

AUTO... COSCIENZA

Economica, rispettosa dell'ambiente, confortevole.
Ma in Italia la strada dell'auto elettrica è ancora in salita.



Buoni frutti

■ In Coop i meloni del Senegal col marchio *Terra Equa*

Il capitale umano

■ Il valore, anche economico, del terzo settore

Filo conduttore

■ Giovani e belli con il soft lifting

Bagaglio di conoscenze

■ Guida all'acquisto del trolley

Nel nome del padre

■ Intervista a Giuseppe Fiorello



Un mare di morbidezza

Dal 27 Marzo al 21 Luglio 2014
Ricevi un bollino ogni 15 € di spesa





La collezione è ancora
più divertente su

www.morbidezza.it



COLLEZIONE SPUGNE ZUCCHI

Raccogli i bollini dal 27 Marzo al 21 Luglio 2014. I premi potranno essere ritirati fino al 3 agosto 2014.



OSPITE
cm 40X60

Color beige

10 Bollini + 1,90 €



TELO BAGNO
cm 90X150

Color beige

35 Bollini + 8,90 €



SET 4 LAVETTE
cm 30X30

Color beige

15 Bollini + 2,90 €



OSPITE
cm 40X60

Color grigio asfalto

10 Bollini + 1,90 €



TELO BAGNO
cm 90X150

Color grigio asfalto

35 Bollini + 8,90 €



ASCIUGAMANO
cm 60X110

Color beige

20 Bollini + 3,90 €



ACCAPPATOIO
C/CAPPUCCIO
M/L

Color beige

65 Bollini + 19,90 €



ASCIUGAMANO
cm 60X110

Color grigio asfalto

20 Bollini + 3,90 €



ACCAPPATOIO
C/CAPPUCCIO
L/XL

Color grigio asfalto

65 Bollini + 19,90 €

ACCESSORI COLLEZIONE
"UN MARE DI MORBIDEZZA"



TAPPETO BAGNO cm 50X80
Color beige

Prezzo al pubblico **20,00 €**

Prezzo "Un Mare di Morbidezza" **10,90 €**



TELO MARE cm 90X180

Prezzo al pubblico **35,00 €**

Prezzo "Un Mare di Morbidezza" **16,90 €**

LA QUALITÀ È UN'EMOZIONE

La passione è il valore con cui Zucchi si esprime: una storia raccontata con prodotti da guardare, toccare, sentire, vivere. La collezione SOFT è realizzata pensando alle persone e al loro modo di vivere la casa: il filato in puro cotone è più spesso dei prodotti in commercio, ha maggiore volume e una grande sofficità. La linea di spugne SOFT promette un'esperienza unica e anche innovativa, perché ciascuna referenza ha un'ottima idrofilia ed è realizzata allineando ogni fibra come per effetto di un pettine, regalando lucentezza e setosità. Ogni tessuto è una carezza: perché Zucchi lo fa con passione, da molto tempo.

UN'ESPERIENZA CHE DURA

Il lavaggio a medie temperature e l'utilizzo dell'asciugatrice contribuiscono, nel tempo, a mantenere soffice e morbida i prodotti della collezione SOFT.

CERCA I PRODOTTI SPEEDY NEI NOSTRI PUNTI VENDITA E ACCELERA LA RACCOLTA



I prodotti Speedy ti permettono di accelerare la raccolta dei bollini. Acquistando i prodotti segnalati a scaffale con il simbolo «prodotto speedy» riceverai ulteriori bollini. Questo ti consentirà di completare più velocemente la tua scheda e quindi di ricevere più velocemente il tuo premio.





SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2014-2015

VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com

socio coop
Unicoop Tirreno



IL GIARDINO SOSPEO PARCO AVVENTURA

1 ingresso
Il Giardino Sospeso



900
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro gratuito di un biglietto di ingresso individuale al Giardino Sospeso.

Il buono non è cumulabile con altre iniziative in corso ed è valido fino al 20 maggio 2015.

Contatti:

56046 Riparbella (PI)

Tel.: 335.7726323

info@ilgiardinosospeso.it

www.ilgiardinosospeso.it

Stagione 2014:

dal 1/6 al 15/9: tutti i giorni
dal 1/3 al 31/5 e dal 15/9 al 30/11:
tutti i sabato, domenica e festivi

Apertura: 10.00

chiusura 3 ore prima del tramonto

Nel parco è disponibile un'area picnic attrezzata con tavoli, barbecue, noleggio MTB e su richiesta slack line e arrampicata in verticale sugli alberi.

Il Giardino Sospeso

Cos'è un Parco avventura? Sono percorsi acrobatici sugli alberi per adulti e bambini (a partire da 110 cm di statura) che, in totale sicurezza, possono divertirsi percorrendo ponti tibetani e nepalesi, passerelle in legno, reti di corda, procedere in equilibrio su assi di legno, tutte sospese tra un albero e l'altro, per arrivare sempre a chiudere il percorso con uno splendido volo mozzafiato lungo una tirolese che riporta a terra.

I percorsi si effettuano in totale sicurezza. Nel Parco sono presenti tre percorsi per bambini e tre per adulti, questi ultimi si dividono per difficoltà dal verde che è più facile al blu, di media difficoltà, al rosso medio-alta difficoltà.

Inoltre, nel Parco troverai:

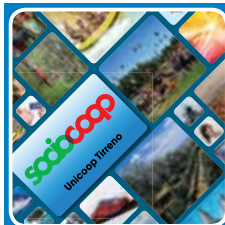
Tiro istintivo con l'arco: Il Parco fornisce gli archi e le frecce e un istruttore spiegherà la tecnica di tiro.

Orienteering: attività sportiva di orientamento per adulti e bambini. Ai partecipanti viene fornita una mappa dell'area e una bussola che serviranno loro per trovare delle lanterne nascoste nel bosco.

Indiana Jones al Parco avventura: esploriamo i sentieri del bosco seguendo la pista degli animali alla ricerca delle loro tracce e risalendo corsi d'acqua alla scoperta di resti fossili.

Percorso dello Gnomo: per i più piccoli, una escursione nel bosco con lo "Gnomo" alla ricerca di tane e tracce di animali e teatrino dello gnomo cantastorie.





SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2014-2015

VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com

socio**coop**
Unicoop Tirreno



LA STRADA DEL VINO E DELL'OLIO COSTA DEGLI ETRUSCHI

1 ingresso
Le Strade del Vino



900
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro di un biglietto adulto per la visita guidata a una cantina con degustazione di vini.

Scadenza voucher 31 maggio 2015

1 ingresso
Le Strade del Vino



900
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro di un biglietto per la visita guidata al frantoio o all'apicoltura con degustazione dei loro prodotti. I bambini fino a 5 anni compresi entrano GRATIS.

Scadenza voucher 31 maggio 2015

1 ingresso
Le Strade del Vino



1.700
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro di un biglietto adulto per la visita di una azienda con degustazione di vini e di prodotti tipici.

Scadenza voucher 31 maggio 2015

I vini e gli olii della costa degli Etruschi

La Strada del Vino e dell'Olio Costa degli Etruschi copre un percorso che supera i 150 km di lunghezza lungo la costa tirrenica e l'Isola d'Elba nella Provincia di Livorno, raggiungendo una parte della Provincia di Pisa.

In questa zona si può degustare un calice di vino in una delle cantine immerse tra i vigneti e il verde della "macchia" mediterranea, ma con l'azzurro intenso del mare sullo sfondo, visitare un frantoio imparando a riconoscere oli provenienti da differenti varietà e assaporare la saporosa cucina toscana nei ristoranti circondati dalla calda accoglienza di un agriturismo. Siamo in quella parte di Toscana in cui la rivoluzione italiana del vino ha avuto inizio con il precursore dei "Super Tuscans", il Sassicaia, e proseguito con le iniziative dei tanti viticoltori di questo territorio sparsi nelle cinque zone DOC del territorio, arricchito da una pregevole produzione di oli d'oliva e da prodotti gastronomici di qualità impiegati nella ricca cucina locale.

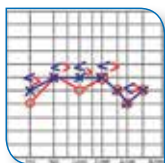
Le Doc della Strada del vino

La prima zona DOC che si incontra arrivando da nord è quella del Terratico di Bibbona, la DOC più giovane, dove grandi aziende e piccoli produttori hanno già iniziato a produrre vini di ottima qualità. Subito dopo troviamo la DOC Montescudaio, in Provincia di Pisa, una zona più collinare e fresca dove i vini sono eleganti e profumati, a tratti quasi austeri. Dopo pochi chilometri si entra in piena Bolgheri DOC, patria del Sassicaia e di altri grandi vini protagonisti della storia enologica italiana degli ultimi anni. Passando lungo il filare di cipressi cantato dal Carducci, dichiarato monumento nazionale, e arrivando a San Guido, si trova la cantina del Sassicaia e l'ufficio informazioni della Strada del Vino e dell'Olio. Scendendo verso sud, si entra nella DOC Val di Cornia dove i vini hanno un carattere solido e dove le particolari mineralizzazioni del terreno conferiscono ai grandi rossi aspetti austeri e profondi. Attraversando il mare a Piombino, si giunge all'Isola d'Elba con la sua DOC dove l'aleatico passito è il prodotto più tipico e interessante ma dove l'impegno di pochi produttori sta proponendo dei rossi di razza e dei bianchi sapidi e strutturati.

Per prenotazione di visite in cantina e tour: Tel.: +39/0565/749768
turismo@lastradadelvino.com



CALO DI UDITO? Vieni in AURIS.



TEST GRATUITO DELL'UDITO



**PROVA GRATUITA PER 30 GIORNI
DEI NUOVI APPARECCHI PRATICAMENTE "INVISIBILI"**

SE INDOSSI GIÀ APPARECCHI ACUSTICI PUOI BENEFICIARE DI:



1 PACCHETTO OMAGGIO DI BATTERIE
del tipo corrispondente agli apparecchi in uso



**SCONTO SPECIALE PER RINNOVARE
GLI APPARECCHI ACUSTICI**

PRENOTA IL TUO APPUNTAMENTO GRATUITO: ☎ 0564 412457

**GROSSETO
BAGNO DI GAVORRANO
MASSA MARITTIMA
ORBETELLO SCALO
PIOMBINO (LI)
ROCCASTRADA**

**CENTRO AURIS
STUDIO MEDICO GDL
STUDIO MED. IPPOCRATE
STUDIO MEDICO
STUDIO MED. ASSOCIATO
STUDIO ODONT. RICCOBONO**

**Via Adige, 40
Via Marconi, 92/A
Via Parenti, 24
Via Baghini, 40
Via Petrarca, 6
Piazza Dante, 6**

 **auris**[®]
CENTRI PER L'UDITO

www.auris-italia.it



Garanzia di successo? 7

È partito anche in Italia il *Piano Garanzia giovani*. L'obiettivo è di offrire ai ragazzi sotto i 25 anni un sistema di informazione e orientamento al lavoro attraverso una serie di punti di accesso: dal sito www.garanziperigiovani.it, al portale www.chicilavoro.gov.it, fino alle agenzie per l'impiego e altri servizi e sportelli aperti presso gli istituti di istruzione e formazione. Il *Piano* si rivolge soprattutto ai giovani – e sono tanti – che non studiano e non lavorano promuovendo percorsi occupazionali, anche incentivati, attraverso servizi e strumenti che – detta nel linguaggio asciutto dell'economia – favoriscano l'incontro tra domanda e offerta di lavoro. Bisogna riconoscere che

si tratta del primo tentativo di dare qualche forma di supporto e un'opportunità concreta di trovare un impiego entro i confini europei a tanti ragazzi e ragazze. Attraverso una semplice selezione, i giovani ritenuti idonei riceveranno un finanziamento per accedere a una serie di possibili percorsi, tra cui assunzioni come lavoratori dipendenti, contratti di apprendistato, tirocini, servizi civili, oppure l'avvio di iniziative imprenditoriali autonome. Il *Piano* italiano presenta, però, un paio di punti deboli anche se per molti giovani può essere nel breve periodo l'unica possibilità di trovare un lavoro. Il primo intoppo è la solita burocrazia che, anziché incentivare, snellire e semplificare le procedure di accesso a uno dei percorsi, potrebbe scoraggiare e deludere molti giovani. Un primo segnale negativo è la poca informazione. L'altro punto debole è, manco a dirlo, di carattere economico. Infatti, l'investimento previsto in questa, come in altre iniziative d'incentivo all'occupazione giovanile,

è troppo modesto: 21 miliardi in tutta Europa non sono niente se si pensa che è solo lo 0,22 per cento del *Pil*. Ancora una volta, di fronte alle politiche di austerità che imperversano in tutto il Vecchio continente, con un prelievo fiscale nettamente superiore alla spesa pubblica, alla fine quello che resta sono soltanto

le briciole, poche risorse assolutamente insufficienti per dare una risposta adeguata alla fame di lavoro che alberga in Europa, specialmente nei paesi in difficoltà come l'Italia. Spiccioli, insomma. Ma soprattutto, anche il *Piano Garanzia giovani*, al di là delle migliori intenzioni, rischia di approfondire il solco che divide i paesi forti da quelli più deboli. Un solo dato ci aiuta a capire la situazione:

Garanzia giovani: un buon Piano per l'occupazione giovanile, ma pochi spiccioli per finanziarlo. Il rischio che in Europa continuino ad accentuarsi gli squilibri tra aree forti e aree deboli.

negli ultimi 5 anni in Italia e negli altri paesi periferici dell'Ue sono andati perduti più di 6 milioni di posti di lavoro. In Germania, invece, ne sono stati creati 1,5 milioni. E così accade che l'insieme delle politiche economiche oggi prevalenti in Europa, avvantaggiano alcuni paesi e danneggiano altri senza risolvere nel suo complesso il problema della disoccupazione perché alla fine il numero dei nuovi posti di lavoro è molto minore di quelli andati persi. Naturalmente molti giovani sono disposti a trasferirsi dalle zone più depresse d'Italia verso quelle più ricche o ad emigrare all'estero pur di trovare un'occupazione, ed è indubbio che *Garanzia giovani* favorirà questo processo. Da tempo tanti studenti, di solito quelli più bravi, scappano all'estero dove trovano ad accoglierli strutture in grado di soddisfare le loro attese anche sul piano economico e delle prospettive di carriera. Questo ci fa piacere perché dimostra che i giovani italiani sono all'altezza delle sfide mondiali, sono capaci di competere ad alto livello con le eccellenze di tutta Europa e di fare onore alle nostre scuole e Università che li hanno ben preparati. Ma tutto questo significa anche una perdita in termini di patrimonio culturale per l'Italia, specialmente nei territori economicamente più deboli del paese. Dopo di che le aree più ricche d'Europa ringraziano. ■



SOLO PER I SOCI COOP



RISTRUTTURAZIONE BAGNO

BAGNO COMPLETO: € 3.900,00 (+ IVA 10%)

materiali, rivestimenti, sanitari e rubinetterie compresi

L'OFFERTA COMPRENDE:

- **MATERIALI:** pavimenti e rivestimenti **Faetano/Del Conca** (taglio 20x20, max 25 mq, incluso 1 mq di mosaico, 8 colori disponibili), sanitari **Dolomite/Tenax** (lavabo, colonna, bidet, vaso), piatto doccia (**Ideal Standard** 70x70 o 80x80) o guscio vasca **Galassia**, cassetta **Geberit** completa, rubinetteria **Dolomite** base compresi miscelatori per lavabo e bidet + incasso doccia o gruppo vasca, piletta sifonata, asta doccia **Grohe**, tubazioni e materiali necessari al montaggio
- **POSA IN OPERA:** demolizione e smaltimento in pubblica discarica, rifacimento impianto idrico ed elettrico, nel rispetto della disposizione precedente, montaggio cassetta nel rispetto dell'impianto precedente, montaggio standard dei rivestimenti, dei sanitari e rubinetterie, opere murarie e pittura.

L'OFFERTA NON COMPRENDE:

- Spostamento degli impianti esistenti, applicazione di sanitari a parete, pratiche burocratiche (SCIA), progettazione, tutto quanto non previsto alla voce "l'offerta comprende".

IL PREZZO È VALIDO PER SUPERFICI DI MASSIMO 6 MQ. È POSSIBILE SCEGLIERE MATERIALI DIVERSI DA QUELLI PREVISTI; IN QUESTO CASO VERRÀ DETRATTO DAL PREVENTIVO L'IMPORTO DI 500 € (+ IVA) E VERRÀ AGGIUNTO IL COSTO DEI MATERIALI SCELTI.

100 MANI. INSTALLAZIONI E RIPARAZIONI CON QUALITÀ E TARIFFE COOP.

PER PRENOTARE L'INTERVENTO, TELEFONA AL
NUMERO VERDE 800 563 310
PER I CELLULARI È ATTIVO IL NUMERO 06 50514501.

L'OPERATORE TI SEGNERÀ FINO AD UN MASSIMO DI 3 IMPRESE ARTIGIANE E/O STUDI, SELEZIONATI PER TE CON UN CRITERIO DI VICINANZA.

L'ARTIGIANO CHE CERCHI TI CONTATTERÀ TELEFONICAMENTE IN 24 ORE A TARIFFE FISSE PER LE MANUTENZIONI, I PICCOLI E GRANDI INTERVENTI, LE RIPARAZIONI ALLA CASA E AGLI ELETTRODOMESTICI.



Unicoop Tirreno

in collaborazione con
NUMEROUTILE.IT
UN PROFESSIONISTA PER OGNI ESIGENZA

IL SERVIZIO CENTOMANI È ATTIVO NEI SEGUENTI NEGOZI:

APRILIA

Via Mascagni
Ipercoop-C.C. 'Aprilia 2', Via della Riserva Nuova

CISTERNA DI LATINA

Via Monti Lepini, angolo Via Fermi

CIVITAVECCHIA

Via Ettore Maroncelli, Loc. Boccelle

FORTE NUOVA

Via Nomentana, 64

GENZANO

Via Emilia Romagna, 102

GUIDONIA

S.S. 5, Via Tiburtina Km 20

POMEZIA

Via del Mare, km 18.600

VELLETRI

Via S. Giovanni Vecchio

VITERBO

Via Monte Cervino
Ipercoop - C.C. 'Tuscia'
Via C. De Lellis, Loc. Riello

ROMA

Ipercoop-'C.C. Casilino' - Via Casilina, 1011
Ipercoop-C.C. 'Euroma2'

Via C. Colombo/angolo via oceano Pacifico

LARGO AGOSTA - Largo Agosta, 26

VIA CORNELIA - Via Cornelia, 154

VIA FRANCESCHINI - Largo Franchellucci

VIA LAURENTINA - Via Laurentina, km 7

VIA BETTINI - Via Cervi/Via Bettini



nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOPTIRRENO

Direttore responsabile

Aldo Bassoni

In redazione

Rita Nannelli

Segretaria di redazione

Lisa Maccanti

Hanno collaborato a questo numero

Barbara Autuori
Francesca Baldereschi
Alessandra Bartali
Barbara Bernardini
Salvatore Calleri
Luca Carlucci
Claudia Ciriello
Tito Cortese
Eleonora Cozzella
Daniele Fabris
Jacopo Formaioni
Stefano Generali
Dario Guidi
Silvia Inghirami
Giovanni Manetti
Enrico Mannari
Gianna Martorella
Massimiliano Matteoni
Roberto Minniti
Massimo Montanari
Giorgio Nebbia
Patrice Poinssotte
Paola Ramagli
Beatrice Ramazzotti
Luca Rossi
Gabriele Salari
Maria Antonietta Schiavina
Barbara Sordini
Miriam Spalatro
Mario Tozzi
Ersilia Troiano

235
aprile 2014

Progetto grafico e impaginazione

Marco Formaioni
per Studiografico M (Piombino.LI)

Impianti e stampa

Coptip (Modena)

Direzione e redazione

SS1 Aurelia Km 237
frazione Riotorto
57025 Piombino (LI)
tel. 0565/24282
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: 224.057 copie
Chiuso in tipografia il 19/3/2014



Font utilizzate

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

sommario

235

9

7 Il punto
Aldo Bassoni
Garanzia di successo?

contatti

10 Fermo posta
11 Coop risponde
12 Chi protegge il cittadino
12 Previdenza
13 Benestare

firme

14 Salvatore Calleri
Cara Europa ti scrivo
15 Gabriele Salari
Caso mais
16 Tito Cortese
Voto decisivo
17 Giorgio Nebbia
Vero e proprio
18 Mario Tozzi
Sotto questo Sole
19 Massimo Montanari
Giallo oro
69 Gianna Martorella
Il medico dei pazzi
78 Giovanni Manetti
Proprietà di linguaggio

attualità

20 La notizia
Aldo Bassoni
Buoni frutti
23 Primo piano
Miriam Spalatro
Auto... coscienza
46 Inchiesta
Dario Guidi
Il capitale umano



soci

28 Ritorno a Casa Matteo
30 Tutto si fa per te
35 Un nuovo inizio
36 Berlino città aperta
40 Per voi soci
79 Convenienza

salute

50 All'attivo
Ersilia Troiano
51 Faccende domestiche
52 Filo conduttore
Barbara Bernardini
53 Sani & salvi

prodotti

54 All'aria aperta
56 Bagaglio di conoscenze
Roberto Minniti
58 A portata di mano
Daniele Fabris
59 Eco sistema
60 Dolce vita
Silvia Inghirami
61 Presidi Slow Food
62 Modi Gentilini
Eleonora Cozzella
64 Menu con le radici
Paola Ramagli
68 A tavola con i bambini

enneci

70 Malalingua
Barbara Autuori
71 Tempi moderni
72 Scuse accettate
Patrice Poinssotte
73 Scienza infusa
74 Inizio lavori
Jacopo Formaioni
75 Le vite degli altri
76 Nel nome del padre
Maria Antonietta Schiavina
77 Triplavù

nuovoconsumo

fermo posta nuovoconsumo - SS1 Aurelia km 237 - Fraz. Riotorto, 57025 Piombino (LI)
e-mail: nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

Compagno di classe

Sono una docente di lettere presso la scuola secondaria di primo grado "Andrea Guardi" di Piombino (LI), da anni fedele e attenta lettrice di Nuovo Consumo. L'anno scorso sono rimasta colpita dall'articolo Quelli che la rete (maggio 2013), di Patrice Poinsothe, che, pur analizzando aspetti legati alla fruizione del web in modo approfondito, era così chiaro che ho ritenuto opportuno utilizzare le indicazioni in esso contenute nella mia classe, la 3ª L, in questo anno scolastico. I ragazzi hanno cercato e messo da parte l'articolo per leggerlo in questi

mesi visto che abbiamo affrontato l'argomento della globalizzazione, ponendo particolare attenzione alle problematiche legate ad essa, quali i rapporti tra Sud e Nord del mondo, lo sfruttamento minorile, i meccanismi che regolano il commercio internazionale (interessante è stato il progetto Coop Consumiamo equo) e, in particolare, internet. La lettura dell'articolo ha coinvolto i ragazzi, che sono apparsi molto interessati in quanto l'uso della rete è legato al loro vissuto quotidiano e ha permesso

loro di intervenire per chiedere chiarimenti laddove i temi trattati risultavano troppo complessi per la loro giovane età. La struttura dell'articolo, inoltre, proprio per la sua analisi puntuale delle risorse, ma anche delle criticità della rete, ha permesso una sua destrutturizzazione in uno schema e una successiva rielaborazione sotto forma di testo argomentativo da parte di ogni singolo alunno. Mariella Canova, via e-mail



Basta un poco di zucchero

Da tempo acquistavo vasetti di marmellata di mirtillo della linea ViviVerde, perché l'etichetta recitava "Senza saccarosio aggiunto", "solo zucchero di frutta" e nell'elenco ingredienti "zucchero d'uva". Ultimamente, leggendo l'etichetta, ho scoperto che l'elenco degli ingredienti recita "zucchero di canna", anche se d'origine biologica. (...) Avevo cercato e trovato un prodotto che rispondeva a determinati criteri salutistici; ora è cambiato e ho dovuto scoprirlo per caso. Bisogna verificare un prodotto anche dopo anni? via e-mail

Risponde Claudio Mazzini, responsabile sostenibilità, innovazione e valori di Coop Italia.

L'entrata in vigore del Reg. (UE) n. 203/2012 ha introdotto delle restrizioni sulle produzioni biologiche del settore vitivinicolo con riflessi anche sullo zucchero d'uva (o mosto cotto rettificato), dolcificante utilizzato nella precedente ricetta di confetture ViviVerde Coop. A seguito delle suddette restrizioni introdotte dal Mipaaf, il nostro fornitore di confetture biologiche ci ha comunicato le potenziali difficoltà nel garantire la continuità di fornitura dell'attuale ri-

cetta Coop, perché si è ridotto considerevolmente il numero di subfornitori in Italia certificati per questa materia prima. È stata pertanto effettuata un'istruttoria per esplorare il mercato delle confezioni biologiche. Le alternative di dolcificazione biologiche sono lo zucchero di canna biologico e il succo di mele *bio* (quindi non rettificato). Tra i due il secondo, se non rettificato, influenza in maniera percettibile il profilo organolettico del prodotto, pertanto abbiamo ritenuto opportuno optare per il primo. In sintesi, per il cambio di un regolamento comunitario sui prodotti *bio* abbiamo dovuto cambiare lo zucchero utilizzato (dal succo d'uva allo zucchero di canna); in etichetta abbiamo rimosso i due *claim* che vantavano l'utilizzo di solo zucchero della frutta e abbiamo specificato l'utilizzo dello zucchero di canna. Inoltre dal punto di vista salutistico il fruttosio non ci risulta abbia meno controindicazioni del saccarosio.

Addio a Ivano Tognarini, un uomo e uno storico di valore.

La notizia è arrivata improvvisa, ma purtroppo non inattesa. Dopo una lunga malattia, è morto il professor Ivano Tognarini. Nel corso della sua intensa e appassionata attività accademica all'Università di Siena, dove insegnava Storia moderna, ha contribuito a ricostruire la storia partigiana in Toscana. Tra i fondatori dell'Istituto storico della Resistenza, grazie al suo impegno di ricercatore, aveva dato un contributo decisivo per il riconoscimento della medaglia d'oro alla sua città, Piombino, dove era nato 69 anni fa. Il legame con la nostra Cooperativa è stato da sempre profondo e intenso. Sono suoi i due volumi che raccontano la storia di Unicoop Tirreno dal 1945, quando si chiamava *La Proletaria*, ai giorni nostri. Ma non è solo lo storico che ci piace ricordare. Ivano Tognarini era una persona cordiale e gentile. Chi ha avuto l'onore di averlo come amico non smetterà mai di essergli riconoscente per la sua modestia unita a un grande spessore intellettuale e un raro rigore morale. Ci mancherà. Alla moglie Gabriella e al figlio Niccolò va l'abbraccio affettuoso della Cooperativa, della redazione di *Nuovo Consumo* e mio personale.

Aldo Bassoni



A futura memoria

Avete qualche foto in archivio del periodo 1960-1996? Penso fra l'archivio e l'album fotografico di qualche collega ci sia tanto materiale. Potremmo metterlo su Facebook.

Unicoop Tirreno, nel corso degli ultimi decenni, ha dimostrato la sua sensibilità verso il recupero e la valorizzazione della sua memoria storica, rendendola viva ed attuale attraverso due ricorrenze: il Cinquantesimo e il Sessantesimo che si sono tradotte in tante iniziative che hanno raccolto consensi e apprezzamenti. Da qui la scelta di dare vita ad un vero e proprio *Archivio storico* (inaugurato nel 2009), collocato in uno spazio rimodellato secondo le esigenze di una struttura culturale, in un luogo della Maremma come Ribolla, emblematico dal punto di vista storico per la cooperazione e per la storia dei minatori. La sede dell'*Archivio* è stata appositamente ristrutturata e dotata delle attrezzature necessarie per rispondere al meglio all'obiettivo per il quale è stata creata: conservare, trasmettere e valorizzare il materiale documentario e quello bibliografico, facendo diventare l'archivio un luogo d'interesse per il territorio, per i cittadini, per i giovani. Si può rivolgere quindi proprio alla *Fondazione Memorie Cooperative* che tra le sue funzioni ha proprio la gestione dell'*Archivio storico*. Sul sito della *Fondazione* www.memoriecooperative.it, nella sezione contatti, possono essere presi tutti i riferimenti del caso.



Mettere assegno

È possibile fare un versamento sul libretto di Prestito Sociale tramite bonifico oppure con assegno?

Al momento non è possibile trasferire somme di denaro tramite bonifico bancario sul libretto di *Prestito Sociale*. Può, invece, effettuare versamenti con assegni. Se l'assegno è non trasferibile deve essere obbligatoriamente intestato a Unicoop Tirreno sc e può essere di qualsiasi cifra fino all'importo massimo del libretto. Se è trasferibile deve essere girato al momento del versamento dal titolare o dal delegato, l'importo massimo facciale deve essere di 999,99 euro. L'assegno trasferibile non deve avere coincidenza tra beneficiario e firmatario, cioè non può essere emesso un assegno mio proprio.



Applicazione pratica

Stavo scaricando una app sullo smartphone e un pop up mi comunica che, per eseguire il download, tutti i mie dati personali, compresi pin, password ecc., sarebbero stati registrati e messi a disposizione della rete. Decido così di chiudere la pagina web e cerco una nuova applicazione, sperando di essere più fortunato. Come si fa per scegliere le app in modo sicuro? E quali tutele ci sono in caso di presunte truffe o siti poco sicuri? via e-mail

Ha fatto bene rinunciare all'applicazione: la rete, infatti, è tanto attraente quanto pericolosa ed è quindi necessario stare attenti a quello che si scarica o si immette a livello di informazioni o immagini

personali. In genere è bene evitare frettolose autorizzazioni a scaricare programmi o applicazioni, soprattutto gratuite. Per non incappare in spiacevoli sorprese, si devono leggere con

molta attenzione le condizioni che si vanno a sottoscrivere: mentre si scarica un'app, infatti, si sottoscrive un contratto. Consigliamo, inoltre, di verificare bene prima quali condizioni della *privacy* verranno applicate e di utilizzare sempre fonti conosciute e siti ufficiali o di fare una verifica preventiva in rete sull'affidabilità dell'app, accedendo, ad esempio, a eventuali commenti postati su *blog* dedicati. È opportuno poi verificare che l'app sia realmente gratuita, leggendo attentamente le condizioni d'uso del servizio che sarà erogato, in modo da non vedersi addebitate somme solo all'apparenza indebite, ma in realtà dovute se si accettano le condizioni contrattuali. Nel caso in cui dovessero verificarsi delle anomalie, sarà opportuno inoltrare una segnalazione al *Garante della privacy* e alla *Polizia postale* per quanto attiene i presunti reati informatici. La segnalazione potrà essere inoltrata anche a *CittadinanzAttiva* che, oltre a aiutarla a risolvere il caso specifico, potrà darle informazioni utili anche a altri cittadini.

Info

www.commissariatodips.it
www.garanteprivacy.it

Claudia Ciriello

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



In collaborazione

Il 10 aprile scade il termine per il versamento dei contributi *Inps* del primo trimestre 2014 dovuti ai collaboratori familiari che prestano servizio come *colf* o *badanti*. È cambiato qualcosa rispetto a quanto si versava lo scorso anno?

Apartire dal 1° gennaio di quest'anno le retribuzioni minime sono state leggermente incrementate rispetto al 2013, in modo tale da adeguarle all'aumento del costo della vita. La percentuale di adeguamento, come ha riferito *Inps*, è stata dell'1,10 per cento. Per i collaboratori generici non addetti

all'assistenza (livello A) la paga minima oraria è ora di 4,47 euro all'ora; per il livello A super è di 5,27 euro all'ora. Il livello B (collaboratori esperti con qualifica) 5,59 euro all'ora; al B super toccano 5,93 euro all'ora. Il C (cuochi) 6,26 euro all'ora; il C super (assistenti non autosufficienti senza qualifica) 6,58 euro all'ora. Il livello D (collaboratori con responsabilità) 7,60 euro all'ora; il D super (assistenti non autosufficienti con qualifica) 1.158,42 euro al mese più indennità 165,31 euro nel caso siano conviventi e 7,93 euro all'ora per i non conviventi. I contributi sono

Capacità di sintesi

Sono un ciclista amatoriale e vorrei sapere cosa ne pensa dell'uso degli aminoacidi ramificati come integratori per migliorare la prestazione sportiva.

Gli aminoacidi ramificati sono tre: la valina, la leucina e l'isoleucina e sono tutti e tre degli aminoacidi essenziali per la vita. Non ci sono pubblicazioni che ne attestino l'efficacia nell'aumentare la prestazione se assunti prima della gara, mentre ci sono prove

a sostegno del fatto che favoriscono un più veloce recupero muscolare dopo gare o allenamenti impegnativi. Dopo un duro allenamento, per alcune ore, prevalgono nell'organismo gli ormoni catabolici come il cortisolo che tendono a "smontare" le molecole; occorre perciò ripristinare il prima possibile un quadro anabolico che favorisca la

Regno vegetale

C'è un modo di far mangiare le verdure ai bambini? Mio figlio che ha 10 anni le rifiuta totalmente.

Il fatto che i bambini in genere siano riluttanti a mangiare, o anche solo ad assaggiare, le verdure è un tratto geneticamente determinato. La specie umana è programmata per essere diffidente verso i vegetali che abbiamo un sapore particolare o amaro, perché potrebbero contenere dei veleni. Innanzitutto è importante che suo figlio sostituisca eventuali *snack* o merendine con della frutta di stagione che contiene molti dei nutrienti e antiossidanti della verdura. Anche i legumi, come fagioli, ceci e piselli, contengono molta fibra, minerali (come il ferro) e vitamine del gruppo B e, se passati in zuppe o insieme ai cereali (ad esempio, riso e piselli o pasta e fagioli), sono accettati piuttosto facilmente. Per quanto riguarda le verdure vere e proprie il segreto resta sempre quello di non farle sembrare verdure, ovvero nasconderle in vellutate, frittate, torte oppure i classici tortelli ricotta e spinaci. E poi resta fondamentale l'esempio dei genitori a tavola che rappresentano il primo modello che il bambino tende a imitare.



* Biologo nutrizionista

sintesi proteica. Gli aminoacidi ramificati migliorano il recupero muscolare ristabilendo un ambiente ormonale più favorevole riducendo il cortisolo e aumentando il testosterone. Il più importante dei tre ramificati è la leucina che è il "capomastro" della sintesi proteica e favorisce la riparazione delle microlesioni che si determinano nei muscoli quando sono sottoposti a un forte impegno, prevenendo e attenuando i dolori muscolari tardivi. Gli aminoacidi ramificati andrebbero assunti entro 20 minuti dal termine dell'allenamento. Allora il mio suggerimento è di mangiare un po' di parmigiano (o del grana) – anziché assumere degli integratori –, dato che il 20 per cento delle sue proteine è composto proprio da aminoacidi ramificati.

calcolati a seconda che il collaboratore familiare presti la propria attività con orario inferiore o superiore alle 24 ore settimanali. Se non supera le 24 ore, il contributo orario è commisurato a tre diverse fasce di retribuzione: fino a 7,86 euro; da 7,86 fino a 9,57; oltre 9,57 euro. Se l'orario, invece, è di almeno 25 ore settimanali, il contributo prescinde dalla retribuzione corrisposta ed è fisso (1,01 euro). La retribuzione presa a riferimento per calcolare il contributo corrispondente comprende, oltre alla paga oraria concordata tra le parti, la tredicesima e l'eventuale indennità di vitto


e alloggio, calcolate in misura oraria. Il contributo previdenziale, che garantisce la copertura assicurativa per la pensione, la maternità, la disoccupazione, gli assegni al nucleo familiare, nonché l'assicurazione contro gli infortuni e le malattie professionali, è versato, oltre che per le ore di effettivo lavoro, anche per quelle di assenza comunque retribuite (malattia, ferie, festività ecc.). A partire dal 2013, per i soli rapporti di lavoro a tempo determinato, è previsto un contributo addizionale di finanziamento dell'Aspi, a carico del datore di lavoro, nella misura dell'1,4 per cento.

ora legale di Salvatore Calleri



Cara Europa **ti scrivo**

Lettera dall'Italia all'Unione Europea perché sia meno matrigna, rigida e inflessibile, e più madre, disponibile e comprensiva.



Mi rivolgo a te come una madre nobile e premurosa. Rigida e altera. Ti devo molto. La cultura e il tuo amore per la pace mi ha fatto crescere in un mondo sicuramente migliore di quello del tempo che fu. Quest'anno ricorre il centenario della Grande Guerra la cui tragedia non va dimenticata e ne hai sicuramente tratto il giusto insegnamento da quando sei nata nel 1957. Le adesioni al tuo programma sono

aumentate e oggi hai 28 figli. I fratelli, però, non sempre vanno d'accordo. A volte le sorelle maggiori esagerano con le richieste nei confronti delle minori. A volte quest'ultime sono disobbedienti e combinano marachelle a non finire. I valori comuni dovrebbero servire, ma a volte non bastano. La moneta, con cui buona parte dei tuoi figli vive, ha dato qualche problema in quanto in realtà non è una moneta di popolo, ma di burocrati. Aumenta quindi la paghetta e rendila di popolo, per favore. A volte i fratelli e le sorelle minori subiscono le pressioni della sorellona germanica preoccupata in modo eccessivo dal suo ricorrente incubo notturno di Weimar. Cara Europa, i tuoi figli hanno fame in quanto sono tanti, forse troppi e la rigidità potrebbe ucciderli. Cara Europa, non essere – ti prego – matrigna, ma torna a essere la mamma dolce che ho imparato ad amare. A breve si vota e a volte i figli si ribellano e come tutte le mamme, quando i figli crescono, ritorna ad essere una giovane e bella donna che ha voglia di vivere. ■

Caso mais

Quello ogm 1507 che potrebbe essere approvato dalla Commissione Ue nonostante la maggioranza del Parlamento Europeo ne abbia chiesto il ritiro.

La democrazia è una bella cosa, ma i regolamenti interni all'Unione Europea sono a volte un ostacolo alla sua piena realizzazione. A febbraio una forte maggioranza di Stati membri – 19 – ha votato contro la proposta della Commissione che autorizzerebbe la coltivazione del mais *ogm 1507*. Solo 5 paesi si sono espressi a favore (Spagna, Gran Bretagna, Finlandia, Estonia e Svezia) e 4 si sono astenuti (Germania, Portogallo, Repubblica Ceca e Belgio). A gennaio anche una larga maggioranza del Parlamento Europeo aveva chiesto il ritiro della proposta d'autorizzazione del mais *ogm 1507*. Eppure tutto questo dissenso non basta e la Commissione potrebbe andare avanti lo stesso nel suo piano: una possibile approvazione del mais *ogm* sarebbe, però, illegale. La Corte di Giustizia Europea aveva negato lo scorso dicembre l'autorizzazione per la patata *ogm Amflora* della *Basf*, resistente agli antibiotici, già approvata dalla Commissione Europea nel 2010. Secondo la Corte, la Commissione aveva sostanzialmente modificato la proposta originale d'autorizzazione



per la patata *ogm Amflora* della *Basf*, resistente agli antibiotici, già approvata dalla Commissione Europea nel 2010. Secondo la Corte, la Commissione aveva sostanzialmente modificato la proposta originale d'autorizzazione

alla coltivazione della *Amflora*, senza ripresentarla al vaglio della commissione di esperti nazionali. Greenpeace rileva che la Commissione ha ripetuto le stesse infrazioni procedurali con il piano di approvazione del mais *1507*.

«La Commissione non può ignorare le preoccupazioni di carattere scientifico, politico e legale provenienti da una vasta maggioranza di paesi membri, dai due terzi del Parlamento Europeo e da gran parte dei cittadini europei. È molto probabile che la Corte di Giustizia Europea annulli un'eventuale autorizzazione del mais *1507* – se portata in giudizio – come fece con la patata *ogm Amflora*», commenta **Federica Ferrario**, responsabile campagna *Agricoltura Sostenibile* di *Greenpeace Italia*.

Il mais *1507* è stato geneticamente manipolato per produrre una tossina chiamata *Bt*, letale per alcuni parassiti. L'Autorità per la sicurezza alimentare dell'Unione Europea (*Efsa*) ha riconosciuto la tossicità di questo *ogm* per farfalle e falene e ha messo in guardia contro possibili carenze dei test condotti sul mais *1507*. Il prodotto, commercializzato dall'industria agrochimica americana *Dupont Pioneer*, è stato inoltre modificato per essere resistente all'erbicida glufosinato, che sarà vietato nell'Unione Europea entro il 2017 a causa della sua tossicità. ■

Gabriele Salari
ufficio stampa Greenpeace

La costa in gioco

Per favorire un maggiore controllo delle spiagge l'Agenzia ambientale europea si affida alle nuove tecnologie e alla partecipazione dei cittadini. Grazie a un'applicazione appositamente studiata per i telefoni di nuova generazione, i turisti possono, infatti, partecipare a un servizio di monitoraggio volontario del patrimonio costiero dell'Unione Europea, segnalando di volta in volta spiagge, lidi e tratti di costa inquinati o invasi dai rifiuti. Marine LitterWatch, questo il nome del progetto, è il primo passo per la creazione di una rete europea di controllo dell'inquinamento marino che coinvolga in prima persona i cittadini, chiamati ad aiutare l'Agenzia ambientale europea a vigilare sulle buone pratiche dei singoli paesi.

Bestiale!

Il mercato internazionale degli alimenti e degli accessori per cani e gatti cresce in tutto il mondo a ritmi vorticosi, tanto da aver raggiunto lo scorso anno il valore di 94 miliardi di dollari. Questo grazie al numero sempre maggiore di animali domestici nei paesi emergenti, primi fra tutti Brasile e Cina. Per questo la Germania, tradizionalmente sede di importanti manifestazioni legate alle più dinamiche tendenze internazionali, organizza tra la fine di maggio e i primi di giugno 2014 Interzoo. Si tratta di una delle più grandi manifestazioni fieristiche mondiali dedicate a alimenti e accessori per animali da compagnia, con oltre 100mila metri quadrati di esposizione e 1.500 professionisti del settore provenienti da tutto il mondo.



Voto decisivo

16

Che l'Europa piaccia o no, le prossime elezioni per il rinnovo del Parlamento comune saranno determinanti per la vita dei singoli Stati e di chi li abita, dopo la grande crisi.

Il mese prossimo si voterà in ventotto Stati dell'Europa per eleggere il nuovo Parlamento comune. Non è un'assemblea che abbia grandi poteri effettivi, poiché le decisioni che più contano per i popoli europei sono ancora riservate ai governi degli Stati dell'Unione. Ma la funzione del voto con cui si manderanno i nuovi deputati a Strasburgo appare comunque determinante in questa fase. Si tratterà, nei mesi e anni successivi, di definire il tracciato che l'Europa percorrerà dopo la grande crisi che ancora condiziona la vita di decine di milioni di famiglie. E i governi non potranno non tenere conto dell'orientamento espresso nelle urne dai loro popoli il prossimo 25 maggio. Gli europei potranno dire che considerano un errore la scelta comunitaria compiuta quasi sessant'anni fa da un piccolo gruppo di Stati promotori, poi allargatasi negli ultimi decenni fino all'adozione di una moneta unica dalla maggioranza degli Stati che oggi fanno parte dell'Unione. È questa la posizione dei cosiddetti "euroscettici", cioè di quelle forze politiche che con motivazioni e accenti diversi, nei diversi Stati europei, si oppongono all'Europa come entità sovranazionale e soprattutto all'euro, e si ripromettono di restituire piena sovranità ai singoli Stati, li-



berandoli dai vincoli comunitari. Oppure gli europei potranno dire che la costruzione comunitaria deve essere proseguita e completata, fino al conseguimento di quell'unità politica nel cui ambito anche il Parlamento Europeo assumerà poteri reali di legislazione e di determinazione degli indirizzi politici comuni.

In questo secondo caso, se risulteranno cioè sconfitte le forze avverse all'Europa, ci dovrà essere comunque un'indicazione chiara sulla scelta tra austerità e crescita, tra rigore e sviluppo, motivo di un contrasto di fondo che ha infiammato il dibattito europeo in tutti questi anni di crisi. In definitiva tre schieramenti: quello dei contrari all'euro e ai vincoli comunitari, che raggruppa sia partiti nazionalisti che movimenti populistici; quello dei favorevoli alla politica europea quale si è espressa fin qui, in termini di austerità e di rigore, schieramento nel quale si ritrovano i partiti conservatori e i democratici cristiani del *Ppe* (Partito popolare europeo); e infine quello dei favorevoli a una svolta nella costruzione europea, nel segno di un'accelerazione per lo sviluppo e verso una vera unità economica e politica, oltre che commerciale e monetaria. Sono i partiti riuniti nel *Pse* (Partito socialista europeo) e i *Verdi*.

In Italia sono contrari all'euro e ai vincoli europei la Lega e Grillo (e a intermittenza Berlusconi); sulle posizioni del *Ppe* si ritrova in linea di massima il centrodestra; su quelle del *Pse* il centrosinistra. I termini della scelta, comunque la si pensi, appaiono sufficientemente chiari. ■

beni di consumo di Rita Nannelli

I piaceri della carne

Purché bianca. Complice la qualità della produzione italiana, un'attenzione maggiore a salute e prezzi convenienti (in discesa del 12 per cento per il pollo rispetto a dieci anni fa), la carne bianca non conosce crisi. Anzi gli italiani hanno fatto di necessità virtù e i consumi di pollo e tacchino sono aumen-

tati negli ultimi dieci anni dell'8,5 per cento, la produzione del 16 per cento, toccando le 817mila tonnellate. Sono i dati di un rapporto di Nomisma per Unaitalia, l'associazione che raduna la quasi totalità delle aziende del settore. Nel mondo la carne avicola è già la più apprezzata, con un consumo pro capite di 13,3 kg, seguita da quella suina con 12,2 kg e dalla bovina con 6,6 kg. E si prevede che

nei prossimi dieci anni i consumi di carne bianca aumenteranno a livello mondiale del 19 per cento, toccando i 14,5 kg nel 2022. A contribuire al suo successo soprattutto Cina, Russia, Brasile, Messico e India, insieme agli Usa. Intanto il pollo fa tendenza anche nei menu di ristoranti di lusso del Belpaese, ad esempio, cotto sottovuoto, senza grassi, con spezie e aromi. Questo tutt'altro che a buon mercato.



Vero e proprio

Com'è fatto e da che cosa è composto il vero e autentico olio extravergine d'oliva.

C'è stata una giusta protesta in Italia per gli articoli apparsi negli Stati Uniti secondo cui una parte dell'olio extravergine d'oliva importato in quel paese sarebbe sofisticato e costituito da oli di qualità merceologica inferiore. Trattandosi di una merce pregiata, prodotta in quantità limitata in pochi paesi del mondo, con grandi precauzioni e con costi elevati, è giusto che il prezzo dell'olio extravergine sia maggiore di quello di altri oli e delle qualità inferiori dello stesso olio d'oliva. È comprensibile, anche se sgradevole, che com-

mercianti disonesti cerchino di trarre maggiori profitti vendendo con il nome di "extravergine" dell'olio prodotto con minori costi e di qualità inferiore. C'è una lunga storia delle frodi praticate contro il pregiato olio d'oliva, e della continua "gara" fra chimici che cercano di riconoscere le speciali caratteristiche chimiche e fisiche di quest'olio e i frodatori che cercano di vendere olio che possa essere confuso con quello più pregiato. La difesa può venire soltanto da una migliore conoscenza da parte del consumatore del vero significato delle varie denominazioni, dei processi che permettono di ottenere gli oli d'oliva più pregiati e del contenuto di lavoro e di impegno, nei campi

e nelle industrie, che consente di mettere in commercio gli oli extravergini genuini. Nello stesso tempo occorrono accurati controlli analitici, sempre più sofisticati a mano a mano che si fanno più raffinate le frodi nel campo dell'olio d'oliva. L'olio "extravergine" d'oliva è definito come quello "ottenuto dal frutto dell'olivo soltanto mediante processi meccanici o altri processi fisici, in condizioni che non causano alterazioni dell'olio, che non ha subito alcun trattamento diverso dal lavaggio, dalla decantazione, dalla centrifugazione e dalla filtrazione, la cui acidità libera, espressa in acido oleico, è al massimo di 0,8 grammi per 100 grammi". Per riconoscere il rispetto di queste procedure di produzione i merceologi analizzano altri caratteri fisici e chimici, fra cui, di recente, è stata inclusa la concentrazione degli esteri metilici ed etilici degli acidi grassi. Questi, infatti, si formano quando nel frutto si liberano, in seguito ad alterazioni e fermentazioni, alcol etilico e alcol metilico che si combinano, per via biochimica, con gli acidi grassi liberi. Quanto più elevato è il contenuto di questi "esteri" tanto più probabile è che le olive abbiano subito trasformazioni che rendono meno pregiato un olio, anche se ha le altre caratteristiche dell'olio extravergine. In particolare in esso il contenuto della somma degli esteri metilico ed etilico deve essere inferiore a 75 milligrammi per chilogrammo di olio; nel caso in cui il contenuto della somma degli esteri metilico ed etilico sia compreso fra 75 e 150 milligrammi per chilogrammo, il rapporto tra esteri etilici ed esteri metilici deve essere inferiore o uguale a 1,5. ■



chissà **cosa** di Jacopo Formaioni

Disco... **teca**

Forse è prossimo alla pensione, ma a quel "disco compatto" dobbiamo molto. Il suo ideatore Norio Ohga della Sony, insieme ai rivali della Philips, alla fine degli Anni Settanta pensò a un supporto digitale per la musica per sostituire l'LP: fu progettato con una durata di 75

minuti, sufficienti per memorizzare la nona sinfonia di Beethoven. Da allora il compact disc non smise più di girare e se fu usato inizialmente per memorizzare dati informatici, negli anni successivi sostituì LP e cassette. Oggi che i gruppi preferiti si scaricano o si ascoltano direttamente su

internet, il cd sembra, dopo una carriera gloriosa, sul viale del tramonto. Ai tempi d'oro venivano prodotti miliardi di "dischi compatti" ogni anno, oggi solo pochi milioni in tutto il mondo e la sua produzione è in costante calo. Andrà a fare compagnia al nobile vinile?





Sotto questo Sole

18

Peccato che il suo potenziale non sia sfruttato appieno.

Il Sole è democratico, ubiquo e soprattutto gratis: si può usare per uscire da situazioni di povertà senza dipendere per forza da qualcuno che l'energia te la vende. Con il Sole si può generare corrente elettrica, riscaldare appartamenti o piscine e accumulare energia in forme impensabili fino a pochi anni fa. Sembrano tecnologie nuove, ma non sono altro che la concretizzazione delle idee più antiche del mondo. E oggi tutto questo si sta tramutando in realtà: l'estate scorsa, per la prima volta (anche se solo per alcune ore), l'intera produzione d'energia elettrica in Italia è stata fornita da fonti rinnovabili, per la maggior parte acqua e Sole. Con buona pace di chi pensa ancora che con l'energia solare non si possa soddisfare il fabbisogno energetico. L'energia elettrica prodotta attraverso il Sole ha un andamento di mercato enorme: il tasso di crescita medio annuo è oltre il 40 per cento, nessuna fonte energetica presenta sviluppi di questo tipo. Però è concentrata in pochi paesi, i due terzi in Giappone, Germania e Stati Uniti, mentre l'Italia sta risalendo in questi ultimi anni una china che l'ha vista incredibilmente dietro queste nazioni. Secondo alcune organizzazioni ambientaliste, entro il 2050 un quarto dell'intero fabbisogno mondiale d'electricità potrebbe provenire dall'energia solare. 82 milioni di persone utilizzeranno 276 TWh d'energia prodotta in questo modo nei prossimi vent'anni e perfino (verrebbe da dire: finalmente) nei paradisi tropicali i villaggi turistici e le altre attività si alimentano già direttamente con l'energia del Sole.



Ma il fotovoltaico non è utile solo per le utenze isolate in remote lande di campagna o dove non c'è accesso alla rete elettrica. Anche perché, ormai, non ci sono solo pannelli, ma anche elementi integrati dentro le facciate delle costruzioni stesse, come ormai tendono a fare tutte le imprese che installano strumenti solari al mondo. È finito cioè il tempo degli spazi dedicati agli specchi inclinati e non c'è bisogno di avere un tetto piatto e libero per sfruttare l'energia solare.

Il potenziale fotovoltaico italiano sarebbe enorme: 47mila miliardi di kWh/anno, con una certa differenza fra il Trentino Alto Adige (3,5 kWh/mq/giorno d'energia solare disponibile) e la Sicilia (5,5 kWh/mq/giorno) di cui, però, i siciliani non sembrano essersi accorti, visto che è proprio nella provincia di Bolzano che si sono installati più pannelli che in qualsiasi altra parte d'Italia. Il consumo medio di una famiglia italiana è di circa 3mila kWh/anno, con il fotovoltaico si potrebbe arrivare facilmente a coprire fra 1.100 (Italia settentrionale) e 1.600 (Italia meridionale). Peraltro se volessimo dedicare solo l'1,5 per cento del territorio nazionale ai pannelli solari, potremmo vedere soddisfatto l'intero fabbisogno energetico italiano, sottraendo solo 4-5mila kmq di territorio scelti in aree abbandonate o già destinate ad altri usi industriali e commerciali. Oppure montando serre fotovoltaiche, che non sprecano gli spazi agricoli. E s'intende: non si tratta mai di sottrarre un territorio destinato a parco o di qualche pregio ambientale o culturale, ma di uno già adibito a altri usi. Piccoli impianti sempre più efficienti d'autoproduzione domestica, pannelli per l'acqua calda: di questo è fatto il futuro, non più di grandi centrali. ■

#mariotozzi

al naturale di Stefano Generali

Commento a caldo

La spesa media per il riscaldamento domestico è cresciuta moltissimo negli anni. Ecco perché un numero sempre maggiore di utenti decidono di privilegiare sistemi alternativi di approvvigionamento

dell'energia, a partire dal recupero delle biomasse legnose che consentono non solo di risparmiare sui costi, ma anche di contribuire alla riduzione delle emissioni di CO₂, migliorando il benessere dentro le quattro mura. È per questo che in Italia il mercato di stufe e caldaie a biomasse, legno e pellet, continua a crescere: nel 2013, con oltre 10

milioni di apparecchi, si sono consumate 16,1 milioni di tonnellate di legname e 3,3 milioni di pellet, in gran parte d'importazione. Un risultato importante con dati che registrano una diffusione delle biomasse legnose doppia rispetto all'obiettivo che l'Italia si era data per il 2020 con il Piano d'azione nazionale per le rinnovabili.



Giallo oro

Buona, ma anche bella. Ecco perché in cucina è tradizione "giocare" con i colori. A cominciare dal giallo, simbolo della felicità e del calore del sole.

Colorare di giallo le vivande – il riso, la pasta, le torte, le creme – era per i cuochi medievali un modo di portare in tavola la felicità e il calore del sole. Felicità e calore che in quella stessa epoca gli artisti portavano sulle tele, a illuminare e impreziosire gli sfondi delle immagini sacre. Colorare le vivande di giallo era la variante gastronomica del gusto pittorico, una pratica di cui i grandi cuochi addirittura abusavano, tanto era il fascino di questo colore, che richiamava immagini di luce e d'eternità. Se sfogliamo il ricettario di Maestro Martino, il cuoco di punta della cucina italiana del Quattrocento, restiamo stupiti dalla quantità di ricette che prevedono l'impiego di zafferano, esplicitamente indicato "per fare gialla la vivanda". È in questo modo che nasce la tradizione del risotto giallo milanese e di tanti altri piatti celebri della nostra cucina.

Non era un sogno solamente italiano: nel Medioevo il giallo dello zafferano compare nei ricettari di tutti i paesi europei. Anche il riso giallo compare fuori d'Italia, in particolare sulle tavole fiamminghe, come – fra l'altro – ci mostra Pieter Bruegel nel suo celebre dipinto delle *Nozze contadine*, in cui scodelle di vi-



vanda bianca (la purezza) si alternano a scodelle di vivanda gialla (la gioia): non polenta di mais, come qualche commentatore si ostina a credere, ma minestre di riso colorato, servite a coronamento di un pranzo festivo per eccellenza. Che quel giallo sia l'immagine di un giallo più prezioso ce lo assicura un proverbio, ancora oggi tramandato nelle campagne dei Paesi Bassi, secondo cui in questo mondo siamo costretti ad accontentarci di riso e zafferano, ma nel felice aldilà potremo finalmente godere di riso e oro. Le gioie dell'aldilà, a dire il vero, qualcuno provava ad anticiparle: alcune ricette medievali prevedono proprio l'impiego dell'oro, a cui si attribuivano non solo spettacolari risultati cromatici ma anche (pagando) virtù magiche e improbabili qualità salutari. Anche cuochi del nostro tempo ci hanno provato: il risotto oro e zafferano di Gualtiero Marchesi, con una foglia d'oro di forma quadrata ben sistemata al centro del risotto giallo su sfondo nero, è un piatto che ha fatto epoca. Parrebbe una soluzione eccentrica, fatta solo per stupire l'ospite, ma dietro c'è tutta una storia che la spiega, la giustifica, la inquadra culturalmente. Molte invenzioni, molte ricette "firmate" (come appunto quella di Marchesi) nascono da una tradizione lunga, che combina il moderno con l'antico. Giocare con i colori e le forme, accompagnare le emozioni della vista a quelle del gusto non è una trovata dei cuochi contemporanei, ma un'esigenza che l'arte della cucina ha sempre avuto. Perché gli uomini hanno sempre amato il bello oltre che il buono. ■

il buongustaio di Silvia Inghirami

La mammola è sempre la mammola

Nella Capitale lo chiamano la mammola: è il carciofo romanesco, il protagonista della tavola ad aprile. I modi per gustarlo sono tanti: fritto, stufato, lessato, grigliato, sulla pasta, con la carne o in salse. Le occasioni per provare nuove ricette abbondano: si comincia il 5 e 7 apr-

le a Ladispoli, si prosegue a Sezze il 14 e si finisce a Velletri il 21 e 22. Sui colli romani si tiene la Sagra del Carciofo alla Matticella, cioè legato in fascetti, detti appunto matticelle e cotto alla brace, secondo un'antica ricetta contadina, con condimento a base di mentuccia selvatica, aglio fresco, sale e olio extravergine. A

Sezze, invece, il carciofo è proposto in tanti piatti tipici e particolari. Durante la festa i vicoli della cittadina, fondata secondo la leggenda da Ercole, si animano anche di musica e spettacoli. I turisti sono così invitati, oltre a degustare, ad addentrarsi tra belle chiese e palazzi storici, abitati nel passato da nobili e papi.





Buoni frutti

Commercializzati con il marchio Terra Equa, i meloni del Senegal in vendita alla Coop. Un altro prodotto etico che permetterà di realizzare anche un centro sanitario in una regione agricola di quel lontano paese.

■ Aldo Bassoni

Meloni del Senegal? Chi l'avrebbe mai detto che da quelle terre lontane arrivasse un prodotto così tipicamente italiano come il melone? E buono per giunta, perché forse non tutti sanno che il melone è tra le prime e migliori produzioni del Senegal grazie alle speciali condizioni climatiche della regione e alle particolari caratteristiche del terreno. «Quello dei meloni del Senegal commercializzati sotto il marchio *Terra Equa* – spiega Gianluca Schiassi di *Coop Italia* – è un progetto nato alcuni anni fa allorché la comunità senegalese in Italia propose a Coop di valorizzare le eccellenze agricole del loro paese per dare

un contributo allo sviluppo di un'area agricola del Senegal. *Coop Italia* colse favorevolmente quest'occasione anche per avere un'alternativa ai meloni delle multinazionali francesi *Idhil* e *Azura* che operano nei territori del Sahara occidentale occupato dal Marocco». Infine, tre anni fa, anche il ministero dell'agricoltura e il consolato senegalese chiesero a *Coop Italia* di dare vita a iniziative di valorizzazione delle produzioni agricole del loro paese.

In modo equo

Si cominciano così a cercare i *partner* commerciali del progetto che dovrà prevedere anche una ricaduta sul territorio attraverso la realizzazione di un centro sanitario. Si individua nella *onlus Giovanni Paolo Secondo* l'organizzazione con cui attivare la gestione dei fondi di solidarietà derivanti dalla vendita del melone. Il progetto prende rapidamente vita, si chiama *melone del Senegal*, e l'azienda che lo produce è la ditta *Francescon*, un'impresa che opera da alcuni anni in quel territorio e rappresenta per la popolazione locale tra Tasset e Kirbic un'importante risorsa economica con ben 160 ettari nella



zona di Thiès a quaranta chilometri da Dakar che vedono oggi crescere l'ottimo frutto che piace tanto agli italiani. Non è mancata, naturalmente, una ricognizione sul campo per capire esattamente le condizioni obiettive in cui si andava a operare e soprattutto per valutare le condizioni sanitarie del posto, conoscere le necessità della comunità e capire ciò di cui ha bisogno. Il primo impatto ha generato una forte impressione per la mancanza di infrastrutture e servizi essenziali. Si tratta di un territorio privo di strade e di mezzi di trasporto. Per permettere il passaggio dei mezzi e il trasporto dei lavoratori e delle merci, l'azienda *Francescon* ha dovuto battere strade in aree desertiche. Inoltre ha allestito una mensa con cucina, spogliatoi attrezzati e servizi igienici adeguati. «I lavoratori – racconta **Cristina Cherici** di ritorno dalla sua ricognizione per conto della *onlus Giovanni Paolo Secondo* – vengono accompagnati dal medico con mezzi aziendali e spesso, anziché ricorrere alle cure dell'ospedale di Tasset, reperiscono in azienda analgesici e antidolorifici. In questo posto anche un banale mal di denti è difficile da curare. Anche per l'acqua tutti gli abitanti del villaggio si approvvigionano presso i punti di erogazione messi a disposizione dall'azienda».

Al servizio di

L'azienda *Francescon* ha portato in Senegal le macchine agricole, i trattori, le serre, i mezzi tecnici e i saperi necessari alla produzione e oggi rappresenta per la zona di Thiès una realtà produttiva all'avanguardia che dà lavoro a centinaia di persone garantendo un livello di reddito decisamente più alto rispetto alla media dell'area. Naturalmente Coop non si limita a distribuire questo prodotto nei suoi punti vendita. Sia Coop che l'azienda *Francescon* destinano 0,05 euro al kg (in totale 10 cents al kg) di ogni melone venduto alla fondazione *Giovanni Paolo Secondo* di Firenze che curerà la realizzazione di un presidio medico nel villaggio vicino alla zona di produzione. All'inizio si pensava di trasformare in ambulatorio medico una struttura nei pressi dell'azienda agricola. Poi quest'idea è stata accantonata per accogliere la richiesta del capo villaggio di ristrutturare un ambulatorio già esistente al centro dell'abitato e di acquistare, come prima necessità, anche per far fronte alla stagione delle piogge, un mezzo di soc-

I numeri del progetto

- > Per ogni chilo di melone *Terra Equa Coop* riconosce nel prezzo di filiera 0,05 euro e l'*OP Francescon* altri 0,05 euro per un totale di 0,10 euro da destinare al finanziamento del progetto per la realizzazione di un presidio medico nel villaggio di Tasset, a poca distanza dalla zona di produzione.
- > La *onlus Giovanni Paolo Secondo*, vista l'indiscutibile serietà e capacità di gestione di progetti equivalenti in territori complessi (hanno già in cantiere un altro progetto in Senegal e conoscono quindi la realtà di questo paese) con i fondi raccolti e versati direttamente da *OP Francescon* alla *Fondazione*, curerà progetti etico-sociali finalizzati a migliorare le condizioni di vita di una comunità di oltre 20mila abitanti presso la piantagione.



re le condizioni di vita di una comunità di oltre 20mila abitanti presso la piantagione.

> I progetti seguiranno le priorità individuate con sopralluogo da parte degli operatori della *Giovanni Paolo Secondo* e procederanno gradualmente sulla base dei fondi raccolti in ogni campagna.

corso attrezzato in grado di raggiungere i nuclei familiari più lontani dal villaggio in un territorio rurale di circa 22mila abitanti.

Nel 2013 sono stati ritirati dalla filiera senegalese dell'azienda *Francescon*, quasi 180mila kg di meloni ad un prezzo medio di acquisto di poco inferiore ai 2 euro al chilo, un prezzo inferiore sicuramente ai prezzi medi registrati negli anni precedenti quando il prodotto proveniva esclusivamente dal Marocco. A queste condizioni i volumi di vendita previsti nel 2014 potranno essere decisamente superiori e verosimilmente raggiungeranno i 300mila kg. Dalla vendita del melone nel 2014 si stima quindi di raccogliere circa 30mila euro da destinare al progetto. Quanto basta per dare un servizio fondamentale alla gente del luogo. ■



Circondarsi di parole

► **ChiamaTutti** 



ChiamaTutti

**CONVENIENZA A 360°
CON COOPVOCE:
TELEFONATE, SMS E INTERNET
A SOLI **9,50€** AL MESE**

- ▶ **360 minuti + 360 SMS verso tutti**
- ▶ **Web 1 Giga senza limiti**
- ▶ **Per Sempre**

Passa a CoopVoce dal 3 marzo al 13 aprile 2014



Scopri le offerte CoopVoce su
www.coopvoce.it

coopvoce

Comunicare è semplice.

Condizioni della promozione: L'offerta "ChiamaTutti 360", sottoscrivibile tra il 03/03/14 ed il 13/04/14, prevede 360 minuti di chiamate nazionali, verso numeri fissi e mobili, 360 SMS nazionali e 1 Giga di traffico internet nazionale ogni 30 giorni. I minuti sono tariffati sugli effettivi secondi di conversazione e le connessioni internet a singolo kbyte. Al superamento del traffico voce ed SMS compreso verranno applicate le condizioni del piano tariffario sottostante per il traffico voce ed SMS, mentre il traffico internet sarà gratuito ma la velocità di connessione sarà limitata a 32 kb/sec. L'offerta ha un costo di 9.50€ al mese e si rinnova automaticamente ogni 30 giorni in caso di credito sufficiente. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta risulterà sospesa per 7 giorni. Per riattivarla sarà necessario ricaricare entro la scadenza dei 7 giorni, altrimenti l'opzione verrà disattivata. I minuti, gli SMS ed i Mega non consumati nel mese, non si sommano con i minuti e gli SMS o il traffico internet del mese successivo. Per maggiori dettagli sulle compatibilità e su tutte le offerte visita il sito www.coopvoce.it



Auto...

coscienza

Per risparmiare sui costi del carburante e per rispettare l'ambiente, ma anche perché silenziose e confortevoli. Cresce il mercato delle auto elettriche, anche se in Italia per la mancanza di incentivi e di sistemi di ricarica veloci sulle autostrade e sulle strade extraurbane, per i prezzi ancora elevati – energia per l'alimentazione in testa – si preferiscono quelle ibride e la strada della mobilità "verde" è ancora in salita. Fuori e in città.

■ Miriam Spalatro

Rispettose dell'ambiente e più economiche. Ecco perché in una situazione generale di riduzione delle immatricolazioni (in Italia -7,09 per cento nel 2013 rispetto al 2012, -1,7 per cento in Europa) le nuove auto a alimentazione a gas ed elettrica, tipiche della cosiddetta "mobilità sostenibile", cominciano a prendere il posto, a poco a poco, delle automobili alimentate con combustibili tradizionali, come benzina e gasolio. Secondo i dati dell'*Unione Nazionale Rappresentanti Autoveicoli Esteri* le auto a benzina immatricolate in Italia sono in costante riduzione (-8,24 per cento negli ultimi due anni). Tendenza al ribasso che in minor misura si registra anche per le auto diesel, passate dal 55,38 per cento al 54,09 per cento del mercato negli ultimi due anni. Crescono, invece, le immatricolazioni di auto a *Gpl* (+5,63 per cento) e la vendita di auto a metano che, grazie all'aumento dei modelli disponibili e alla convenienza del carburante, è passata dal 2,18 per cento al 5,19 per cento delle immatricolazioni annue.

Quadro elettrico

Ma la vera *new entry* del mercato della mobilità privata è l'auto a alimentazione elettrica: 100 per cento elettriche e ibride, quasi inesistenti sul mercato sino a pochi anni fa, cominciano a diventare una realtà e con una modestissima quota di mercato dello 0,31 per cento nel 2011 sono passate a rappresentare l'1,21 per cento del nuovo parco circolante del 2013. Per una maggiore attenzione all'ambiente – e, infatti, si registra un calo costante delle emissioni medie di CO₂ dei nuovi veicoli messi in circolazione –, ma soprattutto per ragione di costi. In una recente indagine del *VI Osservatorio Deloitte* sull'auto elettrica, l'85 per cento degli intervistati ha dichiarato che l'elevato prezzo del carburante li ha indotti a guidare meno nell'ultimo periodo, mentre circa la metà

del campione ha affermato che acquisterebbe un'autovettura con propulsione alternativa soprattutto per risparmiare sui costi, piuttosto che per preservare l'ambiente. Dati in gran parte confermati da un recente sondaggio sui veicoli elettrici condotto dal *Centro Studi e Documentazione Direct Line*: il 98 per cento del campione indica il minor prezzo del bollo come uno dei più grandi vantaggi di possedere un'auto elettrica; il 97 per cento la possibilità di circolare senza limiti; il 96 per cento l'opportunità di usufruire gratuitamente dei parcheggi delle grandi città. Gradite anche le linee moderne (90 per cento) e il motore particolarmente silenzioso (90 per cento), caratteristica apprezzata soprattutto dalle donne. «È proprio il comfort l'aspetto più seducente della mobilità elettrica – rileva **Giuseppe Mauri**, ingegnere responsabile del progetto di ricerca *Mobilità Elettrica* dell'*RSE (Ricerca sul Sistema Energetico)* –. Un'auto elettrica è bella da guidare, non ha manutenzione (anche i freni sono utilizzati meno), è silenziosa, non ha il cambio e rimane di fondo solo il rumore del rollio delle gomme». Guardando i dati di mercato, però, in Italia i veicoli elettrici più diffusi sono quelli ibridi, quelli cioè che combinano un motore elettrico con uno a combustione interna. Nel 2013 sono state consegnate nel nostro paese 14.926 auto ibride, che con questi numeri costituiscono già una vera alternativa ai prodotti a basso consumo e livello di emissioni. I veicoli 100 per cento elettrici stentano, invece, a decollare. Nello scorso anno sono state immatricolate appena 864 unità (+64,9 per cento rispetto al 2012), una cifra ancora abbastanza contenuta a causa dei costi elevati e, soprattutto, dell'assenza di misure incentivanti idonee a favorirne un adeguato sviluppo. Mauri sottolinea, infatti, come sia «il maggior costo delle batterie, quello che incide sul prezzo d'acquisto dell'autovettura elettrica rendendola poco accattivante. Non a caso sono stati pensati sistemi commerciali per spalmare il loro costo su tempi più lunghi, come le formule di noleggio che dilazionano e rendono più accessibile al cliente finale la parte di prezzo riguardante le batterie, includendo tra l'altro la protezione





contro guasti, manutenzione e disservizi». Tutto questo in attesa che – secondo le previsioni di mercato – le prestazioni delle auto elettriche migliorino sempre più, i costi scendano del 5-10 per cento ogni anno, finché nel 2020 il prezzo di una piccola utilitaria elettrica diventi uguale a quello di un modello omologo con motore a combustione interna.

Grandi numeri

Diversi i numeri di altre nazioni europee e d'Oltreoceano. Negli Stati Uniti, ad esempio, lo scorso anno le due motorizzazioni (auto ibride e 100 per cento elettriche) hanno registrato una vendita di 95mila unità, e quelle elettriche vere e proprie hanno quasi raggiunto i livelli di vendite delle ibride con ben 46mila unità vendute. La parte del leone in questo mercato è fatta dai modelli *Toyota*, che sventano nelle scelte dei consumatori occupando ben cinque posizioni nella *top ten* dei modelli più venduti. Stessi numeri sbalorditivi sono stati registrati in Francia, dove nel 2013 sono state immatricolate 46mila vetture ibride e quasi 9 mila 100 per cento elettriche, con una crescita totale del mercato di circa il 60 per cento e una super prestazione – dal lato delle elettriche – della *Renault Zoe*, le cui vendite hanno rappresentato nel 2013, con 5.511 nuove vendite, il 60 per cento del mercato delle elettriche. Il vero miracolo, poi, è quello che si sta realizzando in Norvegia dove lo scorso ottobre il veicolo più venduto in assoluto è stato uno elettrico, la *Nissan Leaf* che ha battuto un mostro sacro delle vendite come la *Volkswagen Golf* ponendosi nei primi 9 mesi dell'anno tra le prime quattro auto più vendute del paese. Basta guardare agli incentivi per capire il segreto di un tale successo. In Norvegia le auto elettriche non pagano *Iva* e tasse né parcheggio, trasporto su traghetti e pedaggio autostradale: vantaggi che sono stimati in circa 6mila euro l'anno. «Lo stesso non può dirsi nel nostro paese – afferma Mauri –. Mentre le ibride hanno preso piede, perché i prezzi sono più competitivi, questo non è accaduto per le 100 per cento elettriche. Del resto, oltre agli incentivi all'acquisto, non aiuta neanche il costo dell'energia elettrica per l'alimentazione: di

fatto, per percorrere 100 chilometri con un'auto elettrica, considerando un costo dell'energia di 25 centesimi al kWh, si sostiene una spesa di circa 5 euro, la stessa che per un'auto alimentata a metano. Spesa che sale ulteriormente ricaricando il veicolo elettrico in una colonnina pubblica non incentivata».

Formula E

Anche se di questi tempi il primo pensiero è il risparmio, l'uso dell'auto elettrica dipende dalle abitudini. Riprende Mauri: «È più spinto all'acquisto di una vettura elettrica chi possiede un posto auto privato in cui è disponibile un collegamento all'energia elettrica come, ad esempio, un box di proprietà. Importanti sono anche le specifiche abitudini di percorrenza. Se faccio 30 km al giorno avrò bisogno di 2 o 3 ore di ricarica del veicolo 100 per cento elettrico. Che diventano 6 o 7 se voglio realizzare una ricarica completa delle batterie. Oggi tutti i veicoli 100 per cento elettrici garantiscono ►

Verde speranza

Autocritica: pregi e difetti dei veicoli elettrici.

Silenziosità e maggior rispetto dell'ambiente. Ecco i pregi dell'auto elettrica che genera solo emissioni indirette, poiché la produzione di energia elettrica è localizzata in aree ben identificate, spesso distanti dai centri urbani. Un grosso vantaggio in termini ambientali, soprattutto se la produzione deriva da fonte rinnovabile, come idrica, eolica, solare e da biomasse. E l'impatto è più gestibile rispetto all'uso di soli combustibili fossili, poiché il mix di fonti utilizzato per produrre l'energia elettrica è vario e molto diverso da nazione a nazione.

Gli svantaggi della mobilità elettrica sono, invece, quasi tutti riconducibili alle batterie. Vanno dai tempi di vita utile ai tempi di ricarica lunghi, sino alla scarsa autonomia di viaggio. Anche se nuovi tipi di batterie e nuove tecnologie hanno incrementato sia l'autonomia sia la vita utile, riducendone contemporaneamente il tempo di ricarica. I limiti delle batterie investono anche l'aspetto economico: le auto elettriche costano oggi più di quelle a combustione interna, a causa dell'elevato costo delle batterie. Tuttavia, col passare degli anni, ci si aspetta che questo divario si riduca sensibilmente. Intanto godiamoci i molti vantaggi, tra cui i parcheggi riservati con apposite colonnine di ricarica, il libero accesso alle zone a traffico limitato, la possibilità di circolare su corsie preferenziali, nessun limite di circolazione come il blocco del traffico.

► un'autonomia di percorrenza di almeno 100 km, molti arrivano e superano i 150, altri addirittura 400». Intanto, però, l'innovazione tecnologica non si ferma e si susseguono notizie positive sugli sforzi compiuti per dare a questi veicoli sempre più prestazioni, in termini di potenza e d'autonomia di percorrenza. Parliamo di sperimentazioni che, però, la dicono lunga sulla voglia di questo settore di emergere e di rappresentare un'alternativa sempre più concreta alla mobilità tradizionale. Con il sostegno del Principe Alberto II di Monaco, ad esempio, la casa francese *Venturi Automobiles* si appresta a testare nel 2014 un prototipo di automobile, la *VBB-3 100* per cento elettrica, che promette di essere l'auto elettrica più potente mai costruita (3.000 cavalli) e che proverà a superare i 600 km/h nel suo tentativo di "record ecologico". Mentre lo scorso 15 novembre, la *Suzuki* ha portato a casa il nuovo record d'autonomia per veicoli elettrici ottenendo il primato di percorrenza di 1.300 km con una sola ricarica di batterie; quattro piloti si sono alternati al volante

giorno e notte su un anello di 25 km guidando alla velocità di 30 km/h con una *Suzuki Every* (una *keicar*, piccola auto venduta solo in Giappone), modificata per ospitare una batteria agli ioni di litio. E non è un caso che a cavallo tra il 2014 e il 2015 prenderà il via anche la prima edizione di *Formula E*, il campionato riservato a monoposto elettriche ideato dalla *Fia (Federazione Internazionale dell'Automobile)* che si realizzerà in 10 circuiti cittadini scelti tra le città più importanti del mondo, partendo dalla città di Pechino il prossimo 20 settembre, sino a chiudersi a Londra nel giugno 2015.

Modalità d'uso

Un quadro composito quello che coinvolge i futuri scenari della mobilità sostenibile, soprattutto nelle città. **Giovanni Pede**, responsabile del laboratorio veicoli a basso impatto ambientale dell'*Enea*, evidenzia infatti che «la sostenibilità delle aree urbane non può prescindere da un nuovo modello di mobilità basato sull'intermodalità (l'uso combinato di differenti mezzi) tra trasporto individuale a basso impatto e trasporto pubblico. In questo quadro se, da un lato, l'auto privata effettua percorsi medi più brevi, il che rende possibile l'uso dell'auto elettrica con ridotte autonomie di percorrenza, dall'altro, il trasporto pubblico deve essere più efficiente, facilmente accessibile e maggiormente integrato. Per questo avrà un ruolo importante la micro-mobilità privata (*city car* e micro vetture) e la diffusione del *car-sharing*, meglio se elettrico». Dello stesso avviso **Andrea Poggio**, vicedirettore di *Legambiente*: «Siamo favorevoli all'innovazione, tuttavia è difficile pensare oggi all'auto elettrica come alla soluzione per la mobilità delle famiglie italiane. Nel senso che i costi e la scarsa autonomia di percorrenza non permettono di sostituire le normali automobili con veicoli elettrici per tutti gli usi che quotidianamente ne facciamo. Vediamo i veicoli elettrici già da oggi molto interessanti all'interno di flotte condivise, non solo di automobili ma anche di biciclette e *scooter* – precisa Poggio –. Pensiamo quindi a nuove forme di noleggio come il *car sharing* e il *bike sharing*, ma anche a una dif-

Auto affittasi

Il car sharing, cioè il servizio delle auto in affitto. Meglio se elettriche.

Con tutti i vantaggi che comporta non poteva che trasformarsi in un successo. Si tratta del *car sharing*, il servizio delle auto in affitto: niente più bollo, assicurazione e benzina da pagare, tutto è compreso nell'abbonamento. Con le vetture a noleggio si può entrare nelle zone a traffico limitato, i parcheggi sono gratuiti e non ci si preoccupa più di manutenzione e pulizia. Pensa a tutto il gestore. Alla lettera, condivisione dell'automobile, chi sceglie il *car sharing*, iscrivendosi e pagando un fisso mensile o annuale, utilizza per un determinato periodo (spesso anche poche ore) un'automobile prelevandola presso una determinata stazione di fermata e restituendola, dopo l'uso, anche in stazioni diverse concordate. Il *car sharing*, attrattivo soprattutto per chi dell'automobile fa un uso occasionale, ha visto crescere i suoi utenti nel corso degli ultimi anni: in Italia sono passati da 17.900 nel 2009 a 22.700 nel 2011, con 7,4 milioni di chilometri percorsi nel 2012 contro i 6,1 milioni del 2009. In Europa nel 2012 hanno fatto ricorso a questo servizio 800mila automobilisti che hanno condiviso 22mila vetture. Numeri non strepitosi, ma che ci si aspetta crescano velocemente: le previsioni per il 2020, infatti, parlano di 15 milioni d'iscritti che divideranno 240mila autoveicoli di cui un terzo elettrici.



fusione dei veicoli elettrici nei servizi di consegne postali o di consegna in generale, per la mobilità dei turisti, per i trasporti pubblici con i mini bus e i piccoli furgoni. Mezzi operativi nelle città, ma anche nei paesi, per persone e merci, che permettono di abbassare sia i costi di manutenzione sia di trazione del veicolo».

Alla ricarica

Che cosa serve, allora – chiediamo a Mauri – per dare da subito uno stimolo all'auto elettrica e per sostenerla in questo suo periodo di crescita? «Nelle città infrastrutture di ricarica e diffusione delle auto elettriche sono oggi una realtà. Ciò che manca – risponde Mauri – sono essenzialmente sistemi di ricarica veloce sulle autostrade e sulle strade extraurbane. Le infrastrutture di ricarica devono svilupparsi di pari passo con la mobilità. Sistemi di ricarica *multistandard* dovrebbero essere messi in tutte le stazioni di servizio autostradali e nel 10 per cento di tutte le stazioni di servizio italiane – continua Mauri –. Per fare questo servirebbero circa 100 milioni di euro. Non è una somma esagerata, se si pensa che questi corridoi permetterebbero alle auto elettriche di muoversi liberamente anche fuori dai centri urbani».

Un nuovo paradigma di trasporto, in cui si preferiscono i mezzi pubblici nelle lunghe percorrenze e i mezzi condivisi per i percorsi più brevi. Quindi, secondo il vicedirettore di *Legambiente*, «quello che oggi dovrebbe essere favorito, perché immediatamente economico e accessibile a tutti, sono le infrastrutture per una mobilità condivisa che metta al centro i veicoli elettrici. Incoraggiare i privati che vogliono offrire servizi a noleggio, favorire le infrastrutture di ricarica in ambito pubblico e privato per ricaricare, ad esempio, flotte di veicoli aziendali. Incentivare eco stazio-

Movimenti di capitale

Trasformare in 5 anni Thimphu nella capitale mondiale dell'auto elettrica. Il buon esempio del Bhutan, piccolo stato himalayano.

Il governo del Bhutan vuole trasformare la sua principale città Thimphu nella capitale mondiale dell'auto elettrica e per questo ha avviato un ambizioso progetto per raggiungere in 5 anni la soglia del 100 per cento di auto elettriche in circolazione nel paese. Primo passo la sostituzione di tutti i taxi con vetture ecologiche, a cui seguirà, grazie a un accordo con la giapponese *Nissan*, la sostituzione dell'intera flotta di auto governative. Il piccolo stato himalayano, che conta meno di un milione di abitanti, è forte di una produzione idroelettrica che permette al paese anche l'esportazione energetica, anche se rimane notevole l'importazione di combustibili fossili, necessari per l'alimentazione dei mezzi di circolazione. **S.G.**

ni nei pressi di metro, stazioni ferroviarie, centri storici. Questo è quello che manca oggi alla mobilità elettrica. Questo è quello che potrebbe essere incentivato, una mobilità alternativa più flessibile e alla portata di tutti». Sperando che siano giuste le previsioni dell'*RSE*: nel 2030 un'auto su 4 di quelle in circolazione sarà ricaricabile dalla rete, per un totale di circa 10 milioni di auto elettriche su strada, di cui il 50 per cento concentrate proprio nelle grandi città. ■



Ritorno a Casa Matteo

28

Una delegazione italiana è volata a Gorom Gorom per portare ancora un aiuto alla struttura d'accoglienza realizzata dal Movimento Shalom con la collaborazione dei soci e dipendenti di Unicoop Tirreno.

■ Barbara Sordini

Quello che arriva dal Burkina Faso è un racconto di un paese ancora in grosse difficoltà, dove riecheggiano gli scenari di guerra dal vicino confine con il Mali, interdetto dalla Farnesina al traffico di turisti, e con sempre meno risorse per il sostenta-



mento. Questo il clima che si respira a Gorom Gorom, dipartimento del Nord Burkina Faso, dove si trova il Centro d'accoglienza Casa Matteo realizzato, più di dieci

anni fa, dal Movimento Shalom con il contributo dei soci e dipendenti di Unicoop Tirreno. Un orfanotrofio, una sala parto, un dispensario farmaceutico, pozzi per l'acqua, un orto, un recinto con animali da cortile e l'Hotel delle Dune, un ostello che già dal 2011 avrebbe dovuto ricoprire in maniera autonoma le spese di gestione delle altre strutture, ma che vede l'arrivo di pochissimi clienti a causa dei drammatici problemi della zona. L'ultimo viaggio in Burkina è stato compiuto lo scorso febbraio da Lia Burgalassi, membro del consiglio d'amministrazione di Unicoop Tirre-

no, Walter Olivieri, uno degli artefici del Progetto Matteo, Antonio Valentini, giornalista de *Il Tirreno*, e Achille Kafandù, responsabile del Progetto Burkina per il Movimento Shalom.

Con l'aiuto di Coop

«Purtroppo – racconta Burgalassi – essendo questa una zona *off limits* per i turisti, l'Hotel delle Dune non riesce a provvedere al sostentamento di tutte le altre strutture: per questo motivo lo scorso anno, a causa del perdurare della vicina guerra, Unicoop Tirreno ha attivato una collaborazione con la diocesi di Dorì e sottoscritto un protocollo con l'impegno di continuare a sostenere, seppur con quote inferiori al passato, Casa Matteo almeno per i prossimi tre anni. Durante il nostro soggiorno abbiamo intrattenuto rapporti con la diocesi locale, e il nuovo vescovo, che tra l'altro parla italiano, ci ha ribadito come la struttura, gestita dal Movimento Shalom, sia una delle priorità. Abbiamo poi incontrato le suore, anche loro giunte da poco presso l'orfanotrofio, tra cui un'ostetrica e un'infermiera che stanno svolgendo un prezioso lavoro presso la sala parto di Casa Matteo con un'importante opera di prevenzione sia per le donne in gravidanza che per i neonati – continua Burgalassi orgogliosa -. Insieme abbiamo valutato alcuni problemi di manutenzione degli edifici che, visto il clima, si deteriorano facilmente. Con la diocesi abbiamo così concordato gli interventi necessari, soprattutto quelli presso l'orfanotrofio che in questo momento ospita 24 bambini, 6 di età inferiore a 1 anno e 18 tra 1 e 3 anni, tra cui alcuni orfani provenienti dal Niger e dal Mali. Dopo il completamento dei lavori di ristrutturazione l'orfanotrofio potrebbe ospitarne un'altra ventina».



Una grande partecipazione

Oltre 10mila soci hanno partecipato alle assemblee autonome delle Sezioni soci. Un risultato straordinario che testimonia l'attaccamento alla Cooperativa e la voglia di discutere. Più di 200 gli interventi.

Sono stati 10.065 i soci della Cooperativa che hanno preso parte alle 30 assemblee autonome delle Sezioni soci in calendario nel mese di febbraio, in cui è stato presentato il bilancio preventivo 2014 di Unicoop Tirreno, fatto di iniziative e azioni per difendere e tutelare gli interessi di soci e consumatori e migliorare i risultati in un contesto di perdurante crisi e calo dei consumi. «Sono circa 3.300 le presenze in più rispetto alle assemblee del 2013 – commenta **Massimo Favilli**, direttore politiche sociali di Unicoop Tirreno –: è un segnale importante che ci parla di alta partecipazione

30 assemblee

10.065 soci

+3.300 presenze

e attaccamento alla Cooperativa in tutti i territori dove siamo presenti. Dobbiamo valorizzare il fatto che oltre 10mila persone sono uscite di casa e hanno partecipato a incontri per informarsi e discutere delle strategie e delle azioni della Cooperativa cogliendo anche l'opportunità per intervenire e far sentire la loro voce». Sono stati infatti oltre 200 i soci che sono intervenuti ponendo spesso domande alle quali i dirigenti presenti in assemblea hanno risposto puntualmente. Tutti i temi sollevati dai soci sono stati riepilogati, sintetizzati e analizzati a fondo dalla direzione aziendale di Unicoop Tirreno. Quali sono dunque i temi emersi dalle assemblee? «Essenzialmente tre – dichiara Favilli –: il primo è legato agli obiettivi del Preventivo 2014 e all'andamento della Cooperativa, con un apprezzamento per il nuovo modello vendite, la strategia che ha l'obiettivo di rispondere ai bisogni dei soci e clienti riducendo i prezzi e migliorando i risultati aziendali; il secondo è l'andamento del punto vendita per quanto riguarda la convenienza, l'assortimento, il servizio e l'organizzazione delle attività; il terzo tema è quello della sicurezza dei prodotti, con un apprezzamento dell'impegno di Coop e una richiesta di tenere sempre alta l'attenzione alla qualità con riferimenti specifici agli aspetti ambientali (imballaggi, risparmio energetico ecc.) e al contenimento degli sprechi tramite l'estensione e lo sviluppo del progetto *Buon Fine*».



Le assemblee sono state anche l'occasione per rinsaldare il legame con i territori attraverso la presentazione delle attività annuali delle Sezioni soci e la presenza di molte associazioni locali che collaborano con Unicoop Tirreno. ■ **L.R.**

Assistenza totale

Da due anni il governo burkinese ha introdotto presso le strutture ospedaliere la gratuità degli interventi di parto cesareo: «Questo – precisa Burgalassi – ha ridotto notevolmente la mortalità materna a livello nazionale, ma ancora tante mamme vanno a partorire presso la sala parto di *Casa Matteo*. Anche i bambini, in una recente visita effettuata da un pediatra proveniente dall'Italia, sono stati trovati tutti in buone condizioni, stanno bene e, cosa straordinaria per il posto in cui ci troviamo, mangiano tre volte al giorno». *L'Hotel delle Dune*, per la vicina guerra, è frequentato soltanto in modo ridotto da funzionari dello Stato o dai rappresentanti delle organizzazioni non governative che operano in zona. «Abbiamo stretto – ricorda Burgalassi – un rapporto di collaborazione con l'ong *Reach Italia*, un'organizzazione umanitaria che si occupa anche del sostegno a distanza, che sta portando avanti in Burkina Faso un progetto per contrastare la desertificazione utilizzando una tecnica tutta italiana. La *Reach Italia* usufruirà dell'*Hotel delle Dune* per le sue necessità e come ospitalità per il personale». ■

Tutto si fa **per te**

Nel nuovo catalogo Solo per te tutti i vantaggi e le opportunità per i soci di Unicoop Tirreno. In tutti i punti vendita dal primo aprile.

30

■ **Barbara Sordini**

Le immagini di copertina sono già un invito per tutti i soci Unicoop Tirreno. Sono le foto-ricordo delle vacanze, dei viaggi e dei campi estivi a cui possono accedere con sconti allettanti tutti i titolari della carta *SocioCoop* e riportati nel nuovo catalogo fidelity *Solo per te* presente dal primo aprile in tutti i negozi della Cooperativa e valido fino al 28 febbraio 2015. Anche quest'anno la carta *SocioCoop* si conferma uno strumento valido per ottenere principalmente dei vantaggi sulla spesa: con l'accumulo dei punti si possono avere sconti immediati alla cassa oppure ogni mese vengono proposti tanti prodotti non alimentari per il cui acquisto i punti valgono di più. Ma sulla raccolta punti c'è anche un'importan-

te novità: per ogni euro di spesa, esclusi i prodotti in promozione, viene registrato come di consueto un punto sulla propria carta *SocioCoop*, mentre dal primo aprile vengono erogati doppi punti su tutti i prodotti dei reparti freschissimi a rotazione (si parte con l'ortofrutta per due mesi, poi toccherà a gastronomia, pane, pasticceria, carni e pesce).



Punto di vista

Sfogliando il nuovo catalogo, s'incontrano subito le tante opportunità su cui investire il "vantaggio" ottenuto e per poter dare una mano ai soci, tra le possibilità di accumulo e di spesa dei propri punti, sono presenti in ogni pagina gli elementi grafici delle monete dorate. Ecco allora alcune nuove destinazioni a cui i soci possono accedere con sconti sul biglietto d'ingresso: il parco avventura *Il Giardino Sospeso* a Riparbella (PI) con percorsi acrobatici sugli alberi per adulti e bambini; *La Strada del vino e dell'olio* lungo la Costa degli Etruschi (LI) per degustare un calice di vino in una delle cantine immerse tra i vigneti e il verde della macchia mediterranea;

la possibilità di raggiungere l'isola del Giglio a bordo dei traghetti della *Maregiglio* con sconti sul biglietto di linea e sulle mini-crociere *Giannutri-Giglio*; i buoni sconto per vacanze al mare o in montagna presso i *Campi Junior del W&af* per dare ai ragazzi un'occasione di crescita personale e di sensibilizzazione ai temi sui quali il *W&af* è impegnato. Altra novità del catalogo 2014-15 l'accumulo dei punti (previa presentazione della carta *SocioCoop*) facendo acquisti nei negozi *Brico Io*, una delle principali catene italiane dedicate al fai da te, della Toscana e del Lazio.



In catalogo

Ma le opportunità per i soci sono ancora tantissime, con diverse riconferme rispetto agli anni passati. Si va dalla possibilità di convertire i punti *you&eni* – quest'anno anche con la novità *young&eni* – in punti Coop (e viceversa) all'accumulo di punti per tutti i soci che presentano la propria tessera *SocioCoop* al momento della richiesta del preventivo o dell'attivazione di una nuova/rinnovo polizza con *Linear Assicurazioni*. I punti Coop possono essere convertiti anche in punti *iomeritoclub* (e viceversa) per ottenere sconti presso i negozi a marchio *Euronics* che aderiscono all'iniziativa. Sul catalogo sono inoltre presenti tutti gli altri *partner* che fanno accelerare la raccolta utilizzando lo *shopping on line* passando prima dal sito www.catalogosoci.unicooptirreno.com: per i viaggi e l'organizzazione del tempo libero si va da *Groupon* a *Feltrinelli*, da *Disneyland Paris* a *eDreams*, a *Expedia.it*, da *lastminute.com* a *Meridiana*, a *VolaGratis*, mentre per sbizzarrirsi nello *shopping on line* si guadagna-

no punti con *Monclick* e *PixMania.com* e per fare acquisti più specifici si può scegliere la moda *on line* di *La Redoute*, le scarpe di *Spartoo.it*, l'abbigliamento sportivo di *Cisalfa Sport*, i prodotti naturali della *Bottega Verde* o gli articoli *Foppapedretti*.

Un ventaglio di opportunità

Tra le opportunità di accumulo punti anche *ItalianFlora*, per inviare fiori in tutta Italia in pochi minuti, e *redcoon.it*, il leader della vendita di prodotti elettronici a prezzi "piccanti". Come ogni anno con *Mondovivo*, il progetto di viaggi in esclusiva per i soci Coop, si possono acquistare viaggi e collezionare punti, mentre svago e divertimento sono a disposizione dei soci con sconti e vantaggi semplicemente investendo i propri punti (*Museo Explora* a Roma, *ZooMarine* a Torvaianica-Pomezia, *Mirabilandia*, *Acquario di Livorno* e *Acquario di Cattolica*, *Acqua Village* a Cecina e Follonica, *Cavallino Matto* a Donoratico, il *Parco Archeologico* di Barrati e Populonia a Piombino, *Magic World* a Giugliano-Napoli, sulle nevi di Ovindoli-Aquila, Abetone e Monte Cimone, e i viaggi con *Italo*). Con i punti raccolti i soci possono anche aiutare la Cooperativa a realizzare qualcosa di davvero importante, sostenendo i progetti di solidarietà nazionale e internazionale raccolti sotto la sigla di *Basta un gesto*. Così come quest'anno è stato portato a termine il progetto *coopxto goxvanda* - grazie appunto al contributo di soci e dipendenti Unicoop Tirreno che con le loro donazioni hanno permesso la realizzazione di un *Centro di formazione cooperativa* a Lomè - così possono essere ancora sostenuti con la donazione punti a *Basta un gesto*, il progetto di sostegno a distanza *Cuore di Coop* e *Progetto Migranti Poliambulatorio* di *Emergency* a Palermo. ■



Linea morbida

Ogni 15 euro di spesa un bollino per collezionare le Spugne Zucchi. Un mare di morbidezza pensato per i soci di Unicoop Tirreno.

Un mare di morbidezza è il nuovo collezionamento che ha preso il via lo scorso 27 marzo e proseguirà fino al 21 luglio (ritiro premi fino al 3 agosto). Si tratta delle morbidissime *Spugne Zucchi Linea Soft*: tutti i clienti dei punti vendita Unicoop Tirreno riceveranno ogni 15 euro di spesa un bollino da applicare su una *brochure* che andrà a sommarsi con gli altri bollini che via via si raccolgono fino al raggiungimento del numero che permetterà di ottenere l'oggetto prescelto tra asciugamani (40x60 e 60x110cm), teli bagno (90x150cm), accappatoi (M/L e L/XL), set 4 lavette (color beige); e in più si possono acquistare a un prezzo scontato di quasi il 50 per cento il tappeto bagno e il telo mare.



Si tratta di una linea per il bagno, sulle tonalità del beige e grigio asfalto, contraddistinta dalla qualità *Zucchi* e caratterizzata dalla specificità *Soft*: una linea di spugne il cui filato in puro cotone, più spesso degli altri prodotti in commercio, ha un maggiore volume e una grande sofficietà. Ciascun prodotto ha un'ottima idrofilia ed è realizzata allineando ogni fibra come per effetto di

un pettine, regalando lucentezza e setosità così che ogni passata del tessuto sulla pelle diventa una carezza. Tutte le spugne della linea *Soft* mantengono la loro morbidezza con lavaggi a medie temperature e con il contributo dell'utilizzo dell'asciugatrice.

Anche per *Un mare di morbidezza* si possono ottenere bollini con l'acquisto dei prodotti *speedy*, segnalati a scaffale dall'apposito simbolo, e accelerare la propria raccolta. All'interno dei negozi sono presenti gli espositori per ammirare l'intera collezione di spugne. Come per le altre collezioni, ogni premio ritirato delle *Spugne Zucchi* porterà un contributo per ultimare il progetto *coopxto goxvanda* per la costruzione di un *Centro di formazione cooperativa* a Lomè che Unicoop Tirreno segue insieme al *Movimento Shalom*. ■ **B.S.**

Terracina (LT)

fino al 15 maggio

Presso la sede del Comitato soci di Terracina si svolge fino al 15 maggio l'iniziativa *Spazio Teatro*, 24 incontri di laboratorio teatrale (orario: 16-17,30 e 17,45-19,15) per bambini e ragazzi di età compresa tra i 7 e i 19 anni, suddivisi in due gruppi, da 6 a 12 anni e da 13 a 19 anni. In programma uno spettacolo dimostrativo finale. Quota d'iscrizione 85 euro per i figli dei soci e 100 euro per i figli dei non soci. Il laboratorio è affidato all'esperienza e alla professionalità teatrale di Alba Avelli.

Info e iscrizioni: 3292246927 Alba Avelli, 3280057982 Celestino Genosini.

Roma largo Agosta

fino al 30 giugno

Continua fino al 30 giugno, presso la sede del Comitato soci di via Anagni a Roma (orario: 18,30), il corso rivolto a tutti coloro che si avvicinano per la prima volta al computer. La quota d'iscrizione è di 15 euro per i soci Coop e 20 euro per i non soci.

Info: 3923070749 e 3293440314.

Aprilia (LT)

fino al 4 luglio

La Sezione soci Pontina, in collaborazione con l'associazione *Arte Mediterranea*, organizza corsi d'acquerello e di pittura ad olio. 24 lezioni che si svolgeranno ogni martedì e giovedì, dalle 18 alle 20. Per il corso di acquerello 11 euro la quota d'iscrizione, 20 euro il costo mensile, 120 euro il costo complessivo; per quello di olio quota di iscrizione 11 euro, 25 euro mensili, 150 euro complessivi.

Info: 3471748542 (da lunedì a venerdì, orario 18-20).

Civitavecchia (RM)

fino al 6 dicembre

In collaborazione con il Comitato territoriale dell'associazione *Arci* di Civitavecchia, ogni primo sabato del mese fino al 6 dicembre, dalle 16 alle 18, presso lo Spazio soci del Supermercato di Civitavecchia, si svolge l'iniziativa *Bimbi in Coop*. Giocare, creare e imparare insieme per un pomeriggio davvero a misura di bambino. L'iniziativa sarà sospesa nei mesi di luglio e agosto.

Anima della festa

Un modo diverso di celebrare il 70° anniversario della Festa della Liberazione. Appuntamento il 25 aprile alla Torre di Donoratico (LI).

Quest'anno su iniziativa delle Sezioni comunali *Anpi* di San Vincenzo e Castagneto Carducci (LI), con il patrocinio dei due Comuni e con la partecipazione delle Sezioni soci di Unicoop Tirreno, il 70° anniversario della *Festa della Liberazione* sarà celebrato con un evento ambientato proprio nei luoghi che furono teatro di attività partigiana. L'evento, durante il quale sono previste la maggior parte delle iniziative in programma, si svolgerà in località Torre di Donoratico nel Comune di Castagneto Carducci, contigua alle macchie che offrirono rifugio alle bande partigiane, per la quale l'*Azienda Agricola Eredi conte Gaddo Della Gherardesca* ha concesso la disponibilità.

Il distaccamento partigiano operante in zona apparteneva alla 3ª Brigata Garibaldi e aveva la principale base operativa in località Pietrarossa, una zona situata nel fitto della boscaglia, nel Comune di Casta-



gneto. In Pietrarossa, dove per la limitatezza degli spazi potranno convergere solo i partecipanti al *trekking della Liberazione* che partirà dalla vicina Sassetta, è prevista la rappresentazione della probabile situazione in quei luoghi nei giorni precedenti la *Liberazione*, avvenuta il 27 giugno del 1944, con l'indicazione dei punti dove erano distribuiti i partigiani e gli sfollati e dei percorsi utilizzati per tenere sotto controllo il territorio e mantenere i collegamenti. Infine tutti, anche i partecipanti al *trekking* che partirà da San Carlo, convergeranno all'antica Torre di Donoratico, accompagnati da una guida che richiederà, anche per abbigliamento d'epoca, una staffetta partigiana. Per gli studenti e le persone che non se la sentiranno di camminare fino a Pietrarossa è previsto un percorso facilitato e ridotto.

«Sarà una festa campestre di altri tempi – assicurano gli ideatori dell'iniziativa, **Ilio Barbieri** e **Giancarlo Querci** –, con musica, canti, divertimento e una presenza significativa delle due Filarmoniche di San Vincenzo e Castagneto che si esibiranno insieme». Naturalmente non mancherà un menu essenziale con i piatti d'allora. ■

Grandi firme per la Sardegna

La Libreria Coop del centro commerciale "Le Fonti del Corallo", insieme alla Sezione soci di Livorno, organizza l'11 e 12 aprile (orario 10,30-13) al centro commerciale "La Rosa" e nel

pomeriggio del 12 (orario 16-20) all'IperCoop "Le Fonti del Corallo", un'iniziativa promozionale per la vendita del libro *Sei per la Sardegna*. Si tratta di un *instant book* firmato da Michela Murgia, Francesco Abate, Marcello Fois, Salvatore Mannuzzu, Alessandro De Roma e Paolo Sorriga, edito da Einaudi, i cui proventi saranno devoluti alla comunità di Bitti, uno dei paesi maggiormente devastati dall'inondazione del novembre dello scorso anno.

Oltre alla raccolta fondi, lo scopo degli autori è dimostrare quanto possa costare, anche in termini di vittime, lasciare che il territorio diventi il campo di battaglia di una guerra tra uno sviluppo malinteso e le forze della natura.



A tutto volume

libri, la biblioteca, la cooperazione di consumo. No, non è un espediente, sia pur proficuo, di *marketing* sociale. Si tratta di qualcosa che sta nel *dna* cooperativo.

Dalla biblioteca circolante al bookcrossing. Il contributo del mondo cooperativo alla cultura.

Forse non tutti sanno che sopra il primo spaccio cooperativo, realizzato a Rochdale (Manchester) nel 1844 da 28 operai tessili, viene istituita una biblioteca a sostegno della formazione culturale dei propri soci. Dunque i "probi" pionieri

hanno acquisito e trasmesso l'idea forte del libro come strumento di trasmissione del sapere e della conoscenza; l'idea della cultura, senza la quale non si diventa protagonisti, accanto alla tutela dei bisogni primari.



Su questa scia anche *La Proletaria* insieme agli spacci realizza la propria biblioteca che nel 1951 viene aperta a tutti i soci. Più tardi, pur in un contesto non privo di difficoltà, il consiglio d'amministrazione matura l'orientamento di istituire biblioteche in ogni spaccio. Nel 1956 lo stesso Consiglio delibera nuove attività sociali creando un circolo ricreativo e culturale che possa ospitare le riunioni con i soci e la stessa biblioteca sociale e circolante.

Dunque, nel momento in cui si affrontano cambiamenti e sfide difficili sul piano aziendale, non vengono meno, anzi si rafforzano le scelte di politica sociale. Una strada che non si è perduta nel tempo. Proprio in questi ultimi anni Unicoop Tirreno ha promosso un progetto a sostegno della cultura e della libera circolazione delle idee: *Libri Randagi*. Un'iniziativa di *bookcrossing* - scambio di libri -, nata negli Usa alcuni anni fa e diffusasi rapidamente in tutto il mondo. È un progetto che permette di promuovere lo scambio e la condivisione di letture e dunque di idee e riflessioni attorno al libro e di passare dalla relazione singola e individuale tra il libro e il lettore a quella "partecipata" e "condivisa".

La cultura non può essere solitaria, implica sempre la tessitura di una rete di scambi, l'ascolto di una parola differente. E leggere ci permette di conoscere noi stessi e gli altri; impariamo a dare parole alle nostre emozioni, a arricchire il nostro lessico familiare. Il libro raccolto in biblioteche deve essere reso accessibile al più largo pubblico possibile, utilizzando anche i supporti più nuovi, più sofisticati. Nell'era digitale c'è ancora un futuro per il libro, strumento principe per la trasmissione del sapere. E come in passato il mondo cooperativo può dare il suo contributo. ■

Cineforum

Montefiascone (VT)

Ecco i film di aprile in cartellone per il cineforum al *Gallery* organizzato dal Comitato soci di Montefiascone:

> giovedì 3 **The Blues Brothers**

> giovedì 10 **Staying alive**

Il biglietto d'ingresso è di 1,50 euro per i soci, di 3 euro per i non soci.



Cecina (LI)

Proseguono gli appuntamenti del *cineforum* di Cecina presso il cinema *Tirreno*, con i seguenti film in programma questo mese:

> giovedì 3 **Nebraska**

> giovedì 10 **Dallas Buyers Club**

> giovedì 17 **I segreti di Osage county**

> mercoledì 23 **Molière in bicicletta**

> mercoledì 30 **Hannah Arendt**



* direttore scientifico della *Fondazione Memorie Cooperative*

L'unione fa la forza

Unicoop Tirreno e Provincia di Grosseto unite nel sostegno alle donne vittime di violenza.

34

Due firme, quella di Leonardo Marras, presidente della Provincia di Grosseto, e quella di Marco Lami, presidente di Unicoop Tirreno, un unico scopo: organizzare percorsi formativi e di lavoro per le donne vittime di abusi e maltrattamenti. Il protocollo d'intesa firmato a Grosseto il 25 febbraio scorso prevede tirocini finalizzati ad agevolare l'inserimento lavorativo e la riqualificazione professionale di donne vittime di violenza, accogliendo le proposte selezionate dalla rete territoriale e dagli enti competenti. La durata e il numero dei tirocini saranno compatibili con l'organizzazione del lavoro della rete vendita di Unicoop Tirreno di area grosse-

tana, nonché con i limiti posti dalla norma e dagli accordi sindacali in essere. La Provincia di Grosseto garantisce appropriate misure di tutoraggio e accompagnamento durante l'iter, con l'aiuto di un tutor supervisore e dei referenti del centro antiviolenza e dei punti di ascolto. «Più di dieci anni fa abbiamo adottato un codice anti-molestie per la tutela delle donne e degli uomini sul posto di lavoro – ha spiegato Marco Lami, presidente di Unicoop Tirreno, in occasione della firma – e dal 2010 una consigliera di fiducia si occupa dell'assistenza e del sostegno ai dipendenti vittime di molestie sessuali. A cornice di tutto ciò la Cooperativa, attraverso il piano di Responsabilità Sociale d'Impresa, promuove progetti e campagne sul tema delle pari opportunità, dedicando particolare attenzione al contrasto della violenza di genere in tutte le sue rappresentazioni». ■ **B.R.**



Modello di riferimento

Si estende il Nuovo Modello Vendite di Unicoop Tirreno.

Il Nuovo Modello Vendite, la strategia della Cooperativa volta al recupero di quote di mercato attraverso l'abbassamento dei prezzi, la ristrutturazione dei negozi e una maggiore efficienza nell'organizzazione del lavoro, prosegue il suo viaggio in Toscana. Entro la fine di aprile i Supermercati di Follonica, Bagno di Gavorrano e Massa Marittima (tutti in provincia di Grosseto) saranno ristrutturati e diventeranno i più convenienti nelle singole cittadine. Per tutti

gli InCoop delle Colline Metallifere abbassamento dei prezzi e in alcuni anche piccoli interventi di restyling. In occasione del rilancio il Supermercato di Follonica via Chirici venerdì 11 aprile, alle 15.30, ospiterà l'iniziativa *Dal campo alla Coop*, incontro con un fornitore locale di ortofrutta del circuito *Vicino a noi* che presenterà le sue primizie rispondendo alle domande dei clienti. Nella stessa giornata è prevista anche una sorpresa che in quanto tale non può essere svelata. ■ **B.R.**



Un nuovo **inizio**

Una linea prezzi e un mix merceologico a se stante, ma sicurezza e qualità di sempre, e come biglietto da visita il prodotto a marchio Coop. L'IperCoop di Afragola ricomincia come Superstore.

■ **Beatrice Ramazzotti**

Il 10 aprile l'IperCoop di Afragola inaugura la sua nuova stagione come Superstore. Dopo anni di forti perdite economiche e gli ultimi mesi di tensione, alla ricerca di una soluzione che mantenesse l'insegna Coop ed evitasse la perdita dei posti di lavoro, il punto vendita alle porte di Napoli riparte – quasi – da zero. Intanto nella srl *Campania Distribuzione Moderna*, costituita lo scorso gennaio, entra anche Coop Estense con il 10 per cento di quote. La composizione della società, che attraverso affitto di ramo d'azienda gestisce ora il Superstore, è pertanto così suddivisa: Coop Adriatica 45 per cento, Unicoop Tirreno 45 per cento, Coop Estense 10 per cento. Si tratta di un importante rafforzamento dell'identità cooperativa. La CDM sperimenta ad Afragola un progetto pilota di Superstore, ideato e realizzato appositamente per questo punto vendita. La riduzione dell'area da 10mila a 4.570 mq ha prodotto lavori di *restyling* (effettuati durante l'attività del negozio) che hanno modificato completamente i reparti dei freschi e freschissimi, con una

drastica riduzione del *no food*. Pescheria e macelleria sono state ristrutturate, inserito il banco del pesce surgelato sfuso, frutta e verdura di stagione saranno oggetto di promozioni, tenendo conto dei consumi quotidiani, il *no food* rimane di servizio, con il *brico*



forneria



macelleria



ortofrutta



pescheria

e stagionale sempre di presidio (scuola, ricorrenze, estate ecc.). Rispetto alla politica commerciale si andrà verso la riduzione dell'incidenza promozionale sulle vendite per proporre una convenienza quotidiana basata sul prodotto Coop e prodotti di primo prezzo. Ribasso dei prezzi anche per carni, pesce e ortofrutta in modo da comporre un carrello della spesa che consenta un risparmio del 10 per cento rispetto al passato. Rimangono gli sconti per i soci Coop, mentre la comunicazione interna e il volantino promozionale avranno caratteristiche proprie e il compito di trasmettere il messaggio del risparmio giornaliero. Come spiega **Massimo Lenzi**, direttore Commerciale di Unicoop Tirreno e vicepresidente di *Campania Distribuzione Moderna*: «Ad Afragola lanciamo una linea prezzi e un mix merceologico a se stante rispetto gli altri punti vendita di IperCoop Campania. Rimangono saldi i nostri pilastri di sicurezza e qualità, oltre al nostro biglietto da visita: il prodotto a marchio Coop». ■

Berlino città aperta

36

Fuori dai soliti posti e dagli stereotipi, alla scoperta di Berlino, vivace e curiosa, col fascino di chi vive alla giornata, rifugge un'esistenza pianificata, si prende il tempo per cercare la propria dimensione nel mondo. In due parole: povera ma sexy.

■ **Alessandra Bartali**

Così la definì nel 2004 Klaus Wowereit: povera ma sexy. Lui era sindaco da tre anni e questa frase fu una provocazione a chi lo accusava di non riuscire ad elevare la capitale tedesca al rango *standard* del resto del paese. Un paese pulito, ordinato, produttivo e con buone percentuali d'occupazione. Berlino tutto sommato è pulita, ma le altre caratteristiche non la riguardano: Wowereit è ancora primo cittadino e la città è ancora povera e sexy. E forse sexy proprio perché povera, anche se è bene specificare che questo aggettivo va inserito nel contesto tedesco. Di fatto qui il boom edilizio degli anni Novanta ha lasciato vuoti i tanti edifici nuovi di zecca, la percentuale di disoccupazione è in doppia cifra dalla caduta del Muro (contro il 3,4 per cento della Baviera) e molti cittadini vivono di "4-euro-Job" e sussidi.

ni. Nel frattempo, per vivere, appunto, lavorano in uno dei circa 16mila tra bar, ristoranti, discoteche e locali vari sparsi per la città.

Questo intendeva Wowereit col suo epiteto: Berlino ha il fascino di chi vive alla giornata, rifugge la tranquillità economica e un'esistenza pianificata, ma al contrario si prende il tempo per cercare la propria dimensione nel mondo con un atteggiamento aperto e curioso. Dietro questo vivere *light* molto spesso non ci sono genitori ricchi, ma uno Stato con un *welfare* con la W maiuscola e una città che chiede pochissimo in cambio dell'opportunità di vivere da *bohémien* ben oltre la post adolescenza. Oltre agli affitti bassi (in costante aumento, ma gli *standard* delle città italiane sono a distanza siderale), gli studenti sono trattati quasi da *vip*, la benzina non costa niente perché ci si sposta in bicicletta e il periodo socialista ha lasciato in eredità la cultura del *Selbsthilfe*, l'"autoaiuto": prima di pagare per un servizio, s'impara a fare da sé.

Cambio d'identità

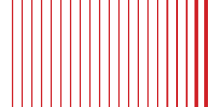
Per il resto, a oltre vent'anni dalla caduta del Muro, il socialismo ha lasciato ben poco: architetti e urbanisti si sono dati da fare per dare un volto nuovo (e una nuova effigie) alla capitale riunificata e dalla *Unter den Linden*, il viale che culmina nella *Porta di Brandeburgo*, è scomparso anche il *Palast der Republik*, la gigantesca sede del Parlamento della *Ddr*, il cui valore simbolico andava ben oltre la sua funzione. Ma Berlino è così, cancella per dimenticare – successe a suo tempo, nella stessa piazza, col *Castello degli Hohenzollern* per mano dei comunisti –. Oppure riempie gli spazi: anche quello è un modo di cambiare i connotati e l'identità, come dimostrano le fotografie anche recenti di *Alexander Platz*, la cui grandezza nel concetto dell'architettura realsocia-



La storica Porta di Brandeburgo.

Per passione

Ma i berlinesi, di nascita e soprattutto d'adozione (tanti, tantissimi) non se ne fanno un cruccio perché non vivono certo per lavorare. Semmai lavorano (il minimo indispensabile) per vivere e per coltivare le loro passioni, che spesso attingono all'ambito artistico in senso lato: i quartieri di *Prenzlauerberg*, *Friedrichshain* e *Kreuzkölln* brulicano di giovani impegnati a fare film e documentari, a dipingere e fotografare, suonare e realizzare *performance* e installazio-



L' Oberbaum bridge nel quartiere di Kreuzberg.

Veduta del Tiergarten.

lista doveva trasmettere la pochezza dell'individuo. Stessa sorte potrebbe toccare prossimamente anche all'aeroporto di *Tempelhof*, storico *memorial* del ponte aereo Usa-Berlino Ovest ai tempi della Guerra Fredda, che l'amministrazione cittadina vorrebbe trasformare in un nuovo polo commerciale e sportivo. Deciderà a maggio un *referendum* popolare, reclamato dai molti che la domenica fanno pic-nic, giocano con gli aquiloni e pattinano nel parco cittadino di più recente allestimento (l'aeroporto è stato dismesso nel 2008). Non che a Berlino manchi il verde: il *Tiergarten*, affacciato sulla *Porta di Brandeburgo*, e il *Treptower Park*, sulla Spree, sono solo i due polmoni più grandi. Ma spesso a gestire dall'alto spazi cittadini storici – certo lucrosissimi – questi acquistano lucentezza e perdono la vita.

Ovunque sei

La vicenda di *Potsdamer Platz* insegna. Qui era il centro della vitale Berlino degli Anni Venti, ridotto a macerie dopo la seconda guerra mondiale e terra di nessuno nel periodo di divisione. Negli anni Novanta gli operai lavoravano giorno e notte per ridare al più presto un centro alla capitale più trasformista d'Europa, ma il risultato è di tutt'altra natura: nel Terzo Millennio a *Potsdamer Platz* si fa *shopping*, si va al cinema (nei multisala dove si svolge la *Berlinale*), si consuma, si guardano mostre, ma la sensazione è che la vita reale sia da tutt'altra parte.

Berlino è un pochino dappertutto. È sì a *Potsdamer Platz*, a patto che immer- si nel luccichio



del centro commerciale *Arkaden* si richiami alla memoria il vuoto su cui quello sfarzo è costruito. È naturalmente alla *Porta di Brandeburgo*, dove sembra impossibile che fino a 25 anni fa fosse proibito passare da una parte all'altra delle colonne. Ma non di meno è nei quartieri periferici dell'Est, caratterizzati da enormi prefabbricati e qualche neonazista, e in quelli confinanti con il centro, dove circolano artistoidi e studenti squattrinati (*Kreuzkölln*) e trentenni *radical chic* (*Prenzlauer Berg*); è negli eleganti palazzi prebellici di *Charlottenburg* e in quelli imbrattati dai graffiti di *Friedrichshain* e *Kreuzberg*. Quel che è certo è che per carpire un po' del suo fascino un giro nell'isola dei musei e un paio di birre in qualche bar di *Mitte* (centro storico) non solo non bastano, ma sono fuorvianti. ■



I grattacieli di Potsdamer Platz.

Speciale estate, soggiorni di relax, Prezzi speciali per

38

FV Club Sport Village**** - Badesi - Sardegna

partenza	quota soci	quota catalogo
10/6	€ 343	€ 470
1/7	€ 476	€ 630
15/7	€ 567	€ 700
26/8	€ 567	€ 700
2/9	€ 448	€ 530

RIDUZIONI: 3°, 4° letto bambino 3/12 anni GRATIS; 3°, 4° letto adulti -50%

La quota comprende: soggiorno settimanale in camera standard, trattamento pensione completa, bevande ai pasti, servizio spiaggia.

La quota non comprende: tessera club obbligatoria a persona da pagarsi in loco € 35 dai 3 anni d'età; quota obbligatoria di iscrizione a persona comprensiva di assicurazione € 30 adulti € 15 bambini.

FV Village Grande Baia**** - San Teodoro - Sardegna

partenza	quota soci	quota catalogo
14/6	€ 518	€ 700
28/6	€ 609	€ 840
12/7	€ 700	€ 910
26/7	€ 742	€ 910
6/9	€ 518	€ 700

RIDUZIONI: 3° letto bambino 3/12 anni GRATIS; 4° letto bambino 3/12 anni -50%; 3°, 4° letto adulti -30%

La quota comprende: soggiorno settimanale in camera standard, trattamento pensione completa, bevande ai pasti, servizio spiaggia.

La quota non comprende: tessera club obbligatoria da pagarsi in loco € 35 adulti, € 21 bambini 4-12 anni d'età; quota obbligatoria di iscrizione a persona comprensiva di assicurazione € 30 adulti € 15 bambini.

Voi Alimini Beach & Sport Village**** - Otranto - Puglia

partenza	quota soci	quota catalogo
29/6	€ 602	€ 700
6/7	€ 623	€ 700
27/7	€ 707	€ 805
24/8	€ 721	€ 805
7/9	€ 434	€ 560

RIDUZIONI: 3° letto bambino 2/12 anni GRATIS; 4° letto bambino 2/12 anni -50%; 3°, 4° letto adulti -30%

La quota comprende: soggiorno settimanale in camera standard, trattamento soft all inclusive, servizio spiaggia.

La quota non comprende: tessera club obbligatoria da pagarsi in loco € 35 adulti fino al 29/6, € 42 nei restanti periodi; quota obbligatoria di iscrizione a persona comprensiva di assicurazione € 30 adulti € 15 bambini, tassa di soggiorno.

Borgo di FiuZZi Resort & Spa**** - Praia a Mare - Calabria

partenza	quota soci	quota catalogo
14/6	€ 448	€ 595
5/7	€ 546	€ 693
26/7	€ 609	€ 770
23/8	€ 700	€ 840
30/8	€ 476	€ 630

RIDUZIONI: bambini 0-2 anni gratis in letto con genitori o culla propria, pasti da menu e uso biberoneria inclusi, culla su richiesta € 10 a notte; bambino 2-18 anni 3° letto gratis.

2 adulti+2 bambini solo in camera FAMILY (bambini gratis), **per prenotazioni entro il 30 aprile.** 3° letto adulti camera CLASSIC -50%; 3°, 4° letto adulti solo camera FAMILY -50%, **per prenotazioni entro il 30 aprile.**

La quota comprende: soggiorno settimanale in camera standard LATO CORTE, trattamento all inclusive, servizio spiaggia.

La quota non comprende: tessera club a persona da pagarsi in loco € 35; quota obbligatoria di iscrizione a persona comprensiva di assicurazione standard € 30 adulti € 15 bambini; tassa di soggiorno a persona da pagarsi in loco € 4 al giorno.



divertimento, cultura e benessere prenotazioni entro il 30/4/2014

FV Village Torre Rinalda**** - Puglia

partenza	quota soci	quota catalogo
8/6	€ 434	€ 525
6/7	€ 567	€ 665
31/8	€ 518	€ 630
7/9	€ 434	€ 525

RIDUZIONI: 3°, 4°, 5° letto bambino 3/18 anni - 70%; 3°, 4°, 5° letto adulti - 50%
La quota comprende: soggiorno settimanale in camera standard, **trattamento all inclusive**, servizio spiaggia.
La quota non comprende: tessera club obbligatoria da pagarsi in loco € 43 adulti, € 36 bambini 3-5 anni d'età; quota obbligatoria di iscrizione a persona comprensiva di assicurazione € 30 adulti € 15 bambini.



Visita a Medjugorje da Roma, Napoli e Pisa "Partenze di gruppo"

aeroporto	date	quota soci	supp.singola
da Roma	dal 12/6 al 16/6	€ 420	€ 75
da Napoli	dal 13/6 al 17/6	€ 395	€ 75
da Pisa	dal 13/6 al 17/6	€ 435	€ 75



Settimane speciali con Bluserena

Continua la promozione...
 scegli la vacanza che fa per te!

- Montesilvano, Abruzzo
- Torre Canne, Puglia
- Licata, Sicilia
- Marinella di Cutro, Calabria
- Marina di Ginosa, Puglia
- Marina di Sibari, Calabria
- Geremeas Maracalagonis, Sardegna



Un mare di minicrociere

Torna la promozione estiva ... date e itinerari disponibili sul sito



sconti riservati ai soci uniconop tirreno



Prezzi e dettagli:
www.mondovivo.it
 numero verde 800 778114

I TEATRI

Spazio Teatro Livorno

> 3-4-10-11 maggio

La donna in nero di Susan Hill, regia Mark Eaton

Info 0586893247

Goldoni Livorno

> 2-3 aprile

Frankenstein Junior il nuovo musical di Mel Brooks con Giampiero Ingrassia, regia Saverio Marconi

> 5 aprile

Il cigno nero con Ashley Bouder, Alessio Rezza e le Stelle del Teatro alla Scala di Milano

> 17 aprile

Concerto di Pasqua direttore Daniel Smith, violinista Cloe Hanslip, Orchestra della Toscana, musiche di Beethoven, Adams, Ives

> 29 aprile

Giornata mondiale della danza in collaborazione con Associazione Danza Livorno

> 30 aprile

Uto Ughi violino, **Alessandro Specchi** pianoforte

Info 0586204237 Biglietteria 0586204290
www.goldoniteatro.it

Concordi Campiglia M.ma

> 11-12-13 aprile

On the verge di Eric Overmayer, regia Renée M. LaTulippe, produzione Teatro dell'Aglio

> 19 aprile

L'altra Pasqua canti e ritmi della terra direttore Sabina Manetti

> 27 aprile

Attore a chi? di e con Riccardo Bartoletti, musiche dal vivo di Eleonora Beddini

Info 0565837028

Moderno Grosseto

> 7 aprile

Viviani Varietà di Raffaele Viviani con Massimo Ranieri, Ernesto Lamae, Roberto Bani, Angela De Matteo, Mario Zinno, Ivano Schiavi, Gaia Bassi, Rhuna Barduagni, Antonio Speranza, Martina Giordano, orchestra dal vivo Ciro Cascino

Info 056422429

Industri Grosseto

> 4 aprile

La tempesta di William Shakespeare regia Valerio Binasco, con Alberto Astorri, Valerio Binasco, Fabrizio Contri, Andrea Di Casa, Simone Luglio, Gianmaria Martini, Deniz Ozdogan, Fulvio Pepe, Giampiero Rappa, Sergio Romano, Roberto Turchetta, Ivan Zerbinati

Info 056422429

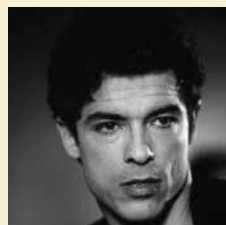
Pubblichiamo tutte le iniziative che prevedono sconti sui biglietti per i soci Coop grazie alle convenzioni stipulate da Unicoop Tirreno.



Silvio Orlando



Massimo Ranieri



Alessandro Gassman

Teatro dell'Opera Roma

> dal 1 all' 8 aprile

Maometto II musica di Gioachino Rossini, orchestra e coro del Teatro dell'Opera, direttore Roberto Abbado, maestro del coro Roberto Gabbiani

> dal 15 al 19 aprile

Verdi Danse musica di Giuseppe Verdi, direttore David Garforth, orchestra e coro di ballo del Teatro dell'Opera

Info 06481601, www.operaroma.it

Eliseo Roma

> Dal 1 al 17 aprile

Medea con Maria Paiato, regia Pierpaolo Sepe

Info 064887221-064887222

info@teatroeliseo.it, www.teatroeliseo.it

Piccolo Eliseo

Patroni Griffi Roma

> Dal 1 al 13 aprile

Frida Kahlo - Il ritratto di una donna con Alessia Navarro, regia Alessandro Prete

> Dal 15 al 20 aprile

Heruka! con Isabel Russinova, regia Rodolfo Martinelli

Info 064887221-064887222

info@teatroeliseo.it, www.teatroeliseo.it

Ambra Jovinelli Roma

> Dal 3 al 13 aprile

La scuola di Domenico Starnone, con Silvio Orlando, regia Daniele Luchetti

Info 0683082884-620, info@ambrajovinelli.org,
www.ambrajovinelli.org

Quirino Roma

> Dal 1 al 13 aprile

Boeing Boeing di Marc Camoletti, con Ariella Reggio, Barbara Snelenburg, Marjo Berasategui, Sonja Bader, regia Mark Schneider

Info 066783042 int. 2; referenti Antonella Manzo 0688652943 gruppi@teatroquirino.it.
Eliana Privitera 0688652849, promozione@teatroquirino.it

Vittoria Roma

> dal 1 al 13 aprile

I promessi sposi regia Eugenio Monti Colla

> dal 22 aprile al 4 maggio

Marco Zoppi in bubbles di e con Marco Zoppi

Info 065781960 int. 3, promozione@teatrovittoria.it, 3474961673, comunicazione@teatrovittoria.it

Argentina Roma

> Fino al 6 aprile

RIII - Riccardo Terzo di William Shakespeare, regia e con Alessandro Gassman

> Dal 9 al 17 aprile

Pornografia di Witold Gombrowicz, regia Luca Ronconi, con Riccardo Bini e Paolo Pierobon

> Dal 29 aprile all'11 maggio

Il ratto d'Europa - per un'archeolo-

gia dei saperi comunitari regia Claudio Longhi

Info 06684000311-14

Accettella - Mongiovino Roma

> Dal 5 al 13 aprile

Pinocchio batticuore (5-9 anni)

> 6 e 13 aprile

La filastrocca di Pinocchio (2-5 anni)

> 12 aprile

Narrar Pinocchio (8-12 anni)

> 26-27 aprile e 4 maggio

Storie per una buona notte (4-8 anni)

Info 065139405, www.accettellateatro.it

Parioli Roma

> Fino al 13 aprile

Una pura formalità regia Glauco Mauri con Glauco Mauri e Roberto Sturno

> Dal 24 aprile all'11 maggio

È arrivata la felicità! con Luigi De Filippo

Bellini Napoli

> Dal 1 al 13 aprile

Arcania Meccanica di Anthony Burgess, regia Gabriele Russo

Info www.teatrobellini.it

Daniele Cipriani

Entertainment Roma

Spettacoli di danza

> 2-3 aprile

Il cigno nero con Ashley Bouder e Joaquín De Luz (Auditorium della Conciliazione)

> Dal 17 al 20 aprile

Amarcord con Rossella Brescia (Teatro Olimpico di Roma)

Info 0693663062, info@danielecipriani.it

Riccardo Fogli in

Ladies La Commedia Musicale

di Ivan Cammelli, con Riccardo Fogli, Rosalba Iacoviello, Diletta Mangolini, Claudia Cecchini, Eleonora Lombardo, Elena Mancuso, Manuel Bianco e Mirko Galeotti - musiche Ivan Cammelli - regia Matteo Borghi - coreografie Ilaria Napoli - testi Matteo Borghi e Giuseppe Di Falco

Sconto di 3 euro sul biglietto intero per tutti i soci Coop.

Prossime date:

12 aprile

Teatro Dante Campi Bisenzio

29 aprile

Teatro del Popolo Colle Val d'Elsa

2 maggio

Nuovo Teatro Verdi Montecatini T.

14 maggio

Teatro Metropolitan Piombino

16 maggio

Teatro Signorelli Cortona

Info 3311034143 - 3276979178

www.ladiesmusical.it



I MUSEI

Museo di Storia Naturale del Mediterraneo

Via Roma, 234 - Livorno

Un coinvolgente viaggio per vedere da vicino e toccare con mano i predatori degli oceani. La mostra sarà visitabile fino al 4 maggio 2014.

Biglietto ridotto per i soci Coop 5 euro

Aquarium Mondo Marino

Via della Cava - loc. Valpiana

Massa Marittima

Prezzo per i soci 5 euro anziché 6, sconto di 2 euro sui pacchetti famiglia

Info 0566919529

www.aquariummondomarino.com



Museo Magma

Follonica (comprensorio Ilva)

Prezzo per i soci 3 euro anziché 4

Info 056659243-004, info@magmafollonica.it

www.magmafollonica.it

Città della Scienza

Via Coroglio, 104 - Napoli

Prezzi soci: 5 euro intero anziché 6,50 e 3,50 ridotto anziché 4,50

Info 0817352424, contact@cittadellascienza.it

www.cittadellascienza.it



Miramuseo

Per i soci Unicoop Tirreno e loro familiari viene offerta la tessera associativa al prezzo speciale di 3 euro e il costo delle iniziative in programma al prezzo particolare di 8 euro (biglietti di ingresso a musei, mostre e siti archeologici esclusi).

Info 0662296633/349291157

prenotazioni@miramuseo.com

www.miramuseo.com - f miramuseo



GLI ITINERARI

Tour in battello

nei canali medicei di Livorno

Sconto di 1 euro sul biglietto adulto (10 euro) e di 0,50 euro sul biglietto bambino (5 euro).

Info e prenotazione obbligatoria: segreteria

Itinera Eventi 3487382094

IL BENESSERE

Skinemotion

Centro benessere e cura della pelle

Via Marconi, 80 - Pietrasanta

Sconti dal 10 al 20 per cento su vari trattamenti estetici viso/corpo e massaggi

Info 0584631439

skem.skinemotion@gmail.com

Zohar

Via Montanara, 70 - Cecina

Benessere ed estetica: sconti su trattamenti estetici, massaggi, percorsi personalizzati, visite e cure mediche. Fisioterapia: sconti del 15 per cento su trattamenti di vario tipo.

Info 3929452912, barbara.tovani@hotmail.it

www.zoharesteticabenessere.it



Via Donatori del Sangue, 45 Orbetello (GR)
Sconto del 15 per cento sugli elettrodomestici da incasso. Le offerte non sono cumulabili con altri sconti e promozioni in corso ed escludono tutti i tipi di servizi e ricariche. Convenzione esclusiva per il negozio Trony di Orbetello.
Info 0564896825

Terme di Petriolo

Loc. Petriolo, Monticiano (SI)
Sconto del 20% sugli ingressi alle vasche termali e sui trattamenti in listino (esclusi i pacchetti) per tutto il nucleo familiare del socio.

Info 0577757104, www.termepetriolo.it

Antiche terme di San Teodoro

Contrada Bagni, Villamaina (AV)
Apertura stagionale 28 aprile - 31 ottobre. Sconto del 20% sul soggiorno, con la formula pensione completa o solo pernottamento, sull'ingresso alla piscina termale esterna, area relax, sauna, bagno turco e vasca idromassaggio, e sul secondo ciclo di cure convenzionate Asl.

Info 0825442313-14

www.termedivillamaina.it

Hotel Hermitage & Park Terme

Ischia (NA)

Sconto del 30% sulle tariffe in listino per un soggiorno di 7 notti in pensione completa comprensivo del pacchetto termale e relax (valido da aprile a luglio, settembre e ottobre).

CORSI

Centro Linguistico Agorà

Piazza Grande, 64 - Livorno

Corsi di lingue individuali o di gruppo per adulti e ragazzi con



sconti per i soci Coop esclusi quelli di lingua araba, giapponese, cinese. Agenzia formativa accreditata dalla Regione Toscana, il centro linguistico Agorà è sede di esami *Trinity College London*, ente certificatore riconosciuto dal Ministero dell'Istruzione per la valutazione della Lingua inglese. Insegnanti madrelingua.

Info 0586895887, info@agoralivorno.com,

www.agoralivorno.com

Percorsi Musicali

Via delle Sorgenti, 183 - Livorno

Info 0586427393-333, 4198909, info@percorsimusicali.net, www.percorsimusicali.net

Corsi di ginnastica

Massa Marittima - Palestra



scuole di via Martiri della Niccioleta
Lunedì e mercoledì ginnastica dolce (17,30-18,30), tonificazione (18,30-19,30). Sconto del 40%: prezzo com-



Supermercati con servizio Box Office presso i quali si possono acquistare i biglietti: Livorno via Settembrini, Livorno Chiosco del C.C. Fonti del Corallo, Viareggio, Avenza, Rosignano, Cecina, San Vincenzo, Venturina, Follonica.

Raime

11 aprile

Lumiere

Pisa



Modena City Ramblers

12 aprile

Auditorium flog

Firenze

Beppe Grillo

12 aprile

Nelson Mandela

Forum

Firenze

Bobo Rondelli

18 aprile

Auditorium Flog

Firenze

Piero Pelù

18 aprile

Obihall Teatro

Firenze

Noemi

29 aprile

Obihall Teatro

Firenze

Giorgia

1 maggio

Modigliani

Forum

Livorno

Luca Carboni

6 maggio

Obihall Teatro

Firenze

Ben Harper

10 maggio

Teatro Verdi

Firenze



preensivo di sconto 200 euro per 7 mesi di corso (comprensivo di tessera Uisp obbligatoria). La convenzione è rivolta ai soci di Unicoop Tirreno titolari della carta SocioCoop e i loro familiari minorenni.

Info cellulare 3395472923,

asd.palestradinamica@gmail.com

Corsi di yoga

San Vincenzo - locali Sezione soci Associazione "Equilibrio perfetto"
Lunedì e mercoledì, 9,30-11

Info 3402578907

Alma Mater

Via A. Pertini, 25 - Piombino

Corsi di lingua straniera (inglese, tedesco, francese, russo, spagnolo, cinese, giapponese) e informatica

Info 056539156, posta@almamaterpiombino.it

www.almamaterpiombino.it

Fusolab

Viale della Bella Villa, 94 - Roma (retro IperCoop Casilino)

Dal cinema all'erboristeria, dalla fotografia alla danza. Sono solo alcuni dei molti corsi proposti dalla scuola. Sconto del 10% su tutti i corsi.

Info www.fusolab.net, www.upter.it

Wellness Club Top Line

Via A. Montanucci, 4 - Civitavecchia

Per i soci Unicoop Tirreno l'opportunità di beneficiare di quota associativa e di quota di partecipazione agevolata per i corsi di ginnastica al mattino e per la sala attrezzi (9-12 tutti i giorni e 15-19 martedì e giovedì per la sala attrezzi).

Info 0766546939

Atletica Pietrasanta

Versilia ASD

Sconto del 20 per cento sulle tariffe dei corsi ai figli dei soci Unicoop Tirreno che mostreranno la tessera.

Info www.atleticapietrasantaversilia.it

Corso di biodanza

Viareggio - Palestra Unicoop Tirreno

Sconto 10% sul costo mensile del corso.

Info 3662088334

Caaf-Cgil Toscana 2014

Per i soci Unicoop Tirreno risparmio di 5 euro sulle pratiche 730 e Unico 2014 e tanti altri vantaggi su *Imu*, *Isee*, *Red*, *Colf-badanti*, successioni. Lo sconto non è cumulabile con altre riduzioni già previste dal *Caaf-Cgil Toscana*.

Per prenotazioni:

Numero Verde 800730800

per i cellulari 199100730

PORTA SEMPRE
CON TE LA CARTA
SOCIOCOOP



A.A.M.P.S.

La nostra Livorno pulita.



COMUNE
DI LIVORNO



il porta a porta ... porta bene a Livorno



**La raccolta dei rifiuti
più efficace e pulita!**

Avvio del servizio:
28 aprile 2014
nelle zone Porta a Terra,
Padula, Enriques,
via Prov. Pisana

Numero Verde
800-031266

segui
anche su



Elenco completo delle strade: www.aamps.livorno.it

Convenzioni Vacanze ragazzi 2014

EXPLORA IL MUSEO DEI BAMBINI

Roma, via Flaminia, 82

Tel. 06.3613776 - www.mdbr.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.

CAMPI ESTIVI LEGAMBIENTE

Legambiente Liguria Onlus - Genova, via Caffa, 3/5 sc b

Tel. 010.319168 - www.legambienteliguria.org

Ogni anno campi estivi per under 18.

Un bosco da esplorare, una corsa su un prato, un tuffo dentro un'onda, un'esperienza diversa, lontano dai genitori ma seguiti da educatori nelle aree più belle della Liguria.

Tantissimi giochi, laboratori ambientali, trekking e attività alla scoperta della flora, della fauna e dei fondali nella favolosa Area Marina Protetta delle Cinque Terre e del Parco Naturale Regionale di Portovenere, dove si osservano le ricchezze e le varietà di specie animali tra cui cetacei e delfini. I ragazzi del campo 15-17 anni di Vernazza saranno inoltre coinvolti in attività di volontariato ambientale svolte in collaborazione con l'amministrazione locale e il Parco Nazionale delle 5 Terre.

Sconto 10% su tutte le quote di partecipazione comprensive di assicurazione e tessera Legambiente.

• Campo Isola Palmaria

dal 27 giugno al 6 luglio, ragazzi 6/11 anni

dal 6 al 15 luglio per ragazzi 11/14 anni

Per i soci Coop quota di partecipazione:

€ 450 anziché € 500

• Parco delle 5 Terre - Campo Vernazza

dal 18 al 27 luglio, per ragazzi 11/14 anni;

dal 6 al 15 luglio per ragazzi 15/17 anni.

Per i soci Coop quota di partecipazione:

per ragazzi in età 11-14 anni € 405 anziché € 450

per ragazzi in età 15-17 anni € 315 anziché € 350.

LE ORME

Grosseto, via F. Ferrucci, 6

Tel. 0564.416276 - www.leorme.com

Dal 22 al 28 giugno 2014 e dal 13 al 19 luglio 2014, una settimana di vacanza da domenica a sabato (7 giorni/6 notti) per ragazzi dai 10 ai 17 anni, (accettiamo anche bambini di 8-9 anni se in compagnia del fratello o sorella più grande) all'insegna dell'avventura e della conoscenza, presso l'agriturismo S. Caterina, sulle rive del fiume Ombrone, nella Maremma grossetana.

Quota di partecipazione **414 euro** anziché 460.

iscrizione e assicurazione RCT obbligatoria 25 euro.

Sconto del 5% sulla quota di partecipazione (esclusa quota iscrizione) per chi si iscrive con fratelli/sorelle.

Per prenotare rivolgersi direttamente alla struttura.

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 nel loro specifico progetti di tutela dei diritti dei minori in collaborazione con l'associazione "Save the Children Italia".

Sconto 10% sulla "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

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.

CENTRI ROUSSEAU

Milano - Via Giovanola, 13/A

Tel. 02 89400425

www.centrirousseau.org - info@centrirousseau.org

Da oltre quarant'anni progetta vacanze consapevoli per favorire la crescita personale in una dimensione di grande gruppo. Attraverso giochi, animazioni, laboratori e gite alla scoperta del territorio i ragazzi hanno la possibilità di sperimentarsi e divertirsi insieme ai loro coetanei, sviluppando senso critico e autonomia individuale. Con lo stesso spirito dal 2008 organizza vacanze per famiglie, anche con bimbi piccoli.

Dal 23 giugno al 6 settembre 2014:

• **Campeggi al mare in Toscana** (Donoratico), per ragazzi 6-13 anni;

• **Campeggi itineranti in Spagna-Portogallo e a Malta**, per adolescenti 14-17 anni;

• **Vacanza in cascina in Emilia Romagna**, per famiglie con bimbi da 0 a 13 anni;

• **Vacanza in Pinetina sulla costa toscana**, per famiglie con bimbi da 0 a 13 anni;

• **Vacanza itinerante tra Umbria e Toscana**, per famiglie con bimbi da 0 a 13 anni.

Sconto del 10% su tutte le attività.

Per prenotare rivolgersi direttamente alla struttura.

SCHOOL AND VACATION

Milano, viale Monza, 7

Tel. 02.433533 - vacanzestudio@schoolandvacation.it

Corsi di lingua all'estero per tutte le età e durante tutto l'anno.

Sconto 15% sull'acquisto una Vacanza Studio per ragazzi con partenze di gruppo o individuali e Soggiorni Studio per Adulti.



GIRA L'ESTATE CON GIRATLANTIDE

Cervia (RA), via Bollana, 10

Tel. 0544.965801 – 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 2014".

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

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 15 giugno al 9 agosto 2014 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:

880 euro anziché 1.030.

- **English** per ragazzi dagli 8 agli 11 anni, 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: **940 euro** anziché 1.100.

- **Special English** per ragazzi dagli 11 ai 14 anni.

Due animatori-insegnanti madrelingua, lezione quotidiana di 2 ore in aula: **euro 990** anziché 1.160.

Ulteriore **sconto di 70 euro** su tutti i programmi dal secondo fratello, il prezzo include la quota iscrizione di 30 euro.

Per prenotare rivolgersi direttamente alla struttura.

SUMMER SPORT

Torino, via Maria Vittoria, 4

Tel. 011.19505116 - Cell. 335.8047091 - www.summersport.it

Vacanze estive all'insegna dello sport, per ragazzi e ragazze dai 7 ai 18 anni a:

- **Sauze D'Oulx (TO)** - Grand Hotel La Torre ****

dal 22 giugno al 2 agosto 2014 con 7 tipologie di sport:

calcio, tennis, volley, equitazione, danza, basket o multisport.

- **Roccaraso (AQ)** - Grand Hotel Europa ***

29 giugno al 12 luglio 2014 con 4 tipologie di sport:

calcio, tennis, volley o multisport.

Programma settimanale: **550 euro** anziché 620.

Programma bisettimanale: **930 euro** anziché 1.050.

Agriturismo di Libera Terra

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%, esclusi i giorni festivi, su tutti i servizi dei seguenti agriturismi.

Lo sconto è esteso agli accompagnatori.

PORTELLA DELLA GINESTRA

Cooperativa Placido Rizzotto

Libera Terra Palermo

SP 34 km 5 - Piana degli Albanesi

Tel. 091.8574810 - 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



Il capitale umano

Dalle cooperative alle associazioni, dalle fondazioni agli enti morali, istituti religiosi, mutue. Tutto il mondo in continua evoluzione dell' "economia sociale" o terzo settore, fatto di soci, dipendenti, volontari che, oltre a fare del bene e promuovere la coesione sociale, produce ricchezza e lavoro.

■ Dario Guidi

Economia sociale? Terzo settore? *Non profit*? Cooperazione? Società civile organizzata? No, una definizione chiara e onnicomprensiva non c'è, anche perché i confini di questo mondo sono mobili e in costante evoluzione. Ci sono le cooperative, quelle grandi e quelle piccole, quelle di consumatori, quelle sociali, quelle che costruiscono case e via in un lungo elenco per un totale di 77mila imprese. Poi ci sono le associazioni della più diversa natura e che si possono occupare di sport, d'assistenza o di cultura (sono quasi 270 mila). Ci sono anche le fondazioni (ben 6.200), ma ci sono anche enti morali, istituti religiosi, mutue. E volendo ci sono da aggiungere le banche popolari e quelle di credito cooperativo. Mondi anche molto diversi tra loro che, però, in questo nostro racconto vorremmo provare a proporre non tanto dal punto di vista della loro valenza sociale e culturale, ma per la loro rilevanza economica.

Giudizio di valore

Come spiega il professor **Stefano Zamagni** (vedi intervista a pagina 48), economista da sempre in prima fila nelle battaglie per promuovere il protagonismo dell'economia sociale, «il punto centrale è proprio quello di veder riconosciuta la soggettività economica di questo mondo che, invece, troppo spesso è solo considerato come un qualcosa di meritorio, ma assolutamente marginale».

Stando ai dati del censimento *Istat*, le 301mila istituzioni *non profit* presenti occupano direttamente 680mila addetti e coinvolgono altre 280mila risorse umane (senza contare i volontari che si integrano con i dipendenti nella gestione delle attività). Ma dati altrettanto significativi vengono dall'indagine fatta da *Unioncamere* che, partendo dagli elenchi delle *Camere di Commercio* di tutta Italia, ha analizzato i mondi della cooperazione e del *non profit*.

«Solo la cooperazione, nel 2012, valeva 66 miliardi di valore aggiunto, pari al 4,7 per cento del reddito complessivo del Paese – spiega il responsabile del centro studi di *Unioncamere*,



Domenico Mauriello –. Parliamo di 77mila imprese con oltre 1 milione e 200mila occupati e che nel 2013 avevano programmato altre 73.500 nuove assunzioni. Guardando al capitolo più specifico delle imprese sociali, che non sono solo cooperative, nei nostri registri ne abbiamo trovate 14.190, di cui 7.120 operano nel campo della sanità e dell'assistenza e 2.490 nel campo della formazione e dell'istruzione. E qui parliamo di quasi 435mila dipendenti».

Dunque numeri enormi, in mondi dove le figure dei dipendenti, dei soci e dei volontari si mescolano, si scambiano e si sovrappongono virtuosamente (anche nelle Coop di consumatori c'è una presenza significativa di soci volontari). Ma con un comune denominatore, produrre attività e servizi che pur avendo una valenza economica (spesso sottovalutata), spiega ancora Mauriello, «propongono un modello di sviluppo sociale sostenibile che fa leva su valori e cultura che sono diffusi nel nostro Paese. Sono cioè realtà che propongono un modo diverso di fare impresa, che punta sul capitale umano, sulle relazioni e sui rapporti col territorio. In sostanza è un modello che riesce ad abbinare la crescita con la coesione sociale».

In tempi di crisi, con un paese provato e diviso e con una politica debolissima, parlare di realtà che difendono e promuovono la coesione sociale è parlare di una risorsa preziosa. Che può essere una leva strategica per favorire l'uscita da questa difficile fase. Anche perché, come l'indagine di *Unioncamere* certifica, nel decennio 2001-2011, quindi in un periodo segnato in larga parte dalla crisi, l'occupazione in questo mondo è cresciuta di oltre 220mila unità. Il numero di cooperative registra un saldo positivo del 2 per cento anche nel 2013, contro un saldo quasi a zero del totale delle imprese.

Al servizio della comunità

«Guardando dentro ai dati della nostra indagine – prosegue Mauriello – si scoprono tanti altri elementi molto significativi. Pensando al sociale, certo il tema dell'assistenza agli anziani resta

La cooperazione in Italia

76.774 imprese

1 milione e 200 mila occupati

220 mila nuovi posti di lavoro (creati dal 2001 al 2011)

66 miliardi di valore aggiunto (4,7% del reddito complessivo del paese)

Le imprese sociali

14.190 imprese

oltre **434 mila** occupati

35.460 mila assunzioni programmate nel 2013

Il mondo del non profit

301.191 istituzioni

Dipendenti **680.811** **+39,4**

Volontari **4.758.622** **+43,5**

Altre risorse umane* **273.313** **+165**

Variazioni % 2001/2011

*(Lavoratori esterni e lavoratori temporanei)

centrale, ma intanto c'è una capacità di questi mondi di adattarsi rapidamente a una domanda di erogazione di servizi che cambia. In più molte imprese, cooperative e non, si stanno affrancando dal legame col pubblico: si punta, ad esempio, su forme di servizio erogate nella residenza delle persone. Stanno poi nascendo esperienze in campo agro-alimentare che non riguardano solo la produzione, ma anche la trasformazione e commercializzazione dei prodotti. Ci sono esperienze nella gestione di beni comuni, come l'acqua. Insomma c'è stata una capacità delle imprese sociali di dare risposte anche negli anni più duri della crisi. Certo, servono sempre più capacità manageriali, anche in realtà che a volte sono di piccole dimensioni. Ma è innegabile che questo sia un pezzo della nostra ►

NUOVO GOVERNO

Poletti ministro

La nascita del Governo Renzi ha portato un'importante e significativa novità con la nomina a ministro del Lavoro di **Giuliano Poletti**, da diversi anni alla guida di *LegaCoop* nazionale e dell'*Alleanza delle cooperative italiane*.

La nomina di Poletti rappresenta il riconoscimento, oltre che delle sue personali capacità, della competenza e della passione con cui ha svolto i suoi incarichi, anche di quei valori di democrazia, di partecipazione e di solidarietà sociale che sono propri della cooperazione italiana. Proprio questi valori potranno essere una risorsa preziosa per contribuire ad affrontare i difficili problemi del Paese.



► economia che in questi anni ha retto bene e ha continuato a crescere». Pochi giorni prima di diventare ministro del lavoro, e quindi ancora nei panni di presidente dell'*Alleanza delle cooperative italiane*, **Giuliano Poletti**, aveva proprio ribadito come le cooperative, partendo dalla loro identità, si sentano «parte essenziale dell'economia sociale, un mondo cui, soprattutto in tempi di difficoltà, viene ampiamente riconosciuto un valore positivo da parte dell'economia e della politica, anche se poi sin qui non c'è stata una traduzione pratica nei comportamenti e nelle scelte che la politica compie. L'obiettivo, quindi, è che tutti i soggetti che fanno parte del mondo dell'economia sociale si attivino per formare una "comunità", per far sì che quei valori comuni, che vedono le persone protagoniste, trovino diffusione e applicazione concreta, sviluppando un confronto che parta dalla Costituzione». A parere del neoministro «dobbiamo affermare il "protagonismo sociale" dei cittadini, la partecipazione attiva e responsabile alla vita delle comunità, alla gestione dei beni comuni: non si può continuare a parlare sempre di Stato e di mercato come dei due pilastri che reggono il mondo, rispetto ai quali c'è un "terzo settore". L'obiettivo da perseguire, con il concorso di tutti i soggetti interessati, è quello di affermare che prima viene la società, poi lo Stato e il mercato. Occorre, abbandonare una strada che ci ha portato da un'economia di mercato ad una società di mercato, dove il valore è stato schiacciato sul prezzo. Occorre far capire che le varie realtà esistenti, a partire dalla cooperazione, possono rappresentare una soluzione utile a disposizione dei cittadini che vogliono assumersi la responsabilità condivisa di trovare risposte ai loro problemi». ■

ALLEANZA COOPERATIVE

Linea centrale

L'obiettivo, esplicitamente sancito nella quarta assemblea dell'*Alleanza delle cooperative italiane* svoltasi a fine gennaio a Roma, è quello di andare al superamento di *LegaCoop*, *Confcooperative* e *Agci* per dar vita ad un'unica centrale di rappresentanza del movimento cooperativo. Dunque dal coordinamento delle attività, avviato con la nascita dell'*Alleanza*, il mondo cooperativo ora punta a un passo più impegnativo che, in un Paese dove divisioni e spaccature sono all'ordine del giorno, ha ancora maggior significato. Il processo che darà vita a un'unica associazione di rappresentanza assume una valenza particolare anche alla luce della volontà di riuscire a dar voce e far pesare sulle scelte politiche, l'intero mondo dell'economia sociale, del *non profit* di cui parliamo in queste pagine.

E COSÌ

Economia sociale, ovvero la società civile che si organizza. Ne parliamo con Stefano Zamagni, docente di economia politica all'Università di Bologna.

Dare peso politico all'economia sociale, a quella che lui chiama «la società civile che si organizza» e che «non ha una rilevanza solo culturale, ma economica». Perché «se non si riconosce questa soggettività economica» non si va a incidere sullo schema politico oggi imperante, quello di una società in cui ci sono solo Stato e mercato. «Uno schema che non funziona più, come questi anni di crisi hanno dimostrato, e che va superato». Parola di **Stefano Zamagni**, docente di economia politica a Bologna, ma soprattutto appassionato promotore della battaglia per dar voce a quell'ampio arcipelago di mondi che spaziano dalla cooperazione al *non profit*, dall'associazionismo all'economia sociale.

Insomma, ripartire dalla crisi ma per cambiare strada?

«La crisi che stiamo ancora vivendo – spiega Zamagni – ha finalmente dato la stura a una presa di coscienza diffusa sul fatto che il modello di ordine economico, basato sul dualismo Stato-mercato, pubblico-privato, non regge più. Per me era una cosa evidente da anni, ma oggi tutti si stanno rendendo conto che il sistema a due gambe non sta in piedi. C'è bisogno della terza gamba, che è quella dell'economia sociale, o meglio ancora

terza via

della società civile che si organizza e che è capace di dare risposte. Pensiamo al tema che sta emergendo dei beni comuni, acqua, ambiente, conoscenza, beni essenziali che non possono essere distrutti e che, invece, oggi sono a forte rischio, proprio perché nel dualismo Stato-mercato si vede l'incapacità di gestirli e di tutelarli adeguatamente. Una terza via, perché le risposte che possono dare neo-statalisti, da una parte, e neo-liberisti dall'altra non bastano. Non basta cambiare lo Stato da una parte, o il mercato capitalistico dall'altra».

Ma come fare a dare peso politico a quel pezzo già oggi così importante dell'economia sociale, della cooperazione e del non profit?

«Questa è la domanda delle domande. Le regole del gioco vanno riscritte e bisogna incidere a questo livello. Le regole attuali favoriscono la speculazione finanziaria o, per fare un esempio che mi sta a cuore, favoriscono le imprese che gestiscono il gioco d'azzardo. Così non va proprio. Occorre costruire una proposta politicamente spendibile e, per questo, serve quella che io chiamo una minoranza profetica, capace di fare da catalizzatore di risorse che ci sono. Basta pensare a un fenomeno come il grande successo elettorale di Grillo e del *Movimento 5 stelle*, non siamo un paese ossificato. Ci sono grandi energie in movimento e credo che dal mondo dell'economia sociale, del volontariato, della cooperazione, possa venire una spinta per indirizzare queste energie verso un linguaggio positivo e di proposta. Ma c'è da combattere lo schema, dentro cui oggi è chiusa la politica italiana, divisa tra chi difende lo Stato e chi il mercato. E per far questo occorre che la società civile si organizzi, che si riconosca che questa realtà ha una valenza economica e non solo culturale o simbolica. Parliamo di un'organizzazione diversa della società che è possibile, coinvolgendo da protagonisti soggetti nuovi. Il recente regolamento del Comune di Bologna sulla collaborazione



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

fra cittadini e amministrazione va in tale direzione».

E la cooperazione che ruolo può avere in questo processo?

«Può avere un ruolo straordinario, può mettersi alla guida di un processo. Già la nascita, dopo oltre un secolo, dell'*Alleanza cooperativa* come soggetto unico è una grande e positiva novità. La chiave di volta credo possa essere quella di dare vita a cooperative con *governance* multi *stakeholder* capaci di rappresentare non solo gli interessi di una sola categoria, quella dei soci, ma di una pluralità di soggetti, mirando al bene comune. Il passaggio dalla cooperativa mono-*stakeholder* a quella multi-*stakeholder* è oggi indispensabile se si vogliono affrontare gli immensi problemi dei beni comuni. In Italia, negli ultimi anni, sono già nate diverse cooperative di comunità, che vanno proprio nel senso indicato. Ovviamente c'è molta strada da fare, anche sul piano dell'elaborazione, dei modelli di *governance*. Ma spero che la cooperazione italiana, e in particolare quella di consumatori, sappia porsi come elemento di traino di questo processo. Le condizioni per essere la punta di diamante di una trasformazione profonda ci sono tutte. La qualità e la convenienza dei prodotti sono importanti, ma non bastano più a dare senso e nuovo slancio alla forma cooperativa di impresa». ■

All'attivo

La ricetta del benessere e del peso forma: alimentazione equilibrata e attività fisica giornaliera.

■ **Ersilia Troiano**

Che il movimento sia sinonimo di salute e benessere è noto a tutti.

Un po' meno il fatto che non serve – o meglio – non basta iscriversi in palestra o far praticare uno sport a bambini e ragazzi se poi per salire (o peggio, scendere) una rampa di scale si prende l'ascensore o si percorrono piccole distanze in autobus o automobile. Camminare, andare in bicicletta, giocare all'aria aperta, salire e scendere le scale: 30 minuti al giorno di movimento rappresentano già una buona base per garantirsi uno stile di vita più attivo.

Questa sì che è attività fisica giornaliera. Ben vengano, poi,

l'esercizio fisico o la pratica di uno sport a livello amatoriale o agonistico. Anche qui con la dovuta consapevolezza, soprattutto rispetto a una serie di falsi miti e cattive informazioni sulla giusta alimentazione.

In equilibrio

Al contrario di quanto di solito si pensa, infatti, l'alimentazione di chi fa esercizio fisico non deve avere caratteristiche particolari, se non la varietà e l'equilibrio. Ben diversa è la pratica di uno sport a livello agonistico; in questo caso l'alimentazione è un fondamentale supporto per l'allenamento e le competizioni, e deve essere supportata da un professionista della nutrizione. La tavola di chi pratica esercizio fisico deve accogliere tutti gli alimenti e i gruppi alimentari nelle giuste porzioni e frequenze di consumo, come le linee guida italiane raccomandano. È inoltre buona regola suddividere l'apporto energetico quotidiano in tre pasti principali (colazione, pranzo e cena) e due spuntini, assumendo un'adeguata quantità di liquidi – l'acqua è meglio di bevande zuccherine o gassate – nel corso della giornata. Eppure questi concetti, che nella loro semplicità sono ampiamente condivisi in ambito scientifico, faticano a farsi strada nell'opinione pubblica e negli ambienti sportivi, soprattutto palestre e centri *fitness*, dov'è spesso diffusa l'abitudine a regimi alimentari "fantasiosi" che, lungi dall'essere basati su una qualche base scientifica, risultano solo monotoni e poco equilibrati.



Nel momento del fabbisogno

Inoltre il fabbisogno proteico ed energetico di chi pratica attività fisica non è così elevato: le proteine che introduciamo ogni giorno sono più che sufficienti (spesso addirittura troppe) a coprire i fabbisogni. Eppure, misuratori di calorie bruciate e cattiva informazione, spesso alimentata dal *marketing* pubblicitario, hanno contribuito nel tempo a creare questo mito. Classico è, ad esempio, il comportamento di alcune mamme che, finita la palestra o la piscina, hanno subito pronta la merendina e il succo di frutta in borsa, per reintegrare le energie (poche a dirla tutta) bruciate dai bambini. O il ragazzo desideroso di “mettere massa muscolare” che introduce in quantità industriali carne bianca o albume d'uovo, perché proteici e poveri di grassi. Niente di più sbagliato. Inoltre è opinione diffusa che alcuni nutrienti, venduti sotto forma di integratori, posseggano proprietà miracolose, che permettono di migliorare le prestazioni e la forma fisica. Il ricorso a tali sostanze è, nella gran parte dei casi, ingiustificato e a volte addirittura dannoso. E in ogni caso andrebbe attentamente valutato con il supporto di uno specialista e non autogestito o consigliato dall'istruttore praticone di turno, senza alcuna competenza e al limite dell'esercizio abusivo di professione.

Il giusto peso

Altro falso mito da sfatare quello che l'esercizio fisico faccia dimagrire. Numerosi studi dimostrano, infatti, che da solo non è sufficiente. Questo perché da una parte può rappresentare un alibi per mangiare di più, anche per il fisiologico effetto di fame che induce. Dall'altra, sono troppe le variabili (durata, intensità e frequenza settimanale) che influiscono sulla qualità dell'esercizio fisico stesso e quindi sui suoi potenziali effetti sul dimagrimento. Niente paura, però: in associazione a un regime alimentare equilibrato e ipocalorico lo sport funziona eccome, utile non solo nel breve termine, ma anche e soprattutto nel tempo per mantenere il peso perso e permettersi a tavola, perché no?, qualche strappo alla regola. ■

Nel loro piccolo

51

I *baby food* riempiono oggi gli scaffali di supermercati e negozi specializzati. L'offerta è tanta e tale che risulta davvero difficile orientarsi.

Sebbene rappresentino una valida alternativa per l'alimentazione infantile e garantiscano un livello di sicurezza igienica eccellente, alcune valutazioni dal punto di vista nutrizionale vanno fatte. Nonostante per tutto il primo anno di età sia raccomandato di evitare zucchero e sale nell'alimentazione del bambino, gli omogeneizzati (di frutta, di verdura o di carne, pesce e formaggio), così come i biscotti, le creme e i cereali per l'infanzia, ne contengono discrete quantità. Questo per motivi di carattere tecnologico, ma anche per favorirne il gradimento da parte dei piccoli consumatori. Comprensibile dal punto di vista dell'industria alimentare. Eppure non si può fare a meno di considerarlo un limite dal punto di vista nutrizionale. In tal senso leggere le etichette e confrontare tra loro più prodotti di diverse marche può indirizzare al meglio la scelta.

Un altro aspetto non di poco conto è quello relativo alle unità di vendita e, di conseguenza, alle porzioni di consumo. Basti pensare che ai classici vasetti di omogeneizzati da 80 g si sono affiancati nel tempo quelli da 100 e, per la frutta o la carne, anche da 120 g (venduti spesso in confezioni multiporzione a prezzo più vantaggioso). Il rischio in tal caso è che, sebbene sia possibile conservare il prodotto in frigorifero per le successive 24 ore, è poco probabile che venga riproposto al bambino per il pasto successivo: è, infatti, abbastanza frequente che il vasetto venga consumato tutto, anche dai più piccoli, per i quali quelle porzioni risultano effettivamente eccessive. Ultima valutazione: i *baby food* devono e possono rappresentare un valido supporto nel percorso di transizione di ogni bambino verso l'integrazione nella dieta familiare che deve avvenire nel rispetto dei suoi tempi senza, però, rimandarla troppo per comodità o per il timore che l'inserimento di alimenti nuovi determini il rifiuto. ■

Istruzioni per l'uso di pastine, alimenti a base di cereali, biscotti, omogeneizzati e pappe pronte.



Filo conduttore

52

Al bando visi segnati dal tempo grazie a un soft lifting con fili di sostegno di nuova generazione.

Ma per evitare di "finire in bruttezza", bisogna mettersi in buone mani.

■ **Barbara Bernardini**

C' è un gesto iconico che tutte le donne fanno davanti allo specchio almeno una volta nella vita: quello di appoggiare le mani all'esterno delle guance e tirare un po' la pelle regalandosi per un attimo un viso più giovane e teso. «Se potessi solo riguadagnare questi tre millimetri di sostegno. Solo tre millimetri! Così sembro dieci anni più giovane»: questo il pensiero più comune, che coccola il sogno di un *lifting-senza-lifting*, una crema magari, un trucco, che possa restituire al volto anni di giovinezza senza l'invasività e i costi di un vero intervento.

Da dove mi rifaccio?

Da anni la medicina estetica ammicca seducente a questo desiderio e oggi sembra aver finalmente raggiunto il suo obiettivo. Il sogno di un vero *lifting* non invasivo si realizza oggi con i fili chirurgici di nuova generazione. Si tratta di in-

trodurre nel grasso sottocutaneo alcuni veri fili chirurgici, fissandoli in modo che riescano a sollevare le strutture del volto che tendono a cedere. «I fili di ultima generazione non sono permanenti – spiega **Maurizio Benci**, specialista in dermatologia a Firenze e membro

della *Società Italiana di dermatologia plastica e correttiva* –: piano piano si riassorbono, dando vita a una lenta fibrosi che stabilizzerà la retrazione». L'uso di questi sistemi di ancoraggio dei tessuti non è nuovo, le tecniche estetiche che prevedono l'uso di fili risalgono al 1956, ma negli ultimi anni si è avuta una vera accelerazione tecnologica. «L'innovazione

consiste nel fatto che i nuovi fili sono del tutto riassorbibili – precisa Benci – perché costruiti con acido polilattico. Ma cambia anche la struttura, che ne rende più semplice e sicuro il posizionamento. Deve essere chiaro che questa metodica non può essere paragonata a un *lifting* chirurgico – sgombra subito il campo da malintesi l'esperto –. In questo tipo di intervento non c'è nessuna asportazione di tessuto né ricollocazione di strutture profonde».

Fonte della giovinezza

È dunque una tecnica perfetta di fronte a piccoli cedimenti del volto in zone chiave, come per l'angolo mandibolare, intorno alla bocca, la zona delle guance e del collo.

Ne parla come di una vera rivoluzione Benci che non nasconde la sua soddisfazione: «La dermatologia dispone di sufficienti armi per combattere le rughe del terzo superiore del volto, per aumentare il volume degli zigomi e per ridurre le zampe di gallina o le rughe della bocca. Ma eravamo quasi inermi per le zone dove la forza di gravità faceva da padrona: il contorno della mandibola ed il collo». E quello che più seduce di questa tecnica è la sicurezza, la non invasività e, perché no?, anche il suo effetto a "tempo", non permanente. «Si tratta di una tecnica non chirurgica che vede il massimo del risultato a distanza di qualche mese dall'introduzione dei fili – precisa Benci –; il risultato può essere mantenuto per almeno un anno, il tempo che ci vuole per il completo assorbimento. Non è possibile avere un risultato innaturale o artefatto – rassicura – mentre è possibile piuttosto un risultato non soddisfacente, soprattutto se il paziente ha delle aspettative eccessive».



Ora viene il bello

Le tecniche non chirurgiche dunque, per quanto moderne, non potranno mai paragonarsi all'uso esperto del bisturi nel ridefinire il volto, ma regalano una promessa di bellezza soprattutto a quelle donne (e uomini) mediamente giovani con iniziali cedimenti nelle zone classiche, linea del mento, collo, guance, le quaranta-cinquantenni insomma, a caccia di quel sostegno di pochi millimetri capace, però, di regalare diversi anni in meno al volto grazie all'introduzione del filo. «Tutte le sostanze iniettabili danno una lieve reazione, mi riferisco all'acido ialuronico o altro, con un riassorbimento totale della sostanza e la formazione di un residuo fibroso fatto appunto di collagene. In questo caso, visto che la sostanza che compone i fili viene riassorbita in circa dodici mesi, ci sarà una lenta formazione fibrosa intorno alla zona dove risiedono i fili che porterà alla stabilizzazione, ringiovanendo quindi il volto», conclude Benci. Il tutto in poco più di mezz'ora d'ambulatorio. Difficile non cadere in tentazione. ■

Buon viso...

Botta e risposta sul soft lifting.

Che cosa è? Un soft lifting non chirurgico è basato sull'uso di fili di sostegno di nuova concezione.

Come sono fatti i fili? Si tratta di fili di 10-12 cm di lunghezza che vengono inseriti nel tessuto sottocutaneo con un ago apposito.

Sono permanenti? No. Il filo è completamente riassorbito in un anno circa, ma il tessuto fibrotico che si forma tenderà a sostenere le strutture del viso.

Ci vuole il chirurgo? No. È sufficiente un dermatologo specializzato in questo tipo di applicazioni.

Quanto tempo occorre? Circa mezz'ora.

Come si svolge? Vengono praticate piccole anestesie locali nei punti d'entrata e di uscita dei fili. Si praticano in tutto tre piccoli forellini con un ago per posizionare ogni filo.

C'è una convalescenza? I pazienti possono immediatamente ritornare alla loro vita di relazione dopo aver fatto il trattamento, badando bene, nelle prime 24-48 ore, a non fare attività fisica e non massaggiarsi il viso.

Effetti collaterali? Quelli più frequenti sono lividi nei punti di entrata del filo e in alcuni casi piccole irregolarità sulla superficie cutanea sottesa dai fili che si distenderà da sola in 2-3 giorni.

A chi è adatto? A uomini e donne mediamente giovani con modesti cedimenti a carico soprattutto della zona mandibolare.

A chi non è adatto? A uomini e donne con lassità marcata.

Quanto costa? I costi sono proporzionali al materiale utilizzato. In media si parte con una coppia di fili che costa circa 600-700 euro.

Info www.mauriziobenci.it - www.silhouette-soft.com/it

sani & salvi di Barbara Bernardini

Col seno di poi

I bambini allattati al seno diventano più intelligenti? Da molto tempo si cerca una risposta univoca a questa domanda e oggi i ricercatori della Brigham Young University sostengono che la chiave non va ricercata nel latte in sé, ma nei comportamenti dei genitori che allattano al seno. Secondo Ben Gibbs, principale autore dello studio, chi allatta tende a rispondere meglio ai bisogni emotivi dei bambini e in genere sviluppa la tendenza a leggere per loro fin dalla tenera età. Due comportamenti questi che promuovo-

no la preparazione scolastica e si traducono in un vantaggio nello sviluppo cerebrale del bambino pari a 2-3 mesi al compimento dei 4 anni. Lo studio, pubblicato sulla prestigiosa rivista "Journal of pediatrics", sfaterebbe dunque il mito del "magico latte della mamma", ma sottolinea che i genitori possono davvero fare tanto per i loro piccoli, fin dall'inizio.

Pillole amare

Uno studio della University of Southern California avanza il sospetto che l'uso della pillola faciliti l'insorgenza della sclerosi multipla nelle donne. Sono stati analizzati i dati di 305 donne fra i 14 e i 48 anni a cui era stata diagnosticata la sclerosi multipla fra il 2008 e il 2011, confrontandoli con 3.050 donne sane. Secondo la ricerca, nelle donne che utilizzavano contraccettivi orali il rischio di malattia aumentava del 35 per cento e il rischio di ammalarsi aumentava proprio in concomitanza con l'assunzione della pillola. I medici sostengono, però, che non

sia un effetto duraturo: interrompendo l'assunzione il rischio tornava, infatti, alla normalità.

Troppo maturo

L'orologio biologico va veloce anche per gli uomini. Secondo un vasto studio pubblicato sul "Journal of the American Medical Association Psychiatry", i bambini nati da padre in età matura mostrano un rischio più alto della media di soffrire di problemi di natura psichiatrica e difficoltà di apprendimento, oltre che di autismo. I medici dell'Università dell'Indiana e del Karolinska Institutet di Stoccolma hanno analizzato i dati medici di tutti i bambini nati in Svezia dal 1973 al 2001, constatando il legame fra età avanzata del padre alla nascita del bambino e un ventaglio di patologie di natura psichiatrica fra cui l'autismo, il deficit d'attenzione, il disturbo bipolare, la schizofrenia, oltre che problemi di tossicodipendenza, difficoltà scolastiche e tentativi di suicidio. Meglio, se si può, pensarci prima.



All'aria aperta

Benessere degli animali e qualità dei prodotti: i salumi Fior fiore Coop, prosciutto crudo stagionato, salame, pancetta, mortadella, prosciutto cotto stagionato alla salvia e rosmarino, coppa, lardo, tutti con suini allevati all'aperto.

Maiali che crescono liberi di muoversi, avendo a disposizione ciascuno mille metri quadrati di terreno, nelle colline toscane del Chianti, vicino a Colle Val d'Elsa. Animali che si nutrono in primo luogo di bacche e ghiande del sottobosco e la cui alimentazione è integrata, solo per una minima parte, con mangimi comunque naturali e senza *ogm*. Nasce così, sulla base di una filosofia che mette al primo posto il benessere degli

animali e la qualità del prodotto stesso, la linea di **salumi** a marchio Coop della linea **Fior fiore**, tutta fatta con suini allevati all'aperto.

Distinti salumi

Se già *Fior fiore* si caratterizza per proporre le eccellenze della cultura gastronomica italiana, con questo progetto si fa un ulteriore passo avanti perché alla qualità che prosciutti, salami, mortadella e altri insaccati normalmente hanno, qui si aggiunge il valore deri-

vante dall'allevamento all'aperto. «Questa scelta – spiega il responsabile del progetto per *Coop Italia*, **Fabrizio Vaccari** – oltre all'attenzione per gli animali ha anche una ricaduta sulla bontà delle carni, perché c'è una significativa differenza tra crescere in un allevamento e potersi muovere in grandi spazi. Qui i tempi d'al-



levamento sono più lunghi e l'ingrasso avviene in modo più naturale». Partito già da qualche mese, questo progetto sta crescendo rapidamente: il numero di punti vendita in cui questi prodotti sono disponibili è passato in un batter d'occhio da 40 a 60 negozi, ora diventati 80, proprio per il gradimento mostrato da soci e consumatori.

La lista di salumi disponibili, nelle comode vaschette contraddistinte dal marchio *Fior fiore* e dalla scritta "Da suino allevato all'aperto", include il prosciutto crudo stagionato, il salame, la pancetta, la mortadella, il prosciutto cotto stagionato alla salvia e rosmarino, la coppa, il lardo, più una confezione di salumi misti. Dall'allevamento di Colle Val d'Elsa escono ogni mese 225 maiali che vengono inviati (con particolari cure durante il trasporto) a diversi artigiani che preparano i diversi tagli di carne con un'attenzione particolare.

Con la massima cura

Come spiega **Mauro Ziveri**, titolare dell'azienda *Sagem* che alleva questi animali (con sede principale a Traversetolo di Parma più l'appendice in Toscana) «questo progetto sugli animali allevati all'aperto è un investimento sul futuro. Noi siamo un'azienda nata cinquant'anni fa che ha deciso di puntare sulla qualità dei prodotti, sulla loro salubrità perché c'è un interesse crescente dei consumatori, una consapevolezza che sta aumentando. Sono convinto che nei prossimi anni forse si consumerà un po' meno, ma con più attenzione nella scelta di ciò che si mette nel piatto. Nei paesi del Nord Europa credo siano già più avanti di noi in questo senso – sotto-linea Ziveri –. In più mi piace ricordare che in altri paesi europei la coltivazione di suini all'aperto è molto più diffusa e radicata. In Spagna ci sono 2 milioni di maiali allevati così, in Italia siamo appena a 10mila capi. La mia azienda in

Fette ad arte

Salumi Fior fiore da allevamenti tradizionali, controlli, bontà e sicurezza a marchio Coop.

Se il progetto che vi abbiamo raccontato nell'articolo a fianco, che crediamo aiuti a capire la filosofia e l'innovazione con cui è nata e cresciuta la linea dei salumi *Fior fiore*, è riferito a prodotti non ancora disponibili su tutta la rete di vendita Coop, gli altri salumi *Fior fiore*, quelli che vengono da allevamenti tradizionali ma non meno controllati, sono presenti ovunque e riscontrano anch'essi un notevole apprezzamento. Sono eccellenze della cultura gastronomica italiana; gli animali utilizzati rimangono in allevamento comunque almeno un mese più degli altri e hanno un peso mediamente superiore; i controlli partono dagli alimenti che vengono concordati con i singoli allevatori, totale assenza di *ogm*.

Si va dalla **pancetta** (salata a mano e stagionata per 8 mesi) alla **coppa** (anche questa salata, speziata e stagionata almeno 8 mesi), dalla **mortadella** (più magra delle altre, senza aromi né glutammato e quindi più digeribile) al **culatello** (da suini particolarmente pesanti e stagionato almeno 1 anno), dal **salame** felino Igp (molto dolce e intenso e stagionato almeno 55 giorni) al **prosciutto cotto** (senza glutammato, polifosfati, derivati del latte e aromi. E quindi più dolce e delicato). Chiudono la carrellata tre tipi di **prosciutto**, tutti *dop*: il *San Daniele* (stagionatura di 20 mesi supervisionata dal *Consorzio del San Daniele*), il *Modena* (stagionato in Appennino per almeno 20 mesi) e il *Parma* (anch'esso con stagionatura di 20 mesi).

Toscana fa crescere il maiale bianco, mentre a Parma stiamo puntando sulle razze nere, recuperando un'esperienza d'allevamento dei maiali che non c'era più. Ma ora – conclude – siamo molto contenti dei risultati che il nostro esperimento sta ottenendo e del fatto che il nostro coraggio si sia incontrato con quello di Coop». ■



Bagaglio di conoscenze

56

Tutto quello che c'è da sapere prima di acquistare un trolley, regole delle compagnie aeree comprese.

■ Roberto Minniti

«**B**agaglio a mano?». Di fronte a questa domanda e allo sguardo indagatore del personale del *check-in* è difficile non sudare freddo. «Riuscirò a passarla liscia?», ci si chiede cominciando a conteggiare i sovrapprezzi da mal di testa che la compagnia potrebbe applicare sul nostro *trolley* se decidesse di spedirlo in stiva. E mentre tentiamo di captare la benevolenza dell'addetto, cercando di distrarlo o facendo gli occhi dolci all'impiegata di turno, cerchiamo di capire se il nostro *trolley* che ha superato indenne i viaggi precedenti non si incagli nelle regole appena stabilite della compagnia con cui abbiamo deciso di volare.

Capire al volo

E già, perché è davvero difficile avere certezze in questo campo. Le indicazioni che valgono per un vettore sono assolutamente *off-limits* per un altro e, specie se viaggiamo con una compagnia *low cost*, i sovrapprezzi sono a volte più costosi dello stesso biglietto di viaggio. E non stiamo parlando solo del peso di quanto abbiamo deciso di inserire nel nostro bagaglio a mano. Se

in questo caso ci si può dover limitare ai 5 chili delle compagnie più avare o allargarci fino ai 12 di quelle più generose, sul fronte delle dimensioni c'è davvero di che perdere la testa. Altezza, larghezza e profondità sembrano essere appena usciti dalle estrazioni del lotto (o se preferite dalla ruota della fortuna), tanto sono diversi e variabili da vettore a vettore.

Qualche esempio? Basta un rapido controllo ai siti delle compagnie aeree per rendersi conto di quanto aleatorie (è proprio il caso di usare questo termine) siano le imposizioni. Prendiamo il caso di un volo per una qualunque delle capitali europee: chi sceglie *Alitalia* oltre a non superare gli 8 chilogrammi di peso dovrà far attenzione che il *trolley* non superi le dimensioni di 55x35x25, con *EasyJet*, invece, non ci sarà bisogno della bilancia (il peso è illimitato), ma del centimetro sì per stabilire che non si oltrepassino i 50x40x20 cm, almeno se non si ha voglia di sborsare fino a 55 euro di supplemento. Stesse misure obbligatorie e peso fino a 10 chili per non pagare i 50 euro che *Ryanair* chiede per chi "sgarra". Ancora meno tollerante la *WizzAir* che ammette solo bagagli di 42x32x25 e per chi esagera stabilisce sovrapprezzi diversi in base alle dimensioni e perfino all'alta e bassa stagione del momento della partenza.

Compagno di viaggio

Il libero arbitrio delle compagnie non deve stupire più di tanto. In un'Europa che disciplina tutto con pignoleria certosina, arrivando perfino a imporre un calibro per le banane, la normativa comunitaria (il regolamento CE 820/2008 dell'8 agosto 2008) stabilisce le misure d'applicazione delle norme di base comuni sulla sicurezza dell'aviazione e conclude che "ogni passeggero, ac-



Borsa di studio

Consigli utili per capire qual è il trolley che fa per noi e per evitare brutte sorprese.

Incerti sulle dimensioni del trolley, ma per lo meno sicuri della sua qualità e del fatto che non ci abbandoni in pieno aeroporto. E qui non c'è da fare i conti con il centimetro e con i capricci delle compagnie. Poche, semplici, considerazioni possono guidarci nella scelta. A partire dal **materiale utilizzato** per la valigia che stiamo per acquistare. Tra le plastiche una buona soluzione economica è il poliestere di ottima impermeabilità, ma non altrettanto brillante per caratteristiche di resistenza. Poco male, per una borsa che difficilmente verrà maltrattata come quelle che finiscono in stiva. Se proprio volete maggiore robustezza, spendendo di più, potrete optare per il poliammide, che ha il vantaggio di essere anche più leggero, ma occhio che sia rivestito in pvc per garantire la necessaria impermeabilità. Il top, tra le plastiche morbide, è la microfibra, materiale leggerissimo e resistente particolarmente adatto alle colorazioni più brillanti. Decisamente meno comune in questi trolley, l'uso di materiali rigidi è quasi sempre basato su abs o polipropilene. Il primo è praticamente indeformabile e ha le stesse caratteristiche estetiche della microfibra; il polipropilene, invece, è più caro e meno resistente.

Dato che l'involucro da solo non può essere in grado di darci tutte le informazioni sulla qualità di un trolley, è bene non dimenticare che per essere un buon acquisto questa **valigia deve essere comoda**. E che nulla più di una prova diretta può rendere la sua praticità. Provate a estendere l'impugnatura e controllate che abbia dimensioni comode per la vostra statura e che rientri in sede con estrema facilità. Verificate che il trolley sia stabile e stia in piedi da solo. Dedicate un po' di tempo a **sperimentare la qualità delle ruote** muovendo la borsa: non dovranno opporre troppa resistenza né cigolare per non diventare, a lungo andare, una tortura per voi e per gli altri. Meglio due o quattro ruote? E su un solo lato o su due? Forse, visto che si tratta di una valigia di limitate dimensioni, si può soprassedere al dubbio e optare per due o quattro ruote su un solo lato: è difficile che ci si trovi a dover cambiare il verso di trascinarsi come, invece, si fa spesso per i bagagli più ingombranti. Infine sarà il caso di **controllare attentamente cerniere e chiusure**: provate ad aprirle e chiuderle tutte, garantendovi che siano ben robuste visto che saranno sottoposte a uno stress frequente da parte di chi tende a sovraccaricare la borsa riempiendola all'inverosimile magari per farci entrare tutto quello di cui si ha bisogno. Compagnie permettendo, naturalmente.

quistando un biglietto aereo, accetta le condizioni di trasporto del vettore". Spazio alla fantasia dei contratti, dunque. Una follia che mette in difficoltà le stesse aziende che vendono valigie che, per competere in un mercato molto interessante, cercano in tutti i modi di assicurare ai propri clienti di essere "a prova di check-in". Sono in molti, infatti, i produttori che già dai dépliant associano alle proprie valigie il "valore aggiunto" di evitare al check-in una spesa aggiuntiva rispetto a quella del biglietto. C'è addirittura chi ha brevettato una sorta di bilancia interna alla propria valigia in grado di indicare

immediatamente al proprietario se deve smettere di stipare i propri effetti personali perché ha superato il peso limite. Sforzi che, come ovvio, difficilmente possono tenere conto della volubilità delle regole di questo settore. Più che affidarsi, dunque, a ipotetiche garanzie di questo genere meglio scegliere una valigia con un buon rapporto tra qualità e prezzo e affidandosi per un buon compagno di viaggio a marchi di provata affidabilità, in grado all'occorrenza di fornire i pezzi di ricambio e di rispettare il nostro diritto a far valere la garanzia se dovessimo scoprire, dopo l'acquisto, difetti del nostro trolley. ■

In promozione fino al 19 aprile in alcuni Super e Iper di Unicoop Tirreno

Trolley cabina in poliestere Ravizzoni

mod. Havana

Materiale: Poliestere
Colore: blu, nero, rosso

Misure: 50x40x20 cm

Volume: 0,04 m³

Peso: 2,4 kg

Prezzo

34,90 euro

Super e Iper dove trovare il trolley:

- > Livorno La Rosa
- > Viareggio
- > Avenza
- > Cecina
- > Rosignano S.
- > Piombino v. Gori
- > Portoferraio
- > San Vincenzo
- > Venturina
- > Guidonia
- > Orbetello
- > Follonica
- > Grosseto v. Inghilterra
- > Civitavecchia
- > Genzano
- > Pomezia
- > Colferro
- > Roma v. Laurentina



A portata di mano

58

Tutti a tavoletta, grazie anche a prezzi abbordabili. Ma c'è tablet e tablet.

■ **Daniele Fabris**

Un film, un gioco, qualche *e-mail* e un'occhiata frequente ai *social network*. Le ragioni per accendere e portarsi con se un tablet, da noi, sono essenzialmente queste. Difficile trovare chi lo usi per scopi più impegnativi. E non a caso, accanto all'alta e altissima tecnologia, agli apparecchi dotati di schermi ultrafedeli, di processori con prestazioni comparabili al migliore dei pc e prezzi di listino che superano quelli di un ottimo modello "da tavolo", è un fiorire di tavolette a prezzi anche più che abbordabili.



A core aperto

D'altronde spendere un capitale per un tablet non è indispensabile. Non lo è, per lo meno, se all'apparecchio chiediamo di navigare in *internet* grazie alla connettività *Wi-Fi*, scattare fotografie (non necessariamente con una definizione da professionisti, ma pur sempre stampabili) e fare con rapidità le poche operazioni che gli chiediamo (e che non saranno mai complesse come quelle che pretendiamo da un pc). Ecco dunque che accanto ai piccoli gioielli si trovano spesso apparecchi anche molto sotto i 100 euro a patto di accontentarsi di un *display* che non superi gli 8 pollici. Anche in cambio di un *budget* tanto limitato, però, è bene fare qual-

che distinzione. Una delle principali è quella sul processore utilizzato da questi tablet *low cost*. In questa fascia di prezzo, infatti, si trovano apparecchi che si limitano a un deludente *single core*, ma c'è anche chi riesce a offrire un *dual core* tra 1,2 e 1,6 Ghz. E al momento di misurare le prestazioni del tablet le differenze si sentono.

Pollice in su

Salendo di dimensioni dello schermo, i prezzi cambiano e per un *display* intorno ai 10 pollici i listini s'impennano. La domanda è lecita: possibile che per 1 o 2 pollici di *display* in più si debba arrivare a spendere anche oltre 500 euro in più? Ovviamente una differenza del genere non è legata solo alle dimensioni degli schermi. Questi apparecchi, infatti, sono dotati generalmente di processori più potenti che consentono velocità e operazioni difficili da realizzare con apparecchi più economici. Si arriva, nei modelli più costosi e recenti, al *quad-core* a 2,24 Ghz "motori" di una potenza quasi unica. Ma anche questa non è una regola sempre valida: ci si può anche trovare di fronte a "semplici" *dual core* da 1,2 Ghz. In pratica gli stessi processori utilizzati dalle tavolette *low cost* dalle quali davvero sembrano differire solo per le dimensioni del *display*. ■

In promozione per i soci Coop ad aprile nei Super, Iper e alcuni Mini di Unicoop Tirreno

Tablet 10,1" Wi-Fi Samsung mod. TAB 3 (GT-P5210)

con pellicola antigraffio, anti impronte e antiriflesso + penna touchscreen

Sistema operativo: Android 4.2.2. Jelly Bean
Display 10,1" 1280 x 800 TFT touchscreen
Processore Dual Core - Frequenza 1.6 GHz
Fotocamera frontale anteriore 1.3 MP - posteriore 3.0 MP - Memoria interna: 16 GB - Wi-Fi 802.11 a/b/g/n - Bluetooth

Prezzo: 239 euro

oppure **230 euro + 600 punti**

promo

Versione corretta

Ecco le principali caratteristiche da tenere d'occhio.

Non si vive di solo processore. Per cercare di orientarsi nelle differenze tra i tablet, ci sono molte altre caratteristiche da confrontare.

Vediamone alcune.

DISPLAY

Le dimensioni variano dai 7 pollici fino ai 10,1, ma al di là della grandezza fisica è importante considerare la definizione che migliora nel complesso l'esperienza d'uso. In questo senso il top, attualmente, è una risoluzione di 2560x1600 pixel.

SISTEMA OPERATIVO

È l'anima del tablet, il programma che lo fa funzionare, dunque più aggiornata è la sua versione, migliori saranno le prestazioni della tavoletta. Sono sostanzialmente tre le piattaforme utilizzate nei tablet: *iOS*, che "gira" su tutti i dispositivi dell'*Apple*, *Android* il sistema di *Google* e *Windows RT* di *Microsoft*, molto meno sviluppato rispetto ai due precedenti. È *Android* a dominare il mercato con una percentuale dell'80 per cento. Del resto, a fronte di una qualità paragonabile a quella offerta da *iOS* quanto ad applicazioni e contenuti, *Android* ha dalla sua prezzi più accessibili.

CONNETTIVITÀ

Indica la capacità del tablet non solo di connettersi alla rete (*Wi-Fi*, *3G* o *4G*), ma anche di collegarsi e comunicare con sistemi diversi. Se l'*iPad* ha solo una porta chiamata *Lightning*, di tipo proprietario, che non permette di collegare una chiavetta di memoria *Usb*, altri tablet hanno direttamente la porta *Usb* che permette anche di collegare tastiere. Alcuni dispositivi, inoltre, hanno una porta video *Hdmi* integrata per collegarli al televisore.

AFFIDABILITÀ

Quale tablet è più "resistente"? Un'indicazione arriva dal mensile americano "Consumer Reports" che ha chiesto a oltre 42mila lettori, che tra il 2011 e il 2013 hanno acquistato un tablet, di raccontare la loro esperienza. *Apple* è risultata decisamente la marca più affidabile con solo il 2 per cento dei suoi modelli che hanno avuto bisogno di una qualche riparazione. Seguono *Samsung* e *Amazon*.

Compost da...

59

Che cos'è, come si produce, a che cosa serve. Tutto sul compost.

Il *compost* è una valida soluzione per trasformare in fertilizzante naturale la parte organica dei rifiuti domestici. Ogni italiano contribuisce alla raccolta differenziata in media

con 80 kg/anno di rifiuti organici, 100 kg se si considerano anche gli scarti biodegradabili come legno, carta e tessili (il 70 per cento di quanto differenziamo). Questa parte sostanziosa di rifiuti, insieme a quella che non differenziamo, potrebbe essere drasticamente ridotta, ottenendo un risparmio economico e aiutando l'ambiente, proprio grazie alla produzione di *compost*. Il *compost* è il prodotto della decomposizione, accelerata e controllata dall'uomo, di sostanze organiche

come scarti di cucina (bucce di frutta, resti di verdura, fondi di tè e filtri di caffè, gusci d'uova, cenere di caminetti) e rifiuti di giardinaggio (foglie secche, erba tagliata, piccole potature). Per realizzarlo bisogna dotarsi di un apposito compostatore dal prezzo abbastanza accessibile; si va infatti per quelli da esterni dai 50 ai 100 euro circa, sino ad arrivare ai 200-300 per i *composter* da interni (dotati di controllo della temperatura e rimescolo automatico). Non è da escludere anche l'ipotesi di costruirsi uno artigianalmente in casa, risparmiando sui costi e adattando le dimensioni alle proprie abitudini. Un concetto fondamentale nel compostaggio è che non si può adoperare la compostiera alla stregua di un normale bidone della spazzatura. Nel senso che non si può buttare dentro di tutto, come sostanze inquinanti o non biodegradabili (ferro e vetro). Anzi, qualche accortezza ci vuole: alternare strati di rifiuti diversi per rendere il composto ricco di principi nutritivi; sminuzzare gli scarti di dimensioni maggiori per accelerare il processo di decomposizione; avere un giusto equilibrio di umidità (né troppo secco né troppo umido), innaffiando se necessario o evitando l'eccessivo ristagno d'acqua; rimescolare periodicamente la miscela di rifiuto per migliorare l'ossigenazione. La compostiera deve essere sistemata in luoghi facili da raggiungere, meglio se in penombra, sotto piante caduche per sfruttare in inverno i raggi del sole. Il *compost* sarà pronto dopo circa 12-20 settimane in inverno e 10-15 in estate. Il compimento della sua degradazione si comprende dall'odore e dall'aspetto della miscela simile all'*humus* del sottobosco. Un'utile guida si può scaricare dal sito www.acquae compost.it. ■



Dolce **vita**

60

**In Toscana "vince" la schiaccia, nel Lazio la pizza.
Regione che vai, tradizione pasquale che trovi.**

■ **Silvia
Inghirami**

Non c'è solo la colomba per festeggiare la Pasqua. L'Italia ha tante tradizioni gastronomiche locali che puntellano ogni ricorrenza. La rinascita della vita, di Cristo e della natura, viene celebrata in Toscana, Umbria e Lazio con dolci lievitati pieni di profumi primaverili. La mattina della festa sulla tavola imbandita sono esposte uova colorate, di gallina o di cioccolato, accanto a prelibatezze dolci e salate da accompagnare con vino o bevande calde. In Toscana "vince" la *schiaccia*, nel Lazio la *pizza*.

Questione di forma

«Sono entrambi prodotti lievitati, riacresciuti più di una normale lievitazione, che partono dalla stessa biga, cioè dall'impasto di acqua, farina e lievito – spiega **Luana Chiappafreddo**, della forneria di Unicoop Tirreno –. La lievitazione è un aspetto fondamentale: il tempo minimo è 10 ore, ma nella tradizione le donne preparavano l'impasto anche 48 ore prima del giorno di Pasqua, lo ponevano in un contenitore che dà la caratteristica forma di fungo e poi lo cuocevano al forno. Il risultato è che il volume del

dolce in due giorni raddoppiava». La forma più schiacciata adottata in Toscana non dipende da un minor tempo di lievitazione, ma dalla forma della teglia usata, più grande e più bassa. «La caratteristica è per entrambe che un po' della pasta esce dalla teglia, proprio a seguito della lievitazione prolungata. Non è un difetto, ma un segno particolare che richiama alla tradizione di questo dolce: una ricetta popolare, povera, contadina, che non ha pretese di perfezione estetica», precisa Chiappafreddo. È vero, però, che con il passare degli anni sono poche le famiglie che si cimentano nella preparazione casalinga di pizza o schiaccia (chiamata anche *sportellina* nel senese).

Tirate a lucido

Protagonisti sono forni e pasticcerie artigianali che amano decorarle con granelli di zucchero o zuccherini colorati. In alternativa l'unica "leziosità" è l'aspetto lucido della sommità: «Questo perché viene spennellata di rosso d'uovo – fa notare Chiappafreddo –. È una "concessione" all'aspetto che qualsiasi cuoco può fare con ciò che trova nel frigorifero di casa». Ma se è vero che la base della pizza e della schiaccia è semplice, costituita di fa-

"Pizza" laziale



"Schiaccia" toscana

rina, zucchero, uova e lievito, un “segreto” esiste e bisogna procurarselo da un droghiere fornito: «Il caratteristico sapore e profumo di questa leccornia – prosegue l'esperta di Unicoop Tirreno – è dato dalle gocce di rosolio di cannella, di mandorla amara o anche di fiori d'arancia. La scelta degli aromi varia da zona a zona e da pasticciere a pasticciere: nel Lazio e in Umbria preferiscono la cannella, in Toscana l'acqua di fiori d'arancia. Infine, a Livorno, è sempre con anice, sotto forma di semi o anche di liquore». Il risultato è un dolce semplice, profumato, morbido, con un sapore non marcato e con pochi grassi. Chi ama i gusti decisi preferirà magari una colomba farcita di crema o cioccolato o una pastiera napoletana: la pizza e la schiaccia di Pasqua non sfidano la gola e non ammaliano con “effetti speciali”.

Come da tradizione

Bisogna conoscerle per apprezzarle e non stancano dopo due morsi. «Non a caso – osserva Chiappafreddo – c'è chi ha detto che la schiaccia è come i toscani: morbida dentro, ruvida fuori; ci vuole un po' per innamorarti». Nei banchi di Super e Ipermercati Coop questo dolce viene messo in vendita circa un mese prima delle festività: i fornitori sono forni artigianali e pasticcerie locali, ma c'è anche qualche punto vendita che offre la produzione interna. «Nel Lazio ci serviamo di due pasticcerie che coprono tutta la regione e di qualche panificio – riferisce Chiappafreddo –. In Toscana abbiamo tre pasticcerie e dei panifici di zona. La situazione è molto variegata e i consumatori possono e sanno scegliere». E la concorrenza della Colomba? «Sono due prodotti diversi. Nel Centro Italia la vera tradizione, quella contadina, si riconosce nella pizza o schiaccia. La colomba rappresenta più l'aspetto commerciale della Pasqua. Non a caso – prosegue – l'una è spesso firmata da grandi marchi e si presenta in confezioni accattivanti; l'altra è “senza nome” e venduta nel semplice sacchetto di cellofan». Il momento di consumo e gli abbinamenti sono comunque gli stessi: la mattina con una tazza di latte, dopo pranzo con del vino *Passito* o *Vin Santo*, a merenda con il tè. L'importante è non farla avanzare. ■

Conservata con cura

Da particolari tecniche di essiccazione e conservazione, la sardina essiccata tradizionale del lago di Iseo.

È chiamata **sardina** per la sua particolare forma, simile a quella del noto pesce marino, ma è in realtà un agone. Ha un corpo allungato e piatto con un dorso verdastro e macchie nere, fianchi e ventre chiari e una pinna dorsale molto breve; gli esemplari più comuni raggiungono una lunghezza di venti cen-

timetri. La pesca si pratica tutto l'anno, tranne nei mesi primaverili della riproduzione, ma raggiunge il culmine da novembre a marzo. I pescatori del lago di Iseo escono al tramonto e posizionano le reti di profondità, le sardenere, in mezzo al lago, ad almeno 200 metri dalla riva, ancorandole alle apposite boe. All'alba ritornano e le issano. Il pesce è subito eviscerato praticando un'incisione nella pancia oppure facendo defluire le interiora attraverso un foro praticato appena sotto la testa. Successivamente le sardine sono lavate in acqua corrente e lasciate per almeno 48 ore sotto sale. Dopo questo breve periodo di salatura sono poste a essiccare al sole e all'aria del lago per 30 o 40 giorni. Dopo l'essiccazione vengono disposte in modo concentrico in contenitori d'acciaio oppure in legno, come era in passato, e sono pressate con un peso o torchiate,

per far uscire il grasso, che viene subito eliminato. Poi si ricoprono le *sardine* con olio d'oliva; si conservano per alcuni mesi, ma durano anche fino a 2 anni, avendo cura di cambiare l'olio dopo 9 o 10 mesi. Dopo qualche mese di maturazione le *sardine* diventano dorate e si possono mangiare dopo averle cotte, per pochi minuti, sulla brace ardente. Sono quindi condite con olio, prezzemolo e aglio e servite con polenta, il piatto più tradizionale del lago dal sapore intenso. Questo metodo di conservazione è stato messo a punto nel tempo dai pescatori del lago d'Iseo per conservare a lungo le *sardine* che, in alcuni periodi dell'anno, erano pescate in grandi quantità. Secondo la tradizione orale, questa tecnica risalirebbe ad almeno mille anni fa, quando i pescatori della piscaria di Iseo ogni anno dovevano consegnare una precisa quantità di pesce essiccato al monastero di Santa Giulia di Brescia. Oggi sul lago rimangono pochi pescatori professionisti, il loro lavoro è faticoso e poco redditizio. L'eccessivo prelievo di pesce e la mancanza di un'attività di ripopolamento nel lago d'Iseo fanno sì che il pescato locale sia in costante diminuzione, tanto che si è diffusa una produzione di *sardine* essiccate fatta con pesce proveniente da altri laghi. Il Presidio si propone di valorizzare l'antica tecnica di essiccazione e conservazione e promuove la produzione locale, differenziandola da quella di altra provenienza. ■



Sardina essiccata tradizionale
Lago di Iseo
Lombardia

Modi Gentilini

62

Dai classici Osvego a quelli ai 5 cereali, dai Vittorio ai Margherita, dai Tripolini ai Piaceri. Tanti tipi di biscotto, una sola firma: Gentilini.

■ Eleonora Cozzella

Ha scommesso sul fascino del “tè delle cinque” prima ancora che in Italia fosse diffusa la cultura (e la possibilità economica) della merenda a base di biscotti. Ma l'intuizione è stata notevole. Così **Pietro Gentilini**, fondatore di una delle aziende di prodotti da forno più apprezzate, non solo ha creato un piccolo impero dei biscotti, ma è stato tra i primi imprenditori del *food* nel paese, tanto da guadagnarsi una voce nel prestigioso *Dizionario Biografico degli Italiani*, collezione delle vite dei grandi personaggi della nostra storia.

Buon per tè

Da qui apprendiamo molte notizie preziose sulla sua attività e sul suo spirito d'iniziativa. Nato a Vergato, sull'Appennino toscano-emiliano, in provincia di

Bologna, un giovanissimo Piero decide di attraversare la Manica e trasferirsi in Inghilterra per imparare l'arte della panificazione e della pasticceria secca. Il Regno Unito era, infatti, all'avanguardia nel campo dell'industria dolciaria, il cui apparato tecnico e organizzativo era almeno mezzo secolo avanti rispetto al resto d'Europa, grazie soprattutto alla necessità dei produttori di assecondare le abitudini della classe media, affezionata al rito di accompagnare le bevande

de calde ai biscotti nelle pause pomeridiane. È qui che Pietro affina la capacità di comprendere i gusti del mercato. Caso emblematico a questo proposito è quello dei biscotti *Osvego*, che nella sua azienda perderanno la “w” diventando gli italianizzati *Osvego*, un classico biscotto secco anglosassone dall'origine molto curiosa: *Osvego* è la contea dello Stato di New York dove cresce la pianta *Monarda Dydimia*, da cui già i nativi americani ricavano un infuso dal sapore mentato. Si narra che verso la fine del Settecento furono proprio i nativi a far conoscere ai

coloni questa pianta e che questi amassero subito la bevanda, tanto da inviarla ai parenti in Inghilterra. Proprio per accompagnare l'*Osvego tea*, considerato un ottimo sostituto del tradizionale tè nero, gli inglesi idearono la ricetta dell'omonimo biscotto, che Gentilini nei primi del Novecento adattò al pubblico italiano. L'*Osvego*, con l'aggiunta di burro e l'aroma vanigliato, divenne presto – ed è rimasto – il cardine della produzione della Ditta P. Gentilini.



Biscotti a puntino

Pietro aveva la vista lunga, così, in quel suo primo piccolo laboratorio aperto già prima del 1890 in corso Umberto 66, ebbe un'idea strategicamente vincente: quella di affiancare un prodotto per quei tempi elitario – i biscotti – al pane, genere di prima necessità e di largo consumo. Ciò permise un approccio intelligente al mercato e la possibilità di “tentare” a poco a poco all'assaggio dei dolcetti i clienti che venivano inizialmente solo per il pane. Altrettanto lungimirante fu insistere sulla tipologia “biscotti secchi”, il cui consumo a fine Ottocento era circoscritto all'abitudine pomeridiana del tè, ma che poi si allargò alla colazione con caffelatte, alla merenda a scuola, al dopo pasto con un



Di qualità

bicchierino di vino dolce. Insomma, la storia dei biscotti *Gentilini* va di pari passo con l'evoluzione dei consumi del Belpaese e ha saputo adattarsi ai periodi floridi e a quelli di ristrettezze, ha saputo rispondere alle esigenze delle famiglie più semplici e delle case nobiliari, ha superato dittature, guerre, occupazioni, mostrando invidiabile duttilità. Nel tempo i *Gentilini* sono stati serviti con tisane o liquori, hanno trovato spazio nelle dispense delle residenze Savoia fino a quelle dei salutisti di oggi. Così i prodotti rappresentati dal trenino a vapore carico di biscotti (questo il marchio storico dell'azienda) hanno via via allargato la gamma: agli *Osvego*, richiestissimi anche nelle comunità d'origine italiana in Usa, si sono aggiunte le fette biscottate, nate come "fette della salute" perché molto leggere, e la linea ispirata ai Savoia, clienti affezionati della ditta: i *Vittorio* di ricca pastafrolla al limone (Vittorio Emanuele III era nato a Napoli, patria di limoni di rinomata qualità) e i *Margherita*, che oltre al nome dell'amata regina hanno la forma del fiore.

Piacere mio

E poi, ecco, a testimoniare la storicità dell'azienda, i *Tripolini*, con miele e nocchie tostate, una ricetta ideata da Pietro per partecipare alla *Terza Fiera campionaria* di Tripoli che si tenne nel 1929 e che gli valsero la medaglia d'oro. Ma non c'è solo storia, appunto. Oggi a occuparsi dell'azienda di famiglia è la terza generazione di *Gentilini*, consapevole che i ritmi di vita sono cambiati, che le persone sono più attente alla linea, da una parte, e torna alle tradizioni, dall'altra. Così ecco gli *Osvego* ai 5 cereali, la linea *Piaceri* per la prima colazione: senza zuccheri aggiunti, pensati per chi deve limitare il consumo di zuccheri; al farro senza latte né uova, con 100 per cento farina di farro biologica; con fiocchi d'avena e cereali croccanti e quelli con farina integrale. Ma ecco anche i dolci lievitati della tradizione, come le ciambelline, la colomba o la pizza di Pasqua, soffice specialità tipica romana per le feste di primavera. E, se non ci sono più le scene fissate dalle romantiche foto d'epoca con gli addetti all'impasto ritratti mentre rompono a mano centinaia di uova, poco è cambiato dello stile artigianale dei biscotti e gli altri prodotti da forno. Parola di Ettore, nipote di Pietro, adesso capo della più dolce dinastia romana. ■

«Siamo prima di tutto degli agricoltori». Così definisce il lavoro dell'*Alberese* il direttore **Marco Locatelli**, per sottolineare la filosofia dell'azienda regionale che ha come obiettivo il mantenimento del patrimonio di biodiversità agroforestale. L'*Alberese* si sviluppa, infatti, all'interno del *Parco della Maremma* (di cui occupa il 40 per cento), dove nei secoli l'uomo col suo lavoro ha influenzato in maniera positiva l'ambiente, dove ancora sopravvivono antichi mestieri. Qui, per esempio, c'è l'unico caso in Europa dove i butteri fanno ancora i mandriani e, in sella a cavalli di razza autoctona, si occupano dei circa 450 capi di vacche maremmane, presidio *Slow Food*, che vivono allo stato semibrado. Grazie a un'intelligente forma di promozione territoriale, l'agriturismo nel Parco attira molti appassionati che vogliono sperimentare la vera vita di campagna, partecipando alle "escursioni di lavoro con i butteri". Ma ritmi e fatiche sono, appunto, quelle dei butteri, non un facsimile da villaggi vacanze: è il turista che s'adeguа all'organizzazione del lavoro, non viceversa. Proprio la qualità è parola d'ordine anche per le altre specialità dell'azienda. In primis le conserve di pomodoro *bio*, sempre più apprezzate dai consumatori, dalle passate alla polpa ai pelati. Il segreto? Materia prima selezionata da coltivazioni d'eccellenza e metodi di trasformazione che mantengono le caratteristiche organolettiche del prodotto fresco. Con il "plus" del contenitore di vetro anche per i pelati, che di solito sono conservati in latta. «I pelati in vetro – spiega il direttore – sono una referenza molto particolare, per intenditori, perché questo materiale nobile preserva il gusto meglio di qualsiasi altro, oltre alla piacevolezza di vedere fin dallo scaffale il bel rosso dei pomodori interi».

Altra caratteristica è la consistenza delle passate di pomodoro, compatta, vellutata, dolce, così gustosa che durante le degustazioni di crostini e tipicità maremmane nell'agriturismo del Parco viene servita anche a crudo, su pane toscano, con un filo d'extravergine che ne esalta il profumo, la freschezza, la delicata acidità. Un altro vanto dell'*Alberese* è l'olio biologico, che si produce nel frantoio "di casa" con le olive delle 80mila piante secolari. «Per noi l'etichetta *bio* – sottolinea Locatelli – non è una scelta di *marketing*, ma l'ovvia conseguenza di un metodo di lavoro tradizionale e rispettoso di un'area storica, per un'agricoltura non intensiva, in armonia con la natura».

Per non dire del vino *Villa Fattoria Granduciale*, prodotto a partire da 53 ettari nella zona del *Morellino di Scansano*, in seguito a un progetto di qualche anno fa in collaborazione col grande enologo Giacomo Tachis. Un vino di stile classico, di facile beva, dall'ottimo rapporto prezzo-qualità.

Dalle conserve di pomodoro bio all'olio, anch'esso biologico, al vino. I fiori all'occhiello dell'Alberese nel Parco della Maremma, nel segno della qualità, della freschezza e del rispetto della natura.





Rösti alla svizzera

Ingredienti per 4 persone

- 2 carote ■
- 160 g di sedano rapa ■
- 1 grossa patata ■
- 1 porro ■
- 50 g di zenzero fresco ■
- timo essiccato ■
- farina q.b. ■
- 1 uovo ■
- sale e pepe ■
- olio per friggere ■

Preparazione

Affettare finemente il porro, tagliare a julienne la patata, le carote, il sedano rapa e lo zenzero e riunire tutti gli ingredienti in un recipiente capiente, salare, pepare e insaporire con il timo. Aggiungere l'uovo sbattuto e la farina e mischiare bene. La quantità di farina può variare a seconda dell'acqua emessa dalle radici. Con una piccola quantità di prodotto formare delle schiacciatine molto piatte e cuocerle in olio bollente, girandole con delicatezza.

Preparazione



Costo



30 minuti



La dietista

521 Kcal a porzione

Proteine ◆◆ Carboidrati ◆◆ Grassi ◆◆◆◆ Colesterolo ◆◆





Alimento dall'aroma molto spiccato, caratteristico della tradizione gastronomica nord europea, del sedano rapa si utilizza la radice che ha l'aspetto di una patata. Il più conosciuto è il sedano bianco del Veneto.






Abbinamento

Abbinare a queste schiacciatine un **Pignoletto** frizzante dei **Colli Bolognesi doc**.

Preparazione

facilissimo 
 facile 
 medio 
 difficile 

Costo

economico 
 medio 
 alto 












Nutrienti

quantità/bilancio
 scarso 
 adeguato 
 eccessivo 



Risotto alle rape rosse

Ingredienti per 4 persone

- 400 g di riso 
- cipolline fresche 
- 2 rape rosse già cotte 
- 60 g di burro 
- 40 g di parmigiano grattugiato 
- 1 dl di panna 
- 1 dl di vino bianco 
- brodo di carne q.b. 
- 1 bustina di zafferano 
- prezzemolo 
- sale e pepe 

Preparazione

Far rosolare metà delle cipolline tritate fini in un tegame con 30 g di burro a fuoco medio, aggiungere 1 rapa rossa frullata e farla insaporire per 2 minuti. Aggiungere il riso, farlo tostare e portare a cottura unendo il brodo bollente, 1 mestolo alla volta. Togliere dal fuoco, mantecare il parmigiano con il burro rimasto e lasciar riposare per 1 minuto. Nel frattempo mettere le cipolline rimaste, tritate in un tegamino con il vino bianco e, a fuoco vivace, far ridurre la quantità a circa 2 cucchiaini. Incorporare la panna, lo zafferano e la rimanente rapa, tagliata a dadini piccoli, e ridurre ancora. Disporre la salsa ottenuta su un piatto da portata, mettere al centro il risotto e guarnire con foglioline di prezzemolo.

Preparazione Costo



20 minuti



La dietista

604 Kcal a porzione

Proteine  Carboidrati  Grassi  Colesterolo 

Sapete a che cosa è dovuto il colore rosso delle rape? A una concentrazione altissima di betanina, utilizzata anche come colorante naturale in tanti altri prodotti. In etichetta la trovate indicata con la sigla E162.



Abbinamento

Si consiglia un **Pignoletto** dei **Colli Bolognesi doc** nella versione "non frizzante".

Caffè di cicoria La cicoria tostata veniva usata durante la guerra come surrogato del caffè che era troppo costoso o introvabile. Sono stati per primi i contadini ad arrostitre le radici di cicoria e a bollirle nei bricchi. Per una pausa disintossicante e senza caffeina proviamo la radice di cicoria tostata e macinata, pronta all'uso, e prepariamola con il tradizionale bricco o con la moka.



Branzino con radici amare e ravanelli

Ingredienti per 4 persone

- 1 branzino di circa 1 kg ■
- Per il court bouillon:
 - odori misti ■
 - 1 limone ■
- 1 bicchiere di aceto bianco ■
- grani di pepe pestati ■
- mezza foglia di alloro ■
- 1 barattolino di salsa cren ■
- 1 kg di radici amare ■
- 1 mazzetto di ravanelli ■
- 2 limoni ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■

Preparazione

In 4 litri d'acqua e 1 bicchiere d'aceto cuocere per almeno 45 minuti gli aromi con il pepe e il sale, scolare e quindi cuocere nel liquido ottenuto il pesce, eviscerato, squamato e ben lavato a fuoco prima moderato e poi bassissimo, calcolando 10 minuti di cottura per kg di pesce. Togliero dal liquido con molta cautela e adagiarlo su un vassoio. Pulire e lavare le radici amare, togliendo, se ci sono, le foglie esterne che si possono cuocere a parte in acqua e sale. Mettere le radici in una pentola d'acqua salata e allungata con la spremuta di 1 limone e far cuocere fin quando risulteranno morbide. Farle freddare, sbucciarle, tagliarle a bastoncini e condirle con olio, sale, pepe e limone. Metterle intorno al pesce, guarnire con i ravanelli tagliati a spicchi e servire con una ciotolina di cren.

Preparazione Costo



50 minuti



La dietista

450 Kcal a porzione

Proteine ◆◆◆ Carboidrati ◆◆ Grassi ◆◆ Colesterolo ◆◆

In qualche regione italiana lo chiamano "tartufo dei poveri", perché viene grattugiato come condimento di piatti tipici. Il cren (o rafano) è l'ingrediente essenziale dell'omonima salsa, dal sapore molto particolare e deciso.



Abbinamento

Da provare con questo secondo un **Colli di Parma doc**, secco.

Le radici sono presenti sulla nostra tavola più di quanto immaginiamo: patate, carote, bieta, sedano rapa e cicoria le più conosciute e utilizzate. Un po' meno lo zenzero e il rafano.



Ingredienti per 4 persone

- 175 g di burro fuso ■
- 30 g di noci tritate ■
- 165 g di zucchero ■
- 185 g di farina ■
- 2 cucchiaini di lievito ■
- 3 cucchiaini di zenzero in polvere ■
- 2 cucchiaini di noce moscata ■
- 90 g di miele ■
- 125 ml di acqua ■
- Per la salsa all'arancia:**
- succo di 2 arance ■
- 2 cucchiaini d'amido di mais ■
- 4 cucchiaini d'acqua ■
- 4 cucchiaini di zucchero ■
- 1 cucchiaino di zenzero in polvere ■
- 40 g di zenzero candito ■

Torta allo zenzero

Preparazione

Unire le noci e un po' di zucchero a 2 cucchiaini di burro fuso e distribuire il composto in una teglia pressandolo bene con un cucchiaio. Miscelare in una ciotola la farina, il lievito, lo zenzero, la noce moscata e lo zucchero. Amalgamare in un pentolino il rimanente burro fuso, il miele, l'acqua e scaldare sul fuoco. Aggiungere agli ingredienti secchi della ciotola e mescolare con cura. Versare il composto nella teglia e cuocere per 40 minuti a 180°. Scaldare il succo d'arancia con lo zucchero senza farlo bollire e aggiungere l'amido sciolto in acqua fredda insieme allo zenzero. Sfornare la torta, tagliarla a fette, adagiarla su un piatto da portata ricoperto di salsa all'arancia e guarnire con lo zenzero candito.

Preparazione



Costo



30 minuti



La dietista

760 Kcal a porzione

Proteine ◆ Carboidrati ◆◆◆ Grassi ◆◆ Colesterolo ◆◆

Radice dagli usi più disparati, anche officinali, lo zenzero ha un sapore forte e piccante, e indiscusse proprietà antiossidanti. Trova sempre più spazio come ingrediente di ricette particolari, dagli antipasti ai dolci.



Abbinamento

In abbinamento un **Albana di Romagna Passito**.

1-3 anni



Mousse di mele

Ingredienti per 2 adulti e 2 bambini

- 4 mele renette ■
- 2 cucchiaini di miele ■
- 1/2 limone ■
- 3 dl di yogurt ■

Preparazione

Lavare con cura e sbucciare le mele. Tagliarle a pezzetti, bagnarle con il succo di limone e frullarle insieme al miele. Infine incorporare poco per volta lo yogurt e frullare ancora fino a ottenere una crema priva di grumi. Versare la crema in coppette e porre in frigo per almeno 4 ore affinché la mousse si addensi.

Proprietà nutrizionali e note

Una merenda ideale per i bambini, ricca di calcio, prezioso per la crescita delle ossa, e di zuccheri semplici della frutta e del miele che danno loro energia.



4-10 anni



Hamburger di ceci

Ingredienti per 2 adulti e 2 bambini

- 1/2 kg di ceci lessati ■
- 2 cucchiaini di fecola di patate ■
- 1 cipolla ■
- 2 cucchiaini di pangrattato ■
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato ■
- 1 spicchio d'aglio ■
- 1 cucchiaino di curry ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale ■

Preparazione

Soffriggere la cipolla tritata e uno spicchio d'aglio schiacciato in una padella con poco olio. Aggiungere un cucchiaino di curry e i ceci già lessati. Cuocere per alcuni minuti, aggiungere il prezzemolo e salare quanto basta. Trasferire tutto in un mixer e frullare fino a ottenere un composto omogeneo. Mentre il composto è ancora caldo unire la fecola e mescolare bene. A questo punto formare degli hamburger, spolverarli con il pangrattato e cuocerli in una padella con un filo d'olio, fino a farli dorare da entrambe le parti. Lasciare raffreddare e servire accompagnati da verdure a piacere.

Proprietà nutrizionali e note

I ceci, come tutti i legumi, sono alimenti importanti per l'alimentazione e dovrebbero essere consumati 2-3 volte a settimana. Forniscono, infatti, carboidrati, proteine vegetali e grassi polinsaturi. Inoltre sono ricchi di fibra e sali minerali come potassio, calcio, fosforo e magnesio, zinco e vitamine del gruppo B. Tutti nutrienti fondamentali per una crescita ottimale.

lato **comica** di Gianna Martorella



Il medico dei **pazzi**

Da qualche mese Mirella lavora presso lo studio medico del dottor Carlo, una gran brava persona, medico scrupoloso e simpatico come simpatici sono i pazienti, a volte impazienti, che affollano tutte le mattine la sala d'aspetto e che puntuali si presentano per una visita o una ricetta. La fila è quasi sempre oltre la porta d'ingresso quando lei arriva e ogni volta si domanda da che ora siano lì. Il dottore, come da copione, invece, non è ancora arrivato; si presenterà tutto trafelato con mezz'ora di ritardo, scusandosi perché non ha trovato il parcheggio. I pazienti prendono posto, schierati per la battaglia: una signora anziana, col cappellino nero calato sulla fronte e un maglione dal collo così alto da farle sparire anche il mento, fissa sospettosa una ragazza seduta di fronte, scruta ogni singola mossa, temendo un attacco alla posizione d'attesa. Sono appena le nove e trenta ma l'ambulatorio è già in fermento. Al telefono una signora agitata chiede insistentemente del dottore che, però, non è ancora arrivato. E allora elenca tutti i suoi sintomi all'orecchio della povera Mirella che medico non è, ma che ha ormai imparato a riconoscere i disturbi. «Ho lo stomaco che mi brucia,

vorrei fare una gastronomia e come se non bastasse ho il polistirolo alto, è salito alle stelle». «Credo voglia riferirsi al livello di colesterolo», ribatte Mirella. Ma la signora è un fiume in piena: «Vorrei fare un eco topless per le vene». «Ah sì signora, l'eco doppler». Mirella è abituata a questi termini e mentre scrive traduce. «Ma devo pagare il tic?», domanda un'altra paziente mentre Mirella è ancora al telefono. «Sì signora, deve pagare il ticket». Il brusio sale, i pazienti si raccontano per filo e per segno tutti i sintomi con dovizia di particolari, il posto esatto del dolore, gli innumerevoli esami a cui sono stati sottoposti e si

fanno anche le diagnosi da soli e, se il dottore prova a dire che è ben altro, è il dottore a non capire nulla. Si avvicina una signora e chiede a Mirella di farle la ricetta dell'*haschisch*? Ma leggendo la sua cartella scopre che è in cura con il *Lasix*. Tutta un'altra storia. Un paziente parlando con un altro lo informa che prende le medicine perché ha l'elicottero nello stomaco. «Forse è il batterio l'*helicobacter pilori*», Mirella ormai parla da sola. Ed ecco finalmente uscire il paziente dopo la prima visita: «Quando vai dal medico è come quando ti ferma la polizia – commenta sconconsolato –: qualcosa te lo trova sempre». ■

«Vorrei fare un eco topless per le vene».
«Ah sì signora, l'eco doppler».

Metti un pomeriggio nella sala d'attesa – estenuante – del dottore.



Dalla scuola all'ufficio, dalla Tv ai social network via libera a insulti, turpiloquio, parole volgari. Come la libertà di linguaggio diventa oggi violenza verbale, spesso anticamera dell'aggressione fisica.

Malalingua

70

■ **Barbara Autuori**

Male parole, impropri, *slogan* volgari. Per la strada, allo stadio, in televisione e sempre più spesso anche in ufficio, a scuola o tra le righe dei *social network* più diffusi. «L'esprimersi in modo aggressivo e volgare non è certo una novità rispetto al passato. Prima, però, avveniva in ambiti per lo più privati, ristretti e contenuti perché un certo linguaggio era considerato inadeguato», spiega la sociologa e vicedirettore del *Censis* **Carla Collicelli** che sottolinea come a proposito non esistano ricerche o dati che possano aiutare a inquadrare e quantificare il fenomeno.

Oltre il limite

Il vero cambiamento, dunque, sembra riguardare non tanto il modo ma i luoghi e le occasioni nei quali si utilizzano certe parole. «La società odierna – prosegue l'esperta – è, infatti, sempre più caratterizzata da una sorta di “rottura delle barriere” che riguarda un po' tutte le pulsioni umane, compresa quella della violenza verbale». Questa progressiva assenza di limiti ha in un certo senso anche privato l'invettiva della sua antica funzione di valvola di sfogo da parte dei più deboli. «Se si pensa alla tradizione mediterranea, la pratica all'imprecazione era quasi istituzionalizzata perché intesa come una delle poche armi a disposizione di chi era escluso dal potere», chiarisce **Francesca Piazza**, docente di filosofia e teoria del linguaggio al dipartimento di scienze umanistiche dell'Università di Palermo. «C'è poi tutta una tradizione letteraria che fa un uso massiccio dell'invettiva verbale: da Dante a Shakespeare questa consuetudine non è relegata ai ruoli femminili, di solito considerati più deboli. Nel duello tra uomini la componente verbale è un'arma ulteriore per stabilire la superiorità tra i contendenti», aggiunge. Storicamente, però, si arriva ad un momento in cui la sensibilità verso il linguaggio brutale si modifica: «Accade nel momento in cui certi vocaboli vengono percepiti come capaci d'incoraggiare comportamenti considerati peccaminosi», prosegue Piazza. È allora che si assiste a un contenimento della violenza verbale che oggi, però, sembra essere venuta meno. E questa maggiore libertà di linguaggio va di pari passo con l'idea che intervenire sia un diritto.



Basta la parolaccia

Chi urtando un mobile con il piede non ha ululato al cielo una parolaccia alzi la mano. Secondo quanto emerge da una recente ricerca della School of Psychology dell'Università di Keele nel Regno Unito il turpiloquio in questo caso sarebbe scientificamente giustificato perché d'aiuto nella sopportazione del dolore. Tra i partecipanti allo studio, che dovevano tenere le mani nell'acqua ghiacciata mentre ripetevano parole neutre o parolacce, i più resistenti sono risultati coloro che non erano avezzi a imprecare abitualmente mentre chi ricorreva al turpiloquio più di 60 volte al giorno non aumentava la propria soglia di dolore. Segno che l'efficacia della parolaccia come analgesico naturale è valida solo quando non se ne abusa ogni giorno.

Verbale d'esame

Ecco allora che l'anglosassone libertà d'espressione rischia di trasformarsi in un attacco verbale senza limiti soprattutto laddove gli spazi di comunicazione si sono dilatati. Ma può la violenza verbale essere considerata come il male minore o meglio lo sfogo che impedisce

di arrivare allo scontro fisico? O piuttosto va considerata come un'anticipazione dell'aggressione materiale? «In realtà si possono verificare entrambe le cose tanto che il dibattito su quale antidoto adottare è molto aperto» risponde la docente palermitana che si occupa proprio dell'intreccio tra queste due forme di vessazione. Così alla scuola anglosassone, che bolla l'*hate speech* (letteralmente "discorso d'odio" da noi tradotto con "istigazione all'odio") come atteggiamento violento pari a quello fisico, si contrappone chi crede che la strada della repressione non sia di fatto efficace. Per decifrare (e ridimensionare) l'eventuale violenza verbale – suggerisce allora Piazza – più che soffermarsi con un'attenzione ossessiva sulle singole parole è utile considerare sia la relazione tra chi sta parlando che la storia dei termini. Nella cultura nordamericana, per esempio, la parola *nigger* considerata per generazioni gravemente offensiva è oggi usata dai giovani afroamericani in termini affettuosi».

Cambio di significato

Un processo definito "riappropriazione semantica" con il quale l'offesa ricevuta viene esaltata e trasformata in pregio neutralizzandone così il significato negativo. Si tratta, però, di un'evolu-

zione che funziona se portata avanti dalle vittime, richiede un tempo lungo e non è mai indolore: «Gli afroamericani più anziani – conclude l'esempio la docente siciliana – continuano a non sopportare l'appellativo *nigger*». Se opporsi e difendersi da un linguaggio rissoso non appare dunque cosa semplice, non bisogna arrendersi soprattutto per tutelare le generazioni più giovani che spesso sono le più esposte all'influenza della malalingua. «Fermi restando i dettami dell'antica buona educazione ed escludendo la censura *tout court* che rischia di alimentare il fascino del proibito – completa il ragionamento la sociologa Collicelli –, uno dei metodi più efficaci appare il controllo di chi appartiene al gruppo di amici o colleghi, che si basa su un forte spirito di condivisione». Un sistema di autodisciplina che potrebbe senz'altro essere rafforzato da una revisione collettiva di certi modi litigiosi di comunicare. ■



Senza offesa

PICCOLO MANUALE DI AUTODIFESA VERBALE
Per affrontare con sicurezza offese e provocazioni

Barbara Berckhan

Urra editore, 2012 - pp. 160 - euro 12,50

Nota in Germania come la "signora della comunicazione", l'autrice di questo piccolo manuale suggerisce come reagire nel modo giusto quando qualcuno si rivolge a noi in modo villano. Semplici e facili da ricordare, le strategie di risposta consigliate dalla Berckhan hanno la caratteristica di essere universali, prive di termini offensivi o violenti e soprattutto di rispettare la relazione.

tempi moderni di Rita Nannelli

Diamoci un taglio

Una svolta al proprio look? Difficile a prima vera non farsi prendere dalla tentazione. E se al primo sole si unisce un episodio importante – dalla nascita di un bambino alla fine di un amore, dall'avvio di un nuovo lavoro all'ingresso in una diversa stagione della vita – il desiderio di una bella sforbiciata potrebbe farsi impellente. Per azzeccare il taglio giusto ecco le proposte più modaiole, anche se poi ciascuno fa di testa sua... Molto gettonato il bob corto a paggetto che si può abbinare sia con la frangetta corta o tonda stile Anni Settanta, per chi desidera darsi un'aria fanciullesca e senza tempo (consigliata dagli esperti soprattutto a chi ha una



fronte ampia e il volto un po' ovale), sia con un ciuffo versatile. Capace di nascondere i piccoli difetti, quest'ultimo ha il vantaggio di "accorciarsi" in base all'umore: portato lateralmente conferisce al viso un alone di mistero, abbinato a un taglio molto corto e pettinato alto è il primo segnale di uno spirito grintoso. Archiviati dunque i caschetti lisci e bon ton, prendono il sopravvento i tagli con le punte davanti un po' sfilacciate e disarmoniche che sembrano quasi fai-da-te per una gestione estiva all'insegna della praticità. Tra i colori vanno per la maggiore quelli ondeggiati, lo sfumato verso le punte, le schiariture orizzontali e le tinte intese come accessori. Vuoi farti notare? Vai col rosa, dal pastello al fucsia più deciso, anche solo giocosamente accennato qua e là.

Giorni fiorenti

All'ombra delle fanciulle in fiore, chiedendo un prestito a Marcel Proust, potrebbe essere il titolo dei mesi soleggiati in fatto di moda. Vestiti tappezzati di mazzolini, fiori che sbocciano sull'orlo della gonna, petali sulle camicie, bouquet adagiati sulla spalla. Più che stampe floreali, vere e proprie piccole opere d'arte, a tinte delicate o a tinte forti a seconda dei gusti, che faranno ricredere quelle che i motivi floreali li considerano per ragazze o signore troppo romantiche. Stile fiorito dalla testa ai piedi, anche per chi non è più nel fiore degli anni, senza paura di esagerare; ma le più caute possono sempre attutire il colpo combinando i fiori con il bianco o il nero.



**Il perdono fa bene soprattutto a se stessi.
Ecco che cosa accade nel cervello quando decidiamo
di assolvere chi ci ha offeso o ferito.**

Scuse accettate

Patrice Poinssotte

«Il perdono affonda le sue radici nel cervello e si configura come un processo cognitivo articolato – dichiara **Pietro Pietrini**, professore di biologia molecolare all'Università di Pisa – che può consentire all'individuo di superare stati emotivi tramite la rivalutazione in termini positivi di un evento». E pensare che è stato considerato per secoli un atto di generosità, compiuto per il bene dell'altro.

Lettura della mente

Secondo uno studio guidato dall'Università e dal *Cnr* di Pisa, in collaborazione con i ricercatori dell'Università di Ferrara, coordinato da Pietrini e pubblicato sulla rivista scientifica *Frontiers in Human Neuroscience*, perdonare, infatti, fa stare meglio soprattutto se stessi. Riconosciuto a livello internazionale e già pluripremiato in ambito scientifico, il gruppo pisano ha indagato le basi neurali del perdono con l'obiettivo di identificare la sua neuroanatomia funzionale, cioè le basi biologiche del processo cerebrale coinvolto nel ri-

assestamento mentale di una persona offesa. Una vera e propria immersione nei pensieri per rispondere alle domande che da millenni stimolano religione e filosofia. È stato chiesto a dieci volontari, cinque femmine e cinque maschi

di età compresa fra 25 e 30 anni con eccellente capacità d'immaginazione, di inventarsi vari scenari per evocare tre condizioni emotive consecutive: una situazione pre-offensiva, una dolorosa e poi sono stati invitati, sempre fantasticando, a lasciar correre o portare rancore. Durante l'esperimento l'efficienza

della loro connettività corticale è stata monitorata e indagata con la risonanza magnetica funzionale, una tecnica che consente di visualizzare che cosa ci passa per la testa, osservando in tempo reale i flussi sanguigni in arrivo al cervello a seconda degli impulsi che riceve.

Pardon!

Quella che gli esperti definiscono meccanica remissiva comporta un'attività cerebrale composita che chiama in causa più parti del cervello: la corteccia prefrontale dorsolaterale, la corteccia del cingolo, la corteccia parietale e il precuneo. Un meccanismo questo che dimostra come la rappresentazione del mondo esterno nel cervello è sottesa da un codice universale astratto identico per tutti. È su questa base che i ricercatori hanno definito un "classificatore" dei pensieri che, partendo da diversi schemi di risposta neuronale delle cortecce cerebrali, riesce a leggere il loro alfabeto. Ebbene è la corteccia cerebrale a essere coinvolta nella modulazione dei vissuti emotivi, si attiva quando diamo un particolare significato cognitivo a un'esperienza vissuta, per esempio, «quando interpretiamo un licenziamento come un fallimento, un'ingiustizia o invece come un'opportunità di cambiamento», spiega Pietrini. Mentre l'attivazione della corteccia prefrontale dorsolaterale ci indica che la "rilettura" in termini positivi delle conseguenze associate a un evento negativo è uno dei processi cruciali messi in atto nella comprensione e nell'assoluzione di chi ci ha fatto del male.

Mossa strategica

È poi la corteccia parietale inferiore e il precuneo a generare l'empatia e a suggerire che per scusare un torto subito è meglio mettersi nei panni dell'altro. «Perdonare mette, quindi, in moto un complesso *network* cerebrale, che ci aiuta a stare meglio e consente all'organismo di recuperare un buon equilibrio psicofisico», chiarisce Pietrini. Insomma, una sorta di antidolorifico naturale, anzi una vera e propria strategia evolutiva, secondo gli scienziati: che si tratti di un amore



tradito o di un'amicizia offesa, il perdono agisce come un' medicina efficace a guarire la ferita. Si accettano le scuse e si guarda avanti con serenità, superando il trauma e diminuendo i rischi di depressione derivati dal continuo rimuginare e dalla sete di vendetta. È forse questo il risultato più sorprendente della ricerca, che perdonando in realtà pensiamo a noi stessi. ■

Grazie del pensiero

La macchina per esplorare il cervello.

Per farsi vedere, un oggetto deve emettere un segnale che sia ricevuto dall'occhio o da un sensore. Segnale questo che può essere prodotto, riflesso o modificato dall'oggetto stesso. Una tecnica, la scintigrafia, consiste nell'iniettare al paziente una sostanza radioattiva (iodio 123, per esempio) che emette raggi gamma. Ricevuti da un sensore e poi elaborati da un programma informatico, consentono una ricostruzione virtuale dell'organo esaminato. Un'altra tecnica d'indagine è l'ecografia: il macchinario funziona come un radar, cioè manda un'onda sonora che si riflette sulla superficie del tessuto indagato. L'analisi del tempo - andata e ritorno - impiegato dall'onda e il successivo trattamento informatico dei dati permette una ricostruzione completa della zona indagata. Nel caso dello studio sul perdono dell'Università e del Cnr di Pisa il principio di base del macchinario usato è la risonanza magnetica nucleare. Tutto si svolge nel cuore della materia attorno a una proprietà intrinseca delle particelle: lo spin. Si tratta di una bussola legata, per esempio, a un protone e che si orienta in funzione del campo magnetico ambientale. Basta imporre artificialmente un forte impulso magnetico per provocare un brusco cambiamento della direzione dello spin delle particelle che dopo si riorienteranno naturalmente nella direzione iniziale emettendo un'oscillazione. È questa oscillazione a provocare l'emissione di un segnale ondulatorio che verrà catturato da un'antenna e poi analizzato. E così la nostra mente non ha più segreti... o quasi.

Fuoco e fiamme

Gli effetti che percepiamo sono calore, luce, crepitio, qualche scottatura ogni tanto, gli usi li conosciamo, la sua essenza forse ci sfugge. Diversamente da quello che affermava Aristotele nella sua teoria dei quattro elementi, il fuoco non è materia, ma energia. Si tratta, infatti, del

Ossigeno, combustibile, calore: gli elementi senza i quali il fuoco fa acqua.



frutto di una reazione fisico-chimica, la combustione, che appartiene al gruppo delle ossidoriduzioni. Dal punto di vista microscopico si tratta di un trasferimento di elettroni, cioè di uno spostamento di materia, da un combustibile che si ossida (che brucia) verso l'ossigeno

dell'aria, l'ossidante, che si riduce acquistando elettroni. È lo scambio di elettroni a causare l'emissione di fotoni (pacchetti elementari d'energia della radiazione elettromagnetica), cioè a far luce, che percepiamo col colore blu, per esempio, alla base della fiamma di una candela. Ma per la "messa a fuoco" questo non basta. Serve, infatti, un altro ingrediente per accendere la miccia e dare il via alla reazione, il calore, cioè la quantità d'energia iniziale che consente di innescare il meccanismo di combustione. Ecco così creato il triangolo del fuoco, una sorta di *tetraktys* pitagorica che, invece, di sintetizzare il rapporto fondamentale fra le quattro prime cifre e la decade rappresenta il processo alla base della combustione. Ardente, ma fragile, se si toglie un elemento, questo *ménage à trois* fa acqua da tutte le parti. E il metodo più conosciuto per metterlo in crisi è appunto quello di gettarci l'acqua: a contatto col calore della fiamma il liquido cambia fase, o meglio evapora, e caccia l'aria togliendo così il carburante al fuoco. Il vapore occupa, infatti, un volume 1.700 volte più grande di quello dell'acqua che è servita a generarlo a 100 gradi centigradi, 4.200 volte a 650 gradi. L'acqua partecipa anche al raffreddamento perché il processo di vaporizzazione assorbe calore: il passaggio dallo stato liquido a quello gassoso consuma, infatti, molta energia (539 calorie, cioè 2.258 Joule, per 1 grammo di liquido). Soffocamento e raffreddamento sono quindi i motivi della fine della combustione, ma non è il secondo il principale responsabile, come molti credono. Ecco la dimostrazione: basta, infatti, accendere un fiammifero e metterlo sopra una pentola d'acqua bollente per vedere la fiamma ballare nell'aria fredda e spegnersi nel vapore. Insomma per una combustione riuscita meglio gettare olio sul fuoco, facendo attenzione, però, al ritorno di fiamma. ■



Progetti innovativi, idee e proposte al passo coi tempi. Anche in Italia è il momento delle startup per tanti giovani in cerca di lavoro. Ma ciò che mancano sono gli investimenti.

Inizio lavori

Jacopo Formaioni

Se il lavoro non c'è, allora tocca inventarselo. E fioccano le *startup* o nuove imprese, giovani, innovative. Il termine indica, in realtà, la fase iniziale, l'avvio di un'impresa in cui si pianifica il primo periodo d'attività, tra costi da affrontare e ricavi in cui sperare. Riferito ad ogni tipo



d'attività, oggi è usato in particolare per tutte quelle aziende in divenire che presentano progetti innovativi, affacciandosi sul mercato con nuove

idee e proposte. Anche in Italia, paese non sempre permeabile ai cambiamenti, stanno spuntando un po' dovunque.

Chi ben comincia

Basta dare un'occhiata alla *Mappa delle Startup*, in cui vengono censite

e registrate *on line* le *startup* italiane: all'inizio dell'anno si potevano contare più di 600 nuove imprese, distribuite prevalentemente nel Centro Nord. Tante piccole speranze che forse cresceranno, con un po' di fortuna e soprattutto tanto impegno. Non è certo facile costruire un gruppo di lavoro, cercare i finanziamenti, inserirsi nel grande mare del mercato, trattare con i clienti. Fondare una *startup* significa intraprendere un percorso tutt'altro che semplice, per cui non bastano talento e perseveranza, serve anche una preparazione di base (ma eventi e corsi per diventare dei bravi *startupper* non mancano). In particolare un'impresa che si affaccia sul mercato ha bisogno di presentarsi a investitori e clienti: la *Fiera delle Startup*, organizzata a Milano dal gruppo *Sole-24 Ore* con sponsor illustri, è un'ottima occasione per i migliori *startupper* d'Italia di presentare al mondo la propria idea d'impresa; così come il *Premio Nazionale dell'Innovazione* che raccoglie il meglio delle *startup* provenienti principalmente dal mondo accademico. *Startup Revolutionary Road* è, invece, un *tour* itinerante organizzato da *Microsoft* e dalla *Fondazione Cariplo*, che attraversa il Paese alla ricerca di idee innovative che possano contribuire a rimettere in moto il mercato del lavoro. Nella sua seconda edizione ha coinvolto oltre 20mila ragazzi, formandone 2.500, con 400 nuove idee di *business* presentate e 80 *startup* nate. Un successo che quest'anno gli organizzatori vogliono ripetere e magari superare.

Ai nastri di partenza

«Per le *startup* legate al digitale c'è una crescita esponenziale che non ha precedenti – conferma **Paolo Cellini**, docente di *marketing* alla *Luiss* “Guido Carli” –. Il mercato del digitale è enorme, non sono solo le *startup* ad aumentare, è proprio la domanda a crescere, perché è globale. Diverse *startup* italiane

Piano d'impresa

Corsi, iniziative, programmi per aiutare i ragazzi a diventare imprenditori.

Nel *mare magnum* delle *startup* i giovani non sono lasciati soli. *InnovAction Lab* è un corso gratuito mirato a preparare gli studenti universitari al mondo dell'imprenditoria digitale: con più di 600 ragazzi coinvolti, ha visto nascere lo scorso anno 30 *startup*, con ben 4,5 milioni d'investimenti. L'associazione *Indigeni Digitali*, molto attiva sui *social network*, organizza incontri e aiuta a mettere in contatto gli aspiranti *startupper* con il difficile mondo dell'imprenditoria. C'è *Topix* che con il suo programma si propone di supportare le fasi d'avvio e sperimentazione di tecnologie e servizi che usano *internet* come strumento principale. Inoltre tutte le università organizzano corsi e iniziative per fornire ai giovani laureandi gli strumenti per creare *startup* di successo. L'elenco di associazioni e piattaforme in grado di traghettare la vostra idea in un progetto concreto è lungo: ma in fondo non si parla d'innovazione? Digitate *startup* sul vostro motore di ricerca e vedrete che viene fuori.

Spirito cooperativo

Startup cioè auto-imprenditorialità e cooperazione.

I progetti di Legacoop per i giovani.

«Le startup sono prima di tutto cooperazione». Afferma **Stefania Serafini**, coordinatrice del progetto *Auto-imprenditorialità femminile e giovanile*. «Come Legacoop ci teniamo a sensibilizzare i giovani sul tema della cooperazione come idea d'impresa: siamo un incubatore, forniamo gli strumenti e la rete di contatti e informazioni per far nascere le aziende e le cooperative di domani», continua Serafini. Con questo spirito Legacoop ha intrapreso ormai da tempo molti progetti di startup che promuovano l'auto-imprenditorialità e la cooperazione. Tante idee e tanti giovani: da uno studio SWG sono almeno 700mila i potenziali operatori, soprattutto donne. Tra gli ultimi successi la nascita di 15 startup del settore culturale e creativo, attraverso *Culturability*, progetto finanziato dalla *Fondazione Unipolis*. Altro importante progetto è quello di *Coopfond*, *Coopstartup*, che mira a creare imprese innovative, che guardino al digitale e alle nuove tecnologie. Ma anche sul piano regionale Legacoop è molto attiva, come nel Lazio, con *Innova in Coop*, bando per l'assegnazione di fondi ai migliori progetti innovativi, o con lo sportello *Startup* di Ferrara.

stanno andando alla conquista di nuovi mercati, ma non sono un'invenzione del presente: al di là della moda italiana, negli Usa se ne parla già da dieci, quindici anni. Qui, a differenza degli Stati Uniti, ciò che manca è una finanza in grado di sostenere le startup. Ci vogliono capitali ad alto rischio e nel nostro Paese non si trovano molti investitori con questo coraggio – rileva Cellini –. Quelli investiti nell'ultimo anno sono circa 100 milioni di euro, inferiori ai 700 della Germania e di altri importanti stati della Ue. Il fenomeno è in ascesa, ma ha ancora molto da fare l'Italia per non perdere il treno dell'innovazione». Speriamo di non rimanere un paese in perenne startup. ■

le vite degli altri di Barbara Autuori

Rete di comunicazione

Goriziana, ex insegnante di educazione fisica, radioamatrice di lungo corso, Elvira Simoncini è appena tornata da una delle sue missioni in Africa dove va spesso per *Informatici senza frontiere onlus* (www.informaticisenzafrontiere.org) che offre corsi e strumenti di alfabetizzazione tecnologica.



Da Gorizia all'Africa. L'impegno di un'ex insegnante che porta nel continente nero materiale e conoscenze informatiche.

Come nasce la vocazione per gli altri?

«L'ho sempre avuta ma solo nel 1998, con la pensione e i figli cresciuti, ho potuto darle libero sfogo. Ho iniziato così le mie missioni prima in Kosovo e Macedonia con la Caritas e poi in Africa a installare radio con un gruppo di amici radioamatori. Li ho incontrato i volontari di *Informatici senza frontiere* con i quali ho iniziato a collaborare».

In cosa consistono le vostre missioni?

«Organizziamo corsi d'informatica per coloro che diventeranno a loro volta formatori perché in quelle realtà l'accesso all'uso del computer significa davvero opportunità e speranza di migliorare la vita. Sosteniamo anche la creazione di reti informatiche che funzionino con poche risorse e in completa autonomia: alla loro installazione spesso accompagniamo lo sviluppo di software specifici, *open source* e di utilizzo semplice, come

nel caso di *Open Hospital* che permette la gestione delle operazioni quotidiane di piccoli ospedali rurali».

Come vi finanziate?

«Con il 5 per mille e con il sostegno degli oltre 300 soci e socie informatici che contribuiscono con la loro passione alla vita dell'associazione. Se ci fosse qualche appassionato del settore interessato a darci una mano può contattarci in una delle nostre 10 sezioni regionali».

Cosa porti con te quando torni da queste missioni?

«Il desiderio di carpire il segreto di gente che anche nelle situazioni di maggiore difficoltà riesce a sorridere e sperare. Ma anche la sensazione d'impotenza quando vedo che fanno fatica a mangiare: vorrei avere tanto denaro solo per poter regalare loro pacchi di riso».

Di cosa c'è più bisogno laggiù da un punto di vista tecnologico?

«La scuola senza il materiale non serve: i computer portatili, ma anche i semplici telefoni cellulari, che qui sono considerati obsoleti, in Africa hanno ancora un grande valore». ■

I racconti delle missioni di Elvira Simoncini si trovano sul suo blog <http://volontariafrica.wordpress.com>

Radio, Tv, teatro. E passo dopo passo "Fiorellino" diventa Giuseppe Fiorello, con ruoli impegnati e temi difficili da affrontare, ora alle prese con Penso che un sogno così... ricordi e canzoni del grande Modugno, per raccontare suo padre.

76

Nel nome del padre

■ **Maria Antonietta Schiavina**

Per favore non chiamatelo Fiorellino. Ci ha messo anni a far dimenticare quel nomignolo... Giuseppe Fiorello, Beppe per gli amici, catanese, classe 1969, sta dimostrando a tutti di avere stoffa e carattere, indipendentemente dal suo essere "fratello" dello *show man* Rosario o della scrittrice Catena. In pochi anni dal debutto nello spettacolo, infatti, ha conquistato con le sue sole forze il pubblico, nonché il riconoscimento dei critici più severi. Una storia semplice la sua, ma emblematica, che lascia intendere quanto la volontà, unita al talento, possa aiutare a realizzare i propri sogni. Ultimo di quattro fratelli ("il picciriddu" di casa), Giuseppe, una timidezza al limite del patologico «da bambino la gente pensava fossi muto, perché di

fronte agli altri, anche se sollecitato, non dicevo una parola», dopo un passato da tecnico di un importante villaggio turistico, viene ingaggiato da *Radio DeeJay* con il nome d'arte appunto di "Fiorellino", per lavorare al fianco di Marco Baldini, Luca Laurenti e Amadeus. Nello stesso anno debutta in televisione nel programma di *Mediaset Karaoke*, sostituendo il fratello Rosario, che per impegni di lavoro deve lasciare. Cosa che, da una parte gli spianerà la strada, ma dall'altra gli creerà non pochi ostacoli: farsi valere da "indipendente" con un fratello superpopolare, non gli è facile. Dopo il successo ottenuto con *La vita rubata*, *Il sorteggio*, *Lo scandalo della Banca Romana*, *La leggenda del bandito e del campione*, *Sarò sempre tuo padre*, ecco che arrivano la *fiction* su Domenico Modugno e il film Tv *Loro di Scampia*: due prove d'attore superate a pieni voti. Ora Giuseppe Fiorello sta terminando la prima parte del *tour* che lo ha portato nei teatri italiani con lo spettacolo *Penso che un sogno così...*, in cui racconta attraverso la storia e le canzoni del grande Modugno anche la sua di storia e quella della sua famiglia, mettendo in prima fila il padre che adorava le canzoni del cantautore pugliese. Uno *show* che presto porterà anche negli States ad Atlantic City e a Foxwood, dove lo aspettano a braccia aperte gli immigrati italiani, ma anche gli americani purosangue, che a *Mister Volare* sono rimasti legatissimi. «Sarà – dice – come se Modugno tornasse in America e devo ammettere che, pur essendo felice di rispondere a questa chiamata, l'idea mi mette un po' di paura. La stessa che avevo nel realizzare lo spettacolo. A chi potrebbe interessare – mi chiedevo – la storia di un bambino chiuso e taciturno, cresciuto all'ombra di un padre buono e onesto che non ha mai voluto lasciare la sua terra, narrata sulle canzoni di un artista che è la copia nel fisico come nello spirito proprio di quel padre?».



Luoghi comuni

E invece l'idea di raccontare papà Nicola in un'ora e quaranta di ricordi, aneddoti, confessioni, canzoni è piaciuta molto, a giudicare dal tutto esaurito nei botteghini. Senza contare che ha convinto anche i critici più rigorosi.

«Sono molto soddisfatto, lo ammetto. E ringrazio il pubblico per il calore con cui mi accoglie ogni volta nei teatri».

Questo la convincerà a cantare anche in futuro?

«Mi piacerebbe, non per incidere dischi, ma per raccontare storie in musica nei teatri».

Le sue interpretazioni mostrano spesso situazioni difficili, come il recente *L'oro di Scampia*, di cui ha firmato anche la sceneggiatura. Come mai ha deciso di entrare in un mondo così ai limiti?

«Volevo raccontare un'altra Scampia, meno famosa, non quella che troppo spesso è sulle cronache. Parlare di un quartiere che aveva bisogno di riscattarsi e di molta gente onesta, che si impegna ogni giorno per restarlo. Spero di esserci riuscito e in ogni caso ho vissuto un'esperienza bellissima che mi ha dato tanto».

In *Sarò sempre tuo padre*, la prima serie Tv dedicata ai padri separati destinata al pubblico di Rai1, ha trattato un argomento delicato e attualissimo. E in un'intervista, a proposito di questo ruolo, ha dichiarato che l'ha fatto sentire più responsabilizzato come padre.

«Responsabilizzato e fortunato, al punto che ogni giorno prego perché quello che mi è successo nella finzione non mi accada mai nella realtà. Se ciò avvenisse, però, non vorrei mai riversare sui miei figli colpe che non hanno. Ci si può, infatti, separare come coppia, ma non si devono coinvolgere i bambini o i ragazzi nelle liti degli adulti».

Che tipo di padre è Beppe Fiorello?

«Uno che quando ha un po' di tempo libero non fa vita mondana, vive appieno la casa e la famiglia, accompagna i figli a scuola, va a fare la spesa al supermercato, conduce una vita assolutamente normale, apprezzando ogni piccolo momento della quotidianità».

Fino a pochi anni fa pareva che non ci sarebbe stata altra internet al di fuori dei *blog*, tale era l'entusiasmo per queste comode piattaforme di scrittura *on line*. Poi sono arrivati i social network, *Facebook* su tutti, che hanno profondamente riplasmato geografia e dinamiche del *web*. Fu così che nel volgere di pochi mesi si decretò l'imminente fine dei *blog*, svuotati di partecipazione e di lettori. E, invece, i *blog*, anche se ridimensionati, perché il grosso della calca e del chiacchiericcio si è spostato su *Facebook*, sono vivi e vegeti e rimangono i luoghi migliori dove pubblicare i propri contenuti se si vuole che essi abbiano un aspetto editoriale e professionale. Sopravvivono ancora le piattaforme tradizionali, quelle che permettono di creare un proprio sito distinto e autonomo ospitato sul *web*: per esempio, *Wordpress* [it.wordpress.org], vera e propria vincitrice della "selezione naturale" avvenuta tra le piattaforme storiche di *blogging*, oppure *Ghost* [ghost.org], per citarne una nata recentemente grazie a un progetto di *crowdfunding*. Poi ci sono dei servizi innovativi come *Medium* [medium.com] e *Svbtle* [svbtle.com] che provano a ibridare la dimensione "editoriale" dei *blog* con quella sociale e partecipativa dei *social network*. Queste piattaforme non prevedono *software* da scaricare e installare e nemmeno la necessità di comprare un proprio spazio *web*: tutto si svolge *on line*, è sufficiente iscriversi e aprire un *account*. Otterrete un vostro *blog* da riempire di contenuti, ma anche uno spazio pubblico dove condividere e pubblicizzare questi contenuti, esattamente come se fossimo su un *social network*. Pur essendo servizi agili e semplici da usare, questo mescolare *blogging* e *social network* spiazza un po'. Rispetto alle piattaforme tradizionali, sono inoltre molto meno personalizzabili e modificabili, cosicché tutti i *post* pubblicati finiscono per avere tutti più o meno lo stesso aspetto grafico che è, però, molto pulito ed elegante. Se la vostra priorità è cercare velocemente una massa di lettori per i vostri scritti questi servizi sono probabilmente ciò che fa per voi. ■

Segni particolari

Da poco è *on line* uno strumento pedagogico di auto apprendimento davvero prezioso per chi intende imparare il linguaggio dei segni, che servono per comunicare con le persone sorde: *spreadthesign* [www.spreadthesign.com], un dizionario fraseologico multilingue dei segni realizzato dal Programma Internazionale Svedese di Educazione e Formazione, col sostegno della Comunità Europea. Il funzionamento è facilissimo: digitate nel *form* di ricerca una parola o frase, premete invio, ed ecco una lista di termini e frasi correlati alla vostra ricerca. Accanto a ognuno ci sarà una lista di bandiere che identificano le lingue dei segni di una quindicina di paesi: cliccate su quella desiderata e vedrete la traduzione del termine in quella data lingua dei segni sotto forma di video.





Proprietà di **linguaggio**

78

Quando uno slogan pubblicitario funziona a meraviglia anche nel linguaggio quotidiano diventa un tormentone. Sarà la sorte di "George Clooney is inside!" di Nescafé?

Molte delle pubblicità, soprattutto televisive, contribuiscono alla nascita di frasi-*slogan*, che si diffondono viralmente e divengono tormentoni. Ne ricorderò due, uno più vecchio, ma di straordinaria efficacia e uno più recente. Quello più vecchio è "O così, o Pomi", réclame di una marca di passate di pomodori. Quello più recente è "No Martini? No party", che promuoveva uno spumante. L'efficacia di questi *slogan*, pensati originariamente per un prodotto commerciale, è dovuta all'incredibile capacità di adattarsi a tantissime situazioni della conversazione quotidiana, che possono non avere nessuna relazione con quella descritta dallo *spot*, ma sono capaci di fornire uno schema cognitivo per definire, invece, evenienze che si possono incontrare nella vita di tutti i giorni. Ad esempio, "O così, o Pomi", metaforizza una condizione di costrizione, come tante che ce ne sono ogni giorno, come dire "o ti va bene questo, o puoi scordarti che si faccia diversamente"; lo *slogan* "No Martini? No party", decontestualizzato, è un modo per definire una condizione d'esclusione, come dire, fuori della colorita metafora dello *spot*, "se tu non sei d'accordo nel fare la tale cosa, allora puoi andartene". È così, infatti, che la pubblicità entra nelle nostre case e s'impadronisce del nostro

linguaggio; e non sempre questo ha un senso negativo, perché spesso contribuisce ad arricchirlo innovandolo, non solo nel lessico, ma anche nei moduli stilistici che caratterizzano una certa situazione. Da un po' di tempo sta girando in televisione un altro *slogan* che sembra candidato allo stesso successo: "George Clooney is inside!". Lo grida, in uno *spot*, che promuove Nescafé "Velluto", una giovane donna che ha appena avuto una conversazione con l'attore George Clooney, nella duplice veste di personaggio della piccola storia dello *spot* che interpreta sostanzialmente se stesso con tanto di nome vero, ma soprattutto, con tutta l'aura di divo desiderabile per un pubblico femminile che ha nella vita reale. E, infatti, l'ambiente in cui viene pronunciata, anzi, gridata, quella frase, è un confortevolissimo bar pieno di giovani e belle ragazze, a proposito delle quali nella storia viene dato per presupposto sia che non abbiano visto da sé l'attore sia che siano pronte a lanciarsi in scene d'isteria per avere un contatto con lui. Perché l'unica donna che ha avuto la ventura di averlo questo contatto con lui grida quella frase? Qui siamo alla strategia persuasiva dello *spot*. Infatti la ragazza vuole impadronirsi della tazzina di Nescafé lasciata dal divo e affidare lui al bagno di folla delle sua ammiratrici purché non ritorni a reclamare il suo Nescafé. Uno scambio di lenticchie per una primogenitura? Forse, ma questo vuole comunicarci lo *spot*: che le lenticchie-Nescafé sono preferibili appunto alla primogenitura-Clooney. E questo dovrebbe dirla lunga sulla bontà del prodotto. ■



tele obiettivo di Beatrice Ramazzotti

Spirito libero

Per chi è cresciuto col suo poster sopra al letto, si è rinchiuso in camerina con le sue canzoni a tutto volume e poi si è strappato la maglietta durante un suo concerto è stato un mezzo choc. Trovarsi Piero Pelù in prima serata Rai, in veste di giurato a The Voice, ci ha spiaz-

zati. Cosa ci fa il rocker fiorentino, fondatore dei Litfiba, personaggio unico dalla voce profonda, i pantaloni di pelle, texani, tatuaggi e pizzetto diabolico, "spirito libero" come recita, e non a caso, un suo testo, sotto i riflettori di un talent show? Dopo lo stupore scatta una sorta di gelosia possessiva: «Guarda che io andavo ai suoi concerti

che tu non eri ancora nato!», si dice stizziti ai figli. Per fortuna il nostro idolo in Tv non perde la spontaneità, lo sguardo rimane furbo, le movenze sexy, le battute sagaci e il beep di censura arriva sempre troppo tardi. È ancora lui, unico, inimitabile Piero. Non ha perso né il pelo né il vizio e la Tv lo ha solo illuminato di nuovo.



LE OFFERTE CON I PUNTI

Fino al 31 maggio

RISERVATE AI SOCI UNICOOP TIRRENO

SALOTTO COLORADO IN RESINA SIMIL WICKER

Composto da: 1 divano 2 posti
2 poltrone e 1 tavolino.
Corredato di cuscini seduta
e schienale

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

199,00€

+ 600 PUNTI

OPPURE
208,00€



GAZEBO MOD. NEW ONDA

struttura in acciaio verniciato
con 6 pali
telo in poliestere rivestito Pvc
180 gr/mq
dimensioni mt 3x4xh2,5

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

119,00€

+ 400 PUNTI

OPPURE
125,00€

CASSETTA "HOLIDAY" PER BAMBINI

casetta in resina resistente
ai raggi UV con porta e finestre
montaggio senza attrezzi
118x99xh117 cm

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

75,00€

+ 300 PUNTI

OPPURE
79,50€



DONDOLO "CLASSIC LUSO"

3 posti, struttura in metallo antracite, cuscineria
imbottita con rivestimento in cotone tettuccio in
poliestere - 198x117xh156 cm

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

95,00€

+ 300 PUNTI

OPPURE
99,50€



TAVOLO OVALE ESTENSIBILE "CONCORD"

in legno di acacia
FSC certificato
con foro ombrellone
160/220x100xh75 cm

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

113,00€

+ 400 PUNTI

OPPURE
119,00€



POLTRONA LEGNO PIEGHEVOLE

in legno di acacia FSC
certificato, 55x62xh92 cm

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

24,90€

+ 200 PUNTI

OPPURE
27,90€





LA CONVENIENZA A

OGNI QUINDICI GIORNI TANTISSIMI

RISERVATO AI SOCI

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA  

DALL'1 AL 15 APRILE.

BOVINO HAMBURGER
conf. x 10

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Anziché 8,20 €

4,92€

al kg

MASSIMO
2 CONF.
PER OGNI CARTA

SCONTO 40% ALLA CASSA



MOZZARELLA FRESCA FIORDILATTE VALLELATA GALBANI
200 g x 4

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Anziché 7,80 €

4,68€

5,85 € al kg

SCONTO 40%

MASSIMO
6 CONF.
PER OGNI CARTA



PASTA DI SEMOLA DI GRAGNANO FIOR FIORE COOP

conf. da 5 kg di: fusilli 500 g x 2 +
linguine 500 g x 2 + caserecce 500 g x 2
+ penne rigate 500 g x 2 + spaghetti 500 g x 2

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

5,99€

1,20 € al kg

MASSIMO
5 CONF.
PER OGNI CARTA



POMODORO CILIEGINO
confezione da 500 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Anziché 1,63 €

1,96 € al kg

0,98 € la confezione

SCONTO 40%

MASSIMO
10 CONF.
PER OGNI CARTA



FRUTTI DI MARE ARBI
surgelato - 300 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

2,69€

8,97 € al kg

MASSIMO
8 PEZZI
PER OGNI CARTA



CONFEZIONE VINI 4 BOTTIGLIE LE CHIANTIGIANE

chianti docg - 75 cl + chianti classico docg - 75 cl
+ vernaccia San Gimignano docg - 75 cl
+ sangiovese toscano igt - 75 cl

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

9,99€

MASSIMO
6 CONF.
PER OGNI CARTA



GRANA PADANO BONI
stagionato 14/16 mesi
900/1000 g ca.

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Anziché 13,30 €

7,98€

al kg

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA

SCONTO 40% ALLA CASSA



TONNO PALMERA ALL'OLIO DI OLIVA
80 g x 12

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Anziché 13,38 €

6,69€

6,97 € al kg

MASSIMO
6 CONF.
PER OGNI CARTA

SCONTO 50%



SPUMANTE BERLUCCHI CUVÉE IMPERIALE
brut - 75 cl

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

8,45€

11,27 € al litro

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



A MISURA DI SOCIO

I PRODOTTI IN OFFERTA SPECIALE

UNICOOP TIRRENO



coop ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DAL 16 AL 30 APRILE.

<p>PETTO DI POLLO A FETTE COOP confezione risparmio</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO Anziché 9,95 €</p> <p>6,97€ al kg</p> <p>SCONTO 30% ALLA CASSA</p>  <p>MASSIMO 5 CONF. PER OGNI CARTA</p>	<p>GAMBERO ARGENTINO EXTRA GIGANTE PESCANOVA surgelato - 800 g</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>9,90€ 12,38 € al kg</p> <p>MASSIMO 6 PEZZI PER OGNI CARTA</p> 	<p>POMODORO 100% TOSCANO IN PASSATA EXTRAFINE IL DELICATO PETTI 700 g x 4</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO Anziché 5,96 €</p> <p>2,98€ 1,06 € al kg</p> <p>SCONTO 50%</p> <p>MASSIMO 6 CONF. PER OGNI CARTA</p> 
<p>ASPARAGI 1,5 kg ca. - al kg</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>SCONTO 40% ALLA CASSA</p> <p>MASSIMO 10 CONF. PER OGNI CARTA</p> 	<p>PORCINI A CUBETTI DANTE FUNGHI surgelato - 1 kg</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>7,90€</p> <p>MASSIMO 6 PEZZI PER OGNI CARTA</p> 	<p>DAMA VINO CINCINNATO bianco/rosso - 5 litri</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>4,99€ 1,00 € al litro</p> <p>MASSIMO 4 PEZZI PER OGNI CARTA TRA I DUE TIPI</p> 
<p>SALMONE NORVEGESE AFFUMICATO FJORD 200 g</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>3,90€ 19,50 € al kg</p> <p>MASSIMO 6 PEZZI PER OGNI CARTA</p> 	<p>FILETTI DI TONNO AS DO MAR ALL'OLIO DI OLIVA 250 g</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>4,49€ 17,96 € al kg</p> <p>MASSIMO 6 PEZZI PER OGNI CARTA</p> 	<p>DIXAN LAVATRICE liquido - vari tipi 75 lavaggi 1,65 litri x 3</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>9,90€ 2,00 € al litro</p> <p>polvere - 76 misurini 6,08 kg</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>9,90€ 1,63 € al kg</p> <p>MASSIMO 4 CONF. PER OGNI CARTA TRA I VARI TIPI</p> 



LE OFFERTE CON I PUNTI

PUNTI COLLEZIONAMENTO SE LI SPENDI COSÌ VALGONO DI PIÙ.

(ES. SE SONO RICHIESTI 100 PUNTI AVRAI UNO SCONTO DI 1,50 € ANZICHÉ DI 1 €.)

RISERVATO AI SOCI UNICOOP TIRRENO

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA



DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DALL'1 AL 30 APRILE.

T-SHIRT UOMO/DONNA

LONSDALE

modelli e colori assortiti

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

7,65€

+ 150 PUNTI

OPPURE

9,90€

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA



TABLET 10,1" WI FI SAMSUNG

Mod. TAB 3 (GT-P5210)

con pellicola antigraffio, anti impronte e anti riflesso

+ penna touchscreen

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

230,00€

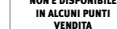
+ 600 PUNTI

OPPURE

239,00€

Sistema operativo Android 4.2.2 Jelly Bean
Display 10,1" 1280 x 800 TFT touchscreen
Processore Dual Core - Frequenza 1.6 Ghz
Fotocamera frontale anteriore 1.3 MP
posteriore 3.0 MP
Memoria interna 16 GB
Wifi 802.11 a/b/g/n
Bluetooth

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



PANTALONI CARRERA

Mod. CHINOS - in gabardina leggera stretch/

Mod. JEANS 700 - 5 tasche - colori e lavaggi assortiti

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

21,90€

+ 400 PUNTI

OPPURE

27,90€

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA



CITY BIKE DONNA 26"

MONOVELOCITÀ

Mod. OLANDA CARRATT 2202D

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

125,00€

+ 300 PUNTI

OPPURE

129,50€

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA



GUANCIALE IN MEMORY

ARIA FRESCA A RICICLO CONTINUO

saponetta/doppia onda

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

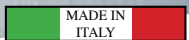
9,50€

+ 300 PUNTI

OPPURE

14,00€

Tessuto a 3 dimensioni incrementa il riciclo dell'aria
100% poliestere trattato anti-acaro e anti-batterico
Anima 100% poliuretano visco-elastico
Trattamento senza biocidi
Memorizza le forme, allevia la pressione, ha un'anima in materiale visco-elastico ad alto indice di assorbimento che, a differenza dei poliuretani tradizionali, può assorbire il doppio dell'energia di pressione.
La peculiarità del materiale visco-elastico è che, assorbendo maggiormente la pressione, riesce a disperdere la tensione del corpo, favorendone anche la circolazione sanguigna ed evitando fastidiosi formicolii. Accarezza la pelle e toglie lo stress, ha una fodera in 3D che permette un continuo riciclo d'aria da una parte all'altra del guanciale.



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



COPRIDIVANO ONDA

MARTA MARZOTTO

2 posti - 110 x 180 cm

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

13,00€

+ 200 PUNTI

OPPURE

16,00€

3 posti - 180 x 250 cm

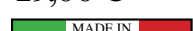
PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

16,00€

+ 200 PUNTI

OPPURE

19,00€



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



COPRIPOLTRONA ONDA

MARTA MARZOTTO

70 x 110 cm

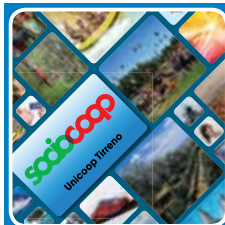
PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

9,00€

+ 200 PUNTI

OPPURE

12,00€



SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2014-2015

VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com

sociocoop
Unicoop Tirreno



CAMPI JUNIOR WWF: RAGAZZI NELLA NATURA

Buono acquisto
del valore di 25 euro



2.000
punti

SPENDI

Buono valido per l'acquisto di un campo WWF junior estate 2014/2015.

Il buono può essere utilizzato dal 1 aprile 2014 al 31 maggio 2015.

Buono acquisto
del valore di 50 euro



4.000
punti

SPENDI

Buono valido per l'acquisto di un campo WWF junior estate 2014/2015.

Il buono può essere utilizzato dal 1 aprile 2014 al 31 maggio 2015

Al mare o in montagna, in sella a un cavallo o con le pinne ai piedi, le proposte del WWF sono vacanze fantastiche.

Un'accurata miscela di divertimento naturale, nuove amicizie, esplorazione, conoscenza e gioia di vivere immersi nella natura.

E allo stesso tempo sono un'occasione di crescita personale e di sensibilizzazione in cui i ragazzi entrano spontaneamente in contatto con i temi sui quali il WWF è impegnato, partecipando con passione: la conoscenza, il valore e la tutela della biodiversità e del territorio e la sostenibilità ambientale. E soprattutto sono un'occasione di sperimentare un'emozione preziosa: l'essere protagonista del proprio tempo, per poter scegliere il proprio modo di difendere e aver cura delle cose importanti. Una di queste per il WWF è la NATURA che ci ospita e ci fa vivere, tutti.

Più di vent'anni di esperienza nella scelta degli staff e del personale che lavora coi ragazzi, compresi i più piccoli, fanno emergere ogni anno una selezione veramente raffinata di vacanze all'insegna di quella sicurezza e di quella garanzia che solo il WWF può rappresentare per le famiglie.

Vieni a dare un'occhiata: **consulta i nuovi programmi per l'estate 2014 sul sito www.wwfnature.it**

Termini e condizioni Le iscrizioni ai campi WWF sono soggette alla disponibilità effettiva dei posti al momento della richiesta. Le iscrizioni sono accessibili unicamente dal sito www.wwfnature.it

nella sezione dedicata a Unicoop Tirreno dove potrai trovare tutte le informazioni per iscriverti e completare il pagamento.

Sul modulo di iscrizione troverai un'area apposita nella quale riportare il tuo codice numerico presente sul buono preso con i punti Coop.

Organizzazione tecnica Four Seasons Natura e Cultura di Gaia 900 srl

I buoni sia del valore di 25 euro o di 50 euro sono cumulabili (anche in forma mista) fino ad un massimo di 4 e sono utilizzabili per completare il pagamento di un campo junior WWF.

SOLO PER TE

Dal 1 aprile 2014 al 28 febbraio 2015

soibcoop
Unicoop Tirreno

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



ACCUMULA

SPENDI

PER I SOCI COOP LA QUALITÀ È GARANTITA



Solo per te un'occasione in più di essere socio Unicoop Tirreno

Ritira il catalogo nel tuo negozio Coop o vai su catalogosoci.unicooptirreno.com