga».

Un'ultima battuta sulla direttiva europea uscita alla fine del 2011 che parla proprio di cooperazione. Cosa dice?

«Considero questa risoluzione di estrema importanza. Una risposta a tanti uccelli del malaugurio che pensavano la cooperazione fosse esaurita e destinata a un ruolo sempre più marginale. Invece, proprio da un'istituzione europea, si indica come obiettivo strategico, come necessità per garantire uno sviluppo più consistente ed equilibrato, quello del rafforzamento operativo della cooperazione e dell'economia sociale. E qui torniamo all'inizio della nostra chiacchierata. Al fatto che, qui da noi in Europa, c'è bisogno di più pluralismo economico». ■



# Ampie rassicurazioni

**Marco Pedroni, presidente di Finsoe, fa il punto sull'operazione di "salvataggio" di Fondiaria-Sai da parte di Unipol.**

Marco Pedroni, presidente Finsoe



■ **Aldo Bassoni**  
**Dario Guidi**

italiana, oggi in grande difficoltà, e dar vita al secondo gruppo assicurativo del Paese è un obiettivo che siamo convinti possa portare a risultati e vantaggi. Dico questo nell'ottica di investitori stabili quali noi siamo, che guardano al medio e lungo periodo. Le cooperative di consumatori presenti in Finsoe hanno spalle sufficientemente robuste per fare la loro parte, senza che ciò comporti distrazioni rispetto alla nostra attività caratteri-

«L'interesse delle cooperative a un'eventuale acquisizione di Fondiaria-Sai da parte di Unipol ha motivazioni di natura industriale e non speculative o finanziarie. Salvare un'importante impresa

stica e alla capacità di offrire convenienza ai soci e alle famiglie». Sono questi i punti chiave del pensiero di Marco Pedroni, presidente di Coop Consumatori Nordest ma, in questo caso, presidente di Finsoe, la finanziaria dell'economia sociale che a sua volta detiene il 51 per cento circa di Unipol. La complessa vicenda Unipol-Fonsai è aperta ormai da qualche mese e su di essa sono chiamate a pronunciarsi diverse autorità di controllo. Ma, pur tenendo conto di modifiche che il progetto potrebbe ancora subire, con Pedroni abbiamo provato (in base alla situazione nota al 16 marzo, ndr) a capire le motivazioni sulla base delle quali le cooperative coinvolte hanno ragionato intorno a un progetto di acquisizione così impegnativo.

Cominciamo con lo spiegare ai soci Coop che ci leggono perché quest'operazione è stata ritenuta un'occasione da cogliere.

«Va fatta una premessa. Unipol è nata quasi 50 anni fa proprio per volontà della cooperazione, nella convinzione che offrire polizze alle famiglie fosse una attività pienamente coerente con la nostra missione mutualistica. Dunque, per noi, valutare uno sviluppo in questo settore non può essere considerata una novità. A questo va aggiunto che non stiamo parlando di una normale operazione di mercato, ma del salvataggio di una grande impresa italiana, che ha quasi un secolo di vita, che ha milioni di clienti, migliaia di dipendenti, agenti e piccoli azionisti. Prima dell'intervento di Unipol questo gruppo sembrava avviato alla liquidazione. In questo caso non credo che verrebbero difesi al meglio gli interessi di tutte le famiglie coinvolte e degli operatori. E che si tratti di un salvataggio mi pare sia evidente anche dagli atti delle autorità di vigilanza e controllo».

Nel frattempo è spuntata un'offerta alternativa a quella di Unipol...

«L'iniziativa di Palladio ricalca per certi aspetti quella di Unipol e non prevede OPA, con la debolezza di non

## Carta d'identità di Unipol

Unipol è tra i primi gruppi assicurativi con circa 4mila dipendenti e una raccolta aggregata 2010 di 8,9 miliardi di euro (di cui 4,7 nei rami "vita" e 4,2 nei rami "danni"). Il controllo del gruppo è detenuto da 41 cooperative aderenti a Legacoop attraverso Finsoe. L'89,17% delle quote di Finsoe è detenuto da cooperative. Tra queste le cooperative di consumatori da sole arrivano al 55%. A sua volta Finsoe detiene il 51% delle azioni ordinarie Unipol che è quotata in borsa (il rimanente delle azioni è sul mercato). Le cooperative di consumatori azioniste di Finsoe (direttamente o attraverso proprie società) sono: Coop Adriatica col 12,19%, Coop Estense col 9,82%, Coop Consumatori Nordest col 9,71%, Coop Liguria 6,12%, Unicoop Tirreno col 6,05%, Novacoop col 5,21%, Coop Lombardia col 3,12%.

aver chiarito, ad oggi, cosa effettivamente si vuole fare e di non avere un partner industriale-assicurativo importante. Non escludo che, durante il percorso, *Unipol* possa trovare partner interessati a investire insieme a noi. È una operazione complessa e impegnativa, che per altro ha già subito modifiche per noi positive rispetto alla prima versione, per esempio escludendo acquisti diretti e bonus alla famiglia Ligresti. Ma se non si parte dal fatto che si tratta di un salvataggio non si capisce il resto»

**Ma torniamo al merito: perché dai soci cooperativi il progetto *Fonsai* è stato giudicato interessante?**

«Perché attraverso questa fusione siamo convinti si possa creare un valore economico importante. Certo, serviranno tempo e progetti industriali adeguati, assieme a gruppi dirigenti competenti. Siamo convinti che in *Unipol* ci siano queste risorse che, nella loro autonomia, sapranno costruire questi sviluppi positivi. Ma c'è un'altra considerazione importante. Nel corso degli anni abbiamo fatto investimenti significativi in *Unipol*. Ora l'investimento aggiuntivo che dobbiamo sostenere, su un'operazione che complessivamente si aggirerà sui 2 miliardi, è nell'ordine di 300 milioni di euro di cui circa i 2/3 verranno dalle cooperative di consumo. Riteniamo che il valore che si possa creare nel tempo sia più che proporzionale all'investimento aggiuntivo richiesto. Si tratta quindi di un'operazione che, rafforzando *Unipol*, può consolidare l'insieme degli investimenti fatti dalle cooperative».

***Unipol* ha avuto risultati importanti in questi anni, ma questa considerazione non coincide con gli andamenti in borsa del titolo...**

«Noi, come cooperative, siamo investitori di lungo periodo e non guardiamo le quotazioni di borsa che oggi non rispecchiano certo il valore reale di una compagnia come *Unipol*. Solo investitori stabili, e le cooperative lo sono, possono fare questo ragionamento. Per noi è un'operazione industriale e non finanziaria».

**Operazione industriale sì, ma che richiede molte risorse, in una fase non facile per le imprese.**

«L'operazione richiede una quantità consistente di risorse, comunque neanche lontanamente paragonabile a quelle utilizzate per operazioni analoghe fatte prima dell'esplosione della

crisi. Ricordo poi che le cooperative contribuiranno solo in parte, poiché interverranno anche altri soggetti sul mercato».

**Per i soci delle cooperative che aderiranno all'operazione, a maggior ragione in una fase di crisi come questa, è importante sapere che le cooperative continueranno a concentrarsi sulla gestione caratteristica e sul garantire la massima convenienza.**

«Le cooperative di consumo sono tra le imprese più patrimonializzate in assoluto, grazie al fatto che gli utili nell'arco degli anni sono sempre stati reinvestiti in cooperativa. Dunque abbiamo spalle robuste e per questo siamo in grado di far fronte alle esigenze che abbiamo davanti a noi. E non c'è dubbio alcuno che le politiche di convenienza restano per noi fondamentali e continueremo a praticarle con la massima determinazione». ■

## Il piano per salvare Fondiaria-Sai

*Fondiaria-Sai* è uno dei più importanti gruppi assicurativi italiani, da anni sotto il controllo della famiglia Ligresti attraverso la società *Premafin* che detiene il 35% delle azioni. Un altro 6,9% è controllato da *Unicredit*, mentre il 58,4% è sul mercato borsistico. Negli ultimi anni *Fondiaria-Sai* ha registrato sempre più consistenti perdite (211 milioni nel 2010, saliti a oltre 1 miliardo e 100 milioni nel 2011 a causa delle correzioni delle perdite anche di anni precedenti) per cui il gruppo, che ha 8 milioni di assicurati e 8mila dipendenti, si trova da mesi sull'orlo del fallimento.

Sul progetto di salvataggio messo a punto da banche creditrici e *Unipol* dovranno via via pronunciarsi le diverse autorità di controllo (*Consob* per la borsa, *Isvap* che vigila sulle imprese assicurative e *Antitrust* sulle quote di mercato). Al momento in cui scriviamo il progetto incentrato su *Unipol*, prevede in sintesi che *Premafin* attivi un aumento di capitale da 400 milioni di euro riservato ad *Unipol*. Con le risorse apportate da *Unipol*, *Premafin* partecipa all'aumento di capitale di 1,1 miliardi di *Fonsai*. *Unipol* dal canto suo darà vita ad un analogo aumento di capitale che, come spiegato nell'intervista da Marco Pedroni coinvolgerà anche la sua controllante *Finsoe*.

Una volta stabiliti adeguati parametri di garanzia e patrimonializzazione dei diversi soggetti, si procederà a una maxifusione che darà vita ad un unico grande gruppo assicurativo, guidato da *Unipol*, da quasi 20 miliardi di premi. Ovviamente sarà coinvolto un consorzio di banche finanziarie (con in prima fila *Mediobanca* e *Unicredit*) che potrebbero anche divenire partner dell'operazione.



# Pietra preziosa

28

**Quella posata a Lomè, capitale del Togo, per la nascita di un Centro di formazione al cooperativismo per l'Africa occidentale, intitolato a Vanda Spoto. Diario di un viaggio speciale.**

**Massimo Favilli\***

Il viaggio, oltre alla cerimonia della posa della prima pietra, con la quale per tradizione si iniziano i lavori, è stata un'occasione per vedere da vicino e toccare con mano una realtà molto distante dalla nostra. Conoscere le persone, vedere i luoghi, respirarne gli odori, aiuta a comprendere meglio le realtà. Camminare su quella terra consente di portare una testimonianza vera, utile a generare quel coinvolgimento necessario per diffondere tra i nostri soci lo spirito di solidarietà e la consapevolezza di poter dare un contributo concreto per la crescita e lo sviluppo di una comunità.

## L'arrivo

Insieme a Giovanni D'Auria siamo arrivati a Lomè alle 9 di sera del 25 febbraio dopo circa 15 ore di viaggio. All'aeroporto c'era ad attenderci Isidoro, un togolese che vive da alcuni anni tra Italia e Togo, tra i fondatori di Movimento Shalom del Togo. È geometra, in Italia ha fatto esperienza presso imprese di costruzioni, è lui che seguirà i lavori del centro intitolato a Vanda. Completate le pratiche

d'ingresso, abbiamo finalmente incontrato i nostri compagni di viaggio, la delegazione Shalom italiana composta da don Andrea Cristiani, don Donato Agostinelli, il Vice Presidente di Shalom Bellarmino Bellucci e Franca, Alberto e Claudio. La cena ci ha subito fatto entrare in sintonia con i tempi africani: lenti ma allo stesso tempo preziosi, ci hanno dato l'opportunità di incontrare il gruppo Shalom del Togo e di conoscerci meglio.

La posa della prima pietra.



## La messa

La mattina sveglia alle 4 e mezza. Le strade sono già gremite di banchetti pronti per gli scambi e le vendite. Il pulmino di Shalom inizia la sua marcia tra strade sterrate verso il terreno su cui sorgerà il centro per la posa della prima pietra. Un odore acre misto di gasolio e fumi di rifiuti bruciati ci accompagna per buona parte del viaggio. Ci fermiamo alla chiesa del villaggio per la celebrazione della messa, durante la quale don Andrea e don Donato, a fianco del prete missionario francese e del parroco togolese, portano il messaggio di pace e speranza del movimento Shalom e illustrano le finalità del progetto. La chiesa è molto grande: una struttura semplice, incompleta, povera, priva di porte, di infissi, si cammina sulla sabbia. La messa dura almeno 3 ore in un susseguirsi di preghiere, cori, canti, musiche.

## L'inizio dei lavori

Il terreno nel quale sarà realizzato il centro è poco distante. Ci arriviamo a piedi attraversando qualche piccolo campo ben coltivato. L'acqua non manca, ci sono pozzi e l'irrigazione, seppure fatta a mano, consente di poter coltivare buoni frutti. Ad accoglierci i rappresentanti delle istituzioni locali e alcuni capi villaggio in mezzo a tanta gente. Siamo immersi tra le palme a poche centinaia di metri dal mare. Don Andrea e io posiamo la pietra simbolo dell'inizio dei lavori. Sul cemento fresco vengono incise queste parole: "Shalom Togo Vanda e Giacomo". Giacomo è un ragazzo morto in un incidente stradale, i cui genitori e amici, molto vicini al Movimento Shalom, hanno contribuito all'acquisto del terreno. Dopo la benedizione una piccola orchestra di percussioni intona ritmi locali e una improvvisata festiciola sancisce che i lavori sono avviati.

## Rio Beach

Sulla spiaggia c'è Rio Beach, una piccola struttura ricettiva con bar, ristorante, alcuni gazebo e vista mozzafiato sull'oceano. Il mare è profondo e difficile da affrontare, la spiaggia bella e fitta di vegetazione. Si pranza in uno dei chioschi fatti di palme intrecciate. Tra una portata

e l'altra a base di manioca, tonno, pollo, cous-cous, ho portato il saluto di Unicoop Tirreno. Intanto una piccola orchestra di percussionisti e un gruppo di donne accompagnavano i nostri discorsi con suoni, canti e balli in un'atmosfera suggestiva. Non è mancato un momento di relax, dopo tante ore, in silenzio davanti all'oceano, ascoltando solo il rumore forte del vento e del mare.

## Il muro

La mattina seguente abbiamo riesaminato "sul campo" i primi disegni relativi alle strutture da realizzare e cercato di pianificare le molte cose da fare: progetto, preventivi, quantificazione degli addetti necessari per far funzionare il centro, suddivisione delle mansioni, individuazione delle attività formative da fare, e altro ancora. Intanto due squadre di operai avevano già iniziato i lavori per la realizzazione del muro di cinta che, nel rispetto degli usi locali, è la prima importante opera da completare. Isidoro dirigeva il cantiere coordinando decine di persone, senza mai farsi mancare il sorriso, sempre disponibile a parlare con tutti. Nel frattempo arriva il camion con la sabbia, poco dopo il pietrisco. Tutti sanno cosa fare, poche parole e molta fatica.

## Il capo villaggio

Poco distante si trovano due siti, patrimonio dell'Unesco, la "casa degli schiavi" e il "pozzo degli schiavi". Due crude testimonianze di un passato nel quale proprio da quel mare partivano le navi cariche di schiavi alla volta dell'America. È in questo contesto che la nostra delegazione è stata accolta dal capo villaggio, figura che pur non avendo nessun potere istituzionale, è un riferimento per la comunità. La sua approvazione è importante per la buona immagine del nostro progetto. Sulla testa una grossa corona dorata, addosso abiti ricamati, un bastone lavora-

to nella mano, ci riceve in una stanza contornata da tende pesanti. Dietro la sua scrivania spicca una grossa foto che lo ritrae in primo piano, vicina a quella del Presidente della Repubblica e ad altri personaggi, forse suoi avi.

## In giro per la città

La mattina del terzo giorno il gruppo di *Shalom* parte per il Benin. Io e Giovanni non possiamo andare perché la sera ripartiamo. Ne approfittiamo per visitare la città. Sempre in compagnia di un amico del Togo abbiamo camminato lungo le vie del mercato principale. Tanta gente, tanti banchetti, molta merce anche se in verità mi è sembrato di vedere pochi acquirenti. Una delle immagini più belle è la figura delle donne, la maggior parte con un bambino avvolto nella veste, poggiato sulle anche, e spesso con un contenitore sulla testa, pieno d'acqua, frutta, tessuti, che resta in equilibrio come per miracolo.

Dopo una lunga marcia con l'auto, immersi nel traffico del porto, arriviamo al mercato del pesce. Pesci bellissimi, generalmente di grosse dimensioni, sono esposti nelle ceste o su un telo in attesa di essere acquistati, sotto lo sguardo attento di donne e bambini, forse mogli e figli dei pescatori. In mezzo alla moltissime barche vuote, ormeggiate, alcuni pescatori si riposano prima di riprendere il mare. Nel pomeriggio il tempo sembra scorrere lento, la voglia di fissare le immagini nella mente è forte, un ultimo sguardo al cantiere, al mare, un saluto ai nuovi amici e poi in volo. Ora inizia l'avventura. ■

*\*Direttore Politiche Sociali Unicoop Tirreno*



## Coop x Togo x Vanda

Il progetto **Coop x Togo x Vanda** è dedicato alla memoria di Vanda Spoto, consigliera di amministrazione di Unicoop Tirreno e Presidente di *Legacoop Campania*, prematuramente scomparsa.



Unicoop Tirreno e il *Movimento Shalom* hanno deciso di concentrare i loro sforzi alla periferia della capitale, Lomè, realizzando un Centro di formazione al cooperativismo per l'Africa Occidentale. Si tratta di una struttura polivalente

costituita da aule di formazione, un laboratorio per la produzione di pane, pizza e di altri prodotti gastronomici, un punto vendita dei prodotti della panetteria, una foresteria. Il Centro potrà essere utilizzato per conferenze sui temi della cooperazione internazionale, come laboratorio di formazione al lavoro e scuola di mestiere. Le attività collaterali (panetteria, pizzeria, ostello) saranno determinanti per garantire la autosostenibilità della struttura e per creare qualche posto di lavoro.

# Posto divino

30

**Per ritrovarsi proiettati in borghi con tradizioni millenarie, circondati da monumenti naturali, chiese, monasteri, ceramiche dai colori unici, basta seguire la strada del vitigno Falanghina, uno dei più rinomati del Belpaese.**

■ **Alessandra Bartali**

**S**ant'Agata dei Goti, Lorenzello e Cerreto Sannita: per la maggioranza dei lettori, scommetto, tre pallini di piccole dimensioni che potrebbero stare ovunque sulla cartina geografica dell'Italia. Meno male che esiste il *Falanghina*, uno dei vitigni più rinomati d'Italia, che dà a queste zone collinari campane il credito che meritano. In vino, infatti, non solo veritas, ma anche cultura. Basta aderire al *Falanghina Day* per ritrovarsi proiettati in borghi con tradizioni millenarie, circondati da monumenti naturali che rimandano ai romani, ai longobardi e addirittura ad Annibale.

## In odore di santità

A beneficiare della fama del *Falanghina* è soprattutto Sant'Agata dei Goti, che del vitigno ha ricevuto la denominazione *Doc*. Al primo impatto, arrivando con il pullman, si capisce subito che non è il solo fiore all'occhiello del paese, appoggiato su una propaggine di tufo come la Pitigliano grossetana.

e archeologici provenienti dall'intera diocesi, oltre ad una sezione apposita dedicata a Sant'Alfonso. Che potrebbe sembrare un santo come un altro, se non fosse che tra la lunga lista di opere letterarie e teologiche da lui redatte compare la famosissima *Tu scendi dalle stelle*. Particolare che lo fa diventare probabilmente l'autore più cantato dell'intero panorama musicale natalizio nazionale. Quando la dimensione clericale inizia a diventare claustrofobica, si può prendere fiato lasciando spaziare lo sguardo tra le colline circostanti, dove gli oliveti, le piantagioni di cereali e i vigneti fanno credere per un momento che l'uomo abbia davvero addomesticato la natura (anche se la classificazione sismica medio-alta del paese ricorda che non è così). La natura dell'economia capitalista, quella sì, è stata davvero domata dall'uomo campanus: secondo un'indagine dell'Università "Federico II" di Napoli, infatti, le vendite di vini locali si concentrano entro i confini regionali, dove rimane il 70 per cento delle bottiglie destinate ai consumi domestici. In barba alla globalizzazione.

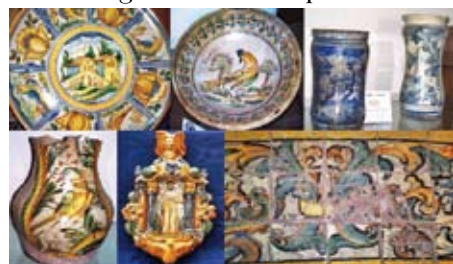
## Nel blu dipinto di blu

A pochi chilometri da Sant'Agata, i paesi di San Lorenzello e Cerreto Sannita hanno la stessa matrice religiosa, surclassata però dal vero *leitmotiv* del territorio, che da secoli è la ceramica. La cui denominazione di origine controllata non ha niente da invidiare al vino, visto che, oltre ad essere riconosciuta dal Ministero dell'Industria, del Commercio e dell'Artigianato come "opera artistica



CHICAP

Il chilometro scarso in cui si snoda il centro storico è colmo di esempi di architettura religiosa. Chiese, monasteri, un palazzo episcopale e tante vestigia archeologiche di epoca romana, inserite nelle facciate delle abitazioni, testimoniano l'impronta religiosa del borgo. Anche l'unico museo, per rimanere in tema, raccoglie reperti artistici



**Info** [www.mon-dovivo.it](http://www.mon-dovivo.it); Numero verde turismo di Unicoop Tirreno: **800778114**.

e tradizionale”, dal 2001 la produzione è regolata da un disciplinare approvato dal Consiglio nazionale ceramico, dove sono elencate minuziosamente le caratteristiche dei prodotti locali. Non pensate di poter dire di avere un servito di piatti di San Lorenzello e Cerreto, se questi non hanno il doppio bordo scanalato con una misura media di 23-24 cm. Anche le decorazioni e i colori sono “brevetati”: dimostrazione che da queste parti si fa sul serio, basti pensare che nella gamma cromatica di vasi da farmacia e acquasantiere esiste anche il blu Cerreto. Oltre alla ceramica e all'architettura religiosa, San Lorenzello si identifica con i dinosauri. Anche se porta anch'esso il nome di un santo (Sebastiano), un parco tematico racconta la preistoria meglio di qualsiasi sussidiario: in 10mila metri quadrati sono, infatti, dislocate 15 ricostruzioni di dinosauri in scala 1:1, dal mitico *Tyrannosaurus Rex*, che con la sua formidabile dentatura e i possenti muscoli del collo e della bocca staccava fino a 100 kg di carne con un solo morso, all'ultimo animale della specie in ordine di scoperta, lo *Scipionyx Samniticus*, amabilmente soprannominato *Ciro* (siamo pur sempre in provincia di Benevento).



ADAM91

## Forme d'arte

A Cerreto, invece, dopo il classico tour tra brocche e mattonelle *Doc* si consiglia di immergersi nella natura. Che non si esaurisce in bei paesaggi da utilizzare come scenografia ideale per la foto del giorno, visto che qui ha saputo far dialogare i suoi elementi dando luogo a bizzarre creazioni naturali. È così che, se si cammina tra le colline intorno al paese, può capitare di imbattersi in una leonessa di pietra, nata dall'opera millenaria degli agenti atmosferici su un blocco di calcare. Il ventre della leonessa è una grotta abitata fin dal Neolitico e trasformata in chiesa dai Longobardi. Una volta allenato l'occhio, soprattutto nella contrada Cese, non sarà dif-

## Falanghina day

Partenze in pullman GT da Roma Laurentino il **22 aprile**, da Pomezia e Tor Vaianica il **6 maggio**, da Aprilia il **13 maggio** e infine da Genzano il **27 maggio** per il **Falanghina day**. Destinazione Sant'Agata dei Goti, visita guidata della città antica e, a seguire, San Lorenzello e/o Cerreto Sannita famosi per la produzione delle ceramiche artistiche. Altra visita guidata, ma con degustazione in azienda agricola produttrice di *Falanghina*. Pranzo in agriturismo *Fattoria Ciabrelli* a base di prodotti tipici, bevande incluse. Prezzo a persona da 35 a 40 euro, secondo gli itinerari, riservato ai soci e ai loro familiari.

Info e prenotazioni: Numero Verde Turismo Unicoop Tirreno 800.778114 - [www.mondovivo.it](http://www.mondovivo.it)

ficile scovare forme umane o animali in molte delle rocce che intervallano le lunghe distese di prati, come dimostrano i picchi calcarei (alti fino a cento metri) del complesso roccioso delle Ripe del Corvo.

Nei dintorni di Cerreto si può anche “solo” godere la natura. Uno dei modi migliori per farlo sono le **Forre del Titerno**, gole profonde fino a 20 metri scavate dall'opera corrosiva del fiume che, pare, porta il nome di Tito, figlio del condottiero Annibale qui morto annegato. Il generale cartaginese, infatti, sarebbe passato da queste parti durante la seconda guerra punica, con tanto di elefanti al seguito. A questo si deve il nome del Ponte di Annibale, tra Cerreto e Cusano. Ha l'aria un po' malmessa, ma se ha retto gli elefanti africani reggerà anche voi. ■



ADAM91

# LA CONVENIENZA A MISURA DI SOCIO



## COOP È LA TUA ALLEATA CONTRO IL CAROVITA.

Ti garantisce ogni giorno il risparmio che cerchi, proponendoti tante possibilità:

- offerte per tutti i consumatori
- offerte riservate esclusivamente ai Soci
- prodotti che i Soci possono acquistare utilizzando i punti
- premi del catalogo, che i Soci possono richiedere utilizzando i punti.

All'interno delle promozioni, oltre a tanti prodotti di marca, grande rilevanza è data ai prodotti a Marchio Coop, da sempre simbolo di qualità, risparmio, attenzione alla scelta delle materie prime e all'ambiente. Oltre che nei volantini commerciali, tante offerte - su prodotti a Marchio Coop e di altre marche - li puoi trovare segnalati nei nostri punti vendita.

Clicca su **[www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it)** e scopri tutte le offerte: buona spesa, e buona convenienza.

Le offerte per i Soci si intendono valide solo per i Soci Unicoop Tirreno.



DALL'1 AL 15 APRILE.

**MASSIMO 10 conf.**  
PER OGNI CARTA



**SUINO ARISTA SENZ'OSSO A TRANCI**  
il kg

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 9,90

sconto **30%**  
alla cassa

**€ 6,93**



**ANANAS EXTRASWEET**  
ORIGINE COSTA RICA  
il kg

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 1,39

sconto **40%**  
alla cassa

**€ 0,83**

**MASSIMO 6 conf.**  
PER OGNI CARTA



**FIORDILATTE VALLELATA GALBANI**  
200 g x 4

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 7,80

sconto **35%**

**€ 5,07**  
il kg € 6,34

**MASSIMO 6 pezzi**  
PER OGNI CARTA



sconto **40%**

**SALMONE SCOZZESE AFFUMICATO RIUNIONE**  
fetta lunga - 200 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 10,90

**€ 6,54**  
il kg € 32,70

**MASSIMO 5 conf.**  
PER OGNI CARTA TRA I DUE GUSTI



**SACCOTTINO MULINO BIANCO**  
con confettura di albicocca/  
con crema cacao  
conf. x 16 - 672 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 4,45

**€ 2,99**  
il kg € 4,45

**MASSIMO 4 conf.**  
PER OGNI CARTA



**BIRRA HEINEKEN**  
33 cl x 6

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 1,76

**€ 3,49**  
il litro € 1,76

APPARECCHI ELETTROMICEDICALI MEDIFIT

MISURATORE DI PRESSIONE DA BRACCIO - Mod. MD-505

- 90 memorie misurazioni
- Misura sistolica e diastolica mmhg
- Misura pulsazioni minuto
- 4 batterie AA incluse
- Indicatore batterie scariche

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 29,90**

INALATORE - Mod. MD-517

- Tecnologia a pistone
- Pressione in bar 35~45psi
- Portata aria 6 l/minuto
- Rumorosità inferiore a 60dBa

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 29,90**

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA

TERMOMETRO ELETTRONICO Mod. MD-537

- Tecnologia infrarossi
- Frontale
- Rileva la temperatura in 1 secondo
- 8 memorie misurazioni
- Spegnimento automatico

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 19,90**

ARREDAMENTO DA GIARDINO IN LEGNO DI ACACIA FSC



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



SEDIA PIEGHEVOLE

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 24,90**

TAVOLO OVALE ESTENSIBILE 160/220 x 100 x h 75 cm

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 119,00**

# A MISURA DI SOCIO.

ni prodotti in offerta speciale.  
OCI UNICOOP TIRRENO.

**ipercoop** DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

**DAL 16 AL 30 APRILE.**



**MASSIMO 10**  
conf.  
PER OGNI CARTA

**SUINO GRIGLIATA MISTA**  
il kg

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

sconto **30%**  
alla cassa  
per i non soci € 8,40  
**€ 5,88**



**SCELTO DAI SOCI**  
SCELTO DAI SOCI

**PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

sconto **40%**  
alla cassa  
**ASPARAGI**  
1,5 kg ca. - il kg



**MASSIMO 6**  
conf.  
PER OGNI CARTA

**LATTE UHT PARZIALMENTE SCREMATO GRANAROLO**

1 litro x 4

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

per i non soci € 4,50

sconto **40%**  
**€ 2,70**  
il litro € 0,68



**CONDIS SCOGLIO ARBI**  
classico/al pomodoro  
450 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 2,49**

il kg € 5,53

**MASSIMO 5**  
pezzi  
PER OGNI CARTA  
TRA I DUE GUSTI



**SINGOLO**  
lenzuolo sopra - 160 x 280 cm  
lenzuolo con angoli - 90 x 200 cm  
federa

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 22,00**

**COMPLETO LETTO CALEFFI**

1 PIAZZA E MEZZO  
lenzuolo sopra - 190 x 280 cm  
lenzuolo con angoli - 130 x 200 cm  
federa

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 26,00**



QUESTO PRODOTTO  
NON È DISPONIBILE  
IN ALCUNI PUNTI  
VENDITA  
**ipercoop**

**MATRIMONIALE**  
lenzuolo sopra - 240 x 280 cm  
lenzuolo con angoli - 180 x 200 cm  
2 federe

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 32,00**

**FILETTI DI TONNO ALL'OLIO DI OLIVA AS DO MAR**  
250 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 3,99**

il kg € 15,96



**MASSIMO 10**  
pezzi  
PER OGNI CARTA



**MASSIMO 2**  
conf.  
PER OGNI CARTA  
TRA I VARI TIPI

**DASH LAVATRICE**  
vari tipi - liquido  
66 lavaggi - 2,409 litri x 2

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 12,90**

il litro € 2,68



**3 x 3 METRI**

**GAZEBO CON CAMINO E TELI LATERALI ISOLA**

8 stecche in metallo nero  
copertura in poly 180 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**€ 79,00**

QUESTO PRODOTTO  
NON È DISPONIBILE  
IN ALCUNI PUNTI  
VENDITA  
**ipercoop**

socio**coop**

Unicoop Tirreno

# SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO: PUNTI COLLEZIONAMENTO SE LI SPENDI QUI, VALGONO DOPPIO.

Se acquisti uno di questi prodotti, ogni 100 punti avrai uno sconto di 2 € anziché di 1. Approfittane subito.

DALL'1 AL 30 APRILE.

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

**coop incoop ipercoop**

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

I prodotti non alimentari possono non essere disponibili in alcuni punti vendita // **coop**



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 8,90**  
+ 100 punti  
oppure  
**€ 10,90**  
il kg € 13,63

MASSIMO 5 pezzi PER OGNI CARTA

**SCAMPI INTERI LAESO**  
13/16 - 800 g



MASSIMO 6 conf. PER OGNI CARTA

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 3,75**  
+ 50 punti  
oppure  
**€ 4,75**  
il kg € 1,13

**PASSATA DI POMODORO MUTTI**  
700 g x 6



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA // **coop**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 14,00**  
+ 400 punti  
oppure  
**€ 22,00**

**ACCAPPATOIO IN MICROSPUGNA CON CAPPUCCIO UOMO/DONNA FREE CALEFFI**  
colori: arancio/lilla/avorio/blu



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA // **coop**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 69,00**  
+ 1000 punti  
oppure  
**€ 89,00**

**SCARPA UOMO TIMBERLAND**  
Mod. BARCA  
colori: moro/burgundy

## LE OFFERTE SENZA PUNTI

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA // **coop**



**SALOTTINO EASY WICKER**

COMPOSTO DA:  
2 poltrone - 62 x 71 x h 76 cm  
+ divano - 114 x 71 x h 76 cm  
+ tavolino - 80 x 75 x h 38 cm

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 229,00**

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA // **coop**

- Contrasto 100.000:1
- Connessioni: Scart, AV, Component, VGA, USB, uscita cuffia

**TV LCD PHILIPS**  
Mod. 26PFL3606H/12

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 239,00**

CLASSE **C**

47 cm  
18 cm  
65 cm

LCD 26"

HD ready

DVB-T TERRESTRIAL HD CI+

HDMI HIGH DEFINITION MULTIMEDIA INTERFACE



CONVERSIONE 2D → 3D

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA // **coop**

PLASMA 43"

HD ready

DVB-T TERRESTRIAL CI+

3 USCITE HDMI HIGH DEFINITION MULTIMEDIA INTERFACE

70 cm  
30 cm  
111 cm

**TV PLASMA SAMSUNG**  
Mod. PS43D490

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 469,00**

- Contrasto mega dinamico 600 Hz
- Audio stereo 2x10 W
- Connessioni: AV, VGA, Component, USB

# SOLO PER TE

Dal 1 aprile 2012 al 28 Febbraio 2013



**La carta che da valore  
alla tua spesa**

SPENDI E ACCUMULA PUNTI CON LA  
GUIDA DEI VANTAGGI DEDICATA AI  
SOCI UNICOOP TIRRENO

PER I SOCI COOP LA QUALITÀ È  
GARANTITA



ACCUMULA



SPENDI

**coop**  
Unicoop Tirreno



# SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2012-2013  
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

[www.catalogosoci.unicooptirreno.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.com)



## Metti in Valigia la Leggerezza, la Resistenza e il Design Italiano

All'avanguardia nella progettazione di prodotti da viaggio e di uso quotidiano il marchio RV RONCATO presta da sempre una particolare attenzione alle esigenze dei consumatori e al rapporto qualità/prezzo. Cura dei dettagli e design, ricerca continua e tecnologie innovative, la qualità per il marchio RV RONCATO rappresenta non solo un valore, ma un modus operandi che da generazioni guida tutta l'attività della valigeria, testimoniato dalla produzione Made in Italy e dalla certificazione ISO 9001.

**Premi validi solo nei mesi indicati e disponibili fino ad esaurimento scorte**



## APRILE

**Ombrello open-close  
3 sezioni**

prezzo per i soci  
15,00 € oppure

**300** punti  
**+ 7,50 €**

**PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO  
CONSIGLIATO DA RONCATO  
18,00 €**

- diametro 90 cm
- 29 x 6 cm





# SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2012-2013  
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

[www.catalogosoci.unicooptirreno.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.com)



## APRILE

### Shopper linea LIFE

• 38 x 33 x 14 cm



prezzo per i soci  
25,00 € oppure

**400 punti**

**+ 12,50 €**

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO  
CONSIGLIATO DA RONCATO  
35,00 €



## DA APRILE A GIUGNO SOLO SU PRENOTAZIONE

### Trolley medio 4 ruote linea UNO SL

• 48 x 71 x 26 cm



prezzo per i soci  
160,00 € oppure

**2000 punti**

**+ 120,00 €**

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO  
CONSIGLIATO DA RONCATO  
189,00 €

Roncato UNO SL è la punta di diamante dei prodotti Roncato. Un concept innovativo, progettato e realizzato interamente in Italia. Si tratta di un trolley in grado di unire la leggerezza e l'elasticità del policarbonato alla sicurezza delle chiusure in polipropilene. Roncato UNO SL è l'unico trolley al mondo realizzato in Italia con policarbonato che anziché chiudersi con una normale cerniera, utilizza un sistema di chiusure a chiave dotate di funzione TSA come richiesto per i viaggi in USA. Attrezzato con tre maniglie di servizio, due o quattro ruote per agevolare il trasporto, e una maniglia traino con "push button".



MADE IN  
ITALY

## MAGGIO

- Borsone trolley  
linea LIFE
- Shopper pieghevole



## GIUGNO

- Zaino trolley  
porta PC  
linea LIFE
- Trolley cabina  
2 ruote  
linea UNO SL



SOLO PER TE, LO TROVI ANCHE ONLINE  
GRAZIE AL QR-CODE IL CATALOGO DIVENTA INTERATTIVO



Il software per utilizzare questo codice può essere scaricato gratuitamente collegandosi al sito [www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it). I costi di connessione alle pagine accedute tramite il QR-code dipendono dai piani tariffari attivi sul cellulare.

INIZIA A NAVIGARE NEL NUOVO CATALOGO SOLO PER TE 2012-13 UTILIZZANDO IL QR-CODE QUI A FIANCO E SALVA L'INDIRIZZO TRA I TUOI PREFERITI: POTRAI RIPRENDERE E A APPROFONDIRE LA NAVIGAZIONE QUANDO E DOVE VUOI.



**CATALOGO SOCI**  
UNICOOP TIRRENO

Numero Verde  
800-861081

Per informazioni:

[www.catalogosoci.unicooptirreno.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.com)  
[www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it)

Numero verde Attivo e gratuito da telefono fisso: dal lunedì al venerdì, dalle 9.00 alle 18.00 Sabato, dalle 9.00 alle 13.00

**coop**  
Unicoop Tirreno

# Colori d'autore

Dal 10 aprile la nuova  
collezione di piatti,  
bicchieri e coppette  
in vetro colorato  
realizzati da IVV.

32

Barbara  
Sordini

Una collezione tira l'altra. E adesso ad arricchire le tavole di soci e clienti di Unicoop Tirreno ecco che arrivano piatti, bicchieri e coppette in cinque colori diversi realizzati dalla IVV, l'Industria Vetraia Valdarnese rinomata in tutta Europa per la produzione del vetro soffiato e fatto a mano. Una serie di premi da collezionare di grande stile e design, oltreché in materiale di qualità, dal momento che alla IVV coniugano le tecniche di tradizione artigiana con il controllo dei processi di produzione per dare vita a oggetti che reinterpretano lo spazio e la tavola. In più dal momento della sua fondazione nel 1952, la IVV dedica particolare attenzione alla propria responsabilità sociale ed etica, impegnandosi al massimo rispetto dell'ambiente e della sicurezza delle persone.

## A conti fatti

Dal 10 aprile all'11 luglio a ogni cliente di ciascun negozio di tutta la rete Unicoop Tirreno, ogni 15 euro di spesa verrà consegnato un bollino da applicare in modo adesivo su una scheda. I conti sono presto fatti: per il set dei due bicchieri dovranno essere colle-



zionati 15 bollini con l'aggiunta di 4,50 euro; per le due coppette colorate 20 bollini più 4 euro; per il piatto colorato, raffinato e capiente, sempre 20 bollini più 3,50 euro.

Ma non finisce qui. Per completare il servizio sono in vendita altri oggetti, in esclusiva per Unicoop Tirreno con uno sconto del 30

per cento: il bolo colorato, in vendita nei negozi al prezzo di 40 euro, si trova per questa collezione al prezzo esclusivo di 28 euro oppure 18 euro più 500 punti della carta fedeltà per i soci; anche la caraffa, in vendita al prezzo di 24 euro, può essere acquistata invece a 18,80 euro oppure a 10 euro più 400 punti; infine un elegante vassoio (nei negozi al prezzo di 17,50 euro) a 12,25 euro oppure a 6 euro più 300 punti.

## A scopo umanitario

Anche per questo nuovo collezionamento, la Cooperativa ha deciso di sostenere un progetto umanitario: per ogni premio ritirato sarà, infatti, devoluto un contributo al nuovo progetto sostenuto da Unicoop Tirreno insieme al Movimento Shalom in Togo, per la costruzione di una Scuola di formazione alla cooperazione che dovrà divenire punto di riferimento per tutta l'Africa Occidentale, dedicata a Vanda Spoto, la consigliera di amministrazione di Unicoop Tirreno recentemente scomparsa. ■

## Campania a raccolta

Dopo il grande successo in Toscana e Lazio parte in Campania la raccolta "Il giro del mondo in 180 figurine".

"Il giro del mondo in 180 figurine" arriva anche in Campania. Dopo il successo nelle altre regioni, dal 19 marzo al 28 aprile, l'album del Wwf sarà in

vendita negli IperCoop di Afragola, Quarto, Avelino e al superstore di Napoli via Arenaccia. Soci e clienti potranno acquistarlo al prezzo di 1,90 euro e dare il via alla raccolta delle figurine di animali in pericolo di estinzione consegnate, nello stesso periodo, alle casse: un pacchetto ogni 10 euro di spesa. Il ricavato della vendita dell'album andrà al centro Wwf di Semproniano (GR) che accoglie e cura centinaia di animali esotici e non, vittime di bracconaggio, commercio illegale, caccia. **B.R.**



# Dentro e fuori

■ Beatrice Ramazzotti

Tra colori e macchine fotografiche continua la collaborazione tra Unicoop Tirreno e la sezione femminile del carcere di Rebibbia.

**B**orse decorate e fotografie. Il rapporto tra Unicoop Tirreno e il carcere romano di Rebibbia viaggia sui binari della creatività e coinvolge soci e punti vendita per far conoscere a più persone possibili la realtà di chi vive dietro le sbarre. Il 16 e 17 marzo scorso in tutti i Super e IperCoop del Lazio (40 punti vendita in tutto, di cui sette a Roma) sono state vendute oltre 3mila borse di cotone decorate dalle detenute allieve del laboratorio d'arte organizzato dal Liceo Artistico Roma2. Un'idea a cui soci e dipendenti hanno partecipato con entusiasmo, tenendo presidi nei negozi e raccogliendo le offerte dei clienti che poi sono state interamente donate alle detenute. L'iniziativa è stata chiamata *Donne dentro e fuori* proprio a sottolineare il desiderio di portare all'esterno del carcere un messaggio, l'esperienza, la vena creativa di chi dentro sconta la sua pena.

## Foto di gruppo

Ora tocca al mondo della fotografia. Tre mesi fa Unicoop Tirreno ha fornito dieci macchine digitali alla sezione femminile di Rebibbia, dove la fotografa Antonella Di Girolamo ha iniziato un corso base con una quindicina di detenute. Il tema era il lavoro. Le corsiste hanno fotografato le altre donne impegnate nelle loro mansioni quotidiane: cucina, lavanderia, orto, pulizia ecc. Le foto – tantissime e di

alta qualità – saranno selezionate e trasformate in una mostra itinerante e utilizzate per la produzione di materiale di comunicazione. Il filo che unisce questi progetti è sempre lo stesso: un entusiasmo contagioso, ma dietro ci sono soprattutto le persone che lavorano con le detenute. Il loro è un mestiere delicato che non si conclude certo finendo il turno di lavoro. Marisa Antonacci, una delle insegnanti del laboratorio artistico, ha commosso tutti durante la conferenza stampa del 9 marzo a Roma per la presentazione delle borse. «Le donne che entrano in carcere arrivano già depresse, sono vittime della società. Sudamericane, italiane, russe, africane. Con loro il nostro è un lavoro ancora più faticoso e impegnativo, ma abbiamo trovato un linguaggio internazionale e unico per tutte, in grado spesso di portarle altrove: il linguaggio dell'arte». ■



## Dato di fatto

**Si riconferma alta la partecipazione dei soci alle Assemblee Autonome delle Sezioni con interventi al dibattito sul ruolo centrale della Cooperativa.**

Il dato 2012 sul numero delle presenze alle assemblee delle Sezioni soci, che si sono svolte dal 13 al 24 febbraio, è in linea con quello dello scorso anno; i soci partecipanti alle riunioni di presentazione del Bilancio preventivo e del

programma annuale delle Politiche Sociali hanno raggiunto quota 6.408. Dai diversi territori in cui si sono svolte le assemblee sono arrivati dei messaggi ben precisi grazie ai numerosi interventi al dibattito da parte di soci che rispetto agli altri anni hanno alzato il livello di qualità dei temi trattati. Sono, infatti, diminuite le lamentele riguardanti i punti vendita (file alle casse, cortesia...) mentre la maggior parte degli interventi ha riguardato il ruolo centrale che deve svolgere la Cooperativa, vista come punto di riferimento, in questo particolare momento critico, e come intende muoversi a vantaggio dei propri soci che, sempre come si evince dagli interventi, vogliono partecipare alle strategie aziendali.

## Cecina (LI)

dal 5 aprile

Continua ad aprile la rassegna cinematografica "Proiettati sul mondo" presso il cinema multisala Sala Tirreno di Cecina, tutti i giovedì alle ore 21: 5 aprile "Albert Nobbs" di Rodrigo Garcia; 12 "Un giorno questo dolore ti sarà utile" di Roberto Faenza; 19 "Tomboy" di Céline Sciamma; 26 "The Help" di Tate Taylor. Biglietto 3 euro; non soci 4.

## Civitavecchia (RM)

dal 10 aprile

Dal 10 aprile al 26 giugno, in collaborazione con l'Auser di Civitavecchia, Unicoop Tirreno organizza incontri settimanali per l'avvio alla conoscenza della lingua inglese ogni martedì dalle ore 17 alle 19, presso la sede del Comitato soci in loc. Boccelle. Quota di iscrizione 25 euro; iscrizioni presso l'Auser di Civitavecchia dal lunedì al venerdì ore 10,30-12 e 16,30-18,30.

28 aprile

In collaborazione con l'ASD *Civitavecchia Volley* e l'Associazione *Volontari Ospedalieri A.V.O.* la Sezione soci locale organizza la manifestazione di minivolley "Santa Fermina sotto rete" il 28 aprile dalle ore 9 alle 12,30 nel parcheggio del supermercato Coop di Civitavecchia.

## Roma

dall'11 aprile

Nell'ambito dell'iniziativa "Risparmiare Energia si può" l'11 aprile alle ore 17 saranno presentati presso la Biblioteca *Liber* del supermercato di Roma Laurentino alcuni "Accorgimenti e consigli domestici utili", a cura di Maurizio Parisi.

fino al 16 aprile

Prosegue fino al 16 aprile nella sede del Comitato soci di via Bettini a Roma dalle ore 17,30 alle 19,30 il laboratorio di Riciclo Creativo per la realizzazione di oggetti artigianali eco-sostenibili.

27 aprile

Alla Biblioteca *Liber* del supermercato di Roma Laurentino, il 27 aprile alle ore 17,30 sarà presentato il libro "Il bello della diretta. Produrre contenuti per la Tv" di Elio Matarazzo con la proiezione del video "Viaggio nella memoria televisiva delle Rai" di Giancarlo Governi e Barbara Scaramucci.

entro 31 aprile

La Sezione soci di Roma Laurentino promuove il festival della scrittura del Municipio XII Eur riservato ai cittadini residenti nello stesso municipio di età compresa tra i 16 e i 30 anni che possono presentare entro il 31 maggio 2012 presso lo spazio soci - Biblioteca *Liber* di Roma Laurentino 1 o 2 opere in lingua italiana a scelta tra poesia, racconto o canzone. Le opere pervenute saranno valutate entro il 31 luglio e dal 1 ottobre saranno promosse letture pubbliche da parte degli autori e da personalità del mondo della cultura.

## Venturina (LI)

19 aprile

Ultimo appuntamento il 19 aprile con "Il coraggio e l'impegno", la serie di incontri sul tema della legalità e dell'educazione alla cittadinanza promossi per gli studenti dell'*Unitre* dal Comitato soci di Venturina. Alle ore 17 presso la saletta *Bic*, Maurizio Pascucci e Anna Mencarelli presentano "I Sapori di legalità, il progetto sociale delle terre confiscate alla mafie". Seguirà degustazione di prodotti della cooperativa *Lavoro e non solo*.

## Incontri

dall'11 aprile

Una serie di incontri con soci e consumatori sui temi della corretta alimentazione, della spesa consapevole, delle tradizioni e tipicità gastronomiche. Alle ore 17.

**Viareggio** 11 aprile, Sala soci "La dieta mediterranea"; 18 aprile, Sala soci "Cibo, movimento e benessere: una questione di stile"; 20 aprile, punto vendita "Acquisti consapevoli".

**Piombino Salivoli** 13 aprile, ore 18, negozio o Sala soci "Alimentazione e generazioni"; 20 aprile, negozio o Sala soci "Conservazione e sicurezza degli alimenti a casa nostra".

**Rosignano** 13 aprile, Sala soci "Valorizzare la tipicità"; 20 aprile, Sala soci "Buono come il pane".

## Buffalo tour

È in programma per domenica 15 aprile il "Buffalo Tour", un viaggio nel casertano in offerta speciale per i soci Coop. Partenza alle ore 7 dal parcheggio Coop di Velletri; visita guidata degli allevamenti bufalini dell'Azienda cooperativa "La Baronina" dove si produce la celebre mozzarella, degustazione di vino presso la cooperativa dei produttori dell'antico vitigno "Il Casavecchia"; pranzo presso l'agriturismo "Le Fontanelle" di Pontelatone. Nel pomeriggio trasferimento a Caserta per la visita del Belvedere di San Leucio (patrimonio dell'Unesco) e del Museo della Seta. Prezzo a persona 44 euro.

**Info** tel. 3396015110; 3335411764 [www.mondovivo.it](http://www.mondovivo.it), numero verde 800778114, in collaborazione con Itc.

Per lo **Scelto dai soci** di aprile un prodotto fresco di stagione: una cassetta di asparagi da 1,5 kg in vendita dal 15 al 30 aprile con uno sconto del 40 per cento in esclusiva per i soci Unicoop Tirreno. Gli asparagi in offerta si trovano nel reparto ortofrutta evidenziati dal cartellino con il timbro rosso dello Scelto dai soci.



## VIAGGI COMITIVA SOCI

# BOLSENA

28 aprile 1° maggio 2012 (3 NOTTI / 4 GIORNI)

prezzo speciale Soci COOP € 280,00

bambini sotto 6 anni gratis (in loco pasti a consumo)

### sabato 28 aprile – Bolsena e tour rinascimentale

Arrivo con mezzi propri all'Azienda Agrituristica La Riserva Montebello. L'antica struttura è incastonata tra i monti Volsini sul versante che guarda ad ovest, sul grande panorama del Lago di Bolsena. Tutto intorno è circondato da boschi e ovunque domina il verde della vegetazione. Check in e pranzo libero. Nel primo pomeriggio "Tour Rinascimentale", partenza dall'agriturismo con mini-bus, per Bomarzo e visita del magnifico "Parco dei Mostri", proseguimento per Bagnai per ammirare Villa Lante della Rovere, al termine, visita di Civita di Bagnoregio. Rientro in agriturismo, cena.

### domenica 29 aprile – Bolsena e tour etrusco

Prima colazione e partenza con mini-bus per Bolsena, visita al Museo Etrusco Romano, il Castello di Cervara della Monaldesca, le Catacombe della Basilica di Santa Maria Cristina e gli scavi etrusco-romani dell'antica Volsinii. Proseguimento per Tuscania e visita libera delle cattedrali gotico-bizantine e del museo comunale etrusco. Al termine, visita di Tarquinia col suo affascinante Museo Nazionale etrusco e le sue tombe policrome. Pranzo e pomeriggio libero. Rientro in Agriturismo, cena.

### lunedì 30 aprile – Bolsena, il lago

Prima colazione, giornata interamente dedicata al tempo libero e al relax. Escursione facoltativa al lago con microcicla (da pagarsi in loco-vedi prezzi da programma dettagliato). In serata, rientro in hotel, cena d'arrivederci con musica dal vivo.

### martedì 1° maggio – Rientro

Prima colazione, Check out entro ore 11.00. Rientro a casa



# SORRENTO, CASERTA E NAPOLI WITH LOVE!

20-25 aprile 2012 (5 NOTTI / 6 GIORNI)

prezzo speciale Soci COOP € 490,00

### venerdì 20 aprile

Ritrovo dei partecipanti nel luogo prestabilito, sistemazione in Bus GT (compreso nella quota) e partenza per la Penisola Sorrentina. Sosta a Pompei, pranzo in ristorante. Vista con guida turistica agli Scavi Archeologici, famosi in tutto il mondo. In serata, arrivo all'Hotel Mediterraneo 4\* superior, welcome drink. Cena.

### sabato 21 aprile

Prima colazione. Partenza con nostri bus per l'escursione guidata della Costiera Amalfitana. Arrivo a Positano e proseguimento per Amalpi, visita del centro storico dominato dal Duomo di S.Andrea. Pranzo in ristorante. Trasferimento a Ravello, visita di Villa Rufolo e dei suoi giardini. Rientro in Hotel, cena

### domenica 22 aprile

Prima colazione. Incontro con la guida privata e walking tour di Sorrento, proseguimento in Agriturismo, dimostrazione della produzione della mozzarella, degustazione dei prodotti tipici locali. Pranzo. Trasferimento a Caserta presso l'hotel Ora City Caserta, Check in, cena.

### lunedì 23 aprile

Prima colazione. Mattina visita della Reggia di Caserta. Pranzo libero. Nel pomeriggio escursione del Belvedere di San Leucio e di Caserta Vecchia. Rientro in hotel, cena.

### martedì 24 aprile

Prima colazione. Escursione a NAPOLI. Pranzo in pizzeria con tipica pizza napoletana. Nel pomeriggio escursione facoltativa (con supplemento) al Palazzo Reale. Rientro in hotel, Cena di arrivederci

### mercoledì 25 aprile

Prima colazione. Check out, rientro a casa.



# PUGLIA OSTUNI - MAGIC VILLAGE VALTUR

31 maggio - 3 giugno 2012 (3 NOTTI / 4 GIORNI)

camera doppia, pensione completa € 220,00 a persona

bambini 2-18 anni in 3° e 4° letto € 40,00 Infant 0-2 anni in camera con 2 adulti GRATIS

Vedi i dettagli su [www.mondovivo.it](http://www.mondovivo.it) - numero verde 800 778114



in collaborazione con



## ANTEPRIMA ESTATE 2012

### MARINA DI SIBARI Calabria SIBARI GREEN VILLAGE\*\*\*\*

(8giorni/7notti-dom/dom-camere standard)

Partenza	Prezzo Socio	Prezzo Catalogo
10 giugno	€ 406,00	€ 504,00
22 luglio	€ 528,00	€ 658,00
9 settembre	€ 332,00	€ 413,00



Un Hotel Villaggio che si trova in località Marina di Sibari nel comune di Cassano allo Jonio (CS), direttamente su un'ampia e splendida spiaggia del Mar Ionio.

### MARINELLA DI CUTRO Calabria SERENÈ VILLAGE\*\*\*\*

(8giorni/7notti-dom/dom-camere standard)

Partenza	Prezzo Socio	Prezzo Catalogo
10 giugno	€ 413,00	€ 511,00
8 luglio	€ 512,00	€ 637,00
29 luglio	€ 579,00	€ 714,00
2 settembre	€ 399,00	€ 490,00



E' un Club Vacanze situato direttamente su una magnifica spiaggia del Mar Jonio, a Marinella di Cutro (Crotone)

### MARINA DI GINOSA Puglia TORRESERENA VILLAGE\*\*\*\*

(8giorni/7notti-dom/dom-camere standard)

Partenza	Prezzo Socio	Prezzo Catalogo
3 giugno	€ 339,00	€ 420,00
8 luglio	€ 526,00	€ 651,00
5 agosto	€ 701,00	€ 868,00
2 settembre	€ 399,00	€ 497,00



Un Hotel Club a Marina di Giosa (Taranto), direttamente su una spiaggia di sabbia fine, sul mar Jonio.



## SETTIMANE SPECIALI

### GEREMEAS MARACALAGONIS Sardegna CALASERENA VILLAGE\*\*\*\*

(8giorni/7notti-dom/dom-camere standard)

Partenza	Prezzo Socio	Prezzo Catalogo
17 giugno	€ 558,00	€ 693,00
15 luglio	€ 655,00	€ 805,00
29 luglio	€ 708,00	€ 875,00
26 agosto	€ 579,00	€ 714,00
9 settembre	€ 413,00	€ 511,00
16 settembre	€ 399,00	€ 490,00



È un Club Vacanze a Maracalagonis, direttamente su una delle più belle spiagge sabbiose dell'isola, fra Cagliari e Villasimius.

### LICATA Sicilia SERENUSA VILLAGE\*\*\*\*

(8giorni/7notti-dom/dom-camere standard)

Partenza	Prezzo Socio	Prezzo Catalogo
24 giugno	€ 459,00	€ 567,00
8 luglio	€ 512,00	€ 637,00
29 luglio	€ 609,00	€ 714,00
9 settembre	€ 339,00	€ 420,00



È un Club Vacanze direttamente sulla spiaggia di Licata (Agrigento), a circa 40 km dalla Valle dei Templi. Si estende su una terrazza naturale a 15 metri sul livello del mare.

Quote a persona e a settimana in camera doppia pensione completa (disponibili anche quote speciali per sistemazioni in singole, triple, quadruple secondo disponibilità)

Riduzioni bambini come da catalogo Bluserena 2012

Tessera club obbligatoria a persona (dai 3 anni compiuti) € 35,00 a settimana da pagarsi in loco

Quota d'iscrizione: adulti € 30,00; bambini € 15,00

Servizio spiaggia incluso (1 ombrellone, 2 sdraio - o lettini - dalla 4° fila)

Offerta a disponibilità limitata di posti, valida per prenotazioni entro il 30/04/2012

# MINICROCIERE COOP

## GIGLIO e GIANNUTRI

10 e 24 giugno - 15 e 29 luglio - 26 agosto 2012

€ 37,00

Imbarco a Castiglione della Pescaia (o Porto S. Stefano\* o Talamone\*)

Partenza ore 8.45 ca.

Approdo a Giannutri con possibilità di escursioni

Pranzo a bordo

Partenza per l'isola del Giglio con possibilità di escursioni

Rientro al porto di partenza alle ore 19.30 ca.

€ 40,00

## CAPRAIA 1° luglio 2012

Imbarco a Castiglione della Pescaia (o Piombino\*) ore 7.00

Partenza alle ore 7.30

Navigazione diretta per Capraia, unica isola vulcanica dell'Arcipelago

Visita del centro storico in bus ed escursione naturalistica presso l'ex Colonia Penale

Pranzo a bordo e navigazione verso l'incantevole "cala Rossa"

Rientro al porto di partenza ore 19.30 ca.

## PONZA e VENTOTENE 8 luglio 2012

Imbarco a Formia (o Gaeta\*) ore 8.30

Arrivo a Ponza ore 10.30 ca. con possibilità di escursioni

Pranzo a bordo e partenza per Ventotene con arrivo ore 14.30 ca.

Visita dell'antico porto interamente intagliato nel banco roccioso

Partenza ore 18.00, rientro al porto di partenza ore 19.30 ca.

€ 52,00

## PORTOAZZURRO, PERIPLLO DI MONTECRISTO

### E ISOLA DEL GIGLIO 22 luglio 2012

€ 47,00

Imbarco a Castiglione della Pescaia (o Porto S. Stefano\* o Talamone\*) ore 8.00

Arrivo a Porto Azzurro ore 10.00 ca. Visita del paese

Pranzo a bordo e partenza per l'isola del Giglio, passando dall'isola di Montecristo

Arrivo a Giglio Porto e pomeriggio libero

Rientro al porto di partenza ore 19.30 ca.

## ISCHIA E CAPRI 5 agosto 2012

Imbarco a Formia (o Gaeta\*) ore 8.30

Arrivo a Ischia (F. orio) ore 10.30 ca., isola dalle incomparabili bellezze naturali

Pranzo a bordo e partenza per Capri, isola famosa per i celebri Faraglioni.

Rientro al porto di partenza ore 19.45 ca.

€ 52,00

## ISOLA D'ELBA (Portoazzurro) 9 settembre 2012

€ 37,00

Imbarco a Castiglione della Pescaia (o Porto S. Stefano\* o Talamone\*) ore 9.00

Arrivo a Porto Azzurro ore 11.00 ca.

Visita libera del porto turistico, oppure lungo la panoramica. Pranzo a bordo

Pomeriggio visita della famosa piazza sul mare e shopping nelle pittoresche viuzze

Rientro al porto di partenza ore 19.00 ca.

(\*) Le partenze dai porti indicati con l'asterisco saranno effettuate solo al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti pari a 20.  
Le tariffe indicate potrebbero subire delle lievi variazioni dovute all'incremento del carburante



in collaborazione con



## LE MOSTRE

### Galleria d'Arte Moderna e Contemporanea

Viareggio, Palazzo delle Muse, piazza Mazzini.  
Dal martedì alla domenica 15,30-19.30; luglio-agosto 18-23 (lunedì chiuso).

La mattina su prenotazione per gruppi e scolaresche.

Biglietti 3 euro, soci Coop 1,50.

Oltre 3.000 opere di circa 750 artisti protagonisti dell'arte del XX secolo tra cui opere di grafica, di autori del luogo, e la più importante raccolta pubblica di opere di Lorenzo Viani, originale esponente dell'Espressionismo europeo.

**Info** tel. 0584581118

gamc@comune.viareggio.lu.it

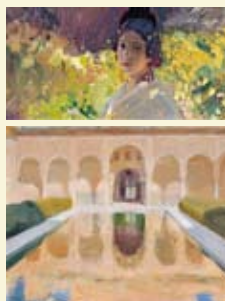
### Sorolla. Giardini di luce

Ferrara, Palazzo dei Diamanti  
Fino al 17 giugno, tutti i giorni, feriali e festivi, lunedì incluso, orario 9-19.

Biglietti 10 euro, soci Coop 8,50.

La mostra presenta per la prima volta in Italia la produzione della maturità di Joaquín Sorolla (1863-1923), straordinario interprete della pittura spagnola moderna, esponente di spicco della Belle Époque. A cura di Ferrara Arte in collaborazione con il Patronato de la Alhambra y Generalife di Granada, il Museo Sorolla e la Fundación Museo Sorolla di Madrid.

**Info** call center Ferrara Mostre e Musei: tel. 0532244949, diamanti@comune.fe.it



## PRESENTAZIONI LIBRI

> Livorno IperCoop Fonti del Corallo

**Sabato 7 aprile, ore 17: Io sono l'artista** Pescilandia - **Sabato 28 aprile, ore 17: Fiabe animate**

**Cioccolatina la bambina che mangiava sempre** di Vivian Lamarque.

> Cecina Supermercato Coop area biblioteca ABC

**14 aprile, ore 17: Viaggio in Gran Bretagna, dalle isole Orcadi allo Yorkshire** di Renato Gorgoni.

> Follonica Supermercato Coop via Chirici saletta soci

**11 aprile, ore 17: La scoperta. Un tumore all'orizzonte** di Monica Pacchini.

> Follonica Biblioteca della Ghisa

**24 aprile, ore 17: Animali di versi** (la mattina ore 8,30-12,30 laboratorio di presentazione del libro **Animali di versi** per i bambini della scuola primaria a cura di Roberta Angeletti e Isabella Christina Felline).



## I PARCHI Il Mastio



Summer camp - Villaggio estivo per ragazzi da 8 a 14 anni per studiare l'inglese con docenti-animatori madrelingua. Per i soci Coop dal 17 giugno al 11 agosto, 4 periodi di vacanze articolati su 3 percorsi, della durata di 2 settimane:

> **Avventura** tra natura, gioco e scoperta: 850 euro anziché 1.000 (8/13 anni).

> **English** animatore insegnante madrelingua, lezione quotidiana in aula: 910 euro anziché 1.070. (Periodi diversi secondo la fascia d'età).

> **Special English** due animatori-insegnanti madrelingua, lezione quotidiana in aula: 930 euro anziché 1.100 (11/14 anni). Ulteriore sconto di euro 70 dal secondo fratello.

Il Mastio è tra le strutture turistiche convenzionate con Bvi (Buoni Vacanze Italia) che prevedono per le vacanze fruite entro il 3 luglio 2012 un contributo statale fino al 45% - [www.buonivacanze.it](http://www.buonivacanze.it)

Prenotazioni presso Ufficio Bresso (MI) v. A. Strada 33, tel. 026100066; Villaggio Diacceto (FI) tel. 0558326738, [www.mastio.it](http://www.mastio.it), [mastio@mastio.it](mailto:mastio@mastio.it)

## I CORSI

Corsi intensivi di lingua inglese, tedesca e spagnola per viaggiare.



Presso la sede della scuola Alma Mater v. A. Pertini, 25 - Piombino.

Incontri bisettimanali di 1 ora e mezza ciascuno - 15 ore in un mese - per un gruppo massimo di 4 persone, 135 euro per i soci di Unicoop Tirreno.

**Info** tel. 056539156

[www.almamaterpiombino.it](http://www.almamaterpiombino.it)

## VISITE GUIDATE

Visite scontate a cantine, frantoi e apicoltura aderenti all'iniziativa ([www.lastradadelvino.com](http://www.lastradadelvino.com)) della Strada del Vino e dell'Olio Costa degli Etruschi: **sconto del 20%** sulle visite da 10 euro (a cantine, frantoi e apicoltura con degustazione prodotti); **sconto del 30%** sulle visite da 20 euro (in azienda con degustazione di vini e di prodotti tipici).

Prenotazioni presso l'ufficio principale del Consorzio in loc. San Guido, 45 - Bolgheri (LI) e il Chiosco del centro commerciale Fonti del Corallo di Livorno.

**Info** tel. 0565749705-68

[turismo@lastradadelvino.com](mailto:turismo@lastradadelvino.com)



## GLI SPETTACOLI

Tra gli spettacoli in vendita presso le biglietterie Box Office nei punti vendita di Livorno via Settembrini e IperCoop, Viareggio, Avenza, Rosignano, Cecina, Follonica via Chirici proponiamo:

40



### **Bobo Rondelli**

28 aprile in "L'ora dell'ormai"  
Teatro Politeama **Cascina**

### **Maurizio Crozza**

3 maggio Nelson Mandela Forum  
**Firenze**

### **Negramaro**

9 maggio PalaLivorno **Livorno**

### **Roberto Vecchioni**

11 maggio ObiHall **Firenze**

### **Subsonica**

12 luglio piazza Duomo **Pistoia**



### **Notre Dame De Paris**

**Livorno** PalaLivorno

> 12-15 aprile

Riduzione del 20% sul valore nominale del biglietto per i soci Coop. I biglietti si possono acquistare soltanto presso i Supermercati Coop dotati di servizio **Box Office**.

Ogni tessera SocioCoop dà diritto all'acquisto di un massimo di 4 biglietti a prezzo ridotto.

## I TEATRI

*Pubblichiamo gli spettacoli dei teatri che prevedono sconti sui biglietti per i soci Coop grazie alle convenzioni stipulate da Unicoop Tirreno. La riduzione è valida per il socio titolare della carta e un accompagnatore.*

### **Teatro Goldoni Livorno**

> 4 e 5 aprile

**Sei personaggi in cerca d'autore** di Luigi Pirandello, regia Giulio Bosetti.  
> 12 aprile (fuori abb.)

**Tre cuori in affitto** commedia con musiche di Giovanni Maria Lori, regia Claudio Insegno.  
> 19 aprile

**Le sacre** musica Igor Stravinsky, coreografia Mauro Bigonzetti.  
> 28 aprile (fuori abb.)

**Trio Tchaikovsky:** Konstantin Bogino pianoforte, Pavel Vernikov violino, Sergej Slovachevsky violoncello.  
> 29 aprile (fuori abb.)

**Giornata Mondiale della Danza** in collaborazione con l'Associazione Danza Livorno.

### **Goldonetta Livorno**

> 10 aprile (fuori abb.)

Ensemble Ex-Tempore, musiche J.S. Bach, A.Vivaldi, W.A.Mozart, direttore Marco Severi.  
> 13 aprile

**Un Vero libro Falso - Italian surreal book**, Mauro Grossi pianoforte.  
> 20 aprile

Claude Debussy tra simbolismo e impressionismo. Omaggio nel 150° della nascita. Giuseppe Modugno pianoforte.

**Info** 0586204237, biglietteria 0586204290, area.comunicazione@goldoniteatro.it, www.goldoniteatro.it

### **Castello Pasquini Castiglioncello (LI)**

> 1 aprile (ragazzi)

**Ali Babà** di Eugenio Monti Colla.

**Info** 0586754202-759021

www.armunia.eu

### **Teatro Comunale dei Concordi**

**Campiglia Marittima (LI)**

> 13 aprile

**Socialismo a passo di valzer** spettacolo di teatro e musica dal libro *Socialismo a passo di Valzer - Storia dei violinisti braccianti di Santa Vittoria* di Carmelo Mario Lanzafame. Drammaturgia Giuseppe Di Leva, regia Giorgio Zorcù.

**Info** 0565837028

www.teatrodellaglio.org

### **Teatro Moderno Grosseto**

> 4 aprile

**Un tram che si chiama desiderio** di Tennessee Williams.

**Info** 056422429

www.teatromodernogrosseto.it

### **Teatro degli Industri Grosseto**

> 13 aprile

**Monsieur, monsieur** dalle poesie di Jean Tardieu.

**Info** 056421151

www.gol.grosseto.it/industri



**PORTA  
SEMPRE  
CON TE  
LA CARTA  
SOCIO  
COOP**





## Teatro dell'Opera Roma

> fino al 1 aprile

**Die Zauberflöte** di Wolfgang Amadeus Mozart, direttore Erik Nielsen, regia David McVicar, maestro del Coro Roberto Gabbiani, Orchestra e Coro del Teatro dell'Opera.

> 4 aprile (Auditorium di via della Conciliazione)

Musiche di Wolfgang Amadeus Mozart, direttore Erik Nielsen, Orchestra e Coro del Teatro dell'Opera.

> 5 aprile (Duomo di Orvieto)

**Concerto di Pasqua** Orchestra e Coro del Teatro dell'Opera, direttore Erik Nielsen.

> 14-19 aprile (Teatro Nazionale)

Balletto del Corpo di ballo del Teatro dell'Opera, coreografie Michele Abbondanza, Antonella Bertoni, Mauro Bigonzetti, Giorgio Rossi.

> dal 18 al 26 aprile

**Il Barbiere di Siviglia** musica di Gioacchino Rossini, direttore Bruno Campanella, regia Ruggero Cappuccio, maestro del coro Roberto Gabbiani, Orchestra e Coro del Teatro dell'Opera.

> 23 aprile

**Chicago Symphony Orchestra**, direttore Riccardo Muti: Nino Rota Suite Sinfonica da "Il Gattopardo"; Richard Strauss Tod und Verklärung (Morte e trasfigurazione) op. 24; Dmitrij Shostakovich Sinfonia n. 5 in re minore op. 47.

> dal 2 al 6 maggio

**Serata Maurice Béjart** Orchestra e Corpo di Ballo del Teatro dell'Opera, direttore Nir Kabaretti.

**Info** tel. 06481601, [www.operaroma.it](http://www.operaroma.it)

## Teatro Ambra Jovinelli Roma

> dal 12 al 22 aprile

**Lillo & Greg and the Blues Willies.**

> dal 26 al 29 aprile

Michele Caputo **Anche l'occhio vuole la sua parte**, regia Maurizio Casagrande.

**Info** [www.ambrajovinelli.org](http://www.ambrajovinelli.org)

[info@ambrajovinelli.org](mailto:info@ambrajovinelli.org)

## Teatro Eliseo Roma

> fino al 1 aprile

Francesca Inaudi, Lorenzo Lavia **Colazione da Tiffany** di Truman Capote, adattato da Samuel Adamson.

> dal 10 al 29 aprile

Giuliana Lojodice, Pino Micol, Luciano Virgilio **Così è se vi pare**, regia Michele Placido.

> dal 4 maggio

Leo Gullotta **Le allegre comari di Windsor** di William Shakespeare.

## Teatro Piccolo Eliseo Roma

> fino al 1 aprile

Paola Gassman **Il Balcone di Golda**



Giuliana Lojodice

VINCENZO IACONIANI



Francesco Pannofino

IRENE ALESSI



Lillo & Greg

ROBERTO BERTOLLE



PORTA  
SEMPRE  
CON TE  
LA CARTA  
SOCIO  
COOP

di William Gibson, regia Maria Rosaria Omaggio.

**Info** 0648872222-064882114,

[info@teatroeliseo.it](mailto:info@teatroeliseo.it)

[www.teatroeliseo.it](http://www.teatroeliseo.it)

(La riduzione si applica al socio titolare della carta SocioCoop, non agli accompagnatori).

## Teatro Quirino Roma

> fino al 1 aprile

Ennio Fantastichini, Isabella Ferrari

**Il catalogo Aide Memoire** di Jean Claude Carrière, traduzione e regia Valerio Binasco.

> dal 10 al 22 aprile

Geppy Gleijeses, Lello Arena, Marianna Bargilli **A Santa Lucia** prosa e musica di Raffaele Viviani, regia Geppy Gleijeses.

> dal 24 aprile al 6 maggio

Federico Salvatore, Rosaria De Cicco **Novecento Napoletano** parte II, un progetto di Lello Scarano e Bruno Garofalo, orchestra diretta da M. Ciro Cascino, collaborazione ai testi A. Karima Campanelli e Raffaele Esposito.

**Info** 066794585, 800013616.

## Teatro Sala Umberto Roma

> fino al 8 aprile

Zuzzurro e Gaspare **La cena dei cretini** di Francis Weber, traduzione Filippo Ottoni, regia Andrea Brambilla.

> dal 10 al 29 aprile

Francesco Pannofino, Emanuela Rossi **I soldi** di Nino Marino, regia Claudio Boccaccini.

> dal 1 maggio

Corrado Tedeschi, Lorenza Mario, Paola Tedesco **Le relazioni pericolose** di Choderlos de Laclos, musiche originali Alessandro Mancuso, coreografie Alessandro Foglietta, regia Giovanni de Feudis.

**Info** 066794753-97274066

[www.salaumberto.com](http://www.salaumberto.com)

## Teatro Vittoria Roma

> fino al 1 aprile

**Trappola per topi** di Agatha Christie, regia Stefano Messina.

> dal 12 al 22 aprile

**Il ritorno** di Carlotta Clerici, regia Marco Bernardi.

> dal 24 aprile al 6 maggio

**La bottega del caffè** di Carlo Goldoni (spettacolo vincitore della rassegna **Salviamo i talenti** premio Attilio Corsini 2011), regia Luca Bagnagna.

**Info** ufficio promozione, 065781960

int. 3, [promozione@teatrovittoria.it](mailto:promozione@teatrovittoria.it)

[info@teatrovittoria.it](mailto:info@teatrovittoria.it), [www.teatrovittoria.it](http://www.teatrovittoria.it)

## Teatro delle Marionette degli Accettella c/o Teatro Mongiovinò Roma

> fino al 1 aprile

**Piccolo piccolissimo, grande grandissimo** (4-8 anni).

> dal 14 al 27 aprile

**Il gioco dello stralisco** (6-10 anni).

Info 0687189984

www.accetellateatro.it

## Teatro Aurora Velletri

> 15 aprile

**La cena dei cretini** di F. Weber.

> 29 aprile

**Cyrano De Bergerac** di E. Rostand.

Info 3392335488; prenotazioni e vendite *Il Biglietto* 0696142750

## Teatro Bellini Napoli

> fino al 1 aprile

Familiè Flöz **Hotel Paradiso** di Anna Kistel, Sebastian Kautz, Thomas Rascher, Frederik Rohn, Hajo Schüler, Michael Vogel (regia).

> 12 aprile

Alessandro Mannarino **L'ultimo giorno dell'umanità.**

> 14-15 aprile

Giuseppe Ayala **Chi ha paura muore ogni giorno - I miei anni con Falcone e Borsellino** di Giuseppe Ayala.

> dal 17 al 22 aprile

Alessandro Preziosi **Cyrano de Bergerac** di Edmond Rostand, regia di Alessandro Preziosi.

## Teatro Piccolo Bellini Napoli

> fino al 1 aprile

**Disturbi di memoria** di Manlio Santanelli, con Mario Porfito e Lello Serao, regia Renato Carpentieri.

Info 0815499688-5491266, www.teatrobellini.it (tariffe soci Coop alla voce Cral, giovani, anziani).

## Teatro San Carlo Napoli

> 1 aprile

Orchestra e Coro del Teatro di San Carlo, direttore Claudio Abbado, (maestro del coro Salvatore Caputo e Orchestra Mozart. Musica di S.S. Prokofiev, Alexander Nevsky.

> dal 14 al 19 aprile

**Il pipistrello**, coreografia Roland Petit, musica Johann Strauss, Orchestra e Corpo di Ballo del Teatro di San Carlo.

> 21-22 aprile

Orchestra Teatro di San Carlo, direttore e solista Han Na Chang: Franz Joseph Haydn Concerto per violoncello e orchestra n. 1 in Do maggiore; Sergej Prokofiev Sinfonia n. 5 in Si bemolle op. 100.

> 24 aprile

**Chicago Symphony Orchestra**, direttore Riccardo Muti: Nino Rota Suite

Sinfonica da "Il Gattopardo"; Richard Strauss Tod und Verklärung (Morte e trasfigurazione) op. 24; Dmitrij Shostakovich Sinfonia n. 5 in re minore op. 47.

> 28-29 aprile

**Orchestra e Coro del Teatro di San Carlo**, direttore Jonathan Webb, maestro del coro Salvatore Caputo: Roberto De Simone Finale della Turandot; Requiem in memoria di Pier Paolo Pasolini.

> dal 4 al 13 maggio - Teatrino di Corte di Palazzo Reale

**Il maestro di cappella** di Domenico Cimarosa e **La furba e lo sciocco** di Domenico Sarro, direttore e baritono Bruno Praticò, Orchestra del Teatro di San Carlo.

Info 0817972468

promozionepubblico@teatrosancarlo.it

## Galleria Toledo Napoli

> fino al 1 aprile

**Discorso alla Nazione** ideazione Chiara Lagani e Luigi de Angelis, con Marco Cavalcoli.

> dal 13 al 15 aprile

**Ammèn**, drammaturgia e regia Domenico Sabino.

> dal 17 al 22 aprile

**Io, Clitemnestra. Il verdetto**, drammaturgia Valeria Parrella, ideazione e regia Cristina Donadio.

> dal 3 al 6 maggio

**Nuda** omaggio a Marilyn Monroe, di e con Rosalba Di Girolamo, regia Fulvio Cauteruccio.

Info 0815646162

## Teatro Le Nuvole (Edenlandia - NA)

> 1 aprile

**Pulcinella che passione**

Info 0812395653, www.lenuvole.com

## Teatro d'Europa Cesinali (AV)

> 13-20-27 aprile e 4 maggio (per bambini e ragazzi)

**Stortologio** di M. Di Martino, regia Luigi Frasca.

> 14, 15 e 22 aprile

A. Caterina e C. Iannone **Dove vai tutta nuda e Il professore di pianoforte** due atti unici di G. Feydeau, regia Luigi Frasca.

> 28-29 aprile (fuori abbonamento)

**I giganti della montagna** di L. Pirandello, regia Luigi Frasca.

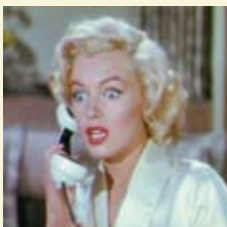
Info 0825666323

info@teatrodeuropa.it

www.teatrodeuropa.com



Giuseppe Ajala



Marilyn Monroe



# Coscienza pulita

*Lavatrici con cicli di lavaggio sempre più freddi, riduzione dei consumi, risparmio di detersivo. Questo chiede l'Unione Europea per consumare meno, rispettare l'ambiente, difendere salute e portafoglio. E siccome si comincia dai piccoli gesti quotidiani, ecco qualche consiglio utile per usi e consumi consapevoli di prodotti ed elettrodomestici. A cominciare dal "finto pulito" degli sbiancanti.*

**L**o sapevate che c'è una famiglia di sbiancanti su cui tanto martella la pubblicità, che in realtà "illuminano" la macchia rendendola invisibile ai nostri occhi, ma senza toglierla completamente? Insomma, generano un effetto ottico (modificando la lunghezza d'onda della radiazione ultravioletta) apposta per nascondere l'alone e soddisfare chi insegue a tutti i costi il bianco assoluto. Per legge, in questi casi deve comparire sull'etichetta la dicitura "sbiancante ottico": una delle tante componenti che convive, nel fustino del detersivo, con il "vero" sbiancante a base di percarbonato di sodio, da preferire al perborato perché libera ossigeno e non produce effetti particolari sull'uomo e sull'ambiente. E lo sapevate che la schiuma dietro l'oblò della lavatrice (con sempre meno acqua dentro e detersivi più concentrati e più efficaci) non è sinonimo di un buon lavaggio ma significa spesso il contrario? Quando la schiuma non è voluta per rendere più delicata l'azione del detersivo, è la spia di una "overdose" di polvere che finisce per avvantaggiare lo sporco invece di combatterlo.

## Cicli di lavaggio

C'è bisogno di saperle queste cose, sia perché il bucato ormai lo fanno tutti senza distinzione di sesso, sia perché si parla molto e giustamente dei

detersivi per via dei danni che essi arrecano all'ambiente e alla nostra salute, essendo cocktail di sostanze chimiche conservati molte volte a lungo (e male) in casa. Andrebbero parcheggiati in luoghi freschi e asciutti lontano da altri prodotti, «per evitare – spiega **Sergio Stagni** di *Coop Italia* – che gli alimenti assorbano le sostanze profumanti anche attraverso la plastica dei contenitori». Fattori come l'umidità possono alterarli ed è noto che con il nostro organismo non c'è un bel rapporto: i detersivi sono accusati di allergie e intolleranze (in etichetta devono essere indicate per legge le sostanze allergeniche), problemi respiratori e alterazioni del sistema immunitario. E allora, come tenerli e come usarli più correttamente, ottenendo lo stesso dei risultati soddisfacenti? Premesso che esistono detersivi ecologici e altri "fatti in casa" (vedi box pp. 45 e 46), abbiamo preso in considerazione quelli tradizionali, i più diffusi, che sono anche i più aggressivi. Per avere risposte e consigli, abbiamo interpellato gli specialisti di Coop e gli esperti del laboratorio lavaggio di un grande gruppo industriale italiano specializzato in elettrodomestici. I test riguardano in questo caso le lavatrici che devono sottostare a criteri normativi comuni a tutti i produttori europei. Per la riuscita di un lavaggio, che è un sistema complesso – a detta degli esperti – oltre alla macchina servono il contributo d'intelligenza dell'uomo e buoni detersivi. Il responsabile del laboratorio (di cui non riportiamo il nome per ragioni di pubblicità, *ndr*), che vanta un'esperienza decennale, spiega il concetto con un esempio: «Se noi progettiamo lavatrici con cicli di lavaggio a 20 gradi, come la *Commissione Europea* ci chiede (un requisito obbligatorio su tutti i modelli a partire dal dicembre 2013, *ndr*), è indispensabile che chi studia i detersivi ne abbia variato di conseguenza la composizione, mettendo sul mercato prodotti che si attivano a basse temperature, e che l'utente finale utilizzi poi al meglio i programmi a sua disposizione». Da qui l'importanza dell'educazione del consumatore e di un lavoro continuo di ricerca e di aggiornamento svolto, in parallelo, dalle aziende produttrici di elettro-

## LO SAPEVATE CHE...

**l'azione meccanica di strofinamento è fondamentale per la pulizia dei capi la macchia più ostica quando è secca va pretrattata con prodotti specifici la macchia fresca si pulisce più facilmente perché non ha penetrato la fibra del tessuto meglio i detersivi in polvere in linea generale contro lo sporco più resistente e con programmi ad alte temperature i detersivi liquidi su lana e delicati e per il bucato a mano un vestito nuovo colorato va lavato a parte, la prima volta, per non macchiare gli altri**

domestici e dalle multinazionali dei detersivi. L'equazione è la seguente: cicli di lavaggio sempre più freddi, con riduzione dei consumi, risparmio di detersivo e relativi benefici per l'ambiente secondo la linea tracciata dall'Ue; scambio di conoscenze tra le aziende chiamate a sfruttare al meglio la macchina e i detersivi; grande attenzione richiesta alla casalinga (o al casalingo) che, per chiudere il cerchio, deve azzeccare prodotti e programmi, la selezione dei capi e il giusto equilibrio al momento di dosare il bicchierino del sapone.

## Quanto basta

Né troppo né poco, è molto importante l'esatta quantità da mettere nella vaschetta della lavabiancheria per raggiungere una buona pulizia ed evitare che, a basse temperature, residui di detersivo deturpino la maglietta. E come va calcolata la "giusta quantità"? Tenendo conto delle indicazioni sulla confezione e della durezza dell'acqua di casa (presenza di sali disciolti). Se il misurino, infatti, è scarso, il detersivo finirà per aggredire il calcare e troppo poco ne andrà ad intaccare la molecola di sporco. Se la dose, invece, è eccessiva, si produrrà in molti casi un effetto negativo non solo sull'efficacia del lavaggio, ma anche sull'ambiente, dovuto alla schiuma. I detersivi per lavatrice (in polvere, liquidi o in pastiglie) oltre alle sostanze attive contengono dei "regolatori di schiuma" proprio per evitare che quest'ultima fuoriesca dalla macchina lavatrice.

Un surplus di polvere si giustifica solo in un caso, quando l'acqua è dura e il calcare da neutralizzare è maggiore. Ma come si fa a sapere il grado di durezza dell'acqua? È un valore piuttosto stabile nel tempo rivelato da una "striscia" che si compra nei negozi specializzati qualora non sia già inclusa nel kit della lavatrice. O, più facilmente, il dato si può ricavare dal sito del gestore idrico o all'indirizzo <http://assocasa.federchmica.it/durezzaacqua.aspx>.

A proposito di calcare, qualcuno si chiede se ancora va scrostato dai meccanismi interni della lavatrice. Non è sufficiente l'anticalcare già compreso nel detersivo? Se si fanno normalmente cicli caldi e freddi, la frequenza dell'anticalcare può essere

## Verde Coop

**Fosfati verso la messa al bando in Europa, ma Coop da sempre è per la "linea verde".**

Da giugno 2013 (30 anni dopo la campagna di Coop) l'Ue ha vietato i fosfati in tutti i detersivi per il bucato commercializzati nella Ue. A deciderlo è stato il Parlamento europeo che ha previsto analoghe restrizioni, a partire dal 1° gennaio 2017, sui detersivi per lavastoviglie automatiche. Va detto che l'Italia per una volta è stata anticipatrice della messa all'indice dei fosfati – tra i maggiori responsabili dell'eutrofizzazione di fiumi e mari – almeno relativamente alle lavatrici: una legislazione dell'86, infatti, ha progressivamente ridotto e poi contenuto sotto l'1 per cento (valore cautelativo) la loro presenza nei detersivi per lavatrici, mentre nelle lavastoviglie il tetto è rimasto al 6 per cento. Coop, la cui campagna del 1984 (nella foto), *Bianco il bucato, azzurro il mare*, è passata alla storia come una delle prime e più efficaci campagne consumeriste in Italia, ha fatto di più escludendo i fosfati anche da quest'ultime e la frase in etichetta "contenuto in fosforo inferiore a 0,5" ha un mero valore prudenziale.

«Ci potrebbero essere delle tracce residue in alcuni ingredienti, ed è corretto dirlo», afferma **Sergio Stagni** di Coop Italia. La linea dei detersivi a marchio Coop è completa e biodegradabile. Le polveri si vendono in buste e non più in fustino e i flaconi utilizzano materiale plastico riciclato alleggerito il più possibile. C'è anche la linea *ViviVerde* con il marchio *Ecolabel*, garanzia di un prodotto ecologico realizzato per la massima sostenibilità e compatibilità ambientale. Per ottenere una riduzione dell'impatto sull'acqua e sulle forme di vita vengono utilizzati tensioattivi ad elevato grado di biodegradabilità, ovvero soggetti a un processo di decomposizione naturale più veloce, attivato dai microrganismi presenti in natura.

La linea *ViviVerde* si caratterizza, inoltre, per il basso contenuto di profumi, molto gradevoli ma non necessari per il lavaggio.



## Fai da te

Accanto ai detersivi tradizionali ci sono quelli biologici e i "fai da te". A suggerirne alcuni impieghi è un'accurata ricerca pubblicata sul sito [www.uomincasalingshi.it](http://www.uomincasalingshi.it). Vi si cita, innanzitutto, l'aceto di vino o di mele efficace nel togliere il calcare in cucina diluito in acqua in una proporzione dal 20 al 40 per cento (da spargere per comodità con uno spruzzino); oppure per decalcificare la lavatrice (versarne un litro nel cestello vuoto a 60 gradi); o ancora nella lavastoviglie, al posto del brillantante (nell'apposita vaschetta, però, non tra i piatti e i tegami perché l'acido annullerebbe l'alcalinità del detersivo). Un consiglio generale è quello di evitare quando possibile la commistione tra prodotti diversi. Ancora più forte dell'aceto, poi, è l'acido citrico, che si compra in polvere e funziona miscelato al 10 per cento con acqua anche come ammorbidente, sempre secondo il sito. Che menziona inoltre il più noto bicarbonato, la semplice acqua calda, il giusto tempo che dobbiamo metterci per pulire, usare i guanti, evitare i fosfati ecc. Insomma una serie di consigli pratici, dettati dal buon senso.



in effetti ridotta. Diverso è quando si usa la lavabiancheria con programmi prevalentemente a basse temperature o dopo il lavaggio di tappeti o della coperta del cane oppure a seguito di uno stop prolungato dell'elettrodomestico: in questi casi è consigliato far partire un ciclo di pulizia ad alta temperatura, a cestello vuoto, con l'impiego di

poco detersivo o di prodotti appositi. Alcune lavatrici oggi nascono già con un programma del genere. Altre regole di ordinaria manutenzione sono la pulizia periodica del cassetto che è soggetto ad incrostazioni e a muffe, e l'oblò tenuto aperto dopo l'uso per farlo asciugare.

## Senza macchia

È interessante sapere che potrebbe esserci un detersivo specifico per ogni tipo di macchia, visto che molto dipende dall'enzima selezionato dall'industria. Ma in commercio non si arriva a tanto e piuttosto di avere la casa piena di smacchiatori, è forse più utile seguire qualche accorgimento pratico. La rimozione riesce molto più facile, ad esempio, se la macchia è fresca e non è già penetrata nella fibra; più difficile con gli oli da officina che vanno affrontati a temperature elevate, sopra i 60 gradi, o per il ragù sulla cravatta vecchio di giorni o per le "croste" di omogeneizzato alla frutta: queste macchie vanno "pre-trattate" con prodotti specifici prima di buttarle in macchina. Il sangue è un'altra gatta da pelare qualora, sbagliando, gli si versi sopra dell'acqua bollente invece che fredda o tiepida.

Una scelta saggia e prudente, poi, rimane quella in generale di separare i capi in base ai colori. Attenzione soprattutto a non mischiare un vestito nuovo colorato con altri capi: è preferibile anche tenerlo lontano da colori simili, almeno per la prima volta, perché il rischio di contagio è altissimo. A

quanti amano lavare "tutto insieme", tuttavia, farà piacere sapere che le salviette acchiappa-colore riescono in linea di massima ad intercettare i pigmenti. Potranno soddisfare chi non deve vincere macchie difficili e sceglie un ciclo misto colorati, ma anche chi non ha abbandonato il sempre valido bucato a mano.

**Detersivo in polvere o liquido? A quantità regolabile o monodose? Quest'ultima modalità si sta affermando in virtù della sua comodità. Rimane tuttavia una scelta minoritaria e la tavoletta presenta difficoltà come, ad esempio, nei mezzi carichi: impensabile provare a dimezzare una monodose liquida, sebbene si siano viste in commercio pure le metà-dosi.**



## Fuoco alle polveri

Detersivo in polvere o liquido? A quantità regolabile o monodose? Quest'ultima modalità si sta affermando in virtù della sua comodità. Rimane tuttavia una scelta minoritaria e la tavoletta presenta difficoltà come, ad esempio, nei mezzi carichi: impensabile provare a dimezzare una monodose liquida, sebbene si siano viste in commercio pure le metà-dosi.

Il detersivo in polvere resta il più amato dagli italiani e il più efficace in termini generici contro lo sporco più sporco. «E non è più nemmeno vero – precisano i tecnici Coop – che si attiva dai 40 gradi in su, perché se ne trovano che funzionano anche con temperature inferiori appunto per andare incontro alle nuove normative». La polvere, però, sotto i 40 gradi può lasciare traccia visibile specialmente sui capi colorati: ed ecco allora il detergente liquido indicato sia per la normale biancheria in cotone sia su lana e delicati che aiuta a rimanere morbidi. Non per questo i flaconi sono meno indigesti per l'ambiente – come sottolineano vari test – essendo più difficilmente biodegradabili e producendo molta plastica da imballaggio.

Venendo agli elettrodomestici, rispetto alla lavabiancheria la lavastoviglie è più delicata e bisognosa di cure. «Uno dei consigli che ci sentiamo di dare – dicono in Coop – è di tenere sempre pieno il contenitore del sale: ne va dell'efficacia della macchina e del livello dei consumi. Un altro consiglio è di fare come minimo mensilmente un ciclo di lavaggio a vuoto a 60 gradi, utilizzando un apposito prodotto chiamato curalavastoviglie, a base di acido citrico». In vendita si trova la linea completa a marchio Coop che comprende anche sale, brillantante, polvere e pastiglia multifunzione.

Ricordatevi, se possibile, di usare la macchina a pieno carico per ridurre i consumi. In alternativa riducete almeno la pastiglia, tagliandola a metà. ■

## Agenti di pulizia

### *I nuovi orizzonti della pulizia con i probiotici.*

In tema di pulizia si profilano, su più larga scala, nuovi interessanti orizzonti grazie alla ricerca scientifica applicata all'eco-sostenibilità. La novità è quella dei probiotici ora impiegati anche nei prodotti per la pulizia e l'igiene. I batteri, insomma, che entrano con compiti di "agenti di pulizia" in settori legati alla casa, ma anche alla cura della persona, all'agroalimentare, alla zootecnia, alla depurazione delle acque, alla sanificazione degli ambienti e dell'aria. A Ferrara una cooperativa di servizi, la Copma, ha scommesso su quest'idea insieme con il Cias (Centro studi inquinamento ambienti ad elevata sterilità) dell'Università, mettendo a punto un nuovo sistema probiotico di pulizia e igiene chiamato Pchs (Probiotic Cleaning Hygiene system), e depositando quindi il marchio.

«Il Pchs – spiega **Mario Pinca**, amministratore delegato di Copma – utilizza batteri probiotici in grado di colonizzare le superfici su cui vengono applicati e di contrastare la proliferazione delle altre specie batteriche, prima di tutte quelle patogene, sulla base della regola dell'esclusione competitiva». Sperimentata attualmente in ambito ospedaliero, questa tecnica potrà trovare impiego anche nella pulizia di grandi superfici come i centri commerciali, almeno per la manutenzione ordinaria, e per impieghi di tipo più "casalingo". Sono in cantiere linee di prodotto che vedremo nei prossimi mesi, destinati alla cura della persona (sapone, shampoo, bagnoschiuma, gel, deodoranti ecc.) e alla pulizia degli ambienti domestici (spray, detersivi per pavimenti, liquidi per piatti senza il bisogno d'indossare i guanti). Tutte soluzioni in grado di ridurre al minimo la presenza dei tensioattivi.



la ricerca

# Verde speranza

*Solo le cellule cancerogene diventano verde fluorescente e vengono rimosse. La nuova frontiera della chirurgia del cancro all'ovaio.*

■ **Barbara Bernardini**

**C**hi ha subito un'operazione per la rimozione di un tumore, conosce molto bene la regola chirurgica per eccellenza. Asportare, asportare il

più possibile, non solo la massa tumorale, ma anche porzioni limitrofe di tessuto sano perché l'occhio umano non può certo scrutare dentro ogni cellula per vedere se è maligna e decidere se salvarla o no. Così spesso, anche solo l'asportazione di un neo si risolve in un vero e proprio "buco" nella pelle, l'asportazione di un nodulo al seno in una quadrantectomia, e quella del tumore ad un ovaio nella perdita di tutto l'organo, e quindi della fertilità.

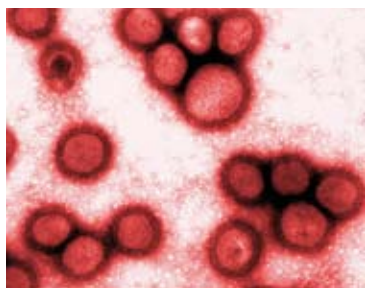
## **Agente speciale**

Certo, vale la pena se in cambio si ha una mag-





giore sicurezza che il cancro non torni, ma oggi la tecnologia apre strade nuove che offriranno prima o poi la possibilità di tutelare sia la salute che i tessuti. Con lo sviluppo di una rivoluzionaria tecnica di *cell labelling* il chirurgo ha, infatti, la possibilità di vedere ogni cellula cancerosa che si trovi nel campo operatorio e rimuovere solo quella. Gli autori di questa conquista sono ricercatori della Purdue University, un prestigioso istituto nel cuore dell'Illinois, negli Stati Uniti, coordinati dal prof. Philip Low che ha applicato questo metodo alla chirurgia del cancro dell'ovaio, tipicamente molto difficile da vedere ad occhio nudo. I ricercatori hanno combinato due molecole, un agente fluorescente e la forma modificata di una vitamina del gruppo B, l'acido folico, che viene iniettata nella paziente qualche ora prima dell'intervento. Il campo operatorio viene poi ripreso in video con una speciale telecamera a fluorescenza multispettrale che proietta su uno schermo tutte le masse cancerose presenti nel campo operatorio che improvvisamente appaiono verde fluorescente.



## I progressi della tecnica

Rispetto al normale intervento questa tecnica individua frazioni di tumore del diametro pari a 1 decimo di millimetro. Già applicata su 10 donne nella sua fase di sperimentazione clinica, ha permesso in media l'individuazione di ben 34 focolai tumorali nei tessuti ovarici, contro i 7 rilevati con le tecniche tradizionali. Questo grande passo avanti, per ora limitato alla chirurgia del cancro dell'ovaio, è stato reso possibile da una precedente scoperta dello stesso professore, che ha capito che l'acido folico poteva essere usato come cavallo di Troia per stanare le cellule del cancro all'ovaio che hanno bisogno di grandi quantità di questa vitamina. Ma i suoi studi presto si estenderanno ad altre forme di tumori e l'obiettivo di Low è quello di riuscire a trovare un agente che possa essere iniettato nel corpo ed essere visto da fuori attraverso la pelle. ■

# Uno per tutti

La corsa tra vaccini e virus è una gara che si ripete dagli albori della scienza, ma che sembra destinata a finire. Potrebbe essere disponibile già nel prossimo futuro il tanto atteso "vaccino universale" contro l'influenza. Si tratta di un vaccino concepito con un metodo completamente nuovo e capace di reagire nei confronti di molti ceppi virali contemporaneamente. Un simile vaccino si sta studiando in molti laboratori del mondo, ma all'Università di Princeton, in America, è stato fatto un passo in più. Il vaccino in sperimentazione sarebbe in grado, infatti, non solo di bloccare il virus, ma di arrestarne l'evoluzione, impedendo la formazione di ceppi particolarmente aggressivi e allontanando sempre di più lo spettro di una pandemia come la "Spagnola".

## Prova di concentrazione

Buone notizie per tutti i diabetici stanchi di pungersi in continuazione il dito per misurare il livello di glucosio nel sangue, un'operazione molto più fastidiosa di quanto si possa pensare. Presto non sarà più necessario grazie ad una nuova invenzione dei ricercatori della Brown University americana. L'italiano Domenico Pacifici, esperto di nanotecnologie, ha messo a punto un chip capace di reagire alle sostanze presenti nella saliva, tra le quali il glucosio, la cui concentrazione nella saliva ha uno specifico rapporto con quella del sangue, che si può quindi calcolare di conseguenza. È probabile che il congegno sarà a disposizione dei malati già entro 2 anni.

## Controllo di gestione

Uno studio pubblicato sul prestigioso "New England Journal of Medicine" rivoluziona la prevenzione dell'osteoporosi, sostenendo che le donne sopra i 65 anni che risultano avere una buona conservazione della massa ossea non avrebbero più bisogno di essere controllate per almeno altri 10 anni, perché verosimilmente non si vedrebbe nessun cambiamento. Niente più controlli di routine annuali o biennali insomma per chi ha la fortuna di essere sano, controlli che resterebbero riservati solo alle persone a rischio. Se fosse adottato questo suggerimento sarebbe una buona notizia per tutti, sia per le donne, che risparmierebbero tempo e soldi, sia per il sistema sanitario che potrebbe risparmiare sulla spesa e rendere le prestazioni più veloci ed efficienti per chi ne ha davvero bisogno.

# Sorrididente

50

■ Barbara Bernardini

**Per sbiancare i denti o per migliorarne la forma. Il successo della cosmesi dentale perché la bellezza dipende anche da un sorriso smagliante.**

**U**na recentissima ricerca dell'Università del Texas sostiene che, al di là dei luoghi comuni, gli uomini siano attratti soprattutto dal sorriso femminile che pare rifletta meglio di altri attributi fisici la bellezza e la sensualità. Che siate d'accordo o no, il fatto che il sorriso sia parte fondamentale della bellezza è storicamente testimoniato dal concorso più famoso del Belpaese, non a caso denominato *Cinquemila lire per un sorriso*, poi divenuto celebre col titolo di *Miss Italia*. Sarà dunque per questo che la cura dei denti, della loro forma e colore, sta prendendo sempre più piede.

## Regalami un sorriso

«La cosmesi dentale è molto in voga negli Stati Uniti e in Sud America, ma ormai non è più un settore di nicchia neppure qui da noi», conferma **Andrea Guida**, dottore di ricerca in scienza dei materiali presso il dipartimento di Ingegneria dell'Università di Limerick in Irlanda e presidente della *Società Italiana di Estetica Dentale (Sied)*. Ed ecco allora che negli studi odontoiatrici si mol-

tipicano locandine che pubblicizzano trattamenti per sbiancare i denti o per migliorarne la forma. Lo sbiancamento è senz'altro tra i servizi più richiesti. «Per questo scopo si utilizza perossido d'idrogeno – spiega Guida –. Una volta protette le gengive, si applica sui denti la sostanza veicolata da un gel viscoso. Poi si espongono i denti trattati alla luce di speciali lampade in grado di accelerare la penetrazione del perossido e la degradazione delle macchie». Per la tecnica più recente, denominata *Beyond*, occorre appena mezz'ora. Si tratta del cosiddetto *Power Bleaching* salito agli onori delle cronache per essere stato utilizzato dall'attore George Clooney. Per evitare che questi trattamenti, insieme alle macchie, si portino via anche preziose sostanze dei denti oggi si utilizzano sostanze remineralizzanti che vengono applicate nella stessa seduta di sbiancamento. Esiste poi anche anche il cosiddetto *home bleaching*, da fare a casa, ma il gel utilizzato è ovviamente più debole di quello professionale e l'applicazione non è così facile come può sembrare.

## Bocca di rosa

Il futuro dello sbiancamento si combatte senz'altro a colpi di ricerca e marketing sui dentifrici. «Recentissimi studi hanno dimostrato che appena il 5 per cento di *lattoperossidasi*, un particolare enzima, è in grado di potenziare moltissimo gli agenti sbiancanti dei dentifrici» commenta Guida. Ma questo è il futuro, per ora nei tubetti si trovano soprattutto sostanze abrasive e sbiancanti di base. Le sostanze abrasive sono il bicarbonato di sodio, la silice e il fosfato tricalcico e hanno azione limitata allo sfregamento delle macchie. Gli agenti sbiancanti più comuni sono, invece, il tripolifosfato di



sodio e il monofluoro fosfato di sodio, che agiscono chimicamente sulle macchie. «Nessuno ha azione comparabile ai prodotti a base di perossidi – sottolinea Guida –, ma sono comunque utili sia dopo che prima di un trattamento sbiancante».

Ma anche un sorriso bianchissimo può risultare sgradevole se i denti sono piccoli, appuntiti, storti o distanti, e certamente il desiderio di una bocca tutta nuova per fini solo estetici deve fare i conti sia con l'invasività di eventuali capsule o protesi che con i loro notevoli costi. Ecco allora che la cosmesi dentale si è inventata una soluzione ad hoc: le "faccette ceramiche". «Si tratta di sottili lamine in ceramica (0,5-0,7 mm) o in resina composita che vengono incollate sulla superficie esterna dei denti anteriori – afferma Guida –. Per creare lo spessore necessario alla faccetta viene limato lo smalto del dente, ma la preparazione è molto più conservativa di quella per una capsula». Le faccette sono in grado di migliorare la forma, la posizione e il colore del dente; sono indicate nella soluzione dei diastemi (spazi tra i denti anteriori), denti malformati e discromie non risolvibili con il solo sbiancamento, fratture, o denti usurati e abrasati. Il costo varia tra i 350 e gli 800 euro e dipende dalle difficoltà cliniche più che dalla faccetta di per sé.

## Smile

Una soluzione cosmetica alla portata di molte tasche, le cui uniche controindicazioni sono una masticazione particolarmente problematica che può impedire la stabilità e l'adesione della faccetta e la possibile ipersensibilità ai materiali utilizzati. «Alcune abitudini sbagliate potrebbero comunque causarne la frattura – avverte Guida –, tra queste il bruxismo, ovvero l'abitudine a digrignare i denti, il mangiarsi le unghie o mordicchiare oggetti particolarmente duri. Nei pazienti che soffrono d'infiammazione gengivale non deve essere fatta alcuna ricostruzione sia essa estetica, cosmetica o protesica, ma regola primaria è la risoluzione della patologia gengivale o parodontale». L'attenzione per l'igiene orale dovrà essere comunque adeguata per non incorrere in recessioni della gengiva che inficerebbero il risultato estetico della faccetta. Non è un caso che all'interno della Sied il comitato scientifico annoveri tre parodontologi. Per chi volesse fare solo bella

## Zanna bianca

### **Il trattamento sbiancante per molti, ma non per tutti.**

Chi volesse sbiancare i denti deve fare attenzione alle vecchie otturazioni o restauri protesici presenti in bocca nella parte visibile del sorriso, perché dopo il trattamento sbiancante risulteranno scure. Sarà quindi necessario sostituirle. Inoltre le persone sensibili ai raggi, compresi coloro che si sottopongono a terapie Puva (psoralen+radiazioni uv) o a qualsiasi altro tipo di fototerapia, così come i pazienti affetti da melanoma non dovrebbero sottoporsi al trattamento. Da ricordare che i gel sbiancanti sono ustionanti per i tessuti molli e quindi vanno utilizzati con attenzione e solo da personale specializzato. I kit domiciliari contengono perossido di idrogeno al 6 per cento. Nell'applicazione si può avere difficoltà a mantenere libere le mucose dal gel con possibile lesione dei tessuti molli e in ogni caso lo sbiancamento massimo ottenibile è di 4-6 tonalità della scala vita. Non tutti i pazienti possono essere trattati con questa percentuale di perossido in quanto la presenza di carie, parodontiti, restauri protesici e otturazioni possono creare spiacevoli effetti collaterali tra i quali ipersensibilità e dolore. Bisogna poi aggiungere che una direttiva comunitaria (Gazzetta Ufficiale dell'Unione Europea del 29 ottobre la Direttiva 2011/84 del Consiglio Europeo da recepire entro ottobre 2012) prevede che i prodotti con una concentrazione di idrogeno maggiore dello 0,1 per cento e non superiore al 6 per cento potranno essere venduti esclusivamente dai dentisti che devono supervisionare la prima applicazione da parte del cliente.

**Info** [www.sied.biz](http://www.sied.biz)

figura per un po' esiste anche una soluzione alternativa. Si chiama *Snap On Smile* ed è una mascherina provvisoria estetica in resina acetilica a breve durata (6 mesi/1 anno). «È un sistema in voga negli Stati Uniti e ora anche in Italia – chiarisce il professore – che non richiede preparazione dei denti naturali, non necessita di alcuna anestesia o dell'utilizzo di adesivi. Permette di cambiare la forma e il colore dei denti frontali e prende il nome dal sistema di ritenzione che avvolge la superficie del dente (*snap*)». Inoltre la mascherina non viene cementata ma è ad incastro, utilizzando i denti posteriori come ancoraggio. Deve essere rimossa per la pulizia e per lavare i denti dopo mangiato. Il rovescio della medaglia è che si tratta di una soluzione non definitiva e probabilmente anche di complessa gestione, ma certo una soluzione economica che può regalare un bel sorriso "a termine": la mascherina, infatti, ha solo 1 anno di garanzia. ■

# Pappa e ciccia

Su [alimentazionebambini.e-coop.it](http://alimentazionebambini.e-coop.it) informazioni, consigli, notizie, risposte di medici ed esperti sull'alimentazione e l'attività fisica dei più piccoli, ma anche giochi, filastrocche, ricette. Una guida utile e sicura al mestiere di genitore.

■ Anna Somenzi

**P**reparare le prime pappe per lo svezzamento, non cadere nella tentazione di zuccherare il cucchiaino rifiutato, resistere ai ripetuti no a frutta e verdura: quando si hanno figli non è semplice districarsi fra mille ipotesi e consigli, quello che dice la mamma, i nostri gusti, il tempo a disposizione, i rifiuti del piccolo... E poi quando è il momento giusto dello svezzamento? Prima di tutto bisogna ascoltare quello che dice il pediatra, ma possiamo cercare anche soluzioni, consigli e conforto su internet dove, però, si trova di tutto. Allora è bene scegliere con molta attenzione.

## Navigazione sicura

Consigliamo un sito dedicato all'alimentazione dei bambini che si propone di supportare i genitori e che ha scelto di affidarsi a basi sicure. Si chiama [alimentazionebambini.e-coop.it](http://alimentazionebambini.e-coop.it) e si avvale di un comitato scientifico composto dagli esperti di *Ecog* (European Childhood Obesity Group), società scientifica europea che da 20 anni si occupa a tutto campo della obesità in età pediatrica, e *Sio* (Società Italiana dell'Obesità) alla quale aderiscono medici italiani con differenti specializzazioni che si occupano dell'obesità e di tutte le



problematiche correlate. Il comitato ha l'ambizione, insieme a Coop, di fornire non solo documentazione, ma anche una vera e propria educazione sull'alimentazione e sull'attività fisica in età pediatrica. Insieme al comitato, a controllare che siano riportate solo notizie scientificamente certe e informazioni davvero utili, ci sono quattro collaboratori: la dietista **Maria Anna Tomaselli**, **Assunta Martina Caiazzo** e **Federico Mordenti**, medici specialisti in scienza dell'alimentazione, e la pediatra **Marina Cammisa**. Sono loro che rispondono alle domande dei genitori e che tengono vivo e sempre rinnovato il sito.

Per esempio, a proposito di quell'apuntamento importante che banalizziamo col termine svezzamento (letteralmente far perdere il vizio), sul sito il dottor Mordenti spiega: «Non è solo la composizione della dieta a determinare questa fase di passaggio, ma anche il tipo di comportamento alimentare che conduce a nuove esperienze, a nuove modalità di interazioni con il mondo esterno. Queste ultime poi potranno influire non solo sul modo di mangiare e sul rapporto con il cibo, ma anche sulle caratteristiche di personalità del bambino, e sulla sua salute negli anni a venire».

## Botta e risposta

E ancora – questa volta è la dottoressa Cammisa a parlare –: «È ormai opinione condivisa da tutte le società scientifiche italiane e internazionali, e sostenuto dall'*Organizzazione Mondiale della Sanità*, che il divezzamento non deve essere iniziato prima dei 6 mesi, sia che il piccolo sia allattato con latte materno che con latte adattato... Quindi pazientate! Non avere fretta si rivela ancora una volta una regola di vita che tiene conto dei nostri e degli altrui (il lattante) ritmi. Si otterrà così un graduale e progressivo cambiamento dell'alimentazione del bambino senza forzature e anomalie». Le risposte sono chiare e rassicuranti: a un genitore che chiede le giuste quantità di cibo per un bambino di un anno la dietista Tomaselli risponde: «Come indicazioni generali vorrei sottolineare che una bimba di 1 anno e 1 mese (e poi di 1 anno e mezzo e di 2 anni) non ha necessità maggiori di quelle di una bimba di 1 anno, al contrario le ha minori! Questo per dirle di non spaventarsi se sua

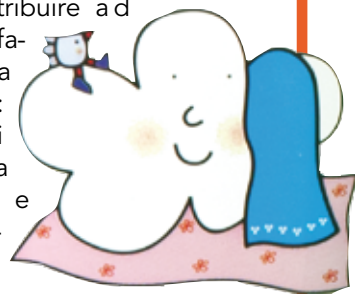
## Piccolo mondo

### Come Coop pensa ai bambini.

**Crescendo** è la linea che Coop dedica ai bambini da 0 a 3 anni per l'alimentazione e non solo.

Dominano i prodotti da agricoltura biologica soprattutto fra gli alimenti. I prodotti alimentari hanno tutte le garanzie del marchio Coop: no ogm, selezione accurata dei fornitori, con i quali sono stipulati precisi accordi di produzione e predisposte verifiche e controlli su tutte le fasi del processo di trasformazione, dalla materia prima al prodotto finito. Sono preparati secondo le più aggiornate indicazioni in materia di nutrizione infantile: sono aggiunti solo i principi nutritivi essenziali per la crescita, niente sale e zucchero (a eccezione dei biscotti che contengono zucchero di canna biologico). Sale e zucchero, infatti, non sono necessari dal punto di vista nutrizionale e possono contribuire ad un'abitudine che avrà effetti sfavorevoli in età adulta. La scelta per i più piccoli è molto ampia: dalle creme di riso a quelle di riso e cereali, biscotti, frutta omogeneizzata o grattugiata e merende come omogeneizzati di mela con banana e biscotto oppure pera e yogurt; omogeneizzati di pollo, vitello, manzo, misti, pastine di grano e nettari di frutta. Tutti biologici, certificati dal consorzio Ccpb. Ci sono anche gli omogeneizzati di pesce, non biologici perché i naselli sono pescati al largo delle coste islandesi e i merluzzi nei mari della Patagonia e non allevati.

E poi i pannolini delle diverse misure, anche quelli lavabili: pratiche mutandine con tessuto impermeabile, che contengono un assorbente al 100% in cotone biologico. Ci sono anche body, magliette, tutine, lenzuola, copertine, tutti in cotone da agricoltura biologica. La linea è illustrata da Nicoletta Costa con la nuvola Olga che sorridendo bagna cuccioli e fiori e si lascia prendere dai bambini.



figlia inizierà anche a lasciare qualcosa della pappa che lei le prepara. E qui viene un punto fondamentale: in qualsiasi bambino che sia stato sinora alimentato correttamente e senza mai forzarlo, esiste un'ottima autoregolazione sulle quantità di alimenti da introdurre ogni giorno; l'importante è che noi adulti rispettiamo questa loro capacità, e non li forziamo a finire il pasto solo perché ne è rimasto solo un cucchiaino... Rispetti sempre queste semplici indicazioni, non fornisca alternative, non compensi una pappa consumata svogliatamente con maggiori quantità di latte, e vedrà che non avrà problemi».

Nel sito si trovano anche ricette, giochi, filastrocche. ■

# Materasso di denari

Un buon materasso non è certo economico, ma dura 10 anni. Se si trova quello che fa per noi vale la pena spendere un po' di più per dormire meglio.

**R** ■ Roberto Minniti

isvegliarsi con la triste sensazione di non aver dormito bene o, peggio, di non aver riposato affatto. Una brutta esperienza che capita a molti ma che quando si ripete come succede, secondo le statistiche, a circa 1/3 degli italiani è sintomo da approfondire. Tra le molte possibili cause, ce n'è una assai comune: l'uso di un materasso inadatto al proprio fisico. Provate ad andare indietro con la memoria: quando è che avete comprato il modello su cui riposaste ogni notte? Se risalite a oltre 10 anni fa è il caso che programmi un nuovo acquisto.

Che si tratti di lattice, poliuretano o molle, infatti, i materassi dopo 10-12 anni di vita perdono elasticità e la vita può anche accorciarsi se vengono esposti al sole. Se si tratta di modelli di lana, poi, c'è da mettere in conto anche l'umidità che accumulano, che renderebbe necessaria una costante cardatura del filato.



Una volta presa la grande decisione, però, resta l'imbarazzo di decidere su quale modello investire i propri soldi e a chi affidare il proprio sonno. Sul mercato ce n'è per tutti i gusti: dal lattice naturale alle microfibre, alla classica lana alle molle tradizionali o insacchettate. È bene chiarirsi le idee in anticipo, vedendo pregi e difetti di ogni sistema.

## Scarica elettrica

**Il lattice** Si parte dal caucciù, che ha proprietà antiacaro e anallergiche, per miscelare una piccola quantità di resine sintetiche. Il risultato è un materasso che ha il grande vantaggio di essere traspirante e non caricarsi elettrostaticamente. Esiste in versione naturale e in versione sintetica. È

molto elastico e avvolgente, recupera rapidamente la dimensione originaria e offre un sostegno che risponde per singoli punti di pressione. È adatto ai bambini, visto che è anallergico (purché sia munito di imbottitura sintetica o di una fodera lavabile in acqua) e flessibile, e alle persone anziane che in genere hanno una struttura articolare più rigida. Dato che il lattice è un buon isolante è utile in ambienti più freddi. Per le sue caratteristiche la struttura ideale per sorreggerlo è quella con doghe in legno larghe circa 7 centimetri.

## Clima caldo

**La lana** Il giaciglio in lana viene confezionato in modo artigianale dal materassaio, su misura e su ordinazione. È caldo, morbido, facilita la traspirazione, assorbe l'umidità corporea, regola ottimamente la temperatura corporea, ma tende a deformarsi velocemente e a essere colonizzato dagli acari. Per questo richiede una notevole manutenzione: almeno ogni 2 anni occorre lavare, cardare e integrare la lana. Per migliorare le sue prestazioni è meglio associarlo a una rete a doghe snodabili molto piccole e indipendenti, che assecondino il corpo in base alla posizione assunta.

## Andare a rotoli

**Il futon** Letteralmente significa "materasso che si arrotola" ed è ciò che avviene ogni mattina nelle case giapponesi, dove il materasso è arrotolato e riposto per la notte successiva. Generalmente prodotto in cotone, talora abbinato ad altri materiali, ha uno spessore ridotto (5, 10 e 15 cm), quindi non è adatto a persone molto robuste o con particolari problemi alla colonna vertebrale. Per la sua struttura di fibre naturali assorbe molto i liquidi che si perdono nella notte. La base migliore, quindi, è quella che facilita l'aerazione, come una rete tradizionale o le doghe di legno ben distanziate.

## A memoria d'uomo

**Il poliuretano** In questo caso il materasso è costituito da una sostanza plastica che può essere trasformata a seconda delle esigenze. È ergonomico, elastico e naturalmente privo di sostanze nocive. Nella versione sfoderabile e con imbottitura sintetica, contrasta la colonizzazione degli acari. È isolante, dunque, più adatto a persone che non sudano molto, che abitano in stanze ben areate e preferibilmente fredde e asciutte. Può essere utilizzato su tutti i tipi di base. La versione più evoluta e costosa è quella in viscoelastico, che molti conoscono con il nome di *Memory foam*. In questo caso si usano fibre sintetiche di nuova concezione, anallergiche, antibatteriche e traspiranti, che reagiscono al calore corporeo assumendone la forma, per poi tornare a quella di partenza, senza deformarsi. La parola "memory" allude proprio al fatto che le microcelle del materiale assecondano i movimenti del corpo, ma tengono "in memoria" la forma base una volta che ci si alza.

## Il molleggiato

**A molle** Quelle tradizionali ormai sono un lontano ricordo, ma ciò non significa che la tecnologia non venga in aiuto dei

nostalgici di questo tipo di materassi. La generazione più moderna, infatti, è quella delle molle insacchettate, decisamente più comode degli antichi parenti. In questo caso le molle vengono racchiuse singolarmente in sacchetti di tessuto.

Questo sistema permette loro di rispondere alle sollecitazioni del corpo in modo indipendente l'una dall'altra. Il risultato è che il materasso cede solo nel singolo punto in cui si esercita la pressione. Naturalmente più molle ci sono e più l'effetto è confortevole. Per un risultato ottimale è bene che il letto abbia una base uniforme e piuttosto rigida, invece della tradizionale rete. Se si sceglie una rete a doghe, gli interspazi non dovrebbero essere superiori ai 6 cm. ■

## Vitalis in Coop

Anatomici, ergonomici, ortopedici, sono i materassi Vitalis – marchio che produce sistemi di riposo di qualità, materassi e reti rigorosamente italiani – in assortimento continuo in molti Super e in alcuni Mini di Unicoop Tirreno: si acquistano su prenotazione e la consegna a domicilio è gratuita sull'intero territorio nazionale.

Per tutto il mese di maggio saranno in promozione per i soci in tutti gli Iper, Super e in alcuni Mini 4 materassi Vitalis – 2 ergonomici in *Heliocell* indeformabile sottovuoto, uno ergonomico a molle indipendenti e un *Memory Foam* viscoelastico termoregolatore – e due reti a doghe (strette e larghe) in faggio. Disponibili e ordinabili, oltre alle misure standard, anche i fuori misura.



## Buon riposo

Trovare il materasso più adatto alla propria schiena è impresa molto costosa. A prescindere dal fatto che si opti per le molle, per il *Memory Foam* o per il lattice di origine vegetale o meno, infatti, i prezzi dei marchi più famosi (e affidabili) sono decisamente elevati. Ma in un acquisto del genere è bene tenere presente che l'investimento dovrebbe durare 10 anni almeno e questo è possibile solo se i materiali sono di buona qualità. Oltre che costosa, poi, l'impresa è anche complicata dalle molte variabili da prendere in considerazione: altezza, età, peso, possibili allergie e tipologia della struttura ossea di chi dovrà dormirci sopra. Purtroppo non esistono criteri per valutare quanto un materasso sia veramente confortevole e adatto alla spina dorsale di chi lo vuole comprare. Esistono sì studi scientifici – e uno

di questi è una ricerca pubblicata su "Lancet" nel 2003 – che suggeriscono di evitare gli eccessi e optare per una rigidità media, ma si tratta di indicazioni di massima. L'unico modo per capire qual è il materasso più adatto alla propria schiena, alla fine, resta sempre quello di effettuare una prova, tenendo presente che i modelli più duri si adattano meglio ai fisici molto robusti, quelli più morbidi vanno bene per le persone molto magre, per i bambini e gli anziani.

Una buona soluzione, al momento dell'acquisto, potrebbe essere quella di optare per materassi confezionati sottovuoto, facili da trasportare e da riporre (per esempio, in caso di uso per ospiti o per una seconda casa). Ma va ricordato che questo tipo di confezionamento è possibile per quasi tutti i tipi di materiali tranne che per le molle, difficilmente comprimibili nel sottovuoto.

## Nota

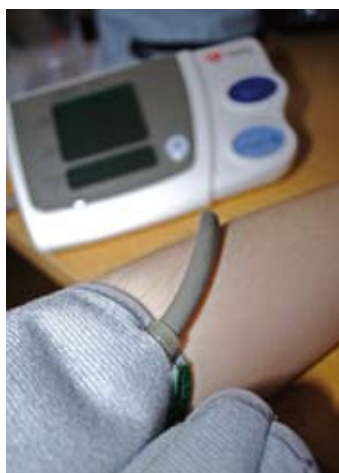
A causa di un refuso il prezzo del Tv Sony KDL-40BX420 riportato nella tabella a pag. 55 di Nuovo Consumo di marzo (n. 214) è sbagliato. Ce ne scusiamo con i lettori.

# La giusta misura

**Abbastanza affidabili i misuratori in commercio, ma la pressione bisogna saperla misurare, in stato di riposo, sempre alla stessa ora, e senza farsi prendere da ansie e ossessioni.**

■ **Daniele Fabris**

**U**n piccolo giramento di testa, un po' di spossatezza, un gesto di precauzione verso il proprio fisico... Misurarsi la pressione da soli, con apparecchi "domestici", è diventato un gesto comune. Niente più farmacia, tanto meno file dal dottore, basta un piccolo apparecchio e qualche piccola operazione a darci sul display la "massima" e la "minima".



## Strumenti di precisione

Che quello dei misuratori digitali di pressione sia un mercato di tutto rispetto è facile dedurlo dai dati dell'*Istituto Superiore di Sanità*, che indicano come più del 30 per cento di uo-

mini e donne tra i 35 e i 74 anni siano stati diagnosticati come ipertesi. Un pubblico enorme al quale si rivolgono decine di aziende diverse con prodotti tradizionali o digitali, da polso o da braccio, con offerte che partono da poche decine di euro fino a superare abbondantemente il centinaio per gli apparecchi più sofisticati. Un'offerta talmente ampia da far perdere il senso di orientamento anche al consumatore più accorto. Che può rischiare di portarsi a casa un apparecchio poco preciso, o troppo complicato da usare, in grado, in tutti e due i casi di indurlo in un errore che può comprometterne la salute, o la tranquillità.

## Fuori pericolo

Per la verità, sul fronte dell'affidabilità gran parte degli sfigmomanometri in vendita sul mercato sembrano in grado di evitare pericoli di questo genere. Per lo meno a giudicare dai test indipendenti delle associazioni dei consumatori europee. Esempio, per esempio, quello condotto dall'*Acsi*, l'*Associazione dei consumatori della Svizzera italiana*, che ha messo alla prova decine di modelli da polso e da braccio con una verifica molto rigorosa, esaminando prima il funzionamento dei singoli apparecchi attraverso un simulatore e, poi, effettuando prove cliniche su 32 persone, che si sono sottoposte di volta in volta alle misurazioni con gli apparecchi di riferimento (manometro più stetoscopio) e poi con i misuratori del test.

Le misurazioni svizzere sono state anche effettuate con le batterie scariche, per testare l'affidabilità dei prodotti, così come sono stati messi alla prova l'affidabilità del sistema pneumatico e robustezza dei prodotti. I giudizi finali, dopo questa lunga sessione di prove, sono stati sempre per lo meno sufficienti, segno che la

## Stato pressorio

### Qualche consiglio per misurare al meglio la pressione.

- > Misurare la pressione in posizione di riposo e tranquillità.
- > Non bisogna aver fumato nei 15-30 minuti precedenti né avere assunto caffè o altre bevande contenenti caffeina.
- > Evitare di fare movimenti e di agitarsi durante le misurazioni.
- > La posizione ideale è seduto con il braccio disteso sul tavolo in posizione naturale. È bene che il braccio sia alla stessa altezza del cuore.
- > Ricordare di sistemare bene il manicotto, che deve aderire perfettamente al braccio. Se è troppo stretto o troppo largo, le misurazioni possono risultare falsate.
- > La misurazione va effettuata le prime volte su entrambe le braccia, poi sempre sullo stesso braccio, quello dove il valore è risultato più elevato.
- > Meglio aspettare qualche minuto tra una misurazione e l'altra.



tecnologia dei produttori è in grado di accontentare anche le esigenze di un pubblico così vasto.

## Prova d'intelligenza

Tutto tranquillo, insomma, nella scelta e nell'uso di queste macchinette? Non proprio, visto che non sempre è sufficiente acquistare il prodotto migliore per liberarsi dall'ansia.

L'apparecchio va usato con intelligenza, avvertono i medici. Tanto per capirci, il consiglio è di acquistarlo se si è ipertesi o affetti da malattie cardiovascolari. In questi casi, infatti, controllare periodicamente la pressione può risultare davvero utile per prevenire mali peggiori. L'importante, però, è che il controllo non diventi un'ossessione, una pratica da ripetere più volte al giorno, magari senza che ve ne sia alcun bisogno. Altro rischio è quello di farsi trasportare dal fai da te e sostituirsi al medico. Una figura, invece, importante non solo per interpretare le misurazioni, ma anche per spiegarci come usare gli apparecchi domestici. È bene, per esempio, procedere sempre orientativamente alla stessa ora, perché la pressione cambia nel corso della giornata, spiegano i medici. Sembrano indicazioni superflue, ma utilizzare male lo strumento o misurare la pressione nel momento sbagliato può provocare inutili spaventi.

## Alta pressione

Inutile farsi prendere dal panico, per esempio, dopo avere visto sul display un valore alto o insolito: la cosa migliore è far sgonfiare bene il manicotto e ripetere la misurazione. Ricordandosi che gli apparecchi digitali tendono sempre a sovrastimare il dato di misura e che il battito cardiaco cambia nei diversi orari della giornata e durante e dopo avere svolto alcune attività. Non ci si deve spaventare neppure se la pressione è più alta dopo avere svolto attività fisica o aver provato un'emozione. Sono fatti del tutto naturali, assicurano i dottori. Per quanto possano sembrare banali, allora, ecco i preziosi consigli degli specialisti. Qualunque forma di agitazione, anche minima, fa salire la pressione. Meglio misurarla dopo qualche minuto di riposo, preferibilmente in un luogo tranquillo. ■

# In buona salute

Una promozione lunga 2 mesi porta in Coop lo "Speciale salute".

57

**S**alute e bellezza in promozione ad aprile e maggio con uno "Speciale salute" dedicato ai soci. Nella prima metà di aprile negli Iper e nei Super di Unicoop Tirreno saranno i prezzi di aerosol, misuratore della pressione da braccio e termometro – tutti a marchio *Medifit*, linea specialistica di apparecchi elettromedicali e prodotti per la cura personale – a scendere, rispettivamente da 54,90 a 29,90, da 49,90 a 29,90 e da 29,90 a 19,90.

A maggio va in promozione un altro "tris" di prodotti innovativi dalle forme accattivanti della linea *Innofit*: l'idromassaggio plantare, il misuratore di pressione e il set di manicure/pedicure. Il prezzo è uguale per tutti e tre gli articoli che saranno in vendita a 19,90 euro l'uno ma in date diverse da Iper a Super; nei primi la promozione comincia il 24 maggio e termina il 6 giugno mentre nei secondi andrà dal 17 al 30 maggio.



### Medifit

**Apparecchio per aerosolterapia** a pistone, pratico e silenzioso con ampolla nebulizzatrice e doppia maschera adulti e bambini.

**Termometro** a infrarossi baby line rileva con la massima precisione e velocità la temperatura corporea, basandosi sul flusso di sangue arterioso della fronte.



**Misuratore di pressione** da braccio, preciso, affidabile e di facile lettura con visualizzazione automatica dello stato di salute del paziente grazie alla barra colorata sulla sinistra del display e all'apposito indicatore digitale, visualizzazione simultanea dei valori sistolici/diastolici/pulsazioni, data e ora, indicatore errore.

### Innofit



**Idromassaggiatore plantare** con tre modalità di funzionamento selezionabili, coppia di rulli per massaggio localizzato, piedini antiscivolo.

**Set manicure e pedicure** ricaricabile, a 2 velocità, asciuga smalto, 10 testine intercambiabili in dotazione tra cui solleva cuticole, testine per limare, dischi modellanti e lucidanti.



**Misuratore di pressione** da braccio completamente automatico con visualizzazione simultanea dei valori sistolici/diastolici/pulsazioni, valore medio delle ultime 3 misurazioni, allarme battito irregolare. ■



# Bianco antico

58

■ Eleonora  
Cozzella

“**Q**uesti, e mostrò col dito, è Bonagiunta, Bonagiunta, Bonagiunta da Lucca; e quella faccia di là da lui più che l'altre trapunta ebbe la Santa Chiesa in le sue braccia: dal Torso fu, e purga per digiuno l'anguille di Bolsena e la vernaccia”. Siamo nel XXIV canto del Purgatorio e Dante incontra nel girone dei golosi due personaggi: Bonagiunta Orbicciani, notaio e letterato lucchese, ma soprattutto colui che ebbe la Chiesa tra le braccia, cioè il Papa. Si tratta di Martino IV, che l'autore della *Divina Commedia* pone tra i peccatori di gola a spiare la sua proverbiale ingordigia. Per il piacere della tavola si racconta, infatti, che facesse morire e cuocere le anguille del lago di Bolsena nel buon vino della *Vernaccia*, affinché fossero più saporite.

L'informazione è importante perché testimonia in primo luogo che il famoso vino di San Gimignano è così an-

**Il vino bianco dai riflessi dorati che si accentuano con l'invecchiamento, tanto amato da Papi e aristocratici, forse deriva il suo nome, Vernaccia, da Vernaculum, che significa del posto, San Gimignano.**

tico da essere citato dal Sommo Poeta nel Medioevo, e poi anche che era talmente pregiato da finire nei calici e nei piatti del Pontefice.

E Martino IV non era l'unico Pontefice a vantarlo nella sua cantina. Infatti in uno scritto del 1541 Sante Lacerio, “bottigliere” di Paolo III, chiede per il Papa al comune di San Gimignano 80 fiaschi della *Vernaccia* che descrive come “una perfetta bevanda da Signori”.

L'unica cosa di cui questo sommelier ante litteram si rammarica è che se ne produca troppo poco: “et è gran peccato che questo luogo non ne faccia assai...”.

Non sbagliava affatto l'esperto enologo Lacerio perché la produzione di *Vernaccia* è sempre stata locale, quindi in passato le autorità comunali cercavano di limitare la sua esportazione. Adirittura nell'ordinanza delle gabelle di San Gimignano del 1276 si stabilisce una tassa di 3 soldi (una cifra notevole per l'epoca) per ogni soma di *Vernaccia* venduta fuori dal territorio.

## Mente locale

Anzi, lo stesso nome *Vernaccia*, secondo gli storici, potrebbe derivare da *vernaculum* cioè del posto, locale, ad indicare la sua tipicità in relazione al paese dove veniva prodotto. Secondo un'altra teoria, riportata nel Seicento dal poeta Marchio Lucidi, il nome deriverebbe invece da verno, cioè freddo, a indicare il clima in cui l'uva si troverebbe a maturare. Ma la prima etimologia sembra la più accreditata anche perché spiegherebbe l'utilizzo del nome *Vernaccia* per vitigni totalmente diversi, come quelli di Oristano e di Serrapetrona. In ogni caso, sul suo gradimento da parte di aristocratici ed esperti non c'è dubbio, dalla scelta di molti nobili di servirsene in occasioni importanti, come il banchetto di nozze del 1460 fra Bernardo Rucellai e Nannina de' Medici, sorella di Lorenzo il Magnifico, al giudizio del giovane appassionato Michelangelo Buonarroti che lo esalta come vino che



FOTO PABLO

“bacia, lecca, morde, picca e punge”. Un vino cioè allo stesso tempo dolce e astringente, tannico, acido e pungente. La descrizione parla comunque di un vino molto diverso da quello nelle bottiglie di oggi, poiché i vini come i prodotti gastronomici e le ricette, col tempo ovviamente mutano e si perfezionano. La *Vernaccia* che conosciamo noi è un vino bianco dai riflessi dorati che si accentuano con l'invecchiamento. Al naso è delicato con note fruttate e floreali, se giovane, e acquisisce il classico sentore minerale di pietra focaia, se invecchiato. In bocca è un vino asciutto, armonioso dalla gradevole sapidità e con un caratteristico finale di mandorla. A tavola dà il meglio di sé in abbinamento a piatti a base di pesce, e forse ancor di più con le carni bianche.

## Alla riscoperta delle origini

Certo per esprimere tutta la qualità per cui oggi è apprezzato la strada è stata lunga e difficile. Infatti dopo la grande fortuna dell'epoca medioevale e rinascimentale – come dicono anche dal *Consorzio della denominazione San Gimignano* – della Vernaccia si erano perse le tracce. Ma dopo la seconda guerra mondiale, i viticoltori della zona hanno preso in mano la situazione, riscoprendo le potenzialità economiche e qualitative dell'antico vitigno. Hanno cominciato allora un percorso virtuoso di valorizzazione delle vigne riuscendo a ottenere per primi in Italia nel 1966 la *Doc*, a cui è seguita nel 1993 la *Docg* (una *Doc* garantita), unica in Toscana per un vino bianco.

Sicuramente un motivo di orgoglio per i 177 produttori che in totale si prendono cura di 768 ettari di vigneti. Da questi, solo nel territorio comunale, si ottiene il vino ormai famoso nel mondo, la cui ultima vendemmia è da circa un mese sugli scaffali delle enoteche. Una vendemmia in controtendenza rispetto ad altre zone di Italia che hanno avuto problemi a causa delle condizioni meteo. Qui, la scarsità delle piogge non ha inciso sulla quantità e ha giovato alla qualità dell'uva, nonostante il caldo abbia accelerato la maturazione e costretto a vendemmiare qualche giorno in anticipo. I risultati dal punto di vista organolettico sono stati mosti dalle piacevoli aromaticità di frutta e un appagante risultato in bottiglia. ■

## Torre fazione

**Il paese dalle belle torri, antichi simboli di rivalità tra famiglie nobili, il suo Duomo e il suo gelato... di vino.**

La bellezza dal fascino medievale di San Gimignano già si pregusta arrivando in automobile, quando le sue famose torri (le famiglie nobili mostravano la loro importanza facendo a gara a chi la costruiva più alta) si stagliano all'orizzonte. Sorge su un colle che domina la Val d'Elsa ed era già un villaggio etrusco nel III secolo a.C. anche se il suo nome attuale è una dedica a San Gimignano da Modena, che avrebbe salvato il borgo dalle orde barbariche nel X secolo. Tra le opere da non perdere, c'è il Duomo o Chiesa Collegiata, consacrato nel 1148, strutturato su tre navate e impreziosito da affreschi di scuola senese (in particolare il Vecchio e Nuovo Testamento), opere di scuola fiorentina (Storie di Santa Fina), statue lignee e sculture. Ma se volete unire il buono al bello, andate a mangiare un gelato alla gelateria di piazza Duomo. Questo, secondo la guida internazionale *Lonely Planet*, è il secondo posto migliore del mondo dove palato e senso estetico trovano una sintesi perfetta. Tra i gusti del gelato ce ne sono di ispirati a prodotti tipici locali, dallo zafferano di San Gimignano all'immane Vernaccia.



## L'intervista

**La Vernaccia, un vino tipico strettamente legato a un territorio eppure apprezzato ben oltre i confini comunali (e nazionali). Ne abbiamo parlato con Tiberio Feltrin, caporeparto generi vari al Supermercato di Cecina (LI). I clienti dimostrano di apprezzare questo vino?**

«Sono i dati stessi a parlare. Se si considera che per i “vini tipici” abbiamo un giro d'affari di 700mila euro e che da sola la Vernaccia ne vanta 60-65mila, si può dire che ha conquistato una fetta dell'8 per cento circa di tutto il settore».

**Che cosa secondo lei piace della Vernaccia?**

«In primo luogo è un vino che ha un prestigio, nel senso che è stata la prima *Doc* d'Italia (e ora è anche *Docg*) e questo ne fa una produzione storica, affidabile. Inoltre ha un rapporto qualità prezzo molto interessante: si va da 4,20 a 6,75 euro. In assortimento c'è anche la versione *Riserva*, ottenuta dalle migliori uve selezionate e per la quale è previsto un periodo di affinamento non inferiore a 11 mesi in cantina e un ulteriore periodo di almeno 3 mesi in bottiglia prima dell'immissione al consumo».

**Avete produttori di riferimento?**

«Lavoriamo molto bene e da anni con *Le Chiantigiane*».

**In che periodo la Vernaccia ha più successo e i clienti sono informati o scelgono a caso?**

«Per le sue caratteristiche si vende di più da marzo a tutta l'estate anche perché si lega bene ai piatti di pesce. I clienti sono sempre più consapevoli e noi li aiutiamo anche con pomeriggi di orientamento in cui un *sommelier* tiene dei brevi interventi».

# Sei un baccalà

60

**N** ■ Silvia Inghirami

ella “Gran bank”, al largo di Terranova e lungo le coste del Labrador i merluzzi erano un tempo così numerosi che – narravano le cronache del XVI secolo – si pescavano anche con le mani. Oggi i banchi si sono drasticamente ridotti ma l’Atlantico riesce ancora a “sfamare” mezzo mondo. Ignari del loro triste destino questi pesci migratori, dopo aver

trascorso gran parte della vita nei mari artici, tornano da “grandi” nei luoghi di nascita, e qui trovano ad aspettarli ami e reti. Se l’eccessivo sfruttamento delle risorse ittiche ha quasi esaurito la pesca del merluzzo in Canada, il mar Baltico e il mare del Nord sono ancora sufficientemente ricchi

da approvvigionare i nostri mercati. E il Governo della Norvegia attua da anni una rigorosa politica di regolamentazione che ha favorito i processi di riproduzione. Così, dalla metà di febbraio alla fine di aprile milioni di merluzzi dell’artico giungono in Norvegia per deporre le uova, rendendo il Vestfjord una delle più grandi riserve di cibo del mondo.

## Sette bello

Qui si trovano le isole Lofoten, un arcipelago di 7 isole popolate da 24mila abitanti, dove si svolge il campionato mondiale della pesca del merluzzo: un posto bellissimo che gli italiani per di più ignorano e che riveste invece un

*Un pesce che viene da molto lontano, ma che è onnipresente nella tradizione gastronomica italiana che lo prepara alla genovese, alla livornese, alla vicentina, alla palermitana. Ma è stoccafisso o baccalà?*

ruolo determinante nella nostra tradizione gastronomica. Da queste isole oltre il circolo polare artico arriva, infatti, il 90 per cento del nostro stoccafisso e dalla Norvegia la maggioranza del baccalà (che in misura minore viene importato anche da Islanda, Portogallo e Spagna). L’Italia è da secoli tra i principali importatori del merluzzo salato ed essiccato norvegese, tanto che nelle isole Lofoten si può anche riuscire a scambiare qualche parola nella nostra lingua. «I Vraken (i classificatori di stoccafisso norvegesi) – riferisce **Valentina Tedepino** di **Eurofishmarket**, società di ricerca nel settore ittico – sanno che i veneti vogliono un prodotto molto magro che ben si adatta ad essere battuto nei rulli come tradizione culinaria impone, rispetto al prodotto un poco più consistente richiesto dai genovesi che lo ammolano in acqua prima di cucinarlo, mentre il mercato di Napoli, della Calabria e della Sicilia esige uno stoccafisso decisamente più grosso».

## In tutte le salse

Le stesse preferenze a livello regionale valgono per il baccalà. I maggiori consumatori sono veneti, genovesi, napoletani e siciliani, come dimostrano anche le ricette: baccalà alla napoletana, cotto al forno, con pomodoro, capperi e olive; baccalà alla genovese, in umido e con pinoli; baccalà alla palermitana e alla messinese, con patate e capperi o con l’uva passa e i pinoli; il baccalà alla vicentina (che però è stoccafisso) con latte e cipolle, il baccalà (in realtà stoccafisso) mantecato alla veneziana, con olio e aglio. Esiste un’antica tradizione di consumo anche a Livorno (baccalà alla livornese infarinato e cotto nel pomodoro) e ad Ancona (baccalà all’anconetana con patate stufate).

La riscoperta e la valorizzazione della tradizione gastronomica regionale



HANS-PETER FELD

ha favorito la ripresa dei consumi, schiacciati dall'ascesa di un altro prodotto norvegese, il salmone. Ma se i prezzi del baccalà non sono più così concorrenziali è perché la materia prima è ancora pescata: mentre salmone e trote spariscono dai fiumi e affollano le piscine, i merluzzi continuano a nuotare in mare. Anche per questo le carni del baccalà sono consigliate dai nutrizionisti: molte proteine e pochi grassi, che oltretutto sono quelli "buoni", gli omega 3.

## Sotto sale

Ma non tutto il merluzzo è... il merluzzo! Il pesce che può essere commercializzato come baccalà e stoccafisso è il *Gadus Morhua* e il *Gadus macrocephalus* (quest'ultimo pescato nel Pacifico, per di più in Alaska e di costo decisamente inferiore) che vengono sottoposti a processi

di salatura molto lunghi e laboriosi, della durata di 2-5 settimane. «Negli ultimi anni – spiega Tepedino – si trovano però



in commercio anche molva, brosmo, eglefino e altri gadidi in sostituzione del merluzzo nordico poiché meno pregiati, oppure prodotti simili al baccalà ossia merluzzi salati "freschi". La normativa stabilisce che il baccalà sia esclusivamente da intendersi il merluzzo nordico salato e stagionato. Se invece il merluzzo viene salato e il giorno dopo posto in commercio deve essere denominato "merluzzo nordico salato" e deve avere un prezzo inferiore». «Per potere discriminare tra i due prodotti – prosegue l'esperta – è possibile applicare sulla carne una piccola pressione con un dito per verificare l'uscita di una soluzione acquosa. Il baccalà ha carni disidratate poiché il sale e la stagionatura lo hanno in qualche modo "cotto"».

Attenzione quindi a leggere l'etichetta, ma anche ad aguzzare vista e olfatto: il buon baccalà deve avere un odore penetrante ma di pesce, una lunghezza non inferiore ai 40 centimetri, uno spessore non inferiore ai 3 centimetri nel punto centrale; la pelle deve essere chiara, bianca, non giallastra ma neppure bianchissima. ■

# Capita a fagiolo

**Un cannellino dal sapore intenso, ideale con la pasta o in vari tipi di zuppa. Il fagiolo dente di morto di Acerra, in Campania.**

L'economia agricola di Acerra, in Campania, è legata storicamente ai suoi numerosi canali d'acqua, i Regi Lagni, che attraversano i campi e delimitano i confini del suo territorio. Già in età pre-romana le campagne di Acerra erano attraversate dal Clanio, un fiume importante per l'agricoltura della pianura campana e fondamentale per l'irrigazione e il rifornimento idrico in genere di tutta la zona. Gli storici e gli scrittori dell'antica Roma raccontano che la rete idrica creata dal Clanio divenne così disordinata e ramificata da creare problemi: il fiume aveva molti canali affluenti e Acerra, a causa delle inondazioni, si trovò circondata da una enorme palude. Lo sbarramento creato dalle acque non fermò le attività agricole: dopo un lungo periodo di crisi seguito alla caduta dell'impero romano e al susseguirsi delle lotte tra longobardi, bizantini e saraceni che si contesero questa fertile pianura, dall'Anno Mille ripresero le coltivazioni e l'attività economica. Nel corso del XVI secolo furono avviate le prime opere di bonifica della zona, furono costruiti ponti e canali che consentirono l'emersione di numerosi lotti di terreno.

Il canonico Andrea Sarnataro, autore di un diario quotidiano degli avvenimenti in Acerra dal 1736 al 1771, menziona in più parti i fagioli bianchi, cannellini, in contrapposizione ai "mostrati" (così si definivano in dialetto i fagioli con l'occhio). La descrizione della coltivazione dei fagioli nelle campagne acerrane è riportata in più testi sulla storia della città ma la più interessante e significativa del cosiddetto **fagiolo dente di morto** si trova nella *Guida Gastronomica d'Italia* pubblicata dal *Touring Club Italiano* del 1931. Nella guida i fagioli sono indicati come la specialità di Acerra, al tempo esportata addirittura in America. Il nome è legato al colore bianco opaco, simile appunto al colore dei denti di un morto. Il commercio di questi fagioli fu un'attività economica molto significativa dall'inizio del Novecento fino agli Anni Settanta. Le famiglie Messina e Cucco erano specializzate nella commercializzazione del fagiolo, tanto da avere un proprio marchio per l'esportazione. Caratterizzato da piante a cespuglio, non rampicanti, di colore verde intenso, e tradizionalmente seminato in due diverse epoche, aprile e luglio, per contare su due diversi periodi di raccolta, il **fagiolo dente di morto** viene coltivato secondo pratiche ecocompatibili. Ha buccia sottile, quasi impercettibile al palato, e cuoce rapidamente, caratteristiche che si sono fissate nel tempo in virtù della coltivazione su terreni di natura vulcanica ricchi di elementi nutritivi. L'eccellente pastosità e il sapore intenso ne fanno un ingrediente caratteristico della tradizione gastronomica napoletana: pasta e fagioli innanzitutto e svariate zuppe. ■



### Sfoglia al caprino

#### Ingredienti per 4 persone

- 250 g di pasta sfoglia ■
- 2 uova ■
- 1,5 dl di latte ■
- 1 mazzetto di asparagi ■
- 1 formaggio di capra morbido ■
- 10 g di burro ■
- 1 spicchio d'aglio ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■

#### Preparazione facile

Tempo 30 minuti

Costo medio

#### Preparazione

Scottare gli asparagi per 10 minuti in acqua bollente salata, quindi togliere la parte più morbida e farla saltare in aglio e olio, sale e pepe. Imburrare uno stampo a cerniera e rivestirlo con la pasta sfoglia. Distribuire gli asparagi sulla pasta, sbattere le uova, diluirle con il latte e versare sugli asparagi. Dividere il formaggio a dischi abbastanza spessi e aggiungerlo all'impasto. Spolverizzare con il pepe e fare cuocere a forno caldo per circa 10 minuti.



#### Abbinamento

Per questo assaggio si può provare un buon **Bianco di Pitigliano Doc.**

#### La dietista

**534 Kcal a porzione**

Carboidrati ● Proteine ● Grassi ●●● Colesterolo ●●

La pasta sfoglia arricchisce di grassi gli ingredienti semplici di cui si compone la ricetta. Discreto anche il contenuto di colesterolo, dovuto all'utilizzo delle uova: attenzione, però, a non demonizzare quest'alimento comunque preziosissimo consumandone, come raccomandato, non più di quattro a settimana.



## Cornetti di prosciutto con insalata russa

### Ingredienti per 4 persone

- 10 fette di prosciutto cotto ■
- 400 g di patate ■
- 100 g di carote ■
- 100 g di fagiolini ■
- 200 g di piselli ■
- 50 g di sottaceti ■
- 1 vasetto di maionese ■
- ¼ di l di gelatina ■
- 4 uova sode ■
- 4 pomodorini ■
- Olio extravergine d'oliva ■
- Sale e pepe ■
- 1 cucchiaino di aceto ■

### Preparazione facile

Tempo 50 minuti

Costo medio

### Preparazione

Per l'insalata russa: lessare le verdure separatamente, sgocciolarle e tagliarle a dadini, escluso i piselli. Mescolare il tutto in una terrina, unire la giardiniera a dadini e condire con olio, sale, pepe e aceto, unire la maionese e mescolare accuratamente. Dividere le uova e svuotarle del tuorlo, dividere i pomodorini, togliere i semi, salarli e rovesciarli per espellere l'acqua di vegetazione. Disporre parte dell'insalata russa su un vassoio e con la rimanente riempire i coni ottenuti arrotolando il prosciutto. Appoggiarli sul vassoio, spennellarli con la gelatina preparata seguendo le istruzioni riportate sulla confezione e guarnire con le uova e i pomodorini ripieni di insalata russa e i tuorli sbriciolati.

### La dietista

**995 Kcal a porzione**

Carboidrati ● Proteine ●●● Grassi ●●● Colesterolo ●●●

Un pieno d'energia per questa ricetta gustosa e ricca di ingredienti, tra cui la maionese, condimento indispensabile per l'insalata russa. Da consumare, una volta ogni tanto, come piatto unico, magari accompagnandola con un contorno di verdure e un frutto. Sapevate che la gelatina è ricca di proteine?



### Abbinamento

Anche per questo assaggio va bene un buon **Bianco di Piti-gliano Doc.**



## Spiedini di acciughe e cozze fritte

### Ingredienti per 4 persone

- 30 cozze ■
- 20 acciughe fresche ■
- 2 albumi ■
- Pangrattato ■
- Prezzemolo ■
- Aglio ■
- 3 fette di pancarré ■
- Olio per friggere ■
- Sale e pepe ■

### Preparazione facile

Tempo 40 minuti

Costo medio

### Preparazione

Aprire le cozze a fuoco vivo, staccare i molluschi e metterli da parte. Aprire a libro le acciughe dopo aver tolto loro la testa e la lisca e mettere su ognuna un cucchiaino di trito di aglio e prezzemolo. Privare il pancarré della crosta e tagliarlo a dadini. Infilare su ogni spiedino, alternandoli, una cozza, un'acciuga arrotolata stretta e un dadino di pane fino ad esaurimento degli ingredienti. Sbattere gli albumi con sale, pepe e trito di aglio e prezzemolo e passare gli spiedini prima nel composto e poi nel pangrattato. Friggere gli spiedini in olio caldo fino alla completa doratura e servire.



### Abbinamento

Gusti più robusti che si abbinano bene, ad esempio, con un **Rosso Doc Montescudaio** giovane.

### La dietista

#### 229 Kcal a porzione

Carboidrati ● Proteine ● Grassi ● Colesterolo ●

Pesce azzurro per eccellenza, le acciughe sono ricche di grassi polinsaturi, indispensabili per la salute. La frittura non appesantisce il piatto, se si utilizza olio ben caldo, preferibilmente extravergine d'oliva, ricco di grassi monoinsaturi che, assorbiti dagli alimenti, ne migliorano il profilo nutrizionale.





## Bruschette con la caponata

### Ingredienti per 4 persone

- 2 carote ■
- 1 peperone ■
- 1 cipolla ■
- 1 melanzana ■
- 2 zucchine ■
- 2 patate ■
- 4 pomodori ■
- fette di pane casareccio alte 1 cm ■
- aglio ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■
- 1 mazzetto di basilico ■

### Preparazione facilissimo

Tempo 30 minuti

Costo economico

### Preparazione

Fare appassire la cipolla nell'olio e aggiungere progressivamente le carote tagliate a rondelle, le patate tagliate a dadini, la melanzana a cubetti, il peperone a strisce, le zucchine a rondelle e per ultimo i pomodori sbucciati, privati dei semi e tagliati a pezzetti. Fare cuocere fino a quando le verdure saranno morbide e distribuire sopra le fette tostate e agliate.



### Abbinamento

Con queste bruschette ancora un **Rosso Doc Montescudaio** giovane.

### La dietista

#### 375 Kcal a porzione

Carboidrati ● Proteine ● Grassi ●

Un'esplosione di colori, che negli alimenti significano ricchezza di sostanze bioattive ad azione antiossidante – vitamina C, carotenoidi, flavonoidi, licopene – che contribuiscono alla prevenzione dei meccanismi alla base delle malattie cronic-degenerative. Ottima scelta, dunque, per conciliare gusto e salute.



**COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI**

## Innovazione e Qualità

dettaglio "Shangai – 64 alloggi"  
Livorno

Edilizia  
Civile



Restauro e  
Ristrutturazione



Realizzazioni  
Commerciali



Turistico  
Ricettivo



Infrastrutture e  
Urbanizzazioni



Edilizia  
Industriale



## Saper interpretare il territorio

"Stabilimento balneare Paradisino"  
San Vincenzo - Livorno



Attestazione  
SOA



Qualità  
ISO 9001:2008



Sicurezza  
OHSAS 18001:2007



Ambiente  
ISO 14001:2004



Responsabilità Sociale  
SA 8000:2008

**C.L.C. Soc. COOP.**

VIA BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO

Tel. 0586-868711 Fax 0586-867376 [www.clc-coop.com](http://www.clc-coop.com) - e-mail: [info@clc-coop.com](mailto:info@clc-coop.com)

enneci

67

semi **seria** di Simona Marchini

## Sul più bello

*Nel nome della bellezza, dell'arte, della storia, del rispetto dell'identità di nazione. La difesa del Belpaese a cui bisogna educare i più giovani.*

**A**ria di primavera, aria di novità. Qua e là incontro delle piante in fiore, delle camelie carnose e sfrontate, dei gerani coraggiosi. E Roma è invasa dalla luce che la esalta e la rende "donna" seduttiva e materna insieme. Un grande grembo pieno di voci, di vite intrecciate, un crogiuolo del mondo. Bella e dolente, troppo spesso sedotta... E abbandonata!

Quando impareranno (non mi sento complice del mucchio) a rispettarla, a volerle bene, a darle finalmente la dignità che merita?

Sere fa ho visto la trasmissione di Iacona sul degrado culturale del Paese. Ho visto gli Archivi di Stato che sopravvivono (e non per molto) alla corrosione del tempo. Documenti firmati da Michelangelo, l'ultimo scritto di Giordano Bruno la notte prima del rogo, e così via. E testimonianze anche internazionali preziosissime. Noi, depositari della storia del mondo, che facciamo? Lasciamo morire lentamente anche l'impegno dei più appassionati e volenterosi addetti ai lavori. E fuori di qui? In Francia, per esem-

pio, c'è un forte contributo dei privati al sostegno del patrimonio artistico, in cambio di vantaggi fiscali, come succede in tutto il mondo. Ma c'è anche un'educazione all'orgoglio nazionale, alla difesa dell'identità. Ovviamente senza straripare nel nazionalismo fanatico e xenofobo, per carità! Ma il senso d'appartenenza e di "gratitudine" alla vita per averci fatto nascere in un Paese unico al mondo, dove pare che gli dei si siano divertiti a approfondire doni, quasi a gara, per la varietà e ricchezza di ciò che ci circonda. E allora? Impegnamoci a educare questo Paese meraviglioso e autolesionista insegnando ai nostri bambini l'amore e il rispetto per ciò che abbiamo. La nostra è un'identità senza pari al mondo. Cerchiamo di ricordarcene, qualche volta, anche se troppo spesso chi ci rappresenta è totalmente al di sotto dei meriti e dei pregi del Paese.

È tempo di essere "guerrieri" di bellezza e di rispetto, di dignità e di pedagogia. Ciascuno di noi è una cellula preziosa di un grande corpo che respira: il nostro bellissimo Paese. Meritiamocelo! ■

Reazioni umane normalissime diventano patologia, parole come stress, ansia, trauma entrano nel linguaggio quotidiano come pane e caffè, le "carenze emotive" sottoposte a diagnosi e terapia perché la società ci vuole tutti felici e contenti, senza incertezze. Ma questo "abuso" di psicologia non sarà una nuova versione del conformismo?

## Psycho

■ Rita Nannelli

Essere preoccupati per qualcosa è diventato "sindrome da ansia generalizzata", chi è timido e predilige il silenzio al ronzio della vita quotidiana è un "ansioso sociale", ma è addirittura affetto da "fobia sociale" se è più riservato del "normale" che oggi significa staccare la spina (anche del computer) almeno qualche ora al giorno. Bambini che dicono di sentirsi stressati con la stessa frequenza con cui reclamano la nutella e parte la diagnosi di "stato di depressione o di trauma". Un rifiuto, un fallimento, sentirsi messi da parte, una delle tante piccole o grandi delusioni a cui nessuno sfugge, sono vissuti come "una minaccia all'autostima". E poi c'è "il deficit di accudimento" infantile che spiega tutti i problemi dell'adulto di morettiana memoria.

### Psico... analisi

Parole come ansia, stress, trauma, dipendenza, guarigione, crisi di mezza età e via così vengono usate per descrivere, anziché condizioni particolari, problemi reali o gravi disagi, stadi normali della vita, entrando a far parte dell'immaginario comune e del linguaggio.

Prendiamo una parola inflazionata come autostima o meglio carenza di autostima, perché a ben guardare la cultura terapeutica non parla tanto di emozioni quanto di carenze emotive. Esserne sprovvisti è una iattura: compromette la capacità di tenere sotto controllo la propria esistenza, dalle interrogazioni a scuola alle riunioni con i colleghi, alle relazioni affettive. In passato non averla non era associato a un problema emotivo, oggi la sua trasformazione di senso e il suo

uso e consumo senza precedenti riflette una tendenza più ampia, a detta di molti sociologi: l'adozione su larga scala di termini psicologici nel linguaggio quotidiano. È quella che gli addetti ai lavori chiamano psicologizzazione della vita

moderna. Negli Stati Uniti ci sono più terapeuti che librai, pompieri e postini, addirittura due volte di più che dentisti o farmacisti, solo poliziotti e avvocati non si lasciano superare. Ma anche dalle nostre parti una grande varietà di professioni – insegnanti, avvocati e operatori sociali – hanno assimilato un'etica e una pratica terapeutiche.

### Terapia intensiva

«È il bisogno di rassicurazione che agita le menti in questi tempi confusi, che porta a medicalizzare anche reazioni umane normalissime – commenta Mara Tognetti, sociologa della salute all'Università di Milano-Bicocca, dove dirige l'Osservatorio e Metodi per la salute e presiede il Master Sistemi Sanitari Medicina Tradizionali e non Convenzionali –. Il processo di individualizzazione che caratterizza la nostra società ci rende sempre più fragili, si allentano i legami sociali e di solidarietà. Aumenta così l'insicurezza e si ha sempre più bisogno di essere accompagnati nell'assolvere i ruoli familiari e sociali. Ma c'è di più: l'imperativo che bisogna essere felici, che ogni problema o malattia va, può e deve essere curata». Insomma la tanta (troppa?) psicologia giornaliera sarebbe una sorta di "nuovo conformismo" per dirla con il titolo del libro di un altro sociologo, Frank Furedi, *Il nuovo conformismo. Troppa psicologia nella vita quotidiana* (Feltrinelli), in cui scrive "L'imperativo terapeutico che si va diffondendo promuove non tanto l'autorealizzazione quanto l'autolimitazione. [...] Si può individuare nell'istituzionalizzazione di un'etica terapeutica l'avvio di un regime di controllo sociale. La terapia, infatti, come la cultura più vasta di cui fa parte, insegna a stare al proprio posto. In cambio offre i dubbi benefici della conferma e del riconoscimento". La diagnosi diventa così il conforto e il sollievo dell'uomo contemporaneo.

### Emotivi anonimi

E il sociologo va oltre avanzando appunto l'ipotesi che si stia diffondendo un pensiero unico omologante che ci



# Un artista con i baffi

**C**hi ha visto *Midnight in Paris* di Woody Allen, in cui un giovane sceneggiatore viene catapultato nella Parigi dei ruggenti Anni Venti, fatta di celebri scrittori, pittori, registi, da Ernest Hemingway a Francis Scott Fitzgerald, da Gertrude Stein a Pablo Picasso, a Luis Buñuel, lo ha riconosciuto sicuramente, con gli occhi sgranati e i baffi bizzarri e curatissimi. A **Salvador Dalí**, il Vittoriano, a Roma, dedica una mostra – fino al 1° luglio –, in collaborazione con la *Fondazione Gala-Salvador Dalí*, per indagare attraverso documenti, fotografie, disegni, lettere, progetti, oggetti, il pittore, il disegnatore, il pensatore, lo scrittore, l'appassionato di scienza, l'illustratore, l'orafo, il cineasta, lo scenografo. Dalí è stato tutto questo, perché l'opera d'arte è un continuo, ininterrotto clamore; e allora per l'autore de *Il Senso della malinconia* e di *Autoritratto con la pancetta* (in mostra), che lavorò con Alfred Hitchcock – alla ricerca di atmosfere



oniriche – e collaborò con la *Disney*, va bene anche il mondo della pubblicità, dello spettacolo, dei giornali, dei pettegolezzi: in questo che per il pittore spagnolo è il migliore dei mondi possibili c'è tutto quello che occorre per divertirsi. Ironico, paradossale, patrono delle Avanguardie e controverso interprete del Surrealismo (c'è chi dice che Dalí è il Surrealismo), in lui – come in D'Annunzio, personaggio anch'esso sempre al centro della scena – l'arte e la vita coincidono: basta sciogliere le briglie dell'immaginazione, evocare con la luce e i simboli, rimandare, invocare, svelare. E in mostra è appunto l'uomo e l'artista, un po' icona un po' fantoccio, da seguire nei suoi viaggi per l'Italia, negli incontri, come quello con Anna Magnani, con Luchino Visconti e Federico Fellini, per capire come Dalí ha “dalinizzato” il mondo.

**Info Salvator Dalí**, Complesso del Vittoriano, via San Pietro in Carcere - Roma; fino al 1° luglio tel. 06.6780664; e-mail: museo.vittoriano1@tiscali.it; [www.comunicareorganizzando.it](http://www.comunicareorganizzando.it)

## Fantastica fantastica esta siesta...

**L**a vecchia canzone della Carrà ben si adatta, con un leggero ritocco, alla nuova tendenza in arrivo da Parigi, il sonnellino al bar. Dopo pranzo nel *bar à sieste* per 12 euro si hanno a disposizione una piccola alcova con lettino o poltrona massaggianti, luce soffusa e musica dolce, 15 minuti di pisolino e si riparte per completare l'agenda della giornata. Dietro c'è il principio del micro sonno riparatore che consente al cervello di rigenerarsi in una ventina di minuti. In Giappone il sonnellino è obbligatorio in molte aziende, a New York gli *Yelo spa*, i supermercati del benessere, fanno boom. Era ora che anche in Europa si attrezzassero locali ad hoc per darci la ricarica. Sogni d'oro che gli italiani non si lasceranno scappare, e baristi e ristoratori stanno fiutando l'affare, anzi gli affari d'oro. Perché, se da bambini quell'oretta di riposo forzato era un incubo, da grandi pagheremmo, e in molti già pagano, per un sonnellino che dura, però, sempre troppo poco.

vuole sempre sorridenti, felici, estroversi, mai confusi. E pensare che un tempo il dubbio era fonte di conoscenza; che nella noia e nell'angoscia incontriamo noi stessi, che la complessità della mente e del mondo andrebbero assecondate o gestite, che sofferenza, tormento, gioia richiedono capacità. E, invece, con questo nuovo conformismo emotivo i moti dell'anima, come li chiamerebbero i filosofi appunto, quelli che ti rendono vivo e vegeto, rischiano l'assopimento se non addirittura l'evaporazione. E in questo i mass media fanno la loro parte, Tv in testa con reality e talk show. «Anche grazie ai mezzi di comunicazione si sta diffondendo una cultura che incoraggia il ricorso agli esperti – afferma Tognetti –. Non c'è quotidiano o settimanale che non abbia uno spazio dedicato ai temi del benessere e della salute anche psicologica, contribuendo ad incrementare le conoscenze fra la gente e incidendo sull'incremento della domanda di psicoterapie».

## Umano troppo umano

Ma qualche dubbio comincia a farsi strada anche tra gli psicologi: non sarà che si cerca una terapia facile all'uso per evitarla proprio la sofferenza, perché non si accetta la condizione umana per quello che è? «Esiste il rischio, connesso alle modalità di comunicazione tipiche della società attuale, di una banalizzazione o di un'eccessiva superficialità nell'affrontare certi temi – risponde **Mariacandida Mazzilli**, psicologa e psicoterapeuta, responsabile del sito [www.psicologiadonna.it](http://www.psicologiadonna.it) –, ma anche se non tutti hanno bisogno di una psicoterapia, rimane il fatto che il diffuso invito ad analizzare e ad accettare la propria vulnerabilità, con o senza l'aiuto di un esperto, costituisce una valida forma di prevenzione dei disagi psichici veri e propri. Decenni (ma dovremmo dire secoli) di reticenze e difficoltà hanno prodotto infinite distorsioni sul piano culturale e sociale. Vulnerabilità e fragilità possono essere, paradossalmente, punti di forza – sottolinea la psicologa –, accettare un proprio limite o avere necessità di dividerlo è il segnale di una grande evoluzione». Evitando gli eccessi, perché appunto non tutte le sofferenze hanno bisogno della ricetta. ■

**Dagli iceberg al rubinetto: il lungo viaggio dell'acqua che si scioglie per dissetare le zone più aride del Pianeta. Una sfida della scienza che sta per diventare realtà.**

# Acqua con ghiaccio

■ **Patrice Poinssotte**

**C**risi idrica, siccità, un Pianeta sempre più assetato. E se la soluzione venisse dagli iceberg? A rompere il ghiaccio – anche in senso letterale – è stato l'ingegnere francese Georges Mougin con l'ambizioso progetto di trasportare borgognoni (iceberg in italiano antico) dalla Groenlandia per dissetare le zone più aride del Pianeta. Una sfida tecnico-scientifica solo all'apparenza bizzarra.



## Il grande freddo

**Non tutto il ghiaccio si chiama iceberg.**

Il ghiaccio che troviamo negli oceani è principalmente di due tipi: quello che si forma dalla caduta della neve sulle superfici continentali, e quello che si forma direttamente nell'acqua, i ghiacci di mare (la banchisa). È il primo, per effetto del congelamento conseguente al cumulo di neve e per compattazione di quest'ultima in ghiaccio, ad originare gli iceberg. Cause diverse, diversi effetti: è lo scioglimento degli iceberg che provoca l'innalzamento del livello del mare, non quello della banchisa. Per verificarlo, senza andare al Polo Nord, fate un salto in cucina, riempite un bicchiere d'acqua e, dopo aver aggiunto un cubetto di ghiaccio, segnate il livello e aspettate. Che cosa succede? Niente. La fusione del ghiaccio non altera l'altezza del liquido. È esattamente la stessa cosa per la banchisa, mentre l'iceberg, essendo un'enorme massa di ghiaccio staccata da un ghiacciolo continentale, fa aumentare il livello del mare quando ci "casca" dentro. Come il cubo di ghiaccio nel vostro cocktail preferito. È principalmente la fusione delle calotte polari che contribuisce, invece, all'innalzamento del livello degli oceani: si valuta che dei 100 metri d'aumento del livello del mare registrato negli ultimi 1.500 anni, solo 10 metri sono imputabili agli iceberg.

## Strada ghiacciata

Vediamo da vicino di che cosa si tratta. Evaporata con l'aumento delle temperature, ricompare sotto forma di enormi cubi di ghiaccio al largo del Canada. Ogni anno, infatti, una parte dell'acqua volatilizzata dalle zone calde del Pianeta riappare in Groenlandia, ma questa volta allo stato solido, gli iceberg appunto. Dal vapore al ghiaccio, la natura ciò che toglie all'uomo da una parte lo restituisce altrove, e questo processo accelera col riscaldamento climatico: da 400 negli Anni Settanta, il numero supera oggi annualmente le 1.000 unità. Sono quindi milioni di litri d'acqua dolce che si staccano dalla più grande isola del mondo e che vanno a sciogliersi e scomparire nell'oceano Atlantico. Un vero e proprio spreco. Gli iceberg sono, infatti, composti d'acqua dolce pura ghiacciata da 1.200 anni e ogni anno rappresentano l'equivalente del consumo mondiale di acqua potabile che va a finire, inutilizzato, in mare. Ed ecco allora l'idea: prelevare una piccola parte di quello che la natura ci restituisce e ridistribuirlo nella rete idrica. Un'idea che l'ingegnere francese, diplomato all'École Nationale Supérieure d'Arts et Métiers, aveva già avuto nel 1975. Appoggiato dal principe saudita Mohamed al-Faycal, propose di portare iceberg dall'Antartide in alcune isole tropicali per usarli come riserve idriche naturali ma, per mancanza di fondi, il progetto è rimasto congelato...

## L'arte di rimorchiare

Col nuovo millennio e l'aggravarsi della crisi idrica, il gioco vale davvero la candela: un iceberg di 30 milioni di tonnellate potrebbe, infatti, fornire 30 miliardi di litri d'acqua potabile, cioè il consumo annuale di una città come Genova! La sfida tecnologica è ardua dato che mai un carico così pesante e ingombrante è stato fino ad oggi trasportato, ma il progetto di Mougin si sta per realizzare. Nell'ufficio progetta-

zione di *Dassault Système* dal 2009 un gruppo internazionale di esperti composto da ingegneri, meteorologi, oceanografi e glaciologi, sfida gli elementi: studia metodi per catturare un iceberg al largo di Terra Nuova, fargli attraversare l'Atlantico e portarlo fino alle Canarie, tutto questo ovviamente senza farlo sciogliere. Simulazioni numeriche d'avanguardia e animazioni grafiche tridimensionali lo confermano: l'impresa è fattibile. L'iceberg a portata di rubinetto non è più un sogno, dopo anni di calcoli "il carico eccezionale" è ormai pronto a partire. I calcoli prevedono un periplo di circa 141 giorni, alla media di 2 chilometri orari, per convogliare il gigante di ghiaccio dalla Groenlandia fino alle Canarie, isole prosciugate dal riscaldamento climatico e dalla pressione antropica.

## Brivido caldo

Ma come impedire lo scioglimento dell'iceberg nelle acque calde della corrente del Golfo? Ecco un'altra sfida per la scienza, una gara contro il caldo che gli ingegneri hanno deciso di affrontare con il materiale usato per proteggere i ghiacciai dallo scioglimento negli Alpi: impacchettarlo con uno speciale telo protettivo in modo da isolarlo dall'acqua di mare. Una cintura galleggiante insomma alta 12 metri (6 metri sopra e 6 metri sotto il livello del mare) per preservarlo dall'erosione. Tecnicamente si tratta di usare l'acqua dolce sciolta come materasso protettivo, una sorta di doppio vetro isolante. In base alle simulazioni numeriche questo sistema consentirebbe una perdita di massa durante il viaggio del 38 per cento.

Saranno le forze della natura a trascinare il blocco di ghiaccio di 7 milioni di tonnellate attraverso l'Atlantico: le correnti marine sostenute dal vento tramite particolari aquiloni da traino (gli *skysail*) avranno il compito di portare il colosso bianco intero e integro al traguardo, a Tenerife. L'Argonaute, il gigantesco rimorchiatore francese, avrebbe solo la funzione di correggere la rotta durante la navigazione. Una mossa intelligente questa, che consente un risparmio notevole di carburante e un bilancio carbonio dell'operazione ridotto al massimo. La spedizione, per ora, è stata compiuta virtualmente senza intoppi. Ben presto dunque i residenti delle Canarie potrebbero doversi abituare a un panorama alquanto insolito: un iceberg davanti alla costa... al largo del Marocco. ■

# Telecomando iO

**Con l'elettromagnetismo e i raggi infrarossi il segreto del potere è nelle nostre mani, di quando si preme il telecomando, s'intende.**

La trasmissione non vi piace? La pubblicità è troppo lunga? Siete stanchi e purtroppo senza super poteri? La scienza è "nelle vostre mani", pronta a sostenere il telespettatore disperato. Grazie all'elettromagnetismo, basta premere un pulsante e dalla poltrona il televisore obbedisce: si orienta il telecomando nella direzione giusta per accendere, spegnere, regolare il volume, cambiare il canale. Vero strumento di potere, con l'Excalibur dei tempi moderni gli ordini non sono trasmessi da onde sonore, come ai tempi di Re Artù, ma da raggi infrarossi. Elaborato da un piccolo componente elettronico, il *Led* (Light Emitting Diode), un segnale elettrico viene trasformato in una luce di lunghezza d'onda inferiore al rosso compresa tra 1 millimetro e 700 nanometri (la milionesima parte del millimetro)

quindi invisibile all'occhio umano. L'ordine è poi tradotto in codice binario,

1 il *Led* si accende, 0 si spegne, e questo consente di produrre dei segnali di strutture diverse in funzione del comando che vogliamo attivare. Per esempio, premendo il pulsante *off* del telecomando si manda una serie di numeri "10110101" al *Led*, sequenza numerica questa che viene

elaborata e poi trasmessa al televisore

sotto forma di segnale lampeggiante impercettibile per l'occhio. Arrivata a destinazione, l'onda elettromagnetica viene amplificata e decodificata in modo da ottenere tensioni continue necessarie alla sistemazione della televisione (volume, luminosità, colori ecc.). Ma il problema dell'infrarosso è la sua propagazione: fare centro non è facile come sembra. Manipolare la scatola a infrarossi, infatti, richiede abilità e precisione perché il raggio funziona solamente su qualche metro, esclusivamente in linea dritta e tutto questo senza ostacoli. Basta, infatti, un bicchiere, una pianta o una mano, opachi all'infrarosso, per ostacolare e impedire la diffusione del raggio. Bisogna quindi mirare bene, intuire correttamente la direzione del fascio prima di "fare fuoco" se vogliamo colpire il bersaglio a colpo sicuro, senza alterare la trasmissione dell'ordine. Meglio quindi fare *sapping* seduto in poltrona, i vantaggi sono molteplici: la postura comoda consente di combinare stabilità e precisione con conseguente risparmio di tempo e permette di operare in *multitasking*, consultando, per esempio, la guida dei programmi sul giornale di fiducia mentre si cambiano i canali. Aveva ragione Renzo Arbore: "Tu nella vita comandi fino a quando ci hai stretto in mano il tuo telecomando". ■



**Al parco, sul lungomare, sulla pista d'atletica, con l'arrivo della bella stagione correre è il modo più facile per rimettersi in forma. Ma anche la corsa ha le sue regole da seguire passo dopo passo.**

# Corsa maggiore

72

■ **Barbara Autuori**

Il sole splende, la temperatura sale, le giornate si allungano: ecco allora che, dopo le normali attività quotidiane, chiudersi tra le quattro mura di casa non sembra più così allettante. L'arrivo della bella stagione segna la ripresa dello sport all'aria aperta, uno su tutti: la corsa. Al parco sotto casa, sul lungomare o sulla pista d'atletica, correre è il modo più semplice per rimettersi in forma dopo i mesi invernali e per affrontare con più grinta l'arrivo della faticosa prova costume.

## Reazione a catena

«Il jogging è senz'altro il modo più efficace, rispetto alla quantità di tempo impiegato, per perdere massa grassa – conferma **Fulvio Massini**, consulente per l'allenamento e runner di lungo corso ([www.fulviomas-sini.it](http://www.fulviomas-sini.it)) –. A questo si aggiungono poi tutta una serie di altri



vantaggi legati al benessere psicofisico». Con l'attività fisica in generale, e dunque anche con la corsa, l'organismo produce non solo endorfine (i cosiddetti ormoni del benessere), ma innesca un rialzo dei livelli di serotonina, neurotrasmettitore che svolge un ruolo importante sull'umore, l'appetito e il sonno. «Sentirsi bene dopo una corsa è la molla psicologica principale che spinge a continuare l'allenamento che, in seconda battuta, ha effetti benefici anche sul piano metabolico» sottolinea l'esperto. Correndo, infatti, è possibile regolarizzare i livelli di colesterolo, trigliceridi e pressione: «Effetti che non di rado

innescano una reazione a catena con ricadute positive anche sull'alimentazione portando in maniera spontanea ad un'autoregolazione sul cibo». Un circolo virtuoso che si può raggiungere lavorando per gradi, senza fretta e assecondando le proprie capacità e caratteristiche fisiche.

**Primo obiettivo:**

arrivare a camminare per 1 ora consecutiva almeno 3 volte a settimana. «I principianti possono iniziare con una camminata senza pause: le prime volte sarà sufficiente mezz'ora, poi 60 minuti» afferma Massini, autore di una guida per podisti e maratoneti appena uscita in libreria (*Andiamo a correre*, Rizzoli editore, pp. 220, 15 euro). In questa prima fase l'importante non è il ritmo, che può essere più o meno veloce, ma non interrompere la camminata.

**Secondo obiettivo:** riuscire a correre 40 minuti di seguito. «Per raggiungere questo traguardo si possono scegliere 2 modalità – avverte l'esperto –: la prima prevede un'alternanza di corsa

## Prendere piede

**L'abbigliamento più adatto per i podisti.**

Che sia inverno o estate, l'abbigliamento migliore per correre deve consentire una buona traspirazione del sudore per evitare che la pelle resti umida. Nei primi allenamenti meglio optare per bermuda sopra il ginocchio invece dei calzoncini corti per evitare fastidiosi sfregamenti finché i muscoli dell'interno coscia non sono sufficientemente tonici. Scelta importante e delicata è infine quella delle scarpe. «La calzatura da corsa dipende dal tipo di appoggio nonché dal livello del podista», spiega il consulente per l'allenamento Fulvio Massini. Se la scarpa da corsa non è adeguata, infatti, si possono facilmente presentare problemi ai tendini, ai muscoli e alle articolazioni. Prima dell'acquisto, l'ideale sarebbe una visita dal fisioterapista che valuti il tipo d'appoggio. Una prova che si può effettuare anche nei negozi specializzati dotati di appositi supporti o comunque di tapis roulant.



e andatura al passo di 1 minuto ciascuna, per 10 volte». Questi 20 minuti totali vanno preceduti e seguiti dalla solita camminata.

L'altro schema prevede 15 minuti di camminata seguiti da 4-5 minuti di corsa per 2 volte. In entrambi i casi, con il progredire dell'allenamento, i minuti di corsa aumenteranno fino ad eliminare la camminata. Optare per l'una o l'altra modalità dipende, invece, dalle proprie caratteristiche fisiche: l'età, il peso e il livello atletico di ciascuno. «I più giovani o coloro che già fanno attività fisica possono adottare facilmente il secondo schema. Per le persone sovrappeso e più anziane di solito è consigliabile il primo approccio», spiega ancora Massini.

**Terzo obiettivo:** 60 minuti consecutivi di jogging. L'ora piena di corsa si raggiunge aggiungendo 5 minuti in più alla settimana ai 40 ottenuti con il secondo obiettivo.

## Pista prioritaria

Un traguardo alla portata di tutti a patto di lavorare con costanza e gradualità. «Se non ci sono particolari problemi, un training del genere si spalma generalmente su 2 mesi, ma è possibile realizzarlo anche in 3 o 4» sottolinea Massini consigliando di non stare mai fermi più di 2 giorni e di fare comunque dell'attività fisica che sostituisca la corsa. Se si è costretti ad uno stop più lungo, la ripresa dell'allenamento dovrà ripartire dallo step precedente all'obiettivo raggiunto. Indipendentemente dal livello acquisito, l'indicazione da seguire tassativamente è non iniziare né terminare una sessione d'allenamento senza degli adeguati esercizi di riscaldamento e defaticamento. Prima e dopo la corsa è importante fare dello stretching oltre a 3 o 4 semplici esercizi sul posto. Una precauzione per evitare strappi e contrazioni durante l'allenamento e per rilassare e restituire elasticità ai muscoli dopo lo sforzo. L'ultima avvertenza riguarda il luogo da scegliere per diventare dei buoni corridori: «Parchi o giardini con terreni erbosi – suggerisce l'esperto – sono l'ideale soprattutto per i principianti, ma si può correre anche sull'asfalto che è sempre meglio di uno sterrato impegnativo». Per gli amanti del mare anche la spiaggia può essere un'ottima pista, a patto però di essere già un po' allenati: la sabbia, infatti, è piuttosto impegnativa e può facilmente creare problemi muscolari. ■

# Fino all'ultimo

**Combatte mafia e illegalità stando nella strada con i cittadini e difendendo i più deboli.**

**L'Associazione Volontari Capitano Ultimo, nata per volontà del Colonnello Sergio De Caprio – nome di battaglia Capitano Ultimo – che ha arrestato il capo di Cosa nostra.**

**A**ttualmente vicecomandante del Noe, una lunga esperienza nel Ros dove con il nome di battaglia di Capitano Ultimo ha arrestato il capo di Cosa nostra Totò Riina, il Colonnello Sergio De Caprio, toscano, 50 anni, ha fondato e presiede l'Associazione Volontari Capitano Ultimo ([www.volontari-capitanoultimo.it](http://www.volontari-capitanoultimo.it)) che opera nelle strade della periferia romana.



**Quando e perché nasce l'Associazione?**

«Il 23 maggio del 2009, nella ricorrenza della strage di Capaci: con un gruppo di amici e colleghi abbiamo deciso di realizzare un progetto per combattere mafia e illegalità stando nella strada con i cittadini comuni e difendendo i più deboli. Perché legalità e rispetto delle regole passano prima di tutto attraverso la prassi sociale».

**Cosa fate concretamente?**

«Cerchiamo di rioccupare la strada, in origine luogo pieno di vita: in strada si gioca, si fa amicizia, ci si innamora. Con l'Associazione, una volta al mese, andiamo in processione e regaliamo il pane che produciamo nel nostro forno sociale. Con gli ospiti della nostra casa famiglia e con i volontari ci facciamo combattenti e testimoni di un'azione sociale che parte dal basso. Sempre con umiltà e mai con arroganza, con lo spirito del mendicante che non pretende nulla».

**Chi ospitate nella casa famiglia?**

«8 minori in regime residenziale, orfani o impossibilitati a restare in famiglia, in particolare figli di detenuti. Facciamo anche accoglienza diurna per una ventina di persone che ci segnalano i municipi. Abbiamo vari laboratori di formazione e un pub dove facciamo delle pizze buonissime con l'antico lievito madre».

**Come vi finanziate?**

«Con le rette dei minori paghiamo gli educatori. Il resto ci arriva dalla gente comune: privati che ci donano quello che possono».

**Di cosa avete maggiore bisogno?**

«Di tutto: volontari che ci diano una mano, fondi per finanziare i nuovi progetti di un maneggio di ippoterapia per disabili e un'area destinata a donne con bambini vittime di violenze. Ma soprattutto amicizia». ■

La vita, la morte, il compito della scienza, il ruolo di Dio. A colloquio con il genetista Edoardo Boncinelli, instancabile divulgatore scientifico.

# Così è la vita

74

## ■ Maria Antonietta Schiavina

**È** da poco uscito il suo ultimo libro dal titolo *La scienza non ha bisogno di Dio* (Rizzoli). Un viaggio straordinario alla scoperta di un mistero lungo quattro miliardi d'anni, e il professor **Edoardo Boncinelli**, fiorentino, classe 1941, instancabile divulgatore oltre che scienziato, ce ne parla dal suo studio milanese dove, quando non viaggia o non insegna, si rifugia in compagnia della musica a scrivere libri, cercando in modo chiaro e semplice di spiegare la vita, un mistero che da sempre affascina scienziati, filosofi, intellettuali e gente comune.

Lei è il perfetto esempio del divulgatore scientifico. Ma com'è nata la sua passione per la scrittura?

«Tutto è cominciato nel 1996, perché parlando mi sono reso conto che, anche se mi facevo capire, delle mie parole non sarebbe rimasto nulla».

Un lavoro il suo, lo ha dichiarato spesso, che è anche un hobby, l'unico. Ma non si stanca mai?

«No, perché lavorando mi diverto. Confesso che, fino a 30 anni, sono stato molto pigro. Poi ho conosciuto mia moglie che mi ha messo il turbo. Solo che da allora non mi sono più fermato e adesso lei brontola perché mi vorrebbe un po' più tranquillo».

Nel suo ultimo libro spiega che la vita organica non ha niente di divino e magico e che, come recita il titolo "la scienza non ha bisogno di Dio". Ma ne è davvero convinto?

«Convintissimo. Nei miei 40 anni di scienziato e in tutti gli anni precedenti non è mai stato necessario una sola volta scomodare l'ipotesi che ci fosse un Dio dietro le scoperte. Può darsi che non sia così, ma a me non risulta».

Il libro in pratica si domanda che cos'è la vita. Se dovesse spiegare a un bambino in parole semplici questo concetto, cosa gli direbbe?

«Che è movimento, continuità, perché non si è mai fermata, e soprattutto è ordine».

In questo momento, però, il mondo sta vivendo un grande disordine.

«Queste cose le dicono gli altri, ma io non le penso. E poi per ordine intendo quello della vita biologica: basta dare un'occhiata dentro gli esseri viventi per vedere come tutto è ordinato e preordinato. E come ogni cosa si svolge separando ciò che deve stare separato e unendo quello che deve essere unito».

Da genetista come vive l'attacco continuo contro la scienza e i suoi limiti etici?

«Il compito della scienza è quello di mettere sul tappeto sempre nuove questioni e non ci dovrebbe essere alcun limite al sapere scientifico. Al massimo, si potrebbe discutere delle sue applicazioni pratiche».

Le grandi domande sull'esistenza nascono in presenza del dolore, della malattia, della morte e difficilmente in quella della felicità. Ma che cos'è per Edoardo Boncinelli la felicità?

«Una sensazione di serenità, appagamento, soddisfazione e di qualcosa di più, che può dare solo il corpo e per brevi istanti. Beato chi può dire di averla



FOTO PORCARELLI

## Edoardo Boncinelli

Nato a Firenze nel 1941, risiede a Milano dove insegna alla facoltà di Filosofia dell'Università Vita-Salute San Raffaele. Ha guidato per anni laboratori di ricerca biologica molecolare dello sviluppo. Divulgatore scientifico fra i più seguiti, collabora con il *Corriere della Sera* e in 13 anni ha scritto 33 libri. Per Rizzoli ha pubblicato *Perché non possiamo dirci darwinisti* e *Lettera a un bambino che vivrà 100 anni*.

sperimentata spesso! Forse gli animali sono sempre felici, perché al contrario dell'uomo non si pongono domande».

**E l'amore?**

«È quasi tutto. Io non saprei concepire la vita senz'amore: anche in questo, però, siamo diversi dagli animali, che hanno la riproduzione e la sessualità, ma non l'amore romantico».

**Con tutti i pro e contro che comporta.**

«Sì, ma senza si muore».

**In un'intervista ha rivelato che uno dei suoi desideri sarebbe quello di scoprire perché le scimmie, che assomigliano all'uomo in tutto, non parlano.**

«Oppure perché l'essere umano parla. Mi farebbe molto piacere saperlo, anche se penso che questa domanda non avrà a breve una risposta. Un'altra delle mie curiosità è quella di scoprire dove e come sono scritti i nostri ricordi».

**Professore quali dovrebbero essere gli obiettivi nella vita di ognuno di noi?**

«Sopravvivere, perseguire gli affetti, lavorare, produrre qualcosa che valga, interrogarsi. Penso che sia sufficiente».

**Viviamo in un'epoca dove l'individualismo viene sempre più esaltato in una specie d'involuzione culturale. Lei cosa ne pensa?**

«L'essere umano è sempre stato lo stesso, nel bene e nel male. Fa quello che può».

**Si dice che i bambini di oggi siano più infelici di quelli di ieri. Almeno su questo è d'accordo?**

«Per niente. Secondo me, che sono stato un bambino infelicissimo – uno che si poneva continuamente delle domande – non è cambiato nulla. E basta leggere la letteratura per vedere che tutti hanno percorso la stessa strada». **Quando uscirà il suo prossimo libro e quale tema tratterà?**

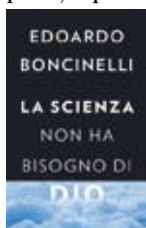
«A ottobre. E analizzerà il concetto dell'anima».

**Anima che secondo la scienza non esiste.**

«Sì, ma siccome sono uno scienziato a modo mio, cerco disperatamente di darle un significato».

**Edoardo Boncinelli ha paura della morte?**

«A parole no, è uno degli argomenti meno presenti nella mia vita. Poi, però, quando arriverà il momento, può darsi che sopraggiunga anche la paura. Per adesso la penso proprio come Epicuro: "se ci son io non c'è la morte, se c'è la morte non ci son io"». ■



## Bassorilievo

**A**vere buone idee non basta, servono anche i mezzi per realizzarle. Una delle risposte viene dalla rete con il *crowdfunding*, il finanziamento diffuso e collettivo. Il meccanismo è semplice: dato che internet è un ambiente comunicativo che permette, almeno in potenza, di raggiungere un numero enorme di utenti, perché non provare a chiedere direttamente a questa sterminata platea un finanziamento per i propri progetti, magari suddiviso in piccole o piccolissime quote? L'idea del *crowdfunding* non è nuova, ma ha sempre stentato un po' a decollare, soprattutto in Italia. Recentemente è tornata alla ribalta grazie ad alcune storie di successo: per esempio, quella del famoso autore di videogiochi Tim Scharfer. Per realizzare il suo nuovo *videogame* in totale libertà creativa, anziché cercare soldi presso un editore o indebitarsi con una banca, Tim s'è appoggiato a una delle più note piattaforme di microfinanziamento, *Kick Starter* ([www.kickstarter.com](http://www.kickstarter.com)), chiedendo agli utenti 400mila dollari. Decine di migliaia di persone hanno aderito entusiaste e nel giro di pochi giorni Scharfer ha raccolto più di due milioni di dollari. Pur con numeri decisamente più piccoli, esistono svariate piattaforme web di microfinanziamento nate sul web italiano. Vi segnalo una delle più solide (è nata nel 2005) e popolate, *Produzioni dal basso* ([www.produzionidalbasso.com](http://www.produzionidalbasso.com)). Il sito è totalmente gratuito e privo di pubblicità. Ci si iscrive, si formula la proposta di progetto seguendo le istruzioni, si decide la cifra di cui necessitiamo e numero e importo delle quote di finanziamento, e il gioco è fatto. A questo punto dipende tutto dalla vostra capacità di pubblicizzare il progetto e dalla capacità della vostra idea di attrarre persone interessate. Il meccanismo di finanziamento è di tipo "nulla o tutto": gli utenti che aderiscono alla proposta s'impegnano a sottoscrivere una o più microquote del progetto, ma solo se e quando tutte saranno vendute verrà sborsato materialmente il denaro. Le proposte finanziate con successo finora, soprattutto pubblicazioni, eventi culturali, opere audiovisive, progetti web, sono più di 120 e le trovate nella sezione "progetti finanziati". ■

### Scuola guida

Il Ministero dell'Istruzione Università e Ricerca (*Miur*) ha di recente attivato un nuovo servizio web per famiglie e studenti: *La scuola in chiaro* (<http://cercalatuascuola.istruzione.it>). Si tratta di una specie di anagrafe di tutte le scuole italiane, da quelle per l'infanzia alle superiori, con annessi strumenti di ricerca, mappe per la geolocalizzazione, e schede descrittive complete per ogni singola scuola. Il servizio è pensato per aiutare le famiglie a scegliere la scuola che per vicinanza, offerta didattica e servizi sia la più adatta ai figli e dovrebbe anche fornire gli strumenti per effettuare l'iscrizione alla scuola. Iniziativa lodevole e potenzialmente utilissima, non fosse che, almeno al momento in cui scrivo, il database delle scuole risulta in molti casi ancora piuttosto lacunoso. La speranza è che, nei mesi a venire, il servizio diventi pienamente efficiente e che non sia lasciato a metà del guado, come purtroppo spesso avviene con i siti della Pubblica Amministrazione.



# Vie di comunicazione

**Si può non comunicare? Comunichiamo tutti allo stesso modo o si può essere originali pur facendo la stessa cosa o comprando lo stesso prodotto? Risposte divertenti nell'ultimo spot della Vodafone.**

76



**C**on il nuovo spot, la Vodafone si propone di illustrare i vantaggi per tutti i clienti che scelgono uno dei pacchetti Vodafone+ di avere incluse le chiamate verso il proprio numero preferito. Lo fa in maniera simpatica e divertente, mettendo in parallelo due linee, l'una sviluppata dalla voce *over* e l'altra portata avanti dalle immagini, linee che si pongono spesso in arguto contrappunto l'una rispetto all'altra. La voce *over* svolge un tema che ha il tono della vera e propria trattazione teorica sulla comunicazione. Inizia, infatti, con una frase che ricorda l'assioma di Paul Watzlawick sull'ineluttabilità della comunicazione ("non si può non comunicare"), ma lo piega in chiave marketing, cercando di sottolineare che "tutti comunichiamo in maniera diversa", variante del *leitmotiv* paradossale di ogni pubblicità: ciascuno di noi è originale e diverso facendo tutti esattamente la stessa cosa ovvero comprando lo stesso prodotto.

Dopo aver lusingato il potenziale egocentrico di ogni virtuale fruitore, lo spot fa vedere in corrispondenza dello sviluppo portato avanti dalla voce *over* una serie molto divertente di scenette che mostrano i diversi modi di comunicare che hanno persone diverse. La prima è notevole: un adolescente chiuso, secondo il cliché,

nella propria camera a comunicare in maniera solipsistica con l'immagine appesa al muro di una bella ragazza a cui indirizza parole di desiderio. Ma anche gli anziani non scherzano: comunicano in modo originale facendosi tatuare sulle braccia un cuore con una scritta che si può leggere solo se le due braccia si tengono accostate. E i giovani adulti? Beh, è naturale che cerchino di fare l'amore; ma mentre lei si prepara, facendosi bella prima di entrare nel letto, lui si è già addormentato. E se non si parla la stessa lingua, come si fa a comunicare? A questo quesito teorico le immagini rispondono mostrando una classe in cui in piedi ci sono un ragazzo di colore e una non proprio giovane insegnante che, però, intavola con il ragazzo una sorta di danza ritmica in cui i due personaggi entrano in contatto toccandosi le mani e i piedi. Ma la scena più magistrale è quella in cui si vede un tavolo con 4 persone intente a giocare a carte, dove i componenti delle due coppie di giocatori si scambiano i segni convenzionali più assurdi (e buffi) permessi dalla situazione. Non mancano i bambini e le donne: un rappresentante dei primi mettendosi la stessa maschera che indossa il padre (in questo caso un'enorme testa di leone) e le seconde con una fortissima gesticolazione, accentuata ai limiti della farsa, per sottolineare un evento emozionante. Uno spot intelligente e tenero allo stesso tempo. ■

tele **obiettivo** di Beatrice Ramazzotti

## La vita è tutto un quiz

Timidi o sfrontati, belli o brutti, preparati o semplicemente fortunati. I concorrenti dei quiz televisivi non sono certo una razza in via di estinzione, anzi si evolvono e si auto-alimentano. Dai tempi ormai preistorici di *Lascia o raddoppia?* a quelli di *Ok*, il prezzo è giusto, gli aspiranti "millionaire" torna-

no impavidi all'incubo degli esami, dove la classe è sostituita da milioni di spettatori. Un pubblico eterogeneo che mentre apparecchia la tavola tende l'orecchio e suggerisce le risposte, scuotendo la testa a ogni errore. In mezzo c'è sempre un mattatore: il presentatore (maschio), circondato da vallette cliché. Tra Gerry Scotti, Max Giusti, Enrico Papi, Carlo Conti rimane un'unica regina e il suo indimenticabile mantra "Cento, cento, cento": l'"Aquila di Ligonchio" Iva Zanicchi.