

IL TEMPO STRINGE

Tra aumento delle emissioni e inconcludenza dei Governi il clima cambia ed è tutta colpa dell'uomo.

Tutto un programma

- Nuove borse di studio con Erasmus+

Scelta di campo

- Giovani agricoltori alla riscossa

Ondata di freddo

- I benefici della crioterapia

Filo del discorso

- Guida all'acquisto della scopa elettrica

Vivi e vegetariani

- Intervista al cuoco Simone Salvini



Intervista al presidente Marco Lami pag. 28

Calendario Assemblee Autonome 2014 pag. 31





SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2013-2014
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



SELE GIOCHI TOYS JOUETS

Selegiochi è un'azienda che nasce negli anni settanta e opera nel settore dei giocattoli, creati pensando al bambino in tutte le fasi della crescita.

I prodotti sono realizzati in legno o materiali ecologici con fattezze originali e coloratissime, secondo rigorosi criteri di sicurezza e in molti Paesi del mondo, dalle più prestigiose case produttrici di giocattoli.

Per saperne di più: www.selegiochi.com.



SLOW TOYS IL GUSTO DEL GIOCO



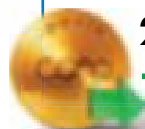
Carretto Primi Passi

È un sicuro e solido appoggio per il bambino che sta imparando a camminare; il peso di Kg 3,8 è voluto per evitare il rischio ribaltamento; le ruote sono protette da una striscia di gomma, anti rumore e antiurto. Dimensione: cm 43x33x52h. Età consigliata: da 1 anno

Carretto Primi Passi

gratis con 4.500 punti

2.000 punti
+ 25,00 €



Solo su prenotazione.

SPENDI



SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2013-2014
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



Casetta di bambole

Due personaggi e 12 elementi per l'arredo sono inclusi; la casa è divisa in tre piani per ampliare le possibilità creative e di gioco. Le pareti in tessuto sono disegnate sui due lati: stese sul piano diventano terrazzo o giardino. Per il montaggio non occorrono viti o chiodi.

Dimensione: cm 27x26,5x37h.

Età consigliata: da 3 anni.

Solo su prenotazione.

Casetta di Bambole

gratis con 4.100 punti



1.800 punti
+ 23,00 €

SPENDI



BRIO®

Ferrovia con Porto

La gru magnetica aggancia le merci sulla nave cargo e le trasferisce sul treno. Il ponte levatoio si apre per consentire l'ingresso della nave o si chiude per il passaggio del treno (a batteria). Il circuito misura cm. 60 x 51 e 16 elementi compresi i binari sono la dotazione del gioco. Il treno richiede una batteria AA non inclusa. Età consigliata: da 3 anni.

Solo su prenotazione.

Ferrovia con Porto

gratis con 3.300 punti



1.500 punti
+ 18,00 €

SPENDI

SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2013-2014
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



PIRELLI

La Raccolta Punti ha una marcia in più.
Più sicurezza, più prestazioni, più punti Coop.

Tipologia di pneumatici diametro del cerchio	Punti assegnati per 4 pneumatici
da 18 pollici in su	4.000
17 pollici	2.700
16 pollici	1.400
15 pollici	700

ACCUMULA

Se sei titolare di una carta SocioCoop e scegli di acquistare pneumatici Pirelli presso i rivenditori autorizzati aderenti all'iniziativa, i tuoi punti aumentano e la tua raccolta prende forza!

L'elenco dei rivenditori autorizzati Pirelli che aderiscono all'iniziativa è disponibile presso i supermercati e gli ipermercati Coop o sul sito www.pirelli.it/coop.

I punti saranno accreditati automaticamente sulla carta SocioCoop entro un mese dall'acquisto. Al momento della prima spesa presso i supermercati e ipermercati Coop, lo scontrino fiscale segnalerà l'avvenuto accredito dei punti. Conserva lo scontrino fiscale emesso dal rivenditore Pirelli a testimonianza dell'acquisto.

Offerta valida fino al 28 febbraio 2014 su acquisti di minimo quattro e fino a un massimo di otto pneumatici per singola carta SocioCoop. Iniziativa valida solo per le cooperative aderenti e nel periodo di validità dei rispettivi collezionamenti.

La promozione è riservata ai titolari di carta SocioCoop. Sono esclusi dalla promozione i rivenditori Pirelli e i loro familiari e i possessori di vettura in leasing o appartenente a flotte aziendali. L'iniziativa non è cumulabile con altre promozioni di Pirelli Tyre in essere nello stesso periodo.



OVINDOLI

Skipass giornaliero



2.900
punti

SPENDI

Buono valido per l'acquisto di uno skipass giornaliero adulti. Scadenza voucher: 30/04/2014. Ingresso gratuito: per i bambini al di sotto di 6 anni (verificare dettagli sul sito internet).

Ovindoli è uno dei 18 paesi più importanti del Parco Sirente-Velino e si trova a 35 km da L'Aquila, nella zona della Magnola.

Le stazioni sciistiche della Magnola offrono impianti di risalita per più di 35 km, serviti da una telecabina a otto posti, seggiovie biposto e triposto, sciovie e un tapis roulant. Gli amanti dello snowboard vengono soddisfatti con un'intera zona dedicata alle loro acrobazie sulla neve nello snowpark con half pipe. La neve è sempre assicurata grazie alla presenza del nuovo, moderno ed efficiente sistema di innevamento artificiale, che assicura la produzione di neve di ottima qualità distribuita e prontamente battuta da cinque moderni macchinari battipista (gatti delle nevi) sempre a disposizione.

La nuova telecabina ad ammortamento automatico da otto posti a sedere permette l'arroccamento in soli tre minuti. All'arrivo della telecabina Le Fosse, a 1.800 m di quota, è aperto il nuovo rifugio albergo Anfiteatro, con bar, ristorante e solarium.

Novità della stagione: nuova seggiovia esaposto Fontefredda-Montefreddo.

Contatti:

Piazzale Magnola, 69
67046 - Ovindoli (AQ)
Tel. 840.000.900

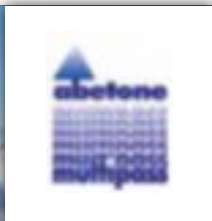
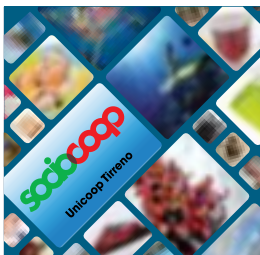
info@montemagnola.191.it / www.ovindolimagola.it

SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2013-2014
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



ABETONE

Buono da 15 euro
skipass giornaliero

1.000
punti

SPENDI

Buono del valore di 15 euro da utilizzare per l'acquisto di uno skipass giornaliero adulti (Abetone Multipass).



CIMONE

Buono da 15 euro
skipass giornaliero

1.000
punti

SPENDI

Buono del valore di 15 euro da utilizzare per l'acquisto parziale di uno skipass giornaliero adulti, valido per tutte le stazioni sciistiche del Consorzio del Cimone.

Abetone: il bello della montagna.

L'Abetone è una delle più conosciute stazioni dell'Appennino: può vantare 17 impianti di risalita comodi e veloci e 50 km di piste di ogni grado di difficoltà. Si scia su diversi versanti con caratteristiche molto varie: gli ampi pendii del Monte Gomito con le "Zeno", i boschi secolari delle Regine e della Selletta, l'ambiente alpino della Val di Luce, i ripidi muri delle piste Coppi al Pulicchio. Ci sono poi due snowpark attrezzati con jumps e rails, un baby park per i più piccoli, mentre per gli amanti dello sci nordico c'è la pista "Maiori", di oltre 6 km di lunghezza. I boschi secolari dell'Abetone sono inoltre terreno ideale per chi ama scoprire la montagna innevata con le ciaspole o praticare lo sci alpinismo.

Il buono potrà essere convertito presso tutte le biglietterie del Consorzio Abetone Multipass ed è valido per l'acquisto parziale di un solo skipass.

I buoni non sono cumulabili e non sono validi su tariffe già scontate. **Il buono ha validità per le stagioni invernali 2013 o 2014** (escluse le festività natalizie).

Per informazioni:

Consorzio Impianto di risalita Abetone
Tel. e Fax 0573 60557

Bollettino della Neve

Tel. 0573 60556 / abetonemultipass@tiscali.it
www.multipassabetone.it

Comprensorio del Cimone: neve in piena libertà.

A un'ora da Modena e dall'Autosole, il Cimone con i suoi 50 km di piste offre impianti veloci e sicuri con accesso a mani libere, fuoripista e pendii per lo sci estremo. Luogo ideale per accostarsi alla pratica dello sci fin dalla primissima infanzia, è attrezzato per i bambini e le famiglie.

Il buono ha validità dal 1 dicembre 2013 al 1 aprile 2014

(escluso periodo natalizio dal 21 dicembre 2013 al 6 gennaio 2014).

Il buono non è cumulabile e non è valido su tariffe già scontate.

Per informazioni:

Tel. 0536 62350 - Fax 0536 60021
info@cimonesci.it - www.cimonesci.it

Bollettino della Neve

Tel. 0536 62350 operativo 24 ore a impianti aperti.

RICORDA: PUNTI IN SCADENZA.



I PUNTI DEL COLLEZIONAMENTO ACCUMULATI ENTRO IL
28 FEBBRAIO 2014
DOVRANNO ESSERE UTILIZZATI ENTRO IL
31 MARZO 2014.

DECIDI TU COSA FARNE, L'IMPORTANTE È NON SPRECARLI.

I punti non utilizzati alla data del
31 MARZO 2014
SARANNO AZZERATI.

PUOI UTILIZZARLI COSÌ:

✓ **PER AVERE UNO SCONTO SULLA SPESA,
DA CHIEDERE ALLA CASSA.**

100 PUNTI = 1 EURO DI SCONTO

1.000 PUNTI = 10 EURO DI SCONTO

2.500 PUNTI = 25 EURO DI SCONTO

✓ **PER LE OFFERTE MENSILI.**

Ogni mese Coop propone ai Soci dei prodotti a prezzi speciali, che possono essere pagati in parte con i punti. In questo caso i tuoi punti valgono doppio: ogni 100 punti 2 euro anziché 1 euro di sconto.

✓ **PER LA SOLIDARIETÀ.**

Con i tuoi punti puoi contribuire ai tanti progetti solidali di Coop. Anche in questo caso i punti valgono doppio.



Tempi difficili

7

Le scadenze di gennaio hanno già sottratto dalle nostre tasche una parte di quei 1.384 euro che quest'anno, secondo i calcoli di *Adusbef* e *Federconsumatori*, evaporeranno mediamente dalle casse di ciascuna famiglia. Gli aumenti toccano più o meno tutti i settori, dai trasporti alle poste, dai carburanti alle banche, dalle autostrade alle assicurazioni auto. A

questi bisogna aggiungere gli inasprimenti fiscali decisi autonomamente dai vari enti locali. Per esempio, i romani dovranno pagare lo 0,6 per cento in più di addizionale regionale *Irpef* nel 2014 e un altro 1 per cento nel 2015. Poi ci sono le varie *Imu*, *Tari* e *Tasi* che, applicate dai comuni, incidono ulteriormente sui redditi delle famiglie già gravati da pesi ormai non più sopportabili. Resteranno ferme solo le tariffe del gas mentre, sempre secondo *Adusbef* e *Federconsumatori*, ogni famiglia spenderà in media 327 euro in più anche per mangiare.

Ciò nonostante per il 2014 Coop prevede una leggera ripresa dei consumi, anche se l'asprezza della

crisi ha modificato drasticamente le scelte d'acquisto degli italiani: meno case, meno auto, meno pesce, meno carne, meno bevande alcoliche, ma più internet e *smartphone*. Resta ancora drammatico l'altro corno della crisi, la disoccupazione. Alla fine del 2013 il tasso di non lavoro era del 12,5 per cento, ma quello della di-

soccupazione giovanile superava il 41, mentre sono state circa 1 miliardo le ore di cassa integrazione. In breve, la gente sta peggio e l'economia è pressoché ferma.

Aumenti di prezzi e tariffe, economia stagnante, lavoro che non c'è. Per uscire dalla crisi servono provvedimenti più incisivi e coraggiosi.

Sono passati più di 5 anni dall'inizio di quella che è stata definita la più grave crisi dal 1929. E questi sono i magri risultati delle politiche economiche che, più o meno trionfalmente, vantano il merito di avere evitato il peggio e creato le condizioni di una ripresa annunciata come imminente almeno da un paio d'anni a questa parte a condizione di rimettere in ordine i conti, abbassare il debito pubblico, proseguire lo smantellamento dello stato sociale, tartassare i contribuenti e applicare insomma quelle stesse ricette che della crisi sono state la causa. Al motto martellante di "ce lo chiede l'Europa" e "non c'è alternativa", ci siamo legati le mani per vent'anni con il *fiscal compact* (50 miliardi l'anno per portare il debito al 60 per cento) e con l'introduzione del pareggio di bilancio in Costituzione, due cappi al collo che potrebbero soffocare a lungo gli investimenti pubblici. Inoltre le politiche di *austerità* hanno aumentato le disuguaglianze sociali e accentuato il divario tra i paesi forti e i paesi deboli dell'eurozona mettendo a rischio la tenuta della moneta unica che, a queste condizioni, sta diventando sempre meno sostenibile. A meno che il 2014 non porti una modifica radicale delle politiche economiche nazionali ed europee che metta al centro il lavoro, lo sviluppo e la difesa del reddito con provvedimenti più incisivi e coraggiosi. ■



www.chiantigiane.it



LE CHIANTIGIANE

CONSORZIO PRODUTTORI IN CHIANTI



SOCIETÀ COOPERATIVA AGRICOLA





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

Virginia Alimenti

Barbara Autuori

Francesca Baldereschi

Alessandra Bartali

Barbara Bernardini

Salvatore Calleri

Luca Carlucci

Claudia Ciriello

Tito Cortese

Eleonora Cozzella

Antonio Fico

Jacopo Formaioni

Stefano Generali

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

Anna Somenzi

Barbara Sordini

Miriam Spalatro

Mario Tozzi

Ersilia Troiano

233

gennaio-febbraio 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: 254.757 copie

Chiuso in tipografia il 20/1/2014



sommario

7 Il punto
Aldo Bassoni
Tempi difficili

contatti

10 Fermo posta

11 Coop risponde

12 Chi protegge il cittadino

12 Previdenza

13 Benestare

firme

14 Salvatore Calleri
In & out

15 Gabriele Salari
Palma a palma

16 Tito Cortese
Consenso popolare

17 Giorgio Nebbia
Effetto alcol

18 Mario Tozzi
Chiaro come l'acqua

19 Massimo Montanari
In punta di forchetta

69 Gianna Martorella
Gran... cassa

78 Giovanni Manetti
Nessuna novità

attualità

20 La notizia
Virginia Alimenti
Tutto un programma

23 Primo piano
Patrice Poinssotte

Il tempo stringe

45 Inchiesta
Antonio Fico
Scelta di campo



28 **Obiettivo pareggio**
Intervista a Marco Lami

soci

30 **Buone previsioni**
31 **Calendario Assemblee Autonome 2014**

32 **Le mani in pasta**

34 **A gran voce**

36 **Giro di valzer**

40 Per voi soci

79 Convenienza

salute

50 **Carne vale**
Ersilia Troiano

51 Faccende domestiche

52 **Ondata di freddo**
Barbara Bernardini

53 Sani & salvi

prodotti

54 **Alta cucina**
Anna Somenzi

56 **Filo del discorso**
Roberto Minniti

58 Eco sistema

59 Presidi Slow Food

60 **Esempi tipici**
Silvia Inghirami

62 **Forme d'arte**
Eleonora Cozzella

64 **Menu di farine**
Paola Ramagli

68 A tavola con i bambini

enneci

70 **Nonostante**
Barbara Autuori

71 Tempi moderni

72 **Cattivissimo me**
Rita Nannelli

73 Le vite degli altri

74 **Canale di trasmissione**
Jacopo Formaioni

75 Scienza infusa

76 **Vivi e vegetariani**
Maria Antonietta Schiavina

77 Triplavù

Font utilizzate

Testata **Titillium** [Accademia di Belle Arti di Urbino, 2007]

Titoli **Avenir** [Adrian Frutiger, 1988]

Testi **Caslon 224** [Ed Benguiat ITC, 1988]

nuovoconsumo

233

9



fermo posta nuovoconsumo - SS1 Aurelia km 237 - Fraz. Riotorto, 57025 Piombino (LI)

e-mail: nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it



Sul sicuro

Abbiamo ricevuto lettere ed e-mail sulla cosiddetta "terra dei fuochi", preoccupate dei rischi di inquinamento derivanti dalle discariche abusive presenti in quelle zone della Campania e della salubrità dei prodotti. La risposta di Coop alla richiesta di garanzie e sicurezza da parte di soci e consumatori nelle parole di Claudio Mazzini responsabile sostenibilità, innovazione e valori di Coop Italia.



La vicenda, negli ultimi mesi sotto i riflettori di Tv e giornali per la giusta protesta delle popolazioni della Campania vittime della criminalità che ha lucrato sul *business* dei rifiuti, mettendo a repentaglio la salute delle persone, è nota a Coop da anni. Fin dal 2008, infatti, tutti i prodotti a marchio provenienti da zone potenzialmente a rischio sono sottoposti a particolari valutazioni e attenti controlli per assicurarne e garantirne la salubrità, in particolare per i prodotti ortofrutticoli, il latte e i suoi derivati. Più precisamente viene effettuata una valutazione del rischio su *Pcb* (policlorobifenili), diossine e metalli pesanti, cioè sulle sostanze che possono risultare presenti per un'irregolare gestione nel trattamento dei rifiuti. Attraverso il controllo della filiera Coop è a conoscenza di tutte le aziende agricole che concorrono alla produzione dei nostri prodotti a marchio, siano essi da produzione

convenzionale, integrata o biologica. Nel caso dell'ortofrutta fresca a marchio, delle aziende agricole conosciamo anche le coordinate satellitari dei diversi appezzamenti, tutte informazioni indispensabili per controllare, assicurare e prevenire eventuali problemi di inquinanti. Su tutti i prodotti ortofrutticoli freschi confezionati a marchio Coop viene riportato, oltre al paese d'origine (requisito obbligatorio per legge), anche la regione di produzione e il codice di tracciabilità riconducibile all'azienda di produzione. Il capitolato di fornitura Coop stabilisce nella visita periodica da effettuarsi presso le aziende agricole la verifica che i campi non siano vicini a potenziali fonti di inquinamento (inceneritori, discariche, grandi fabbriche ecc.), un prerequisito da rispettare, pena la mancata possibilità di inserire le aziende agricole nelle produzioni per Coop. A seguito del rinnovato interesse dei *mass media* per la vicenda degli smaltimenti abusivi, ci siamo ulteriormente allertati per dare garanzie a soci e consumatori, impostando un piano straordinario di monitoraggio e controllo in collaborazione con la facoltà di agraria dell'Università di Napoli. Infine sull'ortofrutta non a marchio Coop viene garantita la tracciabilità alla singola regione d'origine, anche se non viene espressamente riportata in etichetta. Inoltre ai fornitori di prodotto non a marchio, che acquistano attualmente da tali zone, è stata richiesta una dichiarazione sulla provenienza dei prodotti da loro consegnati e di applicare una tracciabilità che arrivi possibilmente fino all'azienda agricola. È stato inoltre richiesto per contratto di impostare un piano di monitoraggio sui principali inquinanti. Infine i prodotti a marchio Coop, oltre ad essere buoni e sicuri, sono realizzati nel completo rispetto della legge e dei diritti dei lavoratori. Questo è il risultato del rigido sistema di controlli che *Coop Italia* effettua sui fornitori dei propri prodotti a marchio, che nei settori più critici risalgono lungo l'intera filiera, fino ai campi o agli allevamenti. In materia di lavoro l'esclusione di ogni forma di irregolarità è garantita anche dal presidio sui fornitori richiesto dalla certificazione SA 8000, che *Coop Italia* ha ottenuto nel 1998 come prima azienda europea e tra le prime dieci nel mondo. ■

Nel loro piccolo

Vorrei sapere se Coop può darmi qualche dritta per l'alimentazione dei miei figli.

Siamo molto felici che abbia pensato a Coop, da tempo impegnata nella promozione di un corretto stile di vita, per prevenire problemi come sovrappeso e obesità infantile. Proprio a questo scopo stiamo realizzando molte iniziative. Innanzitutto dal sito www.e-coop.it nella sezione dedicata ai prodotti a marchio e, nello specifico, alla linea *Club 4-10* può scaricare le *Linee guida per una corretta alimentazione nell'infanzia* sviluppata da Coop insieme a *Ecog (European Childhood Obesity Group)* e *Sio (Società Italiana dell'Obesità)*. Inoltre su YouTube è nato un canale dedicato a ricette gustose e facili da preparare per accompagnare i bambini – da 6 mesi ai 10 anni – alla scoperta dei sapori e del mangiare sano: www.youtube.com/user/ricetteperbambini.



A pagina 68 "A tavola" con i bambini.

Per chi desidera informazioni scientifiche, risposte di esperti, aggiornamenti e consigli è nato il nuovo sito www.bimbialimentazione.e-coop.it.

Infine a partire da questo numero i lettori di *Nuovo Consumo* troveranno una rubrica dedicata all'alimentazione per i bambini.

A bella pasta

Vorrei sapere perché non trovo più la pasta 100% italiana nel mio supermercato.

Al momento il prodotto che cerca è presente solo nell'assortimento

dei nostri Ipermercati. Ci teniamo, però, a informarla che anche la pasta *Fior fiore Coop* ha provenienza 100% italiana e si trova in tutti i nostri negozi. Si tratta di una selezione accurata delle eccellenze regionali dei maestri pastai: la pasta di semola del *pastificio Gragnano* è preparata secondo l'antica tradizione con semole pregiate, trafilata al bronzo ed essiccata lentamente e a basse temperature, in modo da esaltare il naturale sapore del grano. La pasta all'uovo è prodotta seguendo la ricetta che a Campofilone si tramanda dal quindicesimo secolo: un impasto particolare realizzato senz'acqua, con semola di grano duro e uova, una sfoglia morbida e tirata sottilissima e lunghi tempi di riposo.



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

12

Interruzione dei programmi

Ho attivato il pacchetto Sky cinema, ma da circa 10 giorni usufruisco del servizio in maniera discontinua, forse per un guasto tecnico. L'ho segnalato al servizio clienti della società, ma ad oggi non mi hanno ancora risolto il problema. Cosa posso fare? via e-mail

Per prima cosa consigliamo di inoltrare un reclamo formale all'azienda, a mezzo raccomandata a/r, invitandola a

ripristinare, entro tempi congrui, il servizio televisivo secondo gli *standard* qualitativi previsti dal contratto sottoscritto e dalla carta dei servizi. Quando si verifica un disservizio,



infatti, o nel caso in cui le prestazioni erogate non corrispondono ai principi e agli *standard* minimi fissati da un'azienda, di norma nelle carte dei servizi sono previste tutele a cui il consumatore può appellarsi. Nel suo caso, pertanto, potrà fare riferimento alla carta dei servizi di *Sky* che, oltre a indicare i principi generali a cui s'ispira nelle offerte dei propri servizi, descrive in modo dettagliato i singoli pacchetti con i relativi costi e garantisce ai propri abbonati una tutela puntuale dei diritti. In caso di interrotta visione di un canale *pay Tv* edito da *Sky*, per un un motivo ad esso imputabile, e con l'esclusione di cause di forza maggiore, laddove l'interruzione superi la durata delle 24 ore, oltre a garantire un indennizzo pari a 2 eventi *pay per view*, garantisce anche uno storno o rimborso della somma corrisposta indebitamente a *Sky* per il servizio di cui non si è potuto usufruire a causa dell'interruzione. La carta è stata di recente aggiornata anche con la collaborazione di *CittadinanzAttiva* e resa più semplice e accessibile. Restiamo comunque a disposizione per maggiori informazioni ed eventuali chiarimenti.

Info www.cittadinanzattiva.it

Claudia Ciriello

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

previdenza

a cura di LiberEtà e-mail: redazione@libereta.it

Maggiore età

È vero che da quest'anno le donne vanno in pensione di vecchiaia più tardi?

La pensione di vecchiaia delle donne si allontana sempre di più. L'innalzamento del limite d'età è iniziato nel 1993 con la riforma Amato che

portò la soglia anagrafica, sebbene gradualmente, da 55 a 60 anni. A partire dal 2012 è cambiato tutto. La legge Sacconi prima e la Monti-Fornero dopo hanno dato un deciso colpo di acceleratore all'equiparazione con gli uomini. La prima decisione in questo senso è stata presa dal Governo Berlusconi che nell'estate 2011 aveva previsto un percorso che doveva ini-

Un extra

Quali sono le proprietà benefiche dell'olio extravergine d'oliva?

Sono talmente numerose che sarà molto difficile descriverle in poche righe. Innanzitutto il grande contenuto di acido oleico contribuisce a innalzare il colesterolo buono (HDL) e a diminuire quello cattivo (LDL), riducendo la formazione della placca aterosclerotica nelle arterie. L'olio extravergine d'oliva possiede, insieme a quello di lino, il miglior rapporto (raccomandato dall'Oms) tra i grassi polinsaturi omega 3 e omega 6, e anche per questo potremmo definirlo il miglior amico del cuore. Inoltre, grazie alla presenza di molti polifenoli, svolge anche un'importante attività antiossidante e immunostimolante. L'olio d'oliva contiene poi lo squalene, una molecola che la ricerca ha dimostrato avere un'attività protettiva verso il cancro della pelle. È stata scoperta anche la presenza non trascurabile di ibuprofene, lo stesso principio attivo dei comuni farmaci utilizzati per la cefalea e il dolore in genere. Questo spiega le sue proprietà analgesiche e antinfiammatorie. Omero aveva definito l'olio d'oliva "l'oro liquido" e noi abbiamo cominciato finalmente a capirne le ragioni.

* Biologo nutrizionista



Grasso che cala

Ho comprato un prodotto per dimagrire a base di arancio amaro che dovrebbe alzare il mio metabolismo. Può essere davvero efficace?

Larancio amaro è ricco di una sostanza, la sinefrina, che ha un'azione simpatico-mimetica e può realmente accelerare l'attività metabolica del tessuto adiposo, inducendolo a bruciare il grasso depositato, ma solo quello bruno. Potremmo paragonarlo a una potente caldaia che genera calore bruciando gli acidi grassi e trasformando in calore l'energia accumulata nei trigliceridi. Ma un uomo, o una donna adulta, possiede solo pochi grammi del tessuto grasso bruno, il resto è l'odiato tessuto adiposo bianco. Tuttavia è stato di recente scoperto che in determinate circostanze le cellule adipose bianche possono convertirsi in quelle brune, dissipatrici di calorie, basta esporsi al freddo. Quindi se vogliamo aumentare il nostro metabolismo, la soluzione più semplice e funzionale è quella di imparare a riscaldare meno le nostre case in inverno. Inutile ricordare che questa soluzione presenta anche grandi vantaggi per il portafoglio e per l'ambiente.

ziare nel 2014 per raggiungere il traguardo nel 2026. Ma non è stato così. Dal gennaio 2012, infatti, l'età delle donne è salita brutalmente a 62 anni – soglia alla quale già nel 2013 sono stati aggiunti 3 mesi (per via dell'adeguamento alle cosiddette speranze di vita) – e sarà ulteriormente elevata a 63 anni e 9 mesi nel 2014. Per le lavoratrici autonome (commercianti, arti-

giane e coltivatrici dirette), invece, lo scalone del 2012 è stato di 3 anni e 6 mesi (l'età è passata da 60 a 63 anni e mezzo). Limite che salirà a 64 anni e 9 mesi nel 2014. Più difficile, infine, anticipare la vecchiaia per entrambi i sessi. Chi non ha ancora l'età, l'anno prossimo dovrà, infatti, accumulare almeno 42 anni e 6 mesi di contributi (41 e 6 mesi le donne).

ora **legale** di Salvatore Calleri



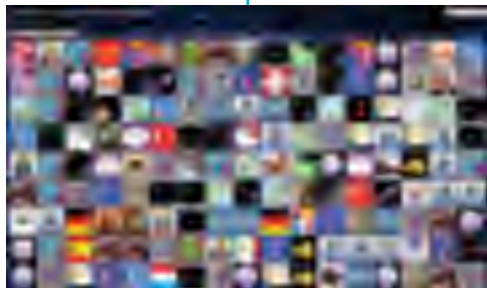
In & out

Le cose migliori e quelle peggiori dell'anno appena finito. Nella speranza che il 2014 sia in.

Indubbiamente **in** è Papa Francesco, che ha reso *l'Angelus* qualcosa di *pop* al di là dell'immaginabile. **Out** la crisi economica che non ci vuole lasciare. **In** la *Peugeot rex* nel suo colore rosso. **Out** quei politici toscani che hanno paura a trattare il tema dei rifiuti tossici. **In** *Stromae* che è tornato con un secondo album strepitoso. **Out** la morte dell'attore Paul Walker. Mi mancherai. **In** il film *Fast and Furious 6*. **In** il ritorno di *Machete* al cinema. **Out** l'incidente di sci di Schumacher. **In** il film francese *Dream Team*. Ho riso tanto. **Out** il redditometro e lo studio di settore

che in realtà non colpiscono l'evasore, ma il cittadino normale. **Out** l'evasore. **Out** la vivisezione. **Out** il superbollo per le auto che ha fatto perdere all'e-

rario 190 milioni. **Out** i vari guru italiani, politici e non, che hanno pronte le ricette per tutto. **In** l'Europa dei diritti civili. **Out** l'Europa dei burocrati del 3 per cento. **Out** la mafia in tutte le sue forme. **Out** buona parte della classe politica italiana. **In** il governatore Crocetta che in Sicilia attaccano in continuazione ma che resiste, resiste, resiste. Il cambiamento strutturale da lui proposto è duro da digerire. **In** il blog *quando me pare* di Renato Scalia. **In** la rivista "Quattroruote" che leggo dal 1978 e che ha raggiunto il numero 700. **In** le primarie del *Pd* che hanno dimostrato che esiste ancora un popolo politico. **Out** il fatto che erano primarie finte. Se fossero state vere lo scontro sarebbe stato tra Renzi e Letta, non tra Renzi e Cupello. **In** il blog *stopmafia.blogspot.com* che ha superato le 360mila visite. **In** la *Sony* con il suo *phablet xperia z ultra*, elegante, che resiste all'acqua. **Out** le pellicce maschili e femminili. **Out** chi usa *Facebook* come sfogatoio. Insopportabile. **In** la cioccolata. **Out** i botti così come il 2013. Spero che il 2014 sia **in**. ■



Palma a palma

Produrre olio di palma senza distruggere le foreste è possibile. L'esempio della Ferrero.

Nello scorso numero della rivista avevamo parlato dell'impatto delle coltivazioni di palma da olio in Indonesia e ora arriva una buona notizia per queste stupende foreste, *habitat* di specie minacciate come la tigre di Sumatra. Ferrero, prima azienda agroalimentare italiana, ha annunciato insieme a Unilever ulteriori impegni per dire no alla deforestazione nelle proprie filiere dell'olio di palma.



Un modello da seguire per le altre aziende del settore che ancora non possono garantire che l'olio di palma utilizzato nei loro prodotti non sia responsabile della distruzione delle foreste in Indonesia. Ferrero ha sottoscritto, insieme ai suoi fornitori, il cosiddetto *Palm Oil Charter*, in cui s'impegna a rispettare tutte le tipolo-

gie di foreste, garantire la tracciabilità dell'intera filiera dell'olio di palma e un monitoraggio periodico da parte di agenti terzi, come chiede Greenpeace. Entro la fine del 2015 sarà in grado così di garantire il 100 per cento dei propri approvvigionamenti a "deforestazione zero". Una bella soddisfazione per Greenpeace perché si dimostra che la produzione responsabile dell'olio di palma può esistere. Il passo compiuto dalla nota azienda dolciaria di Alba va incontro ai consumatori di tutto il mondo che sono sempre più consapevoli e non vogliono essere complici dell'estinzione della tigre di Sumatra e di altre specie minacciate dalle coltivazioni di palma da olio in Indonesia. È nato anche un gruppo di aziende che raduna produttori rispettosi delle foreste e diverse Ong, tra cui Greenpeace e Wwf, per garantire ai consumatori prodotti privi di deforestazione. La nascita di questo gruppo deriva dalla necessità di andare oltre la certificazione rilasciata dalla Tavola Rotonda sull'Olio di Palma Sostenibile (Rspo), che si è dimostrata insufficiente perché non contempla la protezione di ecosistemi forestali importanti, come le foreste torbiere, e continua a concedere certificazioni a fornitori che non rispettano neanche i principi base. ■

Gabriele Salari
ufficio stampa Greenpeace

Benvenuti a casa

È un'alternativa economica e originale alle tradizionali pensioni per cani. Bibulu, il progetto creato da due giovani imprenditori, uno italiano e l'altro svedese, è un sistema di ospitalità che permette ai proprietari di andare in vacanza tranquilli, lasciando gli amici a quattro zampe nelle case di amanti degli animali accuratamente selezionati e verificati. Il servizio di prenotazione offre inoltre un'assistenza veterinaria gratuita in caso d'emergenza e il supporto dello staff sette giorni su sette.

Autocoscienza

Cresce tra gli italiani la voglia di risparmiare sui viaggi e gli spostamenti in auto. E se, oltre a una corsa a prezzo ridotto, è possibile anche fare due chiacchiere e nuove conoscenze, il successo è assicurato. Sarà per questo che il carpooling, il sistema di viaggiare condividendo l'auto, si sta diffondendo sempre di più, anche grazie a nuove applicazioni per i telefonini, come Blablacar, che consentono di trovare e offrire passaggi in modo facile e veloce. E per chi viaggia in taxi il 2014 porta una novità: il nuovo servizio Taxinsieme che permette ai viaggiatori di mettersi in contatto tra loro e condividere, risparmiando, le corse in taxi.



Consenso popolare

16

La differenza sostanziale tra democrazia e demagogia che, anziché alla ragione, parla alla pancia della gente in cerca di un facile consenso.

Capita quasi tutti i giorni di leggere sui giornali, ascoltare dalla radio, vedere in Tv che gli abitanti di questo o quel pezzo del nostro bel Paese scendono in piazza per opporsi alla programmata (o prevista o anche solo ipotizzata) localizzazione di strutture che sono considerate “scomode” per il territorio che le ospita. Si tratti di discariche o di termovalorizzatori, di tracciati ferroviari o di tunnel stradali, di banchine portuali o di antenne emittenti, l'elemento comune di queste proteste si può sintetizzare così: se proprio si deve fare, fatelo altrove. Sono talvolta proteste sacrosante, dirette contro opere inutili o superflue o davvero situate male, in posizione e condizioni tali da provocare pericoli per le popo-

lazioni e insostenibili danni economici; oppure fondate sulla legittima e giusta voglia di contrastare talune scelte sbagliate di carattere generale, per esempio l'eccessiva cementificazione del suolo o la mancata salvaguardia di beni comuni quali l'acqua, la salubrità dell'aria, l'ambiente, il paesaggio. Ma in altri casi non si manifesta contro l'opera

reale, per esempio l'eccessiva cementificazione del suolo o la mancata salvaguardia di beni comuni quali l'acqua, la salubrità dell'aria, l'ambiente, il paesaggio. Ma in altri casi non si manifesta contro l'opera

reale, per esempio l'eccessiva cementificazione del suolo o la mancata salvaguardia di beni comuni quali l'acqua, la salubrità dell'aria, l'ambiente, il paesaggio. Ma in altri casi non si manifesta contro l'opera

in sé, considerata comunque necessaria, bensì contro la prospettiva di trovarsela sotto casa.

È questa tendenza che innesca l'intervento preoccupante di vecchi e nuovi demagoghi, subito pronti a parlare “alla pancia della gente” anziché alla ragione, cioè a investire sulla spinta protestataria dei particolarismi localistici per ottenere il consenso necessario in democrazia per affermarsi nella corsa al potere. E al diavolo l'interesse della collettività, che poi non è altro che la somma equilibrata degli interessi di tutti noi.

Non solo sugli egoismi territoriali si esercitano peraltro i vecchi e nuovi demagoghi in cerca di un facile sostegno popolare. Né si tratta soltanto di infrastrutture: anche le paure diffuse, la difesa dei privilegi, la ritrosità al cambiamento sono argomenti presi di mira dai campioni di demagogia. Basti pensare a temi quali l'immigrazione, l'amnistia, lo spostamento del peso fiscale dalle attività produttive ai patrimoni, l'uscita dall'euro e via dicendo. Ci sarà sempre un pezzo del Paese a cui poter lisciare senza fatica il pelo per procurarsene il voto. Questa, si dice, è la democrazia, e sarà pure vero. È vero è certamente che la democrazia è sempre imperfetta, perché la somma delle opinioni non dà la verità e neppure costituisce di per sé l'opinione migliore e più utile per tutti.

Tuttavia è ugualmente vero che la democrazia è altro dalla demagogia e che ancora oggi vale quanto scriveva Aristotele nella sua *Politica*: “è dal demagogo che discende il tiranno”. Cioè la fine di qualsiasi democrazia. ■



beni di consumo di Rita Nannelli

Ti sistemo io!

La maglia con uno strappo impercettibile si buttava, ora si rammenta. Nelle case dello Stivale è tornato il fai da te e capi firmati e guardaroba rinnovati ad ogni cambio di stagione sono, per quasi 2 italiani su 3, il ricordo dei bei tempi andati. Oltre 6 italiani

su 10 hanno fatto ricorso nell'ultimo anno a riparazioni sartoriali e quasi 9 consumatori su 10 (87 per cento) fanno in modo di recuperare un pantalone sdrucito o un paio di scarpe usurate. Secondo un'indagine del Centro studi Cna curata da Swg, la percentuale di chi non si arrende di fronte a un capo malandato è aumentata di quasi il 60 per cento, coinvolgendo oltre

35 milioni di persone. E si corre ai ripari anche quando si rompe un elettrodomestico (solo il 13 per cento ne compra uno nuovo): oltre 8 su 10 puntano ad aggiustarlo e, se il 43 per cento si affida a un tecnico, il 42 per cento prova a fare da sé. Esami di riparazione per 1 italiano su 4 che ammette di rimboccarsi le maniche molto più di prima.



Effetto alcol

Tutto quello che si può produrre con l'alcol etilico, più "verde" di quanto si pensi.

L'alcol etilico, dopo avere avuto alterni momenti di celebrità, come possibile carburante per autoveicoli, alternativo alla benzina, ed essere sempre stato sconfitto, adesso resuscita come possibile materia prima di sintesi organiche "verdi". L'alcol si forma per fermentazione degli zuccheri del succo d'uva, dello zucchero di barbabietola o della canna oppure degli zuccheri ottenuti per scomposizione chimica o microbiologica sia dell'amido dei cereali e delle patate sia della cellulosa del legno e della paglia. Nella metà dell'Ottocento, quando gli italiani Eugenio Barsanti (1821-1864) e Felice Matteucci (1808-1887) hanno inventato il motore a combustione interna, l'alcol etilico era l'unico combustibile liquido disponibile ed è stato usato nei primi motori per autoveicoli. Alla fine dell'Ottocento, però, sono apparsi in commercio i prodotti liquidi della distillazione del petrolio greggio, come la benzina, che è stata subito preferita come combustibile per i motori a scoppio. Da allora è cominciata una lunga guerra in cui erano contrapposti gli agricoltori, che vedevano nell'uso dell'alcol come carburante la possibilità di un crescente uso di prodotti e sottoprodotti agricoli, e i petrolieri che hanno sostenuto e fatto prevalere l'uso della benzina. Nei primi anni del Novecento Henry Ford (1863-1947), il



grande pioniere dell'automobile, era a favore dell'uso dell'alcol. Nel Brasile dagli Anni Cinquanta del secolo scorso l'alcol etilico, ottenuto dallo zucchero di canna, una coltivazione diffusa nel paese, è stato usato, da solo o miscelato con benzina, nei motori delle automobili. In Italia ci sono state varie proposte di usare come carburante alcol ottenuto, per esempio, da eccedenze agricole, sempre senza successo. I principali nemici dell'alcol carburante sono l'industria petrolifera e quella automobilistica, benché l'alcol abbia un elevato numero di ottano e non contribuisca all'effetto serra. L'alcol ha trovato un nemico anche nei movimenti ecologisti che hanno sostenuto che la produzione di alcol come fonte di energia richiede più energia di quella che restituisce nei motori, e anche che l'uso di prodotti agricoli alimentari, come il granturco, per produrre alcol toglie il cibo di bocca agli abitanti dei paesi poveri per far correre le automobili dei paesi ricchi. Adesso ci si è ricordati che l'alcol etilico può essere ottenuto con processi chimici o microbiologici da prodotti e sottoprodotti agricoli non alimentari, contenenti cellulosa e lignina, come la segatura del legno, la paglia, i tutuli del granturco, molte specie di canne e di altri vegetali spontanei, molti materiali organici di scarto, tutti "fabbricati" ogni anno dall'energia del Sole. Finalmente, di recente, proprio un'industria italiana ha aperto una fabbrica in cui materiali lignocellulosici vengono trasformati in alcol etilico da utilizzare per produrre intermedi di materie plastiche un po' più "verdi" delle attuali. ■

chissà cosa di Jacopo Formaioni

Su misura

Elettronico o con leghe metalliche liquide come il galinstan, al posto del pericoloso mercurio, il termometro, inventato nel 1607 da Galileo Galilei e perfezionato nei secoli, fu applicato alla medicina nel XIX secolo. Il primo, lungo

30 cm, richiedeva 20 minuti per le misurazioni, ma con gli anni si perfezionerà, fino ai modelli che conosciamo molto bene, veloci, semplici da usare e soprattutto economici. Quelli base si aggirano sui 5 euro, mentre quelli a rilevazione timpani-

ca o a infrarossi intorno ai 50 euro. Ma oltre a quelli medici, esistono i classici termometri per le temperature meteo, quelli usati nell'industria e altri impiegati in cucina o per servire i vini. Non dobbiamo per forza avere la febbre per usarlo.





Chiaro come l'acqua

18

Popoli che soffrono la sete e altri che l'acqua la gettano via. Il Pianeta che "fa acqua", soprattutto per ragioni economiche.

Quanta acqua dolce è ogni giorno a disposizione dei viventi sulla Terra? E quanta gli uomini ne trattengono impropriamente, modificando il ciclo idrologico e scompensando le risorse idriche? Cominciamo subito col dire che la quantità in teoria a disposizione sarebbe enorme: più di 10mila litri al giorno a persona. E già da questo si comprende che qualche problema c'è: come mai, con così tanta acqua, ci sono popoli che soffrono la sete e altri che la gettano via? La prima ragione è geologica: l'acqua non è presente dappertutto in maniera omogenea, ci sono regioni ricchissime naturalmente e altre quasi prive. L'altra, però, è di natura economica: la distribuzione dell'acqua non avviene dappertutto allo stesso modo del mondo ricco, anzi, ci sono regioni del Pianeta in cui basterebbe una semplice pompa a pedali per cambiare la vita dei suoi abitanti.

Ogni anno la domanda di acqua mondiale aumenta e sempre più uomini e animali si trovano in difficoltà, anche se l'acqua sulla Terra resta più o meno quella, ragione per cui le falde vengono continuamente sovraescavate e in molte regioni scoppiano veri e propri conflitti per la sete. I consumi d'acqua sulla Terra sono molto diversi da continente a continente: nell'America del

Nord ogni famiglia consuma circa 350 litri al giorno, mentre in Europa il consumo scende, di media, a 165 litri al giorno e in Africa precipita a soli 20 litri. Nei prossimi 20 anni la quantità media di acqua pro capite diminuirà di un terzo rispetto a oggi, contribuendo, fra l'altro, ad aggravare i problemi della fame nel mondo. Ogni anno muoiono oltre 2 milioni di persone per malattie causate dall'acqua inquinata e oltre 700mila persone sono rimaste vittime, nell'ultimo decennio, degli effetti catastrofici di eventi naturali provocati dalle inondazioni. E, infine, ci si mette pure il cambiamento climatico, con la fusione dei ghiacciai che porta una diminuzione dello *stock* idrico globale. Le necessità quotidiane di acqua potabile per gli esseri umani sono in realtà basse: 4-5 litri per persona ed è noto che i nomadi del deserto sono in grado di lavarsi completamente con il contenuto di una sola bottiglia d'acqua. Ma produrre generi alimentari per gli uomini necessita di molta più acqua, da 2mila a 5mila litri al giorno. È in questo campo che si dovrebbe risparmiare recuperando acque già usate e utilizzando finalmente metodi di irrigazione per sgocciolamento e non più per canalizzazione. Basterebbe poco: migliorando l'efficienza dell'acqua dell'1 per cento si guadagnano circa 200mila litri di acqua dolce per ettaro per anno. Tutti buoni propositi che si scontrano con la realtà di un essere vivente, l'uomo, che è in grado di sconvolgere anche il ciclo dell'acqua, non tanto diminuendone la quantità complessiva, quanto piuttosto tratteneendo più del necessario grosse quantità d'acqua e rallentando i tempi del ciclo stesso. ■

#mariotozzi



Numero verde

Crescita economica e nuovi posti di lavoro sono gli obiettivi del piano di investimenti varato dal Governo britannico per favorire

la diffusione delle fonti rinnovabili nel paese, molto dinamico soprattutto nel settore eolico. Con oltre 40 miliardi di sterline, il Regno Unito procede spedito verso l'obiettivo di raddoppiare, entro il 2020, la quota di energia "verde", passando dal 15 al 30 per cento.

Per Londra i 40 miliardi di sterline rappresentano una cifra straordinaria, se si pensa che l'Unione Europea, nel bilancio 2014-2020, ha previsto per il settore delle rinnovabili uno stanziamento complessivo di "appena" 23 miliardi di euro.



In punta di forchetta

Quando si preferiva le mani alla forchetta, che serviva solo per mangiare la pasta.

Cesenatico, 1361. Sulle banchine del porto, un gruppo di mercanti fiorentini sta scaricando le sue mercanzie quando irrompe un gruppo di armati al comando di Giovanni Manfredi, residente nel castello di Bagnacavallo dopo essere stato cacciato da Faenza. I suoi uomini assaltano i mercanti e fanno man bassa dei loro beni. Qualche tempo dopo, un elenco precisa quanto è stato rapinato: fra le altre cose figurano quattordici dozzine di forchette *ad comedendum macherones*, «per mangiare maccheroni». Forchette specialmente destinate al consumo di pasta? E quale forma particolare dovrebbero avere? In realtà, non è questo il problema. Il fatto è che nel Medioevo le forchette servono quasi solo a mangiare la pasta. Per la maggior parte dei cibi si preferiscono le mani, il cui corretto uso è descritto e raccomandato nei manuali di “buone maniere” che a iniziare dal XIII secolo compaiono in Europa, a uso dei rampolli dell’alta società. Queste “maniere” mirano a differenziare il comportamento dei signori da quello dei contadini che – si legge – non usano tre dita per prendere i pezzi di carne, ma l’intera mano; e non si vergognano di intingerla nel sugo e poi succhiarla, come un signore non dovrebbe mai fare.



E via dicendo. Dalla lettura di questi testi comprendiamo come le mani siano ritenute lo strumento ideale per afferrare il cibo solido (solo per le vivande liquide si preferisce il cucchiaino, per motivi più che ovvi). Ciò sarà vero per secoli in Europa: ancora nel Seicento e nel Settecento vi sarà chi deplorerà quest’uso, ritenendolo sconveniente al gusto perché il buon sapore dei cibi non bisogna alterarlo mettendosi in bocca del metallo. E c’è anche dell’altro: maneggiare il cibo, toccarlo, tastarlo è un piacere che non ci si vuol negare. In questa Europa che non ama la forchetta, solo un genere di cibo sembra richiederla: la pasta. Bollente e scivolosa (per secoli condita esclusivamente con burro e formaggio), la pasta si gestisce male con le mani. Il primo ricettario italiano, agli inizi del Trecento, raccomanda di prendere le lasagne con un legno appuntito (*punctorio ligneo*) onde evitare spiacevoli scottature. Anche nelle novelle medievali appaiono personaggi con la forchetta in pugno, intenti a infilzare maccheroni o a avvolgere spaghetti. Non è dunque un caso che l’Italia, paese della pasta, sia anche il luogo in cui prima che altrove – già sul finire del Medioevo – si diffonde l’uso delle forchette. Quelle rapinate al porto di Cesenatico nel 1361 servivano appunto a questo: *ad comedendum macherones*. Per la cronaca: gli eredi di quei mercanti, una generazione più tardi, erano ancora in lite con l’erede di Giovanni Manfredi (il signore di Faenza, Astorgio) per farsi risarcire il valore delle 168 forchette, stimato in oltre 30 lire. ■

il buongustaio di Silvia Inghirami

Liscia come l’olio

“La città dell’olio al centro del mondo”: così recita lo slogan di Extra Lucca, l’esposizione che la città toscana dedica all’extravergine. L’apuntamento è il 15 e 16 febbraio, per assaggiare e acquistare olio proveniente dai migliori frantoi d’Italia, ma

soprattutto per conoscere il corretto abbinamento cibo-olio-vino con i Maestri d’olio. Una serie di eventi collaterali, enogastronomici e non solo, renderanno la gita più attraente: degustazioni di olio e di prodotti tipici, come il farro della Garfagnana o il pane di patate, presentazioni, seminari, preparazioni di

piatti creati da rinomati personaggi della cucina italiana. Dal punto di vista culturale l’evento ha una location d’eccezione: Villa Bottini, residenza costruita da Paolo Buonvisi nella

seconda metà del XVI secolo, e il convento di San Romano, il più antico e prestigioso convento domenicano di Lucca.



Tutto un programma

Parte Erasmus+, il nuovo programma comunitario di borse di studio per giovani tra i 13 e i 30 anni. Nel segno dell'innovazione, della libera circolazione, della ricerca.

■ Virginia Alimenti

Innovazione, ricerca, formazione, sapere. Sono le parole che segnalano la volontà di avviare un cambio di passo nella strategia delle istituzioni europee contro una crisi sempre più aggressiva e per accrescere la competitività del sistema universitario europeo. La chiave per aprire la porta del sapere si chiama *Erasmus+*: il nuovo programma comunitario che finanzierà borse di studio per giovani tra i 13 e i 30 anni nei settori dell'istruzione, formazione, gioventù e sport, approvato dal Parlamento Europeo a metà dello scorso

novembre e che è attivo con i primi bandi già da gennaio. Tra i beneficiari anche i giovani volontari e sportivi, mentre è stato previsto un innovativo strumento di garanzia in grado di permettere agli studenti dei *master* di ricevere prestiti più vantaggiosi per studiare oltre frontiera: dai 12mila euro per un *master* di un anno, ai 18mila euro per due anni.

Per motivi di studio

Per il futuro programma integrato (2014-2020) si parla, infatti, di un investimento di 14,7 miliardi di euro

con un incremento del 40 per cento rispetto ai livelli attuali di spesa. Grazie a questo programma, oltre 4 milioni di persone riceveranno un sostegno per studiare, formarsi, lavorare o fare volontariato all'estero. Gli studenti che prevedono di seguire un corso integrale di laurea magistrale all'estero potranno usufruire di un nuovo sistema di garanzia dei prestiti gestito dal Fondo europeo per



gli investimenti. Erasmus+ erogherà inoltre finanziamenti per l'istruzione e la formazione del personale e degli animatori giovanili nonché per partenariati tra università, college, scuole, imprese e organizzazioni *no profit*.

«Sono lieta che il Parlamento Europeo abbia adottato Erasmus+ e sono orgogliosa per il fatto che siamo riusciti a ottenere un aumento consistente del bilancio del programma attuale – ha detto il commissario responsabile per l'istruzione, la cultura, il multilinguismo e la gioventù **Androulla Vassiliou** –. Ciò dimostra l'impegno dell'Ue nei confronti dell'istruzione e della formazione. Erasmus+ contribuirà inoltre alla lotta contro la disoccupazione giovanile offrendo ai giovani l'opportunità di accrescere il loro bagaglio di conoscenze e competenze grazie a un'esperienza all'estero».

Libero scambio

Saranno mobilità, cooperazione e *policy support* le parole chiave del nuovo programma che riunirà in un unico contenitore attività precedentemente oggetto di una serie di programmi separati e comprenderà anche azioni nel nuovo settore di competenza europea, lo sport. L'obiettivo è quello di potenziare la parte relativa agli interscambi con i paesi non europei, come la Cina. Nel nuovo programma le università europee potranno, infatti, stabilire accordi bilaterali con università di paesi non appartenenti all'Ue nello stesso modo in cui l'hanno fatto finora con le altre università europee. Via libera, quindi, a Stati Uniti, Canada e Australia per puntare poi sui paesi emergenti come Cina, India e Brasile. ■

Avere i numeri

Possibilità di studiare all'estero per **2 milioni di studenti** dell'istruzione superiore.

Borse di studio per **650mila studenti** dell'istruzione professionale e apprendisti.

800mila insegnanti e formatori potranno **insegnare o formarsi** oltre frontiera.

200mila studenti avranno **garanzie sui prestiti** per completare un corso di laurea magistrale fuori dai confini del proprio Paese.

Volontariato e scambi tra Paesi per **500mila giovani**.

125mila tra scuole, istituti d'istruzione superiore e formazione professionale, istituti d'istruzione degli adulti, organizzazioni giovanili e imprese **riceveranno finanziamenti** per costituire **25mila** "partenariati strategici" e promuovere scambi di esperienze con il mondo del lavoro.

3.500 istituzioni educative e imprese avranno un **sostegno per creare** più di 300 "alleanze della conoscenza" e "alleanze delle abilità settoriali" e **promuovere** occupazione, innovazione e imprenditorialità.

Finanziamenti per **600 partenariati nello sport**, tra cui eventi europei *no profit*.

Come partecipare

Gli studenti degli istituti superiori (università, conservatori, accademie) possono trovare le informazioni necessarie presso le proprie università oppure presso gli uffici Erasmus in Italia (per l'ufficio Erasmus più vicino visitare il sito www.programmallp.it/index.php?id_cnt=793). È possibile così verificare i bandi con le modalità, i Paesi, il periodo, i criteri stabiliti in base agli accordi tra gli istituti italiani e quelli del Paese ospitante. A ogni studente Erasmus viene chiesto di avere, prima della partenza, il piano di studi da seguire all'estero approvato dall'istituto di appartenenza e dall'istituto ospitante. Terminato il periodo di studio, lo studente Erasmus avrà un certificato con i risultati ottenuti. Per tutte le altre informazioni, si può visitare il sito www.programmallp.it.

Quanti hanno partecipato all'Erasmus tra il 2007 e il 2013*

paese	totale	paese	totale	paese	totale
Austria	67.000	Germania	382.000	Portogallo	63.000
Belgio	73.000	Grecia	50.000	Regno Unito	162.000
Bulgaria	41.000	Irlanda	30.000	Romania	80.000
Croazia	8.000	Italia	220.000	Slovacchia	42.000
Cipro	10.000	Lettonia	35.000	Slovenia	28.000
Repubblica Ceca	93.000	Lituania	51.000	Spagna	346.000
Danimarca	38.000	Lussemburgo	8.000	Svezia	50.000
Estonia	24.000	Malta	6.000	Ungheria	64.000
Finlandia	68.000	Paesi Bassi	114.000		
Francia	331.000	Polonia	220.000	totale	2.704.000

* le cifre fornite per ciascun paese si basano sulle relazioni annuali delle agenzie nazionali e sulle stime degli scambi ancora da rendicontare nell'ambito dei programmi in corso. Tutte

le cifre sono arrotondate al migliaio più vicino. Quelle relative alla Croazia sono conteggiate a partire dall'inizio della sua partecipazione ai programmi nel 2011.

Hai molto da dire

◀ Tutto 7cent

Tutto 7cent

**PASSA A COOPVOCE.
LA CONVENIENZA
SENZA COSTI FISSI**

- ▶ SMS & Chiamate a **7 cent.** al minuto verso tutti
- ▶ **Senza scatto** alla risposta
- ▶ Per **sempre**
- ▶ SMS & Chiamate a **1 cent.** al minuto verso tutti i numeri CoopVoce per chi è **Socio Coop**
- ▶ **IN PIU*** puoi attivare Web 1 Giga a **4€ al mese**

Offerta attivabile dal 16 gennaio al 2 marzo 2014



Scopri le offerte CoopVoce su
www.coopvoce.it

coopvoce

Comunicare è semplice.

La tariffa promozionale Tutto 7cent, valida per chi porta il proprio numero in CoopVoce tra il 16 gennaio e il 2 marzo 2014, prevede chiamate verso tutti i numeri nazionali a 7 centesimi al minuto con tariffazione a scatti anticipati di 30 secondi da 3,5 centesimi, senza scatto alla risposta e sms nazionali a 7 centesimi (sono escluse le numerazioni a sovrapprezzo ed il traffico roaming). I già clienti CoopVoce possono attivare la tariffa promozionale Tutto 7cent con un costo di attivazione pari a 9€ che verrà scalato dal credito residuo della SIM. Tutti coloro che hanno attiva Tutto 7cent e sono Soci Coop, potranno attivare, in più, presentando in un punto attivazione CoopVoce la propria tessera Socio Coop, l'esclusiva promozione "1 cent" che permette per sempre di parlare a 1 cent al minuto ed inviare SMS a 1 cent verso tutti i numeri CoopVoce. Inoltre, per coloro che sottoscrivono Tutto 7cent, è possibile attivare l'offerta "Web 1 Giga senza limiti" al costo di 4€ al mese. Per maggiori dettagli sull'offerta visita il sito www.coopvoce.it.



Il tempo stringe

Aumentano le temperature, il livello di mari e oceani, crescono le ondate di caldo così come gli eventi di piogge forti, i ghiacci si sciolgono un po' in tutto il Pianeta: ecce homo. I numeri, allarmanti, del primo volume dell'ultimo rapporto dell'Ipcc che attribuisce appunto alle attività umane la maggiore responsabilità del cambiamento climatico. E, mentre le emissioni aumentano, i Governi lasciano sulla carta gli impegni presi. Peccato che restino solo dieci anni per invertire la rotta.

■ Patrice Poinsette

Umano, troppo umano. Ce lo dice l'ultimo rapporto dell'*Ipcc* (*Intergovernmental Panel on Climate Change*), pubblicato a settembre scorso: è l'uomo il principale responsabile del cambiamento climatico e, secondo gli esperti, 10 anni è il tempo rimasto per invertire la rotta. Se non ci riusciamo, la temperatura media mondiale salirà di 3,7 gradi centigradi e il livello dei mari si alzerà di 60 centimetri entro la fine del secolo. «Il nuovo rapporto conferma le tendenze sui cambiamenti climatici in atto e dimostra con maggiore certezza scientifica gli effetti antropogenici sul sistema climatico – afferma **Sergio Castellari**, dottore di ricerca (Ph. D) in meteorologia e oceanografia fisica del *Cmcc* (*Centro Euro-Mediterraneo sui Cambiamenti Climatici*) e attuale *Ipcc Focal Point* per l'Italia –. Emerge una descrizione più robusta dei vari aspetti del problema basata su numerose evidenze osservative accompagnate da una migliore analisi delle incertezze, a cui il documento non lascia spazio».



Un brutto clima

Il riscaldamento globale in cifre.

Gli ultimi 3 decenni sono stati i più caldi dal 1850 e l'ultimo decennio è stato il più caldo. Il periodo 1983-2012 è probabilmente il periodo più caldo degli ultimi 1.400 anni. Dal 1950 il numero di giorni e notti fredde è diminuito, mentre quello di giorni e notti calde è aumentato. La frequenza delle ondate di calore in Europa, Australia e Asia è cresciuta. Sono stati inoltre registrati più eventi di forti piogge in tutto il mondo.

Le calotte glaciali della Groenlandia e dell'Antartide hanno perso massa negli ultimi 2 decenni. I ghiacciai si sono ridotti in quasi tutto il Pianeta. L'aumento del livello del mare sta accelerando; il tasso d'innalzamento medio annuale è passato da 1,7 mm nel periodo 1901-2010 a 3,2 mm nel periodo 1993-2010. Modifiche al clima che dureranno per secoli: le temperature medie globali aumenteranno da 2 a 4 gradi a fine secolo, il livello medio globale di mari e oceani si alzerà da 50 a 80 cm a fine secolo e le precipitazioni saranno sempre più intense.

Dati alla mano

È il risultato dell'analisi di più di 2 milioni di *gigabyte* di misure, simulazioni e proiezioni climatiche che non hanno riservato grandi sorprese agli addetti ai lavori: più dati vengono analizzati più risulta che è l'uomo la causa maggiore delle variazioni climatiche in atto. Frutto del lavoro di oltre 800 esperti di diverse parti del mondo, il quinto rapporto dell'*Ipcc* (*Wgi AR5*) ha analizzato e valutato, infatti, più di 9.200 pubblicazioni sulle basi fisiche della scienza del clima del Pianeta. Ed è solo il primo dei volumi del rapporto *AR5*; nel corso dell'anno seguiranno altri due volumi, uno dedicato agli impatti, vulnerabilità e adattamento, e un altro sulle azioni e le politiche necessarie a contrastare gli effetti negativi del cambiamento climatico. Infatti «l'*Ipcc* non è un ente di ricerca – chiarisce Castellari –, si tratta di un'organizzazione internazionale il cui compito è la valutazione delle più recenti informazioni scientifiche e tecniche prodotte a livello mondiale per la comprensione dei cambiamenti climatici. Produce regolarmente rapporti rilevanti per capire i rischi indotti dall'uomo, i potenziali impatti e le opzioni di adattamento e di mitigazione. Fornisce quindi dati ufficiali ai politici del mondo, facendo da *trait d'union* tra scienza e politica». Un compito piuttosto delicato, considerando che questa volta, oltre all'effetto antropico, è chiaro anche che le alterazioni climatiche attuali non hanno precedenti almeno negli ultimi 800mila anni di storia climatica della Terra.

La variabile umana

Facciamola il più possibile semplice: l'elemento chiave del rapporto è l'effetto antropogenico, cioè è “estremamente probabile” che più della metà del riscaldamento misurato tra il 1951 e il 2010 sia prodotta dall'uomo attraverso gas-serra, aerosol (particelle microscopiche in sospensione nell'atmosfera) e cambi d'uso del suolo che hanno senz'altro modificato l'albedo terrestre (la frazione di energia solare riflessa dai corpi terrestri e dalle nubi), la chimica e l'opacità dell'atmosfera alla radiazione infrarossa. Alterazioni queste non solo confermate, ma questa volta stimate in maniera più precisa rispetto al rapporto precedente (2007).



«Il forzante radiativo (la misura dell'influenza di un fattore, come l'aumento dell'anidride carbonica nell'atmosfera, nell'alterazione del bilancio tra energia entrante e energia uscente nel sistema terra-atmosfera, ndr) causato dalle attività umane (+2,29W/m²) sul periodo 1750-2010 è molto più grande di quello causato dall'attività solare (+0,05 W/m²) nel medesimo periodo», sottolinea **Edouard Bard**, membro dell'*Académie des Sciences* in Francia e titolare della cattedra *Evolution du climat et de l'océan* al *Collège de France*. Risultato: gli ultimi tre decenni sono stati i più caldi dal 1850 e le analisi paleoclimatiche rivelano che il periodo 1983-2012 è il trentennio più caldo degli ultimi 1.400 anni». E l'elemento chiave delle modificazioni climatiche, secondo l'*Ipcc*, è l'anidride carbonica: la sua concentrazione globale è aumentata, infatti, di circa il 40 per cento dal 1750. «Aumento causato dall'uso intensivo dei combustibili fossili e dalla massiccia deforestazione», rileva **Corinne Le Quééré**, ricercatrice presso l'Università d'East Anglia, la cui analisi viene confermata dal climatologo norvegese **Glen Peters**: «l'aumento delle emissioni di CO₂ viene spiegato dalla forte crescita mondiale del consumo di carbonio».

Emission possible

Brutto tempo per il Pianeta e nessun miglioramento previsto all'orizzonte. Lo dicono anche i dati dell'*Agenzia Internazionale dell'Energia*: le emissioni di CO₂ sono cresciute del 2,8 per cento, mentre quelle del gas e del petrolio sono aumentate, nel 2012, rispettivamente del 2,5 e del 1,2 per cento; nell'Unione Europea, per esempio, sono nel complesso diminuite, ma quelle dovute al carbonio sono aumentate del 3 per cento. In India sono salite del 10,2, del 6,4 in Cina, negli Stati Uniti, pur scendendo le emissioni di carbonio del 12 per cento, quelle totali sono salite del 3,7 per cento. E nel 2012 è stato battuto ogni record con 35 miliardi di tonnellate di CO₂ immessa nell'atmosfera, anche se un calcolo degli scienziati del *Global Carbon Project* – pubblicato a novembre scorso –, prendendo in considerazione anche la deforestazione, dimostra che il totale tocca quota 39 miliardi. Continuando di questo passo «cumuleremo 1.685 miliardi di tonnellate di CO₂ nell'atmosfera a fine secolo», avvertono dall'*Ipcc*, e il risultato sarà uno sconvol-

gimento totale del sistema climatico con una differenza termica paragonabile a quella che separa un'era glaciale da una interglaciale... però in 100 anni anziché in 5mila. E se il penultimo rapporto, sette anni fa, lanciava già un grido d'allarme sul futuro del Pianeta, quello attuale ci dice che il tempo stringe davvero.

Chiamati a rapporto

Tutto dipende dalle nostre politiche industriali ed energetiche e dall'inazione dei governi. Già nel primo rapporto dell'*Ipcc*, pubblicato 24 anni fa, gli scienziati avevano scritto: «Le emissioni umane stanno sostanzialmente incrementando l'opacità dell'atmosfera (...). Questi incrementi rafforzano, quindi, l'effetto serra, provocando in media un riscaldamento aggiuntivo». Nel secondo rapporto presentato nel 1995 gli stessi scienziati scrivono che «il bilancio delle evidenze suggerisce una discernibile influenza umana sul clima globale». Nel terzo del 2001 attestano che «la maggior parte del riscaldamento osservato negli ultimi 50 anni è probabilmente (con una percentuale superiore al 66 per cento) attribuibila all'incremento della concentrazione dei gas serra antropogenici». Nel quarto e penultimo rapporto si legge:

«molto dell'incremento delle temperature medie globali che hanno avuto luogo sin dalla metà del ventesimo secolo sono molto probabilmente (con una percentuale superiore a 90) attribuibili all'incremento della concentrazione dei gas a effetto serra dovuto all'intervento umano». Ed eccoci arrivati al rapporto attuale: «è estremamente probabile, per più del 95 per cento, che l'influenza dell'uomo sul clima abbia provocato più della metà dell'incremento osservato nella temperatura della superficie terrestre dal 1951 al 2010». Oggi, infatti, si riesce a simulare, grazie a modelli climatici più avanzati (*Earth System*) ►

Nel 2012 è stato battuto ogni record con 35 miliardi di tonnellate di CO₂ immessa nell'atmosfera.





► *Models*), non solo i processi atmosferici, ma anche la biologia degli oceani, i processi che si verificano nei suoli così come la chimica dell'atmosfera. Eppure, nonostante l'allarme lanciato dagli scienziati a partire dagli Anni Novanta, i richiami sempre più insistenti ed allarmistici e il numero consistente di riunioni intergovernative e protocolli firmati, si continua come se niente fosse, o quasi. Anzi c'è un paese, il Giappone, che ha recentemente trasformato il suo obiettivo di riduzione di emissioni di gas serra da -25 per cento a +3,1 per cento; l'Australia ha dichiarato di voler indebolire le sua politica climatica e a fine novembre il Parlamento Europeo ha fatto un compromesso sulle regole che volevano limitare le emissioni di CO₂ delle macchine all'orizzonte 2020.

In extremis

Nel frattempo la temperatura media globale della Terra continua a salire e gli eventi meteorologici e climatici

estremi continuano a scatenarsi con maggiore forza e frequenza: 5.200 morti e oltre 270 milioni di danni materiali nelle Filippine dopo il passaggio di Haiyan, il tifone più potente mai registrato sul nostro Pianeta con venti superiori a 350 chilometri orari. Le acque superficiali dei mari (tra 0 e 700 m) si sono riscaldate durante gli ultimi decenni (1971-2010) di 0,11 gradi centigradi a decennio; i ghiacciai si sono ridotti in quasi tutto il Pianeta e la diminuzione estiva della banchisa artica sta pure aumentando mentre la copertura nevosa nell'emisfero nord è diminuita della metà nello scorso secolo. Il livello medio globale del mare è salito di 0,19 metri nel periodo 1901-2010; basandosi su ricostruzioni paleoclimatiche l'innalzamento globale medio del livello degli oceani ha accelerato negli ultimi due secoli. «I politici non possono attendere maggiori certezze scientifiche, devono passare all'azione», dichiara il professore **Mark Maslin** dell'University College London. Un'opinione questa condivisa da Castellari: «È ormai essenziale per la nostra società sviluppare strategie e piani nazionali di adattamento agli impatti presenti e futuri che in questo momento sono più importanti dell'attribuzione delle cause di questi impatti». Perché, se è vero – come enfatizzano gli scettici – che la temperatura media globale superficiale è aumentata meno in questi ultimi 15 anni (rallentamento dovuto a una maggiore frequenza di eventi come La Niña – fase fredda del noto El Niño –, a una bassa attività solare e al raffreddamento dell'oceano Pacifico Tropicale), non c'è da stare tanto allegri perché l'ultimo decennio è stato il più caldo da sempre, con numerose ondate di calore in Europa, Usa e Russia. Un precedente storico c'è, anzi preistorico. Risale a milioni di anni fa quando la concentrazione di CO₂ nell'atmosfera superava le 400 parti per milione, per cause naturali, e la temperatura media del globo era di 4 gradi centigradi superiore a quella attuale. Difficile credere che l'umanità, che raggiungerà i 9 miliardi di persone alla fine del secolo, possa sopravvivere a tali condizioni.

Futuro prossimo

Lo scenario futuro, secondo Castellari, è «un aumento delle temperature medie di almeno 1,5 gradi celsius. È

Al di là di ogni ragionevole dubbio

Sul cambiamento climatico che cosa dicono gli scettici.

Un'indagine dell'Osservatorio Scienza e Società di *Observe* (www.observe.it) mostra che dal 2007 la percentuale di cittadini che "crede" a un riscaldamento globale delle temperature è scesa quasi del 20 per cento. Dati simili sono stati raccolti anche negli Stati Uniti. Ma perché non riconoscere il parere unanime dei climatologi sul ruolo dell'uomo nel riscaldamento globale? Se un gruppo di ingegneri dell'aeronautica dicesse da più di 20 anni: "questo tipo di aereo ha una probabilità pari al 95 per cento di cadere" chi avrebbe permesso a un figlio di salirci sopra?

Da un'analisi degli *abstract* di 11.944 studi scientifici sull'argomento sottoposti a revisione, pubblicati fra il 1991 e il 2011, e scritti da 29.083 ricercatori diversi, emerge che il 98,4 per cento degli autori che hanno preso una posizione sull'argomento è a favore dell'ipotesi del riscaldamento globale antropogenico. Solo l'1,2 per cento è contrario e lo 0,4 per cento è incerto. Ma gli scettici ci sono comunque, ecco le loro principali argomentazioni: la climatologia non è una scienza esatta (i modelli non sono affidabili, il clima è troppo caotico per essere previsto), l'Ipcc dà informazioni false (il ghiaccio cresce in Antartide, gli oceani si raffreddano), non è colpa dell'uomo, è il sole il responsabile del riscaldamento, il vapore acqueo è il più potente gas serra, la CO₂ è la conseguenza del riscaldamento non la causa.



molto probabile che supereremo l'obiettivo dei 2°C su cui si era raggiunto il consenso nelle conferenze di Copenhagen e di Cancun dell'Unfccc (Convenzione quadro delle Nazioni Unite sui cambiamenti climatici). In altre parole molto probabilmente la temperatura media globale aumenterà entro la fine di questo secolo di oltre 2°C rispetto al livello preindustriale». Le simulazioni numeriche mostrano, infatti, che le onde di calore si verificheranno con maggiore frequenza e durata e che il riscaldamento si farà più intenso nelle zone subtropicali e tropicali. A diminuire, secondo i modelli matematici, saranno le precipitazioni medie in molte aree secche delle latitudini medie, mentre le proiezioni indicano un loro aumento nelle latitudini medie umide. Insomma, un Pianeta più caldo predisposto a un maggiore numero di eventi pluviometrici estremi, più frequenti e più intensi nelle medie latitudini entro la fine del secolo. Gli oceani continueranno anche loro per secoli a riscaldarsi a causa della loro grande inerzia termica, anche se le emissioni di gas serra diminuiranno e le concentrazioni rimarranno costanti. «Il fatto è che – precisa Castellari – un solo grado di aumento in 100 anni è molto preoccupante. La temperatura media è aumentata di 0,78 gradi negli ultimi 100 anni e abbiamo già registrato forti impatti sulle terre emerse e negli oceani; un ulteriore aumento di 1 grado centigrado può portare effetti ancora più devastanti. Per quanto riguarda l'area mediterranea, anche un aumento tra 1 e 1,5 gradi potrà provocare ulteriori impatti sugli ecosistemi e sulla biodiversità e si potrà assistere a un calo della precipitazione media». I climatologi di tutto il mondo sono dunque al lavoro per tracciare una linea guida che porti alla ratificazione di un nuovo trattato da siglare a Parigi nel 2015 – sulla strada già tracciata a Copenhagen nel 2009 e riconfermata a Durban nel 2011 per la riduzione delle emissioni di gas serra da parte di tutti i paesi – che sia operativo dal 2020. Che poi vengano messi in pratica è tutta un'altra storia. ■

Foglio protocollo

Quando gli impegni sono solo sulla carta.

Da Rio de Janeiro (1992) a Varsavia (2013), vent'anni di conferenze e protocolli sul cambiamento climatico per un risultato davvero poco soddisfacente. Dopo la 19esima riunione dell'Unfccc (Convenzione quadro delle Nazioni Unite sui cambiamenti climatici) di Varsavia c'è stata, infatti, una profonda divisione tra paesi sviluppati e quelli in via di sviluppo rispetto alle emissioni di gas serra: secondo la convenzione del 1992 i pa-

Dopo quasi un quarto di secolo di negoziati, in barba ai disastri ambientali, siamo ancora a giocare sulle parole.

esi in via di sviluppo possono non rispettare gli accordi sui tagli, punto sul quale gli Stati Uniti hanno chiesto la deroga. Risultato: trattative bloccate per 30 ore, con la Cina che si è rifiutata di scrivere "impegni".

Lo sblocco è arrivato con la parola "contributi", che consente di lavorare nella stessa direzione, ma con maggiore flessibilità. Dopo quasi un quarto di secolo di negoziati, in barba ai disastri ambientali, siamo ancora a giocare sulle parole. Un *summit*, quindi, «di un livello bassissimo», come lo definisce **Mariagrazia Midulla**, responsabile Clima ed Energia del Wwf Italia. E pensare che aveva come obiettivo il lancio di Parigi 2015.



Glossario

Meteorologia Scienza dell'atmosfera che studia la dinamica e la termodinamica dell'aria. Il suo obiettivo è di prevedere il tempo a due o tre giorni con modelli matematici ad alta risoluzione spaziale e temporale. Le previsioni meteorologiche sono deterministiche. Un esempio? Domani a Firenze la temperatura sarà di 10 gradi centigradi e il cielo sarà nuvoloso.

Climatologia Scienza dell'atmosfera che studia lunghe serie di dati meteorologici e ambientali in modo da capire il sistema climatico della Terra e prevedere la sua evoluzione a lungo termine. La risoluzione spaziale e temporale dei modelli matematici è più bassa e le previsioni sono probabilistiche. Ecco un esempio: nel 2050 la probabilità che la temperatura media in Italia sia superiore di 1 grado rispetto a quella attuale è del 95 per cento. Il margine di incertezza è quindi del 5 per cento.

Obiettivo **pareggio**

Anche il 2014 sarà un anno di impegno straordinario sulla strada del miglioramento. E il risultato della gestione caratteristica tornerà in pareggio, grazie anche a un sempre maggiore radicamento nel territorio. Intanto, dopo mesi di trattativa, è stato trovato l'accordo per la rete vendita della Campania. Ne parliamo con il presidente di Unicoop Tirreno Marco Lami.

Aldo Bassoni



Marco Lami

«Il 2013 è stato un anno difficile che si conclude con un risultato del margine operativo migliore rispetto all'anno precedente. Prosegue dunque la marcia di avvicinamento al pareggio di bilancio che si sta già riverberando positivamente sulla salute della Cooperativa e apre la strada a un passo decisivo in direzione del miglioramento della nostra attività caratteristica che nel 2014 tornerà in pareggio». Così il presidente **Marco Lami** fotografa con un'istantanea molto nitida questo difficile passaggio di Unicoop Tirreno a cavallo tra due anni complicati non solo per la Cooperativa ma per tutto il paese. «Non trascuriamo di dire che nel 2013 abbiamo avuto un risultato finanziario

estremamente positivo – continua Lami – che deriva da un buon andamento del prestito dopo due anni di turbolenze finanziarie. Per il 2014 ci attendiamo un risultato ancora apprezzabile dal

direzione con l'implementazione del *Nmv* in tutta la Toscana. Mentre stiamo chiudendo la partita nei Super abbiamo iniziato a occuparci anche degli Ipermercati. Naturalmente tutto ciò si deve confrontare anche con un miglioramento dell'efficienza dei punti vendita perché più aggressività sul mercato si può ottenere attivando e producendo economie di scala che ci consentano di essere più efficienti e quindi di recuperare l'investimento sui prezzi».

Che impatto hanno avuto gli interventi sui costi?

«Per quanto riguarda il personale hanno avuto un impatto ragionevole. Naturalmente per ottenere certi risultati bisogna che ci siano le flessibilità giuste e i cambiamenti necessari, altrimenti si torna al punto di partenza che non era certo soddisfacente. Nel corso del 2014 ci sarà anche un impegno supplementare per la riduzione dei costi di funzionamento delle strutture e delle attività con l'obiettivo di recuperare in tre anni alcuni milioni risparmiando su pubblicità, energia, manutenzioni, affitti ecc.».

Nel 2013 c'erano due poste straordinarie importanti da risolvere, in particolare quella di Ipercoop Campania...

«Infatti, abbiamo chiuso la partita con i *Dico* (i *discount* delle Coop, ndr) nei primi mesi del 2013 in cambio dei quali abbiamo acquisito una rete di supermercati principalmente nella Capitale che attualmente stanno producendo risultati positivi. Per quanto riguarda la Campania, *Coop Adriatica* si è resa disponibile alla gestione comune dell'Iper di Afragola che prevede la riduzione della superficie di vendita e l'applicazione di un nuovo *format* commerciale. L'accordo raggiunto con i sindacati prevede una complessa serie di misure che condurrà a una sensibile riduzione delle perdite senza che nessuno debba perdere il posto di lavoro. Per quanto riguarda l'IperCoop

Il 2014 sarà l'anno in cui si chiuderà l'applicazione del Nuovo Modello Vendite su tutta la rete Super e si inizierà ad applicarlo nel canale Ipermercati.

punto di vista del contributo anche se raggiungere i risultati del 2012 e del 2013 sarà complicato».

Da cosa dipende questo miglioramento del risultato della Cooperativa?

«Questo risultato discende dal successo della strategia che abbiamo chiamato Nuovo Modello Vendite (*Nmv*). *Restyling* dei negozi, più spazio negli assortimenti alla produzione locale e prezzi più convenienti rispetto alla concorrenza hanno dato risposte positive. I negozi dove è applicato il *Nmv* producono risultati migliori del resto della rete. In alcuni casi veramente eccezionali come a Civitavecchia e Viareggio. Nel 2014 proseguiamo nella stessa

di Avellino la soluzione è il ricorso a contratti di solidarietà che consentiranno di attutire l'effetto del calo delle vendite».

Che cosa ci si attende nel 2014 dal punto di vista dei consumi, e cosa dovrebbe fare il Governo per rilanciare l'economia?

«Anzitutto l'aspettativa è di un allentamento di questa situazione di tensione. Diventa determinante riprendere a crescere, creare occupazione, ridare fiato alle famiglie. Dal Governo ci aspettiamo delle scelte coraggiose. Intanto ben venga una diminuzione del cuneo fiscale a vantaggio sia delle aziende che dei lavoratori. Poi, però, bisogna fare delle scelte nette come alleggerire la pressione fiscale sul lavoro, promuovere l'occupazione, incoraggiare la ripresa delle aziende. Insomma, dal Governo mi aspetto scelte da situazioni d'emergenza. Per quanto riguarda i consumi auspico ovviamente una ripresa anche se alcuni tratti di attenzione al valore intrinseco più che all'edonismo ci accompagneranno a lungo, ma non è detto che siano negativi, bisogna solo adeguarci a queste tendenze e rimodulare l'offerta commerciale».

Quanto conta il radicamento della Cooperativa nei territori?

«È essenziale. Dico sempre che la strategia non è solo commerciale, è una strategia della Cooperativa il cui tratto principale è il tema del radicamento sociale nel territorio. La nostra proposta commerciale e i nostri negozi funzionano meglio dove la Cooperativa è conosciuta e apprezzata. Laddove siamo più deboli in termini di radicamento sociale facciamo più fatica. Quindi l'obiettivo dei prossimi anni sarà proprio quello di essere presenti nelle comunità con buoni negozi, convenienza, e con una presenza sociale della Cooperativa ampia, diffusa e penetrante».

Cosa dovranno aspettarsi i soci in cambio della loro fedeltà e del loro attaccamento alla Cooperativa?

«L'offerta è molto semplice: prezzi bassi tutti i giorni. Per cui ci auguriamo che il peso promozionale diventi secondario rispetto al prodotto a scaffale. Quando il consumatore si rende conto di questo è automatico che la promozione si ridimensiona. Le offerte riservate ai soci, invece, saranno confermate nella loro natura di supporto rispetto all'acquisto di prodotti importanti nell'economia della famiglia. Inoltre uno dei perni della nostra strategia commerciale è il rapporto con le produzioni locali, il *Vicino a noi*. Già oggi ha dimensioni abbastanza rag-

guardevoli, soprattutto in Toscana. Nel Lazio dobbiamo migliorare. Far trovare i prodotti locali nel negozio è una scelta essenziale, riconosciuta dal consumatore, un asse portante del nostro assortimento che dà concretezza al tema della territorialità perché testimonia che la Coop restituisce anche valore alla comunità nel momento in cui favorisce una crescita economica e occupazionale e contribuisce alla tenuta del tessuto sociale».

Per quanto riguarda lo sviluppo, sono previste nuove aperture?

«Nel 2014 apriremo un altro centro commerciale a Livorno. Altre aperture e ristrutturazioni, di cui sicuramente *Nuovo Consumo* informerà puntualmente i

«La strategia è quella dei prezzi bassi tutti i giorni. Per cui ci auguriamo che il peso promozionale diventi secondario rispetto al prodotto a scaffale».

soci, sono previste sia in Toscana che nel Lazio. L'anno prossimo, invece, posso già annunciare che inaugureremo finalmente un grande Superstore a Grosseto».

Da tempo si parla della distribuzione dei carburanti nelle aree dei Centri commerciali Coop...

«È un progetto nazionale ed è già in fase avanzata di sviluppo. Per ora posso soltanto dire che presto potremo fare la benzina anche alla Coop».

Un'ultima domanda riguardo l'e-commerce che per il momento è attivo solo a Roma e che sembra andare molto bene. Sarà adottato anche altrove?

«Al momento no. Però stiamo valutando se esistono altri bacini metropolitani sufficientemente ampi da sostenere questo modo di fare la spesa *on line* che effettivamente sta avendo ritmi di crescita assai elevati». ■



Accordo con Coop Adriatica per la gestione comune dell'Iper di Afragola (NA) che prevede la riduzione della superficie di vendita e l'applicazione di un nuovo format commerciale senza che nessuno debba perdere il posto di lavoro.

Buone previsioni

30

Il Preventivo 2014 di Unicoop Tirreno con le azioni previste a tutela dei soci è all'attenzione delle 30 Assemblee Autonome in programma dal 18 al 28 febbraio.

■ Luca Rossi

«Le Assemblee sono il momento più alto di partecipazione, ascolto e dialogo, rappresentano l'occasione in cui i soci dei diversi territori sono informati rispetto all'andamento della Cooperativa e possono dare il loro contributo di idee – ricorda **Massimo Favilli**, direttore Politiche Sociali di Unicoop Tirreno –. La Cooperativa ha una strategia complessiva che si basa sul forte radicamento commerciale e sociale nei singoli territori puntando a inserirsi a pieno nella vita delle comunità. Per questo nelle Assemblee discuteremo anche sul ruolo che le Sezioni soci intendono svolgere con le loro proposte di attività».

Nelle Assemblee saranno presentate le linee d'azione previste per l'anno in corso per migliorare l'andamento della Cooperativa a vantaggio dei soci e clienti. «Abbiamo intrapreso un percorso molto chiaro e definito che dobbiamo arricchire e mantenere nel tempo. Il *Nuovo Modello Vendite* – afferma **Massimo Lenzi**, direttore centrale Attività caratteristica della Cooperativa – sta dando risultati positivi e nel 2014 proseguiamo con l'estensione a tutta la Toscana. Un posizionamento più aggressivo sul mercato prevede un investimento in parte ricompensato da un incremento di vendite, ma richiede parallelamente un intervento sui costi. Continueremo a cercare soluzioni più efficienti e di contenimento del costo del lavoro: il 2013 è stato l'anno dei Supermercati, nel 2014 dobbiamo stabilizzare il risultato ottenuto nei Super e avviare un'attività analoga negli Ipermercati intervenendo nei contenuti commerciali e rivedendo la struttura

The poster features the Unicoop Tirreno logo at the top right. The main title is 'ASSEMBLEE DEI SOCI COOP'. Below it, the agenda is listed: 'ORDINE DEL GIORNO: 1) Preventivo 2014: le azioni della Cooperativa a tutela dei soci.' A call to action reads: 'CONSULTA IL CALENDARIO RIPORTATO ALL'INTERNO E PARTECIPA ALL'ASSEMBLEA DELLA TUA SEZIONE SOCI.' At the bottom, a cartoon character of a man in a suit speaking into a microphone is shown next to a list of gifts: 'IN OMAGGIO A TUTTI I SOCI PRESENTI UN BUONO PER IL RITIRO DI: - 1 sacchetto di frollini con gocce di cioccolato fondente extra Solidal Coop - 1 scatoletta di tè english breakfast biologico Solidal Coop'. An image of the gifts is also shown, along with the text '+ 4 lampade a risparmio energetico'.

organizzativa. Obiettivo del 2014 è raggiungere il pareggio del margine operativo di Unicoop Tirreno».

Nel 2014 sono previsti importanti investimenti dedicati soprattutto a quattro nuove aperture di punti vendita e a grandi ristrutturazioni legate, in alcuni casi, all'estensione del *Nuovo Modello Vendite*.

Per quanto riguarda la gestione finanziaria l'obiettivo è consolidare la raccolta del *Prestito Sociale* attivando azioni promozionali come *Tasso Più* e *Prestito Vincolato*. Il contributo della gestione finanziaria al conto economico della Cooperativa sarà come sempre molto importante. Nonostante il contesto difficile la gestione finanziaria produrrà risultati positivi per il sostegno all'impegnativa azione di miglioramento. ■



ASSEMBLEE AUTONOME 2014

Sezione soci n. 5

CECINA-DONORATICO

Martedì 18 febbraio, ore 16

CECINA Cinema Tirreno
via Bruno Buozzi, 9

Sezione soci n. 15

ROMA-COLLI ANIENE

Martedì 18 febbraio, ore 17

ROMA Centro Sacro Cuore
via B. Bardanzellu

Sezione soci n. 29

EST MAREMMA

Mercoledì 19 febbraio, ore 15.30

MONTICIANO Sala Consiliare
piazza Sant'Agostino, 1

Sezione soci n. 4

ROSIGNANO

Mercoledì 19 febbraio, ore 16

ROSIGNANO SOLVAY
Sala comunale delle conferenze
piazza del Mercato

Sezione soci n. 24

CASTELLI ROMANI

Mercoledì 19 febbraio, ore 16

VELLETRI
Sala Micara

Sezione soci n. 26

PAGLIA-VULSINIA

Mercoledì 19 febbraio, ore 17

ACQUAPENDENTE
Biblioteca comunale
via del Cantorrivo

Sezione soci n. 2

VERSILIA

Giovedì 20 febbraio, ore 17

PIETRASANTA Sala Croce Verde
via Capriglia, 5

Sezione soci n. 10

COLLINE METALLIFERE

Giovedì 20 febbraio, ore 16

MONTEROTONDO MARITTIMO
Teatro del Ciliegio
largo Magenta

Sezione soci n. 1

AVENZA

Venerdì 21 febbraio, ore 16

AVENZA
Sala Parrocchia S.M. Mediatrice
via Villafranca, 51

Sezione soci n. 18

ROMA NORD

Venerdì 21 febbraio, ore 17

ROMA Sala consiliare
Municipio Roma III (ex IV)
piazza Sempione, 15

Sezione soci n. 11

GROSSETO

Venerdì 21 febbraio, ore 15.30

GROSSETO
Hotel Airone Sala Lorena
via Senese, 35

Sezione soci n. 28

CIMINI

Venerdì 21 febbraio, ore 17

SORIANO NEL CIMINO
Cinema Florida
piazza Guglielmo Marconi

Sezione soci n. 17

Persone giuridiche

Lunedì 24 febbraio, ore 10

VIGNALE RIOTORTO Sede Coop

Sezione soci n. 12

CIVITAVECCHIA

Lunedì 24 febbraio, ore 16

CIVITAVECCHIA
Sala Compagnia Portuale
via XXIV Maggio, 2

Sezione soci n. 21

ETRURIA

Martedì 25 febbraio, ore 16

TARQUINIA Sala riunioni
Centro Socioriabilitativo "L. Capotorti"
via delle Torri

Sezione soci n. 19

CASILINA

Martedì 25 febbraio, ore 16.30

COLLEFERRO Centro Anziani
piazza Giuseppe Mazzini

Sezione soci n. 6

SAN VINCENZO

VENTURINA

Martedì 25 febbraio, ore 16

VENTURINA
Sala comunale "G. La Pira"
largo della Fiera

Sezione soci n. 22

IRPINIA

Martedì 25 febbraio, ore 16.30

AVELLINO
Centro Samantha della Porta
via Morelli e Silvati

Sezione soci n. 20

PONTINA

Mercoledì 26 febbraio, ore 16

APRILIA
Aula Magna ISIS "C. e N. Rosselli"

Sezione soci n. 30

COSTA D'ARGENTO

Mercoledì 26 febbraio, ore 16

PORTO SANTO STEFANO
Sala Gasparri
Chiesa Immacolata al Valle

Sezione soci n. 7

PIOMBINO

Mercoledì 26 febbraio, ore 16

PIOMBINO Teatro Metropolitan
piazza Licurgo Cappelletti, 2

Sezione soci n. 25

VALNERINA

Mercoledì 26 febbraio, ore 16

ORTE
Dopolavoro Ferroviario
corso Giuseppe Garibaldi

Sezione soci n. 16

ROMA

LAURENTINO

Giovedì 27 febbraio, ore 16

ROMA Teatro Parrocchia S. M. Abbate
via Saporì, 10

Sezione soci n. 13

VITERBO

Giovedì 27 febbraio, ore 15

VITERBO
Sala conferenze della Provincia
via Saffi

Sezione soci n. 9

FOLLONICA

CASTIGLIONE

DELLA PESCAIA

Giovedì 27 febbraio, ore 16

FOLLONICA
Centro Auser "I tre saggi"
via Pietro Nenni

Sezione soci n. 8

ELBA

Giovedì 27 febbraio, ore 15.30

PORTOFERRAIO Sala della Provincia
viale Alessandro Manzoni, 11

Sezione soci n. 23

AREA VESUVIANA

Venerdì 28 febbraio, ore 16.30

ACERRA Casa dell'Umana Accoglienza
via Annunziata, 23

Sezione soci n. 3

LIVORNO

Venerdì 28 febbraio, ore 16

LIVORNO Sala ARCI La Rosa
via Cuoco

Sezione soci n. 14

ROMA

LARGO AGOSTA

Venerdì 28 febbraio, ore 15.30

ROMA
Sala Parrocchia S.S. Sacramento
largo Agosta, 10

Sezione soci n. 27

AGRO FALISCO

Venerdì 28 febbraio, ore 16

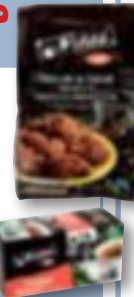
SANT'ORESTE Teatro Comunale
piazza Cavalieri Caccia

**in omaggio a tutti i soci
presenti un buono
per il ritiro di:**

1 sacchetto
di frollini con gocce
di cioccolato extra
Solidal Coop

1 scatola
di tè english breakfast
biologico Solidal Coop

+ 4 lampade
a risparmio energetico



ORDINE DEL GIORNO ASSEMBLEA

1. Preventivo 2014: le azioni della Cooperativa a tutela dei soci.

Le mani in pasta

All'IperCoop di Livorno pane, pizze, dolci e gelati si fanno "in casa" a partire dalle materie prime. Nel cuore del negozio c'è una vera fabbrica artigiana che ogni giorno sforna e vende oltre 800 chili di prodotti.

32

■ Aldo Bassoni

Un'industria artigiana dentro l'Ipermercato. Proprio così, una fabbrica con 40 addetti che ogni giorno sforna centinaia di pani di svariate forme e dalle caratteristiche più diverse, pizze di ogni genere e una sontuosa varietà di paste, dolci e dolcetti. E, affacciata sulla galleria commerciale, oltre alle calde e gustose pizze Coop, si possono acquistare e leccare passeggiando tra una vetrina e l'altra i gelati prodotti dagli "artigiani" che lavorano in



Ogni giorno vengono alla luce in media 800 kg di prodotto finito, di cui 600 di pane e 200 di pasticceria.

questo grande laboratorio collocato dentro l'Ipermercato Coop di Livorno. Tutto avviene con l'ausilio delle più moderne ed efficienti tecnologie. «Non c'è in provincia di Livorno una fabbrica alimentare di queste dimensioni», afferma il direttore dell'IperCoop Massimo Fontanelli che su questo e altri reparti di freschi e freschissimi punta molto per migliorare la qualità del servizio e le vendite. «Questa sera butteremo all'aria tutto il reparto ortofrutta – dice in perfetto *slang* labronico – per presentarlo più bello e invitante a un cliente giustamente esigente e attento alla qualità e al servizio».

Coop in diretta

Qui, davanti a noi, le ampie vetrate, che separano l'area di vendita dal laboratorio dove si creano pani, paste e pizze, svelano in assoluta trasparenza ogni movimento, ogni operazione,

ogni segreto – che segreto non è – della panificazione e della preparazione di bignè, millefoglie e pizze. Una vera fabbrica artigiana nel cuore dell'Iper. Una fabbrica che produce di tutto a partire dalle materie prime fondamentali. Ogni giorno vengono alla luce in media 800 kg di prodotto finito, di cui 600 di pane e 200 di pasticceria. E i clienti apprezzano? «I soci e consumatori apprezzano molto, anche se la crisi dei consumi purtroppo colpisce duro di questi tempi», dice Fontanelli. «La qualità del prodotto e il prezzo sono eccellenti – mette i puntini sulle "i" Massimo Zanoni, caporeparto pane e pasticceria –. La crema è una crema vera che si produce con uova vere e di prima qualità. I nostri artigiani sono preparati, conoscono il mestiere e lo praticano con maestria e passione». Vedere per credere. Il banco vendita è un festival di prodotti: pani di ogni tipo, anche a base di farine particolari. Per esempio c'è il pane *panda* (battezzato così dal *Wzef* perché prodotto con cereali un po' speciali), ci sono i dietetici e gli integrali, e non mancano nemmeno le sinuose baguette. Il pane cotto a legna è tra i più apprezzati; toscano e pugliese, il primo senza sale, il secondo con. La pasticceria rifornisce a ciclo continuo il banco a libero servizio. Le lavorazioni iniziano alle prime luci dell'alba, tutta produzione giornaliera ovviamente che va in base all'andamento delle vendite. Il forno entra in servizio tra le 4 e le 5. Poi a seguire tutti gli altri perché al momento dell'apertura questi banchi devono essere perfettamente riforniti di prodotti freschi. Non mancano i prodotti speciali legati alle ricorrenze. Per esempio i panettoni sotto Natale e la schiacciata a Pasqua. La schiacciata è un tipo di dolce mezzo livornese e mezzo pisano, forse l'unica cosa in comune che hanno le due città. Da un po' di tempo viene prodotta tutto l'anno perché nella sua semplicità è diventata un dolce *cult* molto apprezzato dai consumatori.

Marchio di fabbrica

Sono passati più di 10 anni dall'inaugurazione di questo grande Ipermercato Coop collocato in una zona di Livorno dove un tempo si trovava lo storico e bellissimo stabilimento termale *Acque della Salute*, chiamato anche *Terme del Corallo* (*Le Fonti del Corallo* è appunto il nome che si è dato il Centro commerciale). Da allora il laboratorio del pane, dei dolci delle pizze e dei gelati è cresciuto e si è evoluto non solo nella vendita di prodotti per il consumo quotidiano delle famiglie, ma propone anche preparazioni più complesse per feste, compleanni, cerimonie. «Io penso che la nostra torta millefoglie, oltre che assai buona, sia molto più conveniente che in qualunque altra pasticceria livornese – precisa Zanoni –. In definitiva riusciamo a proporre prodotti di alta qualità e un servizio più che soddisfacente a prezzi veramente contenuti». Si possono ordinare buffet freddi a base di dolci e salati, per rinfreschi e occasioni di ogni genere. Farlo è molto semplice. «Basta concordare un “menu” e noi ci attrezziamo per consegnare nei tempi e nei modi richiesti quanto stabilito. Poi il cliente passa e ritira la sua merce», spiega Fontanelli. Perfino i tramezzini sono preparati a partire dalla materia prima. «Il pane in cassetta per preparare i tramezzini ce lo facciamo da noi – ci tiene a sottolineare Zanoni –. Sfido chiunque a trovare *snack bar* o pasticceria che se lo produca in casa. Noi sì». E la differenza si sente.

«Noi facciamo tutto, i nostri artigiani sanno fare qualunque cosa partendo dagli ingredienti base accuratamente scelti e controllati dagli uffici acquisti della sede centrale – ribadisce Fontanelli –. Volendo, potremmo anche rifornire alcuni negozi Coop della provincia con una parte della nostra produzione meno deperibile, ovviamente».

Infine non si può non toccare il delicato capitolo sprechi. «Pochi, cerchiamo di ridurli al minimo, ma è quasi impossibile evitarli». D'altra parte negli ultimi anni i consumi sono molto calati e quindi non può non risentirne la capacità produttiva del laboratorio. «È una fabbrica – mi corregge Zanoni –, una vera fabbrica dentro un'azienda commerciale». ■

Data di fatto

Notoriamente il calendario è un sistema adottato per suddividere, calcolare e dare un nome ai vari periodi di tempo. Questi nomi vengono definiti date del calendario. Il termine calendario identifica inoltre lo strumento

Le date principali della storia della cooperazione in un calendario storico del tutto particolare.

materiale utilizzato per illustrare tale sistema di calcolo cronologico. Più in generale, il termine calendario è anche usato per denotare una lista di eventi stabiliti o pianificati in maniera dettagliata.

Predisposizione dell'ordine in cui determinati avvenimenti si succedono nel corso di un anno e, in senso più concreto, il prospetto, l'elenco che illustra tale successione, e naturalmente ci sono vari tipi di calendari da quello scolastico a quello calcistico e così via. E noi abbiamo pensato a un calendario storico particolare, un calendario della cooperazione. Perché? Una prima risposta a questa domanda si trova già nel titolo: per dare forza maggiore all'identità, quella cooperativa, fatta di precise scelte etiche, associative e imprenditoriali, che si sono sedimentate in oltre centocinquanta'anni di storia. Una storia in cui idee e cose, scelte di civiltà e pratiche quotidiane vivevano di interazioni continue, in cui enunciare un principio non aveva senso se non si esprimeva subito in un fare possibile. Pensiero sociale, politico, economico e azione erano tutt'uno. Impossibile scinderli. Ma occorre raccontarli. Per questo, nella nuova serie del nostro portale-magazine di *Memorie Cooperative* (www.memoriecooperative.it, area educational) il calendario è una vera e propria cronologia di eventi della storia



della cooperazione, della cooperazione di consumo italiana e, in particolare, dell'area tirrenica. I fatti, se rigorosamente raccontati, parlano. E noi vogliamo dar loro voce con l'apporto in particolare di giovani studiosi come Tito Menzani e Marco Gualersi. Partire dalle date scandite dal calendario per

costruire dei percorsi che ricostruiscono gli eventi fondamentali dell'Ottocento e del Novecento, attraverso alcune “storie” del passato, mettendo in evidenza i conflitti, le speranze, le lotte e le conquiste che hanno accompagnato la difficile costruzione del movimento cooperativo. Un'occasione, insomma, per ripercorrere la storia della cooperazione, ricordare personaggi, dibattere temi, ripensare a quegli eventi, ma sempre secondo una prospettiva attuale che possa contribuire a alimentare appartenenza e consapevolezza. ■

* direttore scientifico della *Fondazione Memorie Cooperative*

A gran voce

I numeri del progetto di rilancio Unicoop Tirreno nella Capitale che ha messo in moto autobus e tram, mentre alla radio si sentivano Le voci di Coop per Roma. E le migliori selezionate diventano quest'anno gli spot di Unicoop Tirreno su Radio Dimensione Suono Roma.

34

■ **Beatrice Ramazzotti**

432, 160, 14. Tre numeri per le tre iniziative messe in piedi in con-

temporanea lo scorso novembre, in occasione del rilancio della Cooperativa a Roma. Partiamo dal primo: 432 sono le persone che nei due fine settimana (16 e 17, 23 e 24 novembre) hanno partecipato al casting radiofonico *Le voci di Roma per Coop*, il concorso lanciato in collaborazione con *Radio Dimensione Suono*. Per due fine settimana i ragazzi della radio, col prezioso aiuto dei soci Coop, hanno allestito postazioni radio all'IperCoop Casilino e al Super

di via Laurentina, invitando le persone a registrare frasi che iniziassero con "Scelgo Coop perché", "Vengo alla Coop perché" "Mi piace la Coop perché"...

Le sei voci migliori (se-

lezionate dalla radio e da una giuria interna Unicoop Tirreno) diventeranno gli spot Unicoop Tirreno su *Dimensione Suono* per il 2014 e i vincitori riceveranno in premio 350 euro di buoni spesa a testa da spendere nei punti vendita romani della Cooperativa.

Radio... cronaca

160 sono le persone che hanno partecipato alle cinque serate sul *Tramjazz*, il tram storico dell'Atac trasformato in un *bistrot* viaggiante con musica jazz dal vivo. Soci Coop romani, clienti *e-commerce* della *spesachenonpesa.it*, dipendenti degli 8 punti vendita romani (34 estratti a sorte su 109 che si erano autocandidati), giornalisti (*Il Messaggero*, *La Repubblica*, *L'Unità*, *Leggo*, *La7*, *Il Salvagente*, *Ansa*, *Kataweb*), blogger (*Tacco12*), assessori del Comune di Roma (alle Attività produttive e ai Lavori pubblici), rappresentanti di associazioni (*Telefono Rosa*). Un pubblico variegato, grato dell'invito alle piacevoli serate che hanno contribuito a far conoscere Coop e il servizio *e-commerce* generando un fitto passaparola. 14 sono i giorni di circolazione dell'autobus Unicoop Tirreno che ha girato per le vie della Capitale fermandosi in alcune piazze per regalare omaggi (prodotti alimentari a marchio Coop e dei fornitori *Vicino a noi*), dare informazioni su Coop a Roma, sui valori, la convenienza e la sicurezza alimentare e far vedere il funzionamento della spesa *on line* tramite *tablet*. Un progetto corale che ha coinvolto diversi settori aziendali e puntato sulle idee e sulle persone, per rivolgersi a un pubblico più vasto possibile, raggiungere i cittadini più giovani e soprattutto far parlare di Coop a Roma per le vie, sul tram, nei Supermercati, via etere e sul *web*. ■



In perfetta Formia

Unicoop Tirreno inaugura a Formia (Latina) il suo 113° punto vendita, il 41° nel Lazio e il 5° in provincia di Latina, con l'Iper e il Super di Aprilia e i Super di Cisterna di Latina e Terracina. Il Supermercato sorge in via De Gasperi, 39 e sarà inaugurato la mattina di giovedì 20 febbraio. 1.080 mq d'area vendita, la maggior parte dedicati agli alimentari, 5 casse, sportello del *Prestito*

Taglio del nastro per il 113° punto vendita di Unicoop Tirreno, il Supermercato di Formia nel Lazio. Appuntamento giovedì 20 febbraio.

Sociale, grande piazza ortofrutta, gastronomia e panetteria assistita e *take away*, macelleria a libero servizio, cantina e prodotti salutistici. Come tutti i negozi di nuova concezione della Cooperativa anche il Supermercato di Formia darà risalto ai prodotti del territorio col marchio *Vicino*

a noi e alle diverse linee del prodotto a marchio Coop (*ViviVerde*, *Fior fiore*, *Solidal*). La Sezione soci di riferimento è la Sezione Pontina, con sede presso il Supermercato Coop di Terracina che ad oggi conta più di 47mila soci di Unicoop Tirreno. **B.R.**

Cecina (LI)

dal 9 gennaio

Presso il cinema *Tirreno* dal 9 gennaio al 27 febbraio è in programma il 1° ciclo di Cineforum. Ecco i film in cartellone: *No. I giorni dell'arcobaleno*, *Gloria*, *La vita di Adele*, *Nella casa*, *Zoran il mio nipote scemo*, *Giovane e bella*, *Il passato*, *La mafia uccide solo d'estate*.

Civitavecchia (RM)

dal 14 gennaio

Dal 14 gennaio all'11 marzo sarà organizzato un corso di ceramica di 6 lezioni presso la sede del Comitato soci di Civitavecchia. Costo mensile corso 35 euro, costo totale 105.

Info e iscrizioni: Angiola Ceramiche 3479169089.

dal 15 gennaio

Dal 15 gennaio al 27 marzo presso la sala soci di Civitavecchia si svolgerà un corso di taglio e cucito di base e di secondo livello. Costo mensile 30 euro, complessivo 100.

Info e iscrizioni: Punto d'ascolto del Supermercato di Civitavecchia o contattare Roberta Malandra 3939420171.

Roma

dal 16 gennaio

Durerà fino al 16 giugno, presso la sala della Sezione soci Roma largo Agosta in via Anagni,



Sezione soci **Elba**

Si è concluso a novembre scorso, presso la Sala della Gran Guardia di Portoferraio, il corso base di cucito creativo organizzato dalla Sezione soci Elba. Durante le lezioni i partecipanti hanno realizzato, tra l'altro, tanti e originali regali di Natale.



Ausilio Massa

A dicembre scorso presso il negozio di Massa (MS) è stato festeggiato il compleanno di *Ausilio* con tanto di torta preparata dal fornitore locale *Coop Golosi*.

Nella foto, un momento dell'iniziativa

un corso intensivo di base per dizione, lettura espressiva, comunicazione dinamica. La quota di iscrizione è di 15 euro, mentre il costo mensile del corso è di 50 per i non soci e di 40 per i soci Unicoop Tirreno.

Info e prenotazioni: Associazione culturale Ades 3388414238 - 3357055724.

Aprilia (LT)

dal 4 febbraio

Dal 4 febbraio al 4 luglio presso la sala del Comitato soci, tutti i martedì e giovedì (orario 18-20) si svolgeranno corsi di acquerello e olio, in collaborazione con l'Associazione *Arte Mediterranea*. Per il corso di acquerello la quota d'iscrizione è di 11 euro, il costo mensile 20 e 120 il totale, mentre per il corso d'olio la quota d'iscrizione è di 11 euro, 25 euro mensili e 150 totali.

Info e iscrizioni: 347 1748542 (dal lunedì al venerdì dalle ore 18 alle 20).

Viareggio (LU)

9 febbraio

Il Comitato soci di Viareggio organizza il ristoro per la passeggiata denominata "IV edizione del Trofeo Carnevale T.I.A.M.O." (*Tutti Insieme Associazione Malattie Orfane*).

A ogni partecipante sarà donata una borsa contenente prodotti a marchio Coop.



Successo del corso di fotografia per studenti e soci Coop

Lo scorso 13 dicembre presso lo Spazio soci del Supermercato Coop La Rosa si è svolto l'evento finale del corso di fotografia *Prove in corso*, tenuto da Luigi Angelica e organizzato dalla Sezione soci Livorno - in collaborazione con l'associazione *Click Art* -, alla presenza di tutti i corsisti e di molte persone interessate. Dato il successo di *Prove in corso*, sono in programma nuove lezioni di fotografia a partire da marzo.

Info: associazione culturale *Click Art* 3392221944 o 0586503484

Giro di valzer

Musica classica, caffè ottocenteschi, edifici imperiali. A Vienna Mozart e Sissi sembrano ancora di casa, almeno finché non si passa sulla sponda "sbagliata" del Danubio.

36

■ **Alessandra Bartali**

Nel gioco degli abbinamenti di città e musica Vienna lascia poco spazio all'inventiva personale: è senza dubbio un valzer. Strauss ha concepito qui il più famoso (*Sul bel Danubio blu*), ma oltre a lui moltissimi compositori locali si sono cimentati in questa musica da ballo. E a Vienna, nell'Ottocento, i compositori certo non mancavano. In questo senso il valzer è una specie di sineddoche, una parte per il tutto, che comprende la musica classica di Mozart, Beethoven e Haydn e le loro composizioni viennesi (niente meno che *Le nozze di Figaro*, la *Quarta Sinfonia* e *Le Stagioni*). E al contempo evoca il contesto di fanfare, lampadari carichi di cristalli pendenti, uomini con le parucche bianche e signore con abiti lunghi e bombati sui fianchi.

Passeggiata romantica

Un affresco che non appartiene unicamente al passato, visto che ogni anno sono oltre 400 i balli previsti dalla stagione invernale viennese e circa 300mila gli appassionati che vi partecipano, tutti ligi al rigoroso

dress code di un tempo. E proprio come nell'Ottocento le danze si aprono al grido di "Alles valzer" (letteralmente "a tutto valzer").

A dire la verità anche fuori dalle sale da ballo il secolo romantico mantiene il suo posto d'onore nella realtà contemporanea. I caffè che 150 anni fa erano luogo d'incontro di intellettuali e pensatori sono per lo più scomparsi (tranne il *Café Sperl*, classe 1880, come dimostrano lampadari e tavoli da biliardo autentici), ma non lo è la tradizione a cui essi dettero il via. Lontanissimi dai nostri bar, i caffè viennesi sono un'estensione del proprio salotto di casa, dove si passano ore, se non a comporre ed eseguire pezzi musicali come Strauss e Mozart, a leggere il giornale, conversare e riflettere, passatempi che da queste parti sono protetti dall'*Unesco*. Il caffè (nel senso della bevanda), beh, quello è un *optional* – soprattutto per gli italiani – mentre non lo sono la *Sacher torte* e lo *Strudel*.

Certo che Sissi

Tutto a Vienna, almeno a prima vista, è ancora a misura di Sissi, diminutivo dell'imperatrice che contende a Mozart (viennese d'adozione) il ruolo di personaggio simbolo della città. Elisabetta di Baviera, con i suoi abiti regali e la sua acconciatura "a corona" (le grandi trecce raccolte sopra la nuca imitate da moltissime aristocratiche viennesi dell'epoca) non stonerebbe a passeggio sul lungo Danubio. Sarà per questo che la Vienna contemporanea è ancora così profondamente legata alla sua figura? O il motivo è racchiuso nella trilogia cinematografica a lei dedicata, che ha incollato allo schermo generazioni di donne ammaliata dalla sua romantica storia d'amo-

Il Castello di Schönbrunn. Nell'altra pagina, il Prater e una visione notturna di Schönbrunn.





re con Francesco Giuseppe? Oppure la sua femminilità contrastata, imperatrice ma osteggiata nel suo ruolo di moglie e madre dalla suocera, bella e giovane ma ossessionata dal culto della magrezza? Ad ogni modo, ogni città sfrutta uno o più personaggi del suo passato per incrementare il turismo e Sissi svolge alla grande la sua mansione. Tanto che il biglietto cumulativo per le tre principali attrazioni imperiali (Castello di Schönbrunn, residenza degli Hofburg e Museo del Mobile) porta il suo nome e il museo a lei interamente dedicato è una delle sezioni più visitate degli appartamenti asburgici.

C'è un grande Prater verde

Al di là di ogni personale interesse nei confronti dello sfarzo imperiale, il Castello di Schönbrunn è un'attrattiva a cui chi visita la capitale austriaca in genere non rinuncia. Non ci rinunciano neanche i viennesi, che lo ammirano tutte le domeniche nelle rituali passeggiate nel gigantesco (e gratuito) parco antistante, parte integrante dell'architettura dell'edificio come ogni reggia barocca che si rispetti. Chi non ama camminare a ruota libera può concentrarsi nei 2.700 mq di labirinto interno al parco, dove trovare l'uscita è solo una delle sfide insieme a esercizi tattili e sonori e a un enigma matematico che svela il numero di passi leciti da percorrere. La camminata viennese per eccellenza, tuttavia, non è qui ma al Prater, che dietro alla sua famosissima ruota



panoramica, contornata dal solito companionico di giostre, montagne russe e tiro a segno, nasconde un'oasi verde con numeri che fanno impallidire i parchi italiani. Ne bastino due: i 6 milioni di metri quadrati totali di superficie e i 2.500 alberi che in estate producono ombra preziosa ai numerosi podisti. Da qui si può prendere un autobus diretto in periferia e scendere nei pressi di una delle tante *heuriger*, simil-taverne aperte al pubblico dove gli ingredienti principali sono vino locale, chiacchiere informali e musica dal vivo.

Tempi moderni

Fin qui sembrerebbe che Vienna fosse l'unica capitale europea sprovvista della rituale dimensione cosmopolita. Ci si ricrede, però, una volta arrivati "dalla parte sbagliata del canale del Danubio" dove, come spesso succede, gli ultimi sono diventati i primi. Gli ultimi erano gli ebrei del ghetto *Unteren Werd*, lasciato in eredità ai poveri del dopoguerra. I primi, adesso, sono i clienti dei negozi ricavati in ex spazi industriali, che la *Sacher torte* la mangiano, sì, ma su una barca ancorata sul Danubio, un po' bar, un po' campeggio galleggiante, all'ombra del lussuoso *Sofitel Stephansdom* firmato Jean Nouvel. E a fare due passi non vanno nel *Graube*, il centro medievale su cui spicca il campanile del duomo di Santo Stefano, ma intorno al *Nashmarkt*, il mercato gastronomico dove le specialità viennesi si mischiano a cibi nipponici e thailandesi. Ci provano, a Vienna, a darsi un'aria contemporanea. Ma Mozart e Sissi sono sempre dietro l'angolo. ■



Strauss ha concepito qui il più famoso valzer (*Sul bel Danubio blu*), ma oltre a lui moltissimi compositori locali si sono cimentati in questa musica da ballo. E a Vienna, nell'Ottocento, i compositori certo non mancavano.



Tutta la magia del carnevale di Venezia

38

DAL 28/02 AL 2/03

1° GIORNO:

Ritrovo dei partecipanti presso il luogo convenuto e partenza per Venezia con sosta per il pranzo libero. Arrivo a Venezia e trasferimento in vaporetto da Tronchetto a Piazza San Marco, tempo libero per visitare il famoso carnevale. Trasferimento con vaporetto da Piazza San Marco a Tronchetto. Arrivo in hotel, cena e pernottamento.

2° GIORNO:

Prima colazione in hotel, partenza per Venezia e tempo libero per gustare la meravigliosa atmosfera del più famoso Carnevale d'Europa, pranzo libero. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

3° GIORNO:

Prima colazione in hotel, partenza in direzione delle Isole della Laguna, con escursione panoramica in motonave. Arrivo a Murano, famosa per la lavorazione del vetro e visita ad una vetreria, pranzo libero. Nel pomeriggio visita a Burano, celebre per la lavorazione dei merletti e per le sue bellissime case dipinte con colori vivaci. Partenza per il rientro.

Quota senza bus **Euro 230** - minimo 20 persone (arrivo con mezzi propri)

Quota con bus **Euro 320** - minimo 30 persone richiedenti il bus

LA QUOTA COMPRENDE:

2 notti HB in **Hotel 3*** a Mestre/dintorni
2 passaggi A/R in traghetto
Tronchetto/ Piazza San Marco/Tronchetto
hostess per visita Isole della Laguna (4 ore ca)
giro in motonave Murano e Burano (4 ore ca)

LA QUOTA NON COMPRENDE:

tasse imbarco e sbarco
tasse di soggiorno
assicurazione **Euro 25** a persona
mance, extra e tutto quanto
non espressamente indicato
alla voce "la quota comprende"



Istanbul per ogni occasione

SAN VALENTINO

Hotel Antik "o similare" - dal 13/02 al 16/02
sistemazione in **camera doppia** o **BB**
con trasferimenti inclusi-volo da Roma FCO

Euro 360 incluso tasse e assicurazione

FESTA DELLA DONNA

Hotel Barin "o similare" - dal 6/03/ al 9/03/
sistemazione in **camera doppia** o **BB**
con trasferimenti inclusi-volo da Roma FCO

Euro 325 incluso tasse e assicurazione



Capitali europee

PARIGI "LIGHT" 3 notti/4 giorni
Hotel Meslay Republique 3* "o similare"
 Date partenza: 24/01 - 14/02 - 7,21/03
 a persona in doppia/tripla **Euro 375** -singola **Euro 515**

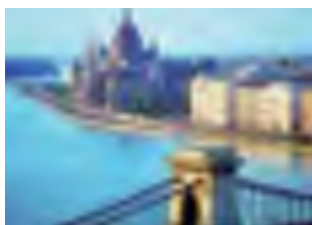
LONDRA "LIGHT" 3 notti/4 giorni
Hotel Holiday Inn Kensington Forum 4* "o similare"
 Date partenza: 16/01 - 13,28/02 - 13,20,27/03
 a persona in doppia/tripla **Euro 485** - singola **Euro 685**

VIENNA "LIGHT" 3 notti/4 giorni
Hotel Post 3* "o similare"
 Date partenza: 23/01 - 13,27/02 - 13,20/03
 a persona in doppia/tripla **Euro 310** - singola **Euro 345**

AMSTERDAM "LIGHT" 3 notti/4 giorni
Hotel Best Western Blue Square "o similare"
 Date partenza: 23/01 - 13,20,27/02 - 6,13,20,27/03
 a persona in doppia/tripla **Euro 350** - singola **Euro 475**

BUDAPEST "LIGHT" 3 notti/4 giorni
Hotel King's 3* "o similare"
 Date partenza: 13,27/02
 a persona in doppia/tripla **Euro 275** - singola **Euro 330**

LISBONA "LIGHT" 3 notti/4 giorni
Hotel Almirante 3* "o similare"
 Date partenza: 23/01 - 13/02 - 6,13,27/03
 a persona in doppia/tripla **Euro 320** - singola **Euro 395**



PACCHETTI VACANZE INDIVIDUALI

I prezzi indicati dipendono dalle disponibilità della tariffa aerea e degli hotel proposti. In mancanza di tale disponibilità le quote potranno essere adeguate.



sconti riservati ai soci unicoop tirreno



LA QUOTA È DA INTENDERSI A PERSONA E COMPRENDE:

volo da Roma Fiumicino A/R; soggiorno di 3 notti presso l'hotel indicato o similare in trattamento di pernottamento e prima colazione; tasse aeroportuali (soggette a variazione fino a emissione biglietto); iscrizione e assicurazione standard medico-bagaglio.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

assicurazione facoltativa contro annullamento **Euro 20** a persona; trasferimenti IN/OUT; arrivo dalla città di origine all'aeroporto di Roma FCO; tutto quanto non indicato alla voce "la quota comprende".

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

TEATRI

Spazio Teatro Livorno

> 21 22 23 febbraio 1 2 marzo

La Cantatrice calva, la lezione Compagnia Spazio Teatro e i Comedians
Info 0586 893247

Concordi Campiglia M.ma

> 7 febbraio

Mortaccia. La vita è meravigliosa testo e regia Giovanna Gra con Veronica Pivetti

> 22 febbraio

Santa Giovanna dei macelli diretto da Gianfranco Pedullà con Rosanna Gentili, Marco Natalucci

> 7 marzo

Elephant Man regia di Giancarlo Marinelli con Ivana Monti, Daniele Liotti, Rosario Coppolino con la partecipazione di Debora Caprioglio

Info 0565837028

Teatro Metropolitan Piombino

Teatro Ragazzi

> 28 gennaio

Kolok I terribili vicini di casa (dai 5 anni)

> 10 febbraio

Cenerentola teatro-danza (dai 6 anni)

> 25 febbraio

Una giornata con Giulio Coniglio teatro d'attore e pupazzi

> 6 marzo

Giardini di plastica (dai 5 anni)

Info 0565 63296

Moderno Grosseto

> 2 febbraio

Io siamo in tanti con Giovanni Vernia

> 22 febbraio

Mi saluta... Cristiano Militello!? con Cristiano Militello e Andrea Camerini

Info 056422429

Industri Grosseto

> 5 febbraio

La voce umana/Il bell'indifferente con Adriana Asti e Mauro Conte, regia Benoît Jacquot

> 12 febbraio

Il Convegno con Mirko Calemme, Giuseppina Cervizzi, Christian Giroso, Vincenzo Salzano, Valeria Pollice, Emanuele Valenti, Gianni Vastarella, regia di Emanuele Valenti

> 17 febbraio

Il malato immaginario con Paolo Bonacelli, Patrizia Milani, Carlo Simoni, regia di Marco Bernardi

> 28 febbraio

Kaze Mononoke. Il vento e i petali di ciliegio di Marisa Ragazzo

Info 056422429

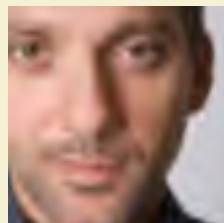
Teatro dell'Opera Roma

> Dal 30 gennaio al 6 febbraio

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



Veronica Pivetti



Giuseppe Fiorello



Cristiano Militello



Ambra Angiolini

L'enfant et les sortilèges fantaisie lyrique in due parti - **L'heure espagnole** opera in un atto, musica di Maurice Ravel, orchestra e coro del Teatro dell'Opera, direttore Charles Dutoit, maestro del coro Roberto Gabbiani

> Dal 27 febbraio all'8 marzo

Manon Lescaut musica di Giacomo Puccini, orchestra e coro del Teatro dell'Opera direttore Riccardo Muti, maestro del coro Roberto Gabbiani

Info 06481601, www.operaroma.it

Eliseo Roma

> Dall'11 al 16 marzo

È così che giro il mondo... in teatro! regia Gino Landi **Concerto**

Info 064887221-064887222

info@teatroeliseo.it, www.teatroeliseo.it

Piccolo Eliseo

Patroni Griffi Roma

> Fino al 16 febbraio

Educazione Siberiana di Nicolai Lilin e Giuseppe Miale di Mauro con Luigi Diberti, regia Giuseppe Miale di Mauro

> Dal 18 febbraio al 2 marzo

Quartett / Le relazioni pericolose di Heiner Müller da *Le relazioni pericolose* di Pierre Choderlos de Laclos, con Laura Marinoni e Valter Malosti regia Valter Malosti

Info 064887221-064887222

info@teatroeliseo.it, www.teatroeliseo.it

Ambra Jovinelli Roma

> Fino al 16 febbraio

Penso che un sogno così... di Giuseppe Fiorello e Vittorio Moroni, con Giuseppe Fiorello, regia Giampiero Solari

> Dal 20 febbraio al 2 marzo

Qui e ora con Valerio Mastandrea e Valerio Aprea

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

Quirino Roma

> Dall'11 al 23 febbraio

Il Teatrante con Barbara Abbondanza, Tommaso Cardarelli, Melania Giglio, Daniele Griggio, Valentina Mandruzzato, Valentina Violo, regia Franco Branciaroli

> Dal 25 febbraio al 16 marzo

L'importanza di chiamarsi Ernesto con Geppy Gleijeses, Marianella Bargini e con la partecipazione di Lucia Poli, regia Geppy Gleijeses

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

Vittoria Roma

> Dal 4 al 16 febbraio

Mio nonno è morto in guerra di e

con Simone Cesticchi e con Riccardo Ciamamellari (pianoforte e fisarmonica), Gabriele Ortenzi (theremin e strumenti giocattolo)

> Dal 18 febbraio al 2 marzo

La misteriosa scomparsa di W di Stefano Benni, con Ambra Angiolini, regia Giorgio Gallione

> dal 4 al 16 marzo

Indagine di un musicista al di sopra di ogni sospetto di e con Max Paiella

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

Argentina Roma

> 7-9 febbraio

Robinson di MK coreografia Michele Di Stefano

> Dall'11 febbraio al 2 marzo

La bisbetica domata di William Shakespeare, regia Andrei Konchalovsky

Info 06684000311-14

Accettella - Mongiovino Roma

> 8 febbraio

Primo Teatro (2-5 anni)

> 9 febbraio

Marcovaldo (6-10 anni) Teatro popolare d'Arte

> 15-16-22-23 febbraio

Le favole di Fedro (5-9 anni)

> 1-2 marzo

Carnevaldraghi (5-9 anni)

Info 065139405, www.accettellateatro.it

Parioli Roma

> Dal 6 al 16 febbraio

Menecmi. La commedia degli equivoci di Tato Russo

> Dal 27 febbraio al 23 marzo

Il berretto a sonagli commedia in due atti di Pirandello con Luigi De Filippo

Bellini Napoli

> Dal 23 gennaio al 19 febbraio

Dignità autonome di prostituzione regia Luciano Melchionna

> Dal 12 al 16 febbraio

Rezza/Mastrella

di Flavia Mastrella e Antonio Rezza con Antonio Rezza e Ivan Bellavista

Daniele Cipriani

Entertainment Roma

Spettacoli di danza

> 2-3 aprile

Il cigno nero con Ashley Boudier e Joaquín De Luz (primi ballerini del New York City Ballet) all'Auditorium della Conciliazione

> 17-18-19 aprile

Amarcord con Rossella Brescia al Teatro Olimpico di Roma

Info 06 93663062 info@danielecipriani.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

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 06.62296633/349.2911574, prenotazioni@miramuseo.com, www.miramuseo.com

Aquarium Mondo Marino

Via della Cava Massa M.ma (loc. Valpiana). 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

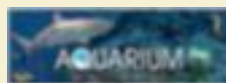
www.magmafollonica.it

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



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

Skin emotion

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



I 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 P.I. 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 per cento: prezzo comprensivo 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, e-mail: 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 0565 39156 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 per cento su tutti i corsi.

Info www.fusolab.net - www.upter.it

Wellness Club Top Line

Via A. Montanucci, 4 Civitavecchia

Per i soci Unicoop 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 dalle ore 9 alle ore 12 tutti i giorni e dalle ore 15 alle ore 19 il martedì e giovedì per la sola sala attrezzi.

Info 0766 546939

Atletica Pietrasanta Versilia ASD

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

Info www.atleticapietrasantaversilia.it



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.



Renato Zero
Amo tour
13 febbraio

Modigliani Forum
Livorno

Antonello Venditti
3 marzo

Teatro Verdi
Firenze

Massimo Ranieri
5 marzo

Teatro Verdi
Firenze

Neffa
7 marzo

Obihall
Firenze

Brunori Sas
8 marzo

Auditorium Flog
Firenze

Elisa

13 marzo

Mandela Forum
Firenze



Dente

24 marzo

Teatro Puccini
Firenze

Afterhours

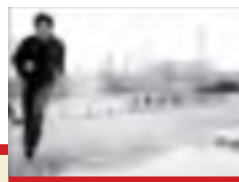
26 marzo

Obihall
Firenze

Le Luci della Centrale Elettrica

29 marzo

Auditorium Flog
Firenze





COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI

Residence “Marina Azzurra”

Complesso immobiliare a 300 metri dal mare



Innovazione e Qualità

*Appartamenti di nuova
realizzazione in fase di
ultimazione con:
terrazza, giardino, gazebo
ottima classe energetica
ottime finiture*

“La tua casa al mare tutto l’anno”



**contattateci per info e appuntamenti
tel. 0586-868711 - cell. 331-6674621**

C.L.C. SOC. COOP.

VIA BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO

Tel. 0586-868711 Fax 0586-867376 www.clc-coop.com - e-mail: info@clc-coop.com



Attestazione
SOA



Qualità
ISO 9001:2008



Sicurezza
OHSAS 18001:2007



Ambiente
ISO 14001:2004



Responsabilità Sociale
SA 8000:2008



PRESTITO SOCIALE

CON TASSO PIÙ*
POTRAI AVERE
INTERESSI
FINO AL **4,50%**

Hai tempo fino al **30 settembre** per aderire alla promozione.

Se sei già socio prestatore, ti basterà aumentare la giacenza media sui tuoi libretti.

Se non sei ancora socio prestatore, questo è il momento giusto per diventarlo.

2.000
punti in più

sulla cartasocio per chi al **30 settembre** avrà raggiunto il tetto massimo di raccolta con il suo rapporto di Prestito Sociale.

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Il tasso del 4,50% è annuale e al lordo d'imposta ed è l'interesse massimo riconoscibile su una parte di deposito fino al termine della promozione, per adesioni entro il 20 marzo 2014, con i tassi di interesse del Prestito Sociale in vigore al 1° gennaio 2014. Per tutte le condizioni economiche applicate, compreso il tasso complessivo riconosciuto su ogni rapporto di Prestito Sociale (che dipenderà dall'importo versato e dalla data di versamento), si rimanda ai fogli informativi analitici del Prestito Sociale e al regolamento della promozione Tasso Più esposti nei locali della Cooperativa e disponibili sul sito www.cartasocio.it. Per aprire un rapporto di Prestito Sociale è necessario essere soci Unicoop Tirreno da almeno tre mesi.

* Tasso più, il tasso speciale di Unicoop Tirreno.

coop
Unicoop Tirreno
La tua Coop.



Scelta di campo

Giovani agricoltori crescono. Di qualità, specializzata, rispettosa dell'ambiente. La nuova agricoltura alla riscossa con 62mila aziende condotte da under 40. E non solo per mancanza di alternative.

■ Antonio Fico

Paolo Rotoli era titolare di un negozio di informatica ben avviato nel centro di Clusone, in Val Seriana (Bergamo), quando ha deciso tre anni fa di mollare i computer per andare ad aprire un allevamento di capre e vitelli. «Avevo una grande passione per la campagna e gli animali – ricorda – che non proveniva dalla mia famiglia: mio padre ha lavorato in fabbrica e mia madre ha sempre fatto la casalinga. A 34 anni mi sono detto: ora o mai più. All'inizio ho acquistato pochi capi, poi visto che funzionava, ho imparato a caseificare il latte e a produrre formaggi caprini». Annamaria Musotto, 28 anni, dopo essersi laureata in giurisprudenza a Milano, aveva intrapreso gli studi per diventare notaio. «Ma quella vita non faceva per me che amo stare all'aria aperta – racconta -. Così ho ripreso il treno e sono tornata in Sicilia». Oggi a Pollina, in provincia di Palermo, produce manna, un dolcificante naturale a basso contenuto di glucosio e fruttosio che si ottiene dagli alberi di frassino e che rivende grezzo alle industrie dolciarie siciliane o come prodotto medico e cosmetico alle case farmaceutiche del Nord Europa. «Oggi siamo in pochissimi a conoscere il mestiere del mannarolo, introdotto dagli arabi mille anni fa», spiega.



Tutti giù per terra

Sono solo due delle tante storie che fotografano un ritorno senza precedenti dei giovani all'agricoltura, per certi versi insperato dopo anni di fuga generalizzata dalle campagne. «Un dato senz'altro positivo per il futuro delle produzioni agricole *made in Italy*, in parte dovuto alle difficoltà che ci sono in altri settori», commenta **Giuseppe Piscopo**, direttore di *Legacoop* agro-alimentare. «Una storica inversione di tendenza per la prima volta da almeno dieci anni – dicono dalla *Coldiretti* – con un aumento nel 2012 del 4,2 per cento dei giovani agricoltori *under 30*». Un ritorno d'interesse per il lavoro nei campi registrato anche dal vero e proprio boom di immatricolazioni alla facoltà di agraria (+45 per cento)

e da quello delle iscrizioni agli istituti professionali agricoli (+29 per cento). Siamo a una svolta epocale? Forse è troppo presto per dirlo, anche se i segnali sono incoraggianti: in Italia sono 62mila le aziende governate da chi non ha compiuto ancora i quaranta, anche se rappresentano per il momento appena il 10 per cento delle imprese agricole italiane. «Un dato – chiarisce il presidente della *Coldiretti Giovani*, **Vittorio Sangiorgio** – falsato, però, dal fatto che spesso il rappresentante legale dell'azienda rimane un *over 50*, ma il vero amministratore delegato è un giovane. E questo spiega perché l'agricoltura italiana sta resistendo alla concorrenza adeguandosi al cambiamento».

Chi semina raccoglie

Un'azienda agricola su 3 nel nostro Paese ha meno di 10 anni. Ma gli effetti della crisi economica stanno diventando un potente acceleratore di una tendenza in atto da tempo. «Ci sono molti giovani laureati che fanno fatica a trovare lavoro negli altri settori, invece la terra non ti abbandona mai», osserva Letizia Marcenò, 25 anni, che ha lasciato gli studi per entrare nella Cooperativa *Valle dell'Oreto*, alle porte di Palermo. Con i genitori e due fratelli cura sette ettari di terreni coltivati a nespole, un frutto ormai raro, ma che in Sicilia ha ancora un buon mercato, «senza aver mai preso un incentivo», tiene a precisare. Fu il nonno di Letizia a brevettare la variante Marcenò, un tipo speciale con pezzatura più grande e succosa. Ma crisi economica a parte, i giovani che stanno «colonizzando» le nostre campagne si sono messi alle spalle gli stereotipi che fino a pochi anni fa dominavano il panorama nazionale. «È cambiato completamente l'immaginario collettivo – argomenta Sangiorgio –, oggi la metà dei giovani tra i 18 e i 34 anni, se dovesse scegliere tra un agriturismo e una banca opterebbe per il primo anche se comporta sacrifici». È di questo avviso Massimo Palmieri, ex *tour operator* che assieme alla moglie Caroline, ex addetta al *marketing*, ha lasciato Milano per lavorare tre ettari di vigneto biologico a *Lacrima di Morro d'Alba* e *Verdicchio doc*. Ha trasformato un vecchio

Coltivare i propri interessi

Il problema principale per i giovani che intendono tornare alla terra è la scarsa mobilità del capitale fondiario. In Italia prevalgono gli interessi speculativi e immobiliari su quelli produttivi. Parola di Angelo Frascarelli, docente di economia all'Università di Perugia.

Angelo Frascarelli,
ordinario di economia
ed estimo rurale
presso la facoltà di
agraria di Perugia



«**S**trumenti per i giovani potenziati nella nuova *Pac*, ma da sola la nuova *Politica agricola europea* (in vigore da quest'anno e fino al 2019, ndr) non basta: occorre mettere mano ai problemi strutturali della filiera italiana, se si vogliono favorire le nuove iniziative». A dirlo è **Angelo Frascarelli**, ordinario di economia ed estimo rurale presso la facoltà di agraria di Perugia.

«La prima novità è un pagamento specifico per i giovani agricoltori nel primo pilastro, pari al 2 per cento delle dotazioni nazionali, con circa 77 euro a ettaro in più. Piccolo segnale, ma importante. Anche il secondo pilastro, quello afferente ai piani di sviluppo rurale, è stato potenziato. Di più, per l'Italia, l'Europa non poteva fare. Ma sono misure da sole non sufficienti, perché i problemi per i giovani agricoltori sono molteplici».

Quali, professore?

«Il problema principale per i giovani è l'accesso alla terra e la scarsa mobilità del capitale fondiario. In Italia c'è poca terra in compravendita o in affitto, e a prezzi molto alti. Mentre gli usi extra agricoli – penso agli usi residenziali, alle infrastrutture, ma anche ai vincoli

ambientali – sono cresciuti. Inoltre la bassa redditività dell'agricoltura, oltre a non stimolare i giovani all'insediamento, genera problemi di credito per le nuove imprese».

Però molti giovani stanno riscoprendo il settore agricolo nonostante le difficoltà.

«L'agricoltura sta diventando con la crisi un ambito interessante. Innanzitutto perché altri settori vanno anche peggio. Ma anche perché con l'apporto dei giovani può diventare una sfida stimolante, con imprese nuove, che portano innovazione sia nella filiera corta che in quella lunga. Bisogna, però, incoraggiarli con politiche adeguate».

Come?

«Innanzitutto c'è bisogno di una riorganizzazione delle filiere agroalimentari. Il nostro è il Paese dei paradossi in cui, accanto a casi di eccellenza, gran parte delle filiere sono destrutturate, senza rapporti e contratti stabili, soprattutto a valle della produzione. Secondo aspetto: occorre una forte politica di innovazione a tutti i livelli. Investiamo nella ricerca pubblica, ma per niente nel trasferimento delle innovazioni alle imprese, ed è una responsabilità sia delle istituzioni che delle imprese stesse. Infine bisogna puntare a un sistema pubblico più efficiente e competitivo. Il nostro continua a essere farraginoso e a costare molto senza aiutare le imprese». ■

casolare abbandonato in un agriturismo ecosostenibile a San Marcello, nelle Marche, concepito per ricavare acqua calda dalla geotermia e dalla fermentazione del mosto. «In due guadagnavamo 6mila euro al mese, ma non avevamo mai tempo per i figli; ora ricaviamo dalla terra e dall'ostello un sesto del reddito di prima, ma posso dare sfogo alla mia passione sportiva e mia moglie può fare teatro, siamo impegnati nel sociale e con i prodotti della terra non ci manca nulla».

Noi siamo i giovani

Cambia l'identikit dei nuovi agricoltori. Un sondaggio *Swg* evidenzia che il 36,5 per cento dei giovani sotto i 30 anni sono laureati o specializzati (il 43 per cento in agraria, il resto è rappresentato da ingegneri, economisti e laureati in lettere), il 56 per cento ha fatto le superiori e appena il 6,5 non è andato oltre le scuole medie. È forse per questo motivo che l'innovazione è un tratto comune delle nuove iniziati- ▶



Frutto del lavoro

Quando giovani, impresa, solidarietà e legalità si danno la mano. L'esempio della cooperativa Lavoro e non solo che gestisce un'azienda agricola sui terreni confiscati alla mafia.

«I giovani che arrivano da noi come volontari capiscono due cose: che il lavoro in campagna è duro, ma che il frutto di quel lavoro ha dentro di sé un valore aggiunto che non immaginavano». **Calogero Parisi** aveva meno di trent'anni quando, insieme ad altri dodici soci, ha dato vita alla cooperativa *Lavoro e non solo*, che dal 2000 gestisce un'azienda agricola sui terreni

confiscati alla mafia nei comuni di Corleone, Morreale e Canicattì. 150 ettari di vigneti, uliveti, campi di grano, ceci, lenticchie, pomodori, uva e mandorle biologiche. Alcuni dei soci conoscevano la terra, altri erano operatori sociali e psicologi specializzati nella cura di persone con disabilità mentali. Il tratto distintivo della cooperativa è, infatti, l'inserimento socio-lavorativo di persone con disagio psichico. «Siamo conosciuti a Corleone anche come la cooperativa dei pazzi – scherza Parisi –. Del resto se non sei un po' matto, non puoi lavorare qui». Nell'ambito del progetto *Liberiamoci dalle spine*, promosso da *Libera*, *Arci*, *Cgil*, a cui aderisce tra gli altri anche Unicoop Tirreno, passano ogni anno 500 ragazzi provenienti da tutta Italia (metà dei quali dalla Toscana), che imparano attraverso il lavoro nei campi antimafia, cosa vuol dire essere un avamposto di legalità in una terra dolce ma difficile come quella siciliana.

La Cooperativa è riuscita con gli anni a creare un piccolo circuito virtuoso attorno a sé, anche grazie al consorzio *Libera Terra* che commercializza i prodotti provenienti dalle terre confiscate alla mafia e che si possono trovare sugli scaffali della Coop e delle Botteghe del Mondo. Dà lavoro a 18-20 giovani sotto i 30 anni e con il tempo altre attività stanno nascendo a supporto della filera nata con le cooperative agricole. È sorto così il pastificio *Rinascita Corleonese* e ora gli imprenditori agricoli di Corleone stanno lavorando a un marchio che accomuni produttori e consumatori, nel segno della legalità e del lavoro.



«Si dimentica troppo in fretta l'altra storia di Corleone, quella delle lotte contadine e dei sindacalisti che hanno dato la vita nella lotta ai mafiosi. Forse anche per questo molti ragazzi, superati gli stereotipi, imparano ad amare la Sicilia in modo incondizionato».



▶ ve giovanili nel settore agricolo, anche quando si recuperano vecchie tradizioni. Sfruttando in 7 casi su 10 attività multifunzionali: dall'agriturismo alle fattorie didattiche, dalla vendita diretta dei prodotti tipici e del vino alla trasformazione aziendale del latte e delle olive; “fatti in casa” anche il pane, la birra e i cosmetici. Chiara De Miccolis, un passato da grafica editoriale, dirige dal 2007 con il fratello una Masseria del Seicento dove produce ottimo olio extravergine d'oliva e cosmetici naturali in un'ampia gamma

che va dalla crema per il corpo al sapone, che vende in Italia e in Francia. «Ci siamo ispirati alle antiche ricette, ma con un

occhio a quello che il mercato chiede oggi – sottolinea Chiara – e in questo il mio vecchio lavoro mi ha aiutato: ho realizzato un *family brand*, i cui principali clienti sono gli ospiti selezionati dell'agriturismo che ci aiutano a veicolare i nostri prodotti».





Fino in fondo

Ma l'ingresso nel mondo agricolo non è tutto rose e fiori. Le giovani imprese hanno possibilità dimezzate rispetto a quelle adulte, secondo quanto emerge da un'indagine *Coldiretti/Swg* sulle imprese agricole *under 30*. «In banca si ha a che fare con funzionari spesso anziani – rimarca Maria Letizia Gardoni, produttrice di ortofrutta biologica per il mercato macrobiotico a Osimo (Marche) – che fanno fatica a capire che il progetto è innovativo e valido, anche se non hai garanzie». Senza contare, che pur rinnovata, l'agricoltura italiana continua a invecchiare. Secondo le stime della *Lega-Coop* agroalimentare, il 30 per cento dei conferimenti nei prossimi 10 anni rischia di andare perso per il ritiro dei soci coltivatori anziani. Da qui nasce la *Banca della Terra*, un progetto lanciato in Toscana nel 2012 dalla *Lega delle Cooperative* e ora diventato progetto nazionale. «È una concreta opportunità per chi ha bisogno di allargare il proprio fondo o per offrire alle nuove cooperative e ai giovani che le promuovono la possibilità di entrare nel mondo dell'agricoltura prendendo in gestione i fondi che sono senza conduttore. In Toscana sono già 10 le cooperative che hanno aderito», spiega Piscopo. Adesso l'obiettivo di *LegaCoop* è quello di costituire 150-200 *Banche della Terra* in tutta Italia, attraverso le proprie ramificazioni territoriali, per dare una spinta concreta all'occupazione giovanile in un settore fondamentale per il nostro Paese. ■

Terre di mezzo

49

Quelle che non rispettano le regole del mercato e fanno male all'agricoltura e al paese. Ne parliamo con Massimo Carlotti, presidente della cooperativa Airone.

«**S**offriamo la concorrenza sleale di finte cooperative che assicurano i lavoratori solo per poche ore e il resto lo pagano al nero. Con il risultato che noi, rispettosi delle regole, rischiamo di essere fuori mercato». Massimo Carlotti è presidente e socio della cooperativa *Airone*, associata alla *Coop Terre dell'Etruria*, operante in provincia di Livorno. Nata nei primi anni Duemila, *Airone* è quella che si può definire una cooperativa di servizi, composta mediamente da una quindicina di giovani tra i 25 e i 40 anni, che risponde a un'esigenza semplice: la cura e la gestione degli spazi rurali a fronte di una popolazione agricola che invecchia. Patata, trinciatura, messa a dimora di vigneti e di uliveti, irrigazione, raccolta, manutenzione del verde. «Svolgiamo servizi a 360 gradi – spiega Carlotti –, chiudendo la filiera, anche per le amministrazioni pubbliche. Con tante difficoltà economiche: il mercato c'è, ma siamo costretti a fare i conti con cooperative di comodo che fanno ampio uso di lavoro nero». E oltre alla concorrenza sleale, pesa sul bilancio della cooperativa, anche il blocco dei lavori di pubblica utilità perché gli enti locali sono a corto di risorse. «La soluzione – osserva – sta nel fare più sistema all'interno delle Coop, favorendo il mercato interno delle aziende che rispettano

Airone è una cooperativa di servizi, composta mediamente da una quindicina di giovani tra i 25 e i 40 anni, che si occupa della cura e della gestione degli spazi rurali.

l'etica e la legge». La cooperativa *Airone* ha anche aderito all'iniziativa della *Banca della Terra*, il progetto lanciato da *LegaCoop*, prendendo in gestione 4 poderi da persone che non potevano più coltivare i terreni. «È un'idea interessante – dice Carlotti – perché, oltre a mantenere coltivata la terra, salvaguardando occupati e filiera, ha anche una funzione di tutela del territorio e dell'ambiente che, una volta abbandonato, può essere soggetto a roghi. E – se vogliamo – può essere una carta giocata anche in chiave turistica. Il discorso vale soprattutto per quei campi che sono marginali, a ridosso delle colline. Proprio per queste motivazioni, la Regione e gli enti locali dovrebbero sostenerla con agevolazioni e incentivi *ad hoc* – sottolinea Carlotti -. Altrimenti il rischio è che chi rileva la gestione di campi distanti tra loro e con pochi ettari a disposizione per coltivazioni remunerative ci rimetta economicamente». ■



Carne **vale**

Fonte di proteine, ferro e vitamine, per godere degli effetti benefici della carne senza rischi per la salute è meglio, però, consumarla con moderazione.

Ersilia Troiano

Bianche, rosse, nere. Uno dei modi più diffusi per distinguere le carni si basa sulla colorazione che assumono dopo la macellazione. Quelle rosse provengono da animali adulti, come bue, montone, cavallo e da alcuni animali da cortile (piccione, faraona, anatra), mentre quelle bianche dai classici animali da cortile (pollo, tacchino e coniglio) e – a dispetto di quello che siamo abituati a pensare – da giovani animali da macello, come vitello, agnello, capretto e maiale. La carne nera, meno conosciuta e consumata, anche in virtù della minore disponibilità e del costo più elevato, è invece quella di selvaggina: lepre, fagiano, cinghiale, capriolo.

Più classicamente le carni vengono anche suddivise in bovine, bufaline, ovine, equine, caprine, suine, avicunicole, a seconda della specie animale da cui provengono.

Pro e contro

Qualunque sia la sua provenienza, si tratta di un alimento con un elevato valore nutritivo. È una fonte primaria di proteine, di ferro e di altri minerali, come zinco e rame, oltre che di vitamine del gruppo B. Tra queste la vitamina B12, fondamentale per la corretta maturazione dei globuli rossi (il cui *deficit* può provocare un particolare tipo di anemia detta pernicioosa), è contenuta esclusivamente negli alimenti d'origine animale e in particolare nella carne e nel latte. Ma negli ultimi anni ha subito una serie di accuse che hanno contribuito a renderla, nell'immaginario collettivo, nociva per la salute. Numerosi studi scientifici hanno, infatti, dimostrato che un consumo eccessivo di carne, soprattutto rossa e conservata (salumi), può rappresentare un fattore di rischio per diversi tumori, in particolare del tratto digerente, della prostata e della mammel-



la. Altro aspetto da non sottovalutare è l'impatto ambientale che il consumo di carne determina (inteso in termini di emissioni di CO₂, o meglio, di quantità di gas serra emessi per produrla). La sola produzione di quella rossa determina un impatto ambientale da 20 a 30 volte superiore a quello dei prodotti ortofrutticoli.

Misura di sicurezza

Allora il consiglio è quello di consumarla con misura, fin dall'infanzia: giuste porzioni con la giusta frequenza settimanale, per godere degli importanti effetti benefici sulla salute senza alcun rischio. Le linee guida raccomandano carni magre (sia bianche che rosse) non più di 2 o 3 volte alla settimana, ma ciò che conta di più è la giusta porzione che è di molto inferiore alle quantità che siamo abituati a mangiare. Una porzione di carne adeguata per un adulto è, infatti, pari a circa 100 g, pesata a crudo, mentre per un bambino è circa la metà. Per quel che riguarda la varietà da scegliere, va considerato che oggi le carni hanno un contenuto di grassi molto inferiore rispetto al passato, grazie alle tecniche di allevamento e all'alimentazione animale. È possibile dunque variare e alternare tutti i tipi di carne secondo i gusti e il costo, avendo l'accortezza di eliminare il grasso visibile (per esempio, la pelle del pollo) prima di cuocerla, per evitare che i grassi penetrino e si scioglano nelle carni durante la cottura.

Presi nel sacco

E salumi e insaccati? Bisogna innanzitutto chiarire che queste parole in realtà sono sinonimi, ma che c'è una distinzione nutrizionale tra gli insaccati prodotti con carne tritata (salame e mortadella) e quelli ottenuti da tagli interi, come prosciutto, speck e bresaola. Questi prodotti possono essere inoltre distinti in freschi (salsicce), stagionati (salame o prosciutto crudo) o cotti (prosciutto cotto, mortadella, zamponi). Molto ricchi di sale, il loro consumo va limitato al massimo a 1-2 volte alla settimana, in porzioni variabili dai 30-40 g per salame e mortadella agli 80-100 g per salsicce, speck, prosciutto crudo o bresaola. E per i più piccoli? A seconda del gusto e della capacità masticatoria (molti bambini hanno, ad esempio, difficoltà a masticare bene il prosciutto crudo o lo speck) possiamo proporre gli insaccati con la stessa frequenza, ma in porzioni dimezzate. ■

Alla leggera

Mettersi a dieta dopo le feste è un classico così come la ricerca di prodotti miracolosi che ci aiutino a tornare in forma con pochi sacrifici. E quindi via libera all'acquisto di integratori, tisane, e prodotti "salutistici" che, nella maggior parte dei casi, e ammesso che non ci arrechino danni, non fanno altro che far dimagrire solo il portafoglio.

Senza zuccheri aggiunti, leggeri, con meno calorie, magri, sono alcune delle diciture che troviamo sugli alimenti dal presunto valore nutrizionale diverso rispetto ai loro equivalenti convenzionali e a cui affidiamo le nostre speranze per un'alimentazione gustosa e al tempo stesso adeguata. Ma basta leggere l'etichetta per rendersi conto che il *light* non è tanto più leggero dell'equivalente convenzionale. Molto spesso, infatti, la riduzione di calorie o di grassi non va oltre il 20-30 per cento, con il rischio – documentato da numerosi studi scientifici – di consumare quantità maggiori ed eccessive del prodotto ritenuto più leggero, senza ottenerne dunque alcun vantaggio dal punto di vista nutrizionale. Ancora: la riduzione di grassi o zuccheri spesso viene compensata con ingredienti di qualità inferiore o di cui non bisognerebbe eccedere nel consumo (per esempio, i dolcificanti non naturali). E che dire del gusto? È sicuramente diverso, perché i sostituti degli ingredienti naturali, in particolare dei grassi, spesso alterano i sapori o conferiscono all'alimento un retrogusto non molto gradevole. Con un pizzico di ragionevolezza, dunque, rassegniamoci all'idea che una patatina frita, sebbene "magra", rimane sempre una patatina frita, come pure una merendina o un formaggio. L'unica strada per un'alimentazione sana, bilanciata e, perché no?, economica, è dunque quella di correggere le abitudini sbagliate, imparare a conoscere le porzioni adeguate di consumo, leggere le etichette, senza farsi suggestionare dalle strategie, sempre più raffinate, della pubblicità. ■

Quello che c'è da sapere sui prodotti light, per non farsi ingannare da facili promesse.



Ondata di freddo

52

Come cura di bellezza, per i dolori muscolari, l'artrosi, la depressione e molte altre patologie. A che cosa fa bene la crioterapia, cioè la "terapia sistemica del freddo".

■ **Barbara Bernardini**

C'

è un resort paradisiaco nel Vernon, nel freddo Canada, considerato uno dei centri mondiali all'avanguardia per le cure anti-invecchiamento della pelle. Un posto circondato dalla neve per dieci mesi l'anno, dove il freddo è diventato l'alleato più prezioso per la bellezza femminile e non solo: è un centro di crioterapia *total body*, ovvero un posto dove si viene gentilmente invitati a "immergersi" in stanze o saune raffreddate tra i -100 e i -140 gradi centigradi, per restarci per un

tempo non superiore ai 3 minuti. Una prospettiva sconvolgente per la maggior parte di noi, eppure, la promessa di questo sistema è quella di curare i disturbi più disparati.

tempo non superiore ai 3 minuti. Una prospettiva sconvolgente per la maggior parte di noi, eppure, la promessa di questo sistema è quella di curare i disturbi più disparati.

Sottozero

Dall'invecchiamento ai dolori muscolari, dal trattamento delle fibromialgie alla depressione, tanti sono – secondo i ricercatori del *California Institute of Cryotherapy* che cura i protocolli presso il centro canadese – i benefici della "terapia sistemica del freddo", una sorta di sauna svedese al contrario dove, invece di arrostitire, il corpo "congela" temporaneamente. Un modo per dare una vera sferzata di reazioni circolatorie, nervose e immunitarie. «In base alla nostra esperienza la crioterapia dovrebbe essere la prima scelta nel trattamento delle fibromialgie, per i dolori da ernia del disco non operabili, per l'artrosi e per le artriti in genere – spiega **Felice Giulio Bonomi**, cardiologo e aritmologo presso l'ospedale "Gavazzeni" di Bergamo e coordinatore medico del *Centro Crioterapico e Fisiokinesiterapico BonGi* vicino a Brescia –. È inoltre efficace nel recupero da traumi sportivi negli atleti di tutti i livelli e nel potenziamento muscolare in corso di preparazione atletica o per favorire un recupero più veloce dopo gare intense e ravvicinate».

Crio grande

Il freddo che fa bene alla salute.

La **crioterapia locale** è largamente usata in *dermatologia*. Si basa sull'applicazione a livello cutaneo di azoto liquido che, posto a contatto con la cute tramite apposito dispositivo, congela istantaneamente la lesione da trattare.

In **chirurgia** la *crioterapia* è utilizzata per rallentare il metabolismo in concomitanza con l'anestesia totale del paziente. È praticata in particolari interventi di cardio-chirurgia, in cui la temperatura del malato scende al di sotto dei 30°C. Particolarmente importante in *cardiochirurgia* e *neurologia*.

In **medicina estetica** la *criolipolisi* viene proposta come un'evoluzione della tecnica di liposuzione. Il grasso raffreddato cristallizza danneggiando le cellule adipose che vanno incontro a una morte selettiva.

Rimanere di ghiaccio

Il ghiaccio è un toccasana, dunque, e per una serie lunghissima di patologie tra le più disparate sulle quali studi clinici dimostrano ormai una solida efficacia. I benefici del freddo derivano da molteplici meccanismi: a livello vasco-



lare il “raffreddamento” a temperature così rigide per pochi minuti determina una potente vasodilatazione, cioè un aumento del flusso sanguigno, mentre i nervi perdono la capacità di trasmettere il segnale di “freddo”. La vasodilatazione, infatti, rappresenta una difesa che il sistema mette in atto per evitare il blocco della circolazione sanguigna. Il freddo inoltre inibisce la trasmissione del dolore attraverso le fibre nervose con effetto analgesico sulle lesioni doloranti e infiammate, rallenta il metabolismo cellulare, inibisce la produzione di cortisolo, l'ormone dello stress, così come induce la liberazione di endorfine nel cervello, neurotrasmettitori alla base della sensazione di benessere, esercitando un effetto antidepressivo. È proprio per curare le malattie psichiatriche, infatti, che il professor Yamamuchi la mise a punto in Giappone nel 1979, con ottimi risultati. Poi molti studi clinici nel Nord Europa ne hanno permesso una comprensione più approfondita e un'applicazione più estesa.

Nella morsa del gelo

Ma se la crioterapia sistemica è capace di tali miracoli, perché poche persone

ne hanno sentito parlare? «Nel Nord-Est dell'Europa è una metodica ben conosciuta e sviluppata – prosegue Bonomi –, soprattutto in Polonia, Finlandia, Norvegia, ma nel nostro paese v'è ancora un certo pregiudizio nel considerare i risultati degli studi clinici con la dovuta attenzione, come avviene invece negli Stati Uniti dove è la terapia d'elezione per la medicina sportiva. Inoltre – aggiunge Bonomi – è proprio il fatto di non essere conosciuta che la rende, agli occhi di molti, ancora inutile». Tanto più in un paese come il nostro a forte tradizione termale, dove il fango o il bagno caldo sono ancora considerati la ricetta della nonna capace di lenire ogni dolore fisico. Ma quella del ghiaccio è una vera scienza che racchiude grandi promesse. «A mio avviso la crioterapia sistemica è particolarmente importante come coadiuvante nel percorso riabilitativo dei pazienti con sclerosi multipla, morbo di Parkinson, negli esiti di ictus ischemico e comunque in tutti quelli con gravi stati di spasticità». E aggiunge Bonomi: «Nella nostra esperienza i risultati più eclatanti li abbiamo osservati nei pazienti con sclerosi multipla e parkinsoniani, oltre che nelle fibromialgie». ■



Felice Giulio Bonomi

INFO

via Maglio - 25034 Orzinuovi (BS)
0309941894
www.poliambulatoriobongi.it

sani & salvi di Barbara Bernardini

Fameliche

Esiste un gene per la fame nervosa? Forse no, però stando a una ricerca condotta all'Università McGill di Montreal esiste un gene che predispone le persone a mangiare di più e male e che sarebbe alla base dell'obesità infantile, soprattutto nelle bambine. In realtà è una parte del dna che è coinvolto nella regolazione dell'umore attraverso una sostanza cerebrale denominata dopamina. Le bambine, in cui la dopamina funziona meno, tendono a scegliere cibi più ricchi di zucchero e più saporiti, proprio perché stimolano questo neurotrasmettitore che calma l'ansia. Questo spiegherebbe perché le donne sono portate a mangiare molto di più sotto stress.

Matematica certezza

Secondo i ricercatori della Duke University per capire quanto un

bambino sarà bravo in matematica basta osservare il suo “senso numerico” in tenerissima età, quando ancora non sa contare, cioè la sua capacità di distinguere gruppi più o meno numerosi di oggetti o di comprendere se una parola è più lunga di un'altra. I risultati di questo studio, pubblicato sulla prestigiosa rivista “Pnas”, non hanno niente a che fare con il quoziente intellettivo, ma promettono di poter capire al volo se un bambino è portato per

la matematica, nonché di aiutare a sviluppare questo senso nei bambini che non ce l'hanno.

Rischiose abitudini

Mangiare troppi grassi durante la pubertà esporrebbe le donne a un maggior rischio di tumore al seno durante la vita. È la conclusione di uno studio condotto dalla Michigan State University sui topi da laboratorio, che ha evidenziato come il consumo di grassi nelle femmine durante lo sviluppo determini la crescita di alcune cellule del seno e l'attivazione di alcune molecole del sistema immunitario. Questi cambiamenti favorirebbero poi il successivo sviluppo del tumore. Benché condotti su animali, i risultati sono chiari: la dieta ancora una volta può essere fonte di gioia o di grossi guai.



Alta cucina

Dall'antipasto al dolce con i prodotti Fior fiore, il meglio della cultura gastronomica a un prezzo accessibile.

■ Anna Somenzi

Oltre 300 prodotti, tutti con le migliori materie prime, specialità gastronomiche italiane e del resto del mondo recuperate dalla tradizione e reinterpretate in chiave moderna, lavorazioni di qualità. Dall'antipasto al dolce, il **Fior fiore** della cucina è a marchio Coop. Alcuni esempi? Il tonno e pesce spada affumicati preparati nella zona di Agrigento secondo la tradizione mediterranea, senza conservanti, coloranti o aromi, e dall'Alaska il salmone affumicato, pescato nell'Oceano Pacifico settentrionale.

Per la pasta, Coop punta sulle eccellenze regionali e propone la *pasta di semola di Gragnano igp* trafilata al bronzo ed essiccata lentamente, perfetta col sugo. La pasta all'uovo è di Campofilone, prodotta secondo una ricetta del quindicesimo secolo. C'è anche la pasta fresca all'uovo, come le lasagne: 12 sfoglie da utilizzare senza bollitura, ruvide al punto giusto e preparate con uova da allevamenti a terra. In assortimento anche le orecchiette, il tipico formato è prodotto in Puglia con semola italiana. Ma anche un "fior fiore" di condimento con i sughi pronti, di diversi tipi, a seconda della pasta scelta e dei gusti: per esempio, il pesto genovese è proposto con o senza aglio.



Al vostro servizio...

...Da tavola: classica, facile o moderna, quella a marchio Coop.

Forme classiche per esigenze moderne, poche varianti di colore e grafie inedite per tante combinazioni differenti, sia nei coordinati di una stessa linea sia tra le diverse linee di oggetti per la cucina e la tavola.

Le nuove collezioni di *design* a marchio Coop sono disegnate ognuna con un tratto ben riconoscibile: la *tavola classica*, elegante e raffinata; la *tavola moderna*, con i colori di moda; la *tavola facile*, semplice e funzionale. Le collezioni prevedono piatti piani, fondi e da frutta, tazze, *mug* (tazzone) e tazzine con il manico tondo come la "o" di Coop, posate in acciaio, bicchieri trasparenti e colorati, anche in vetro soffiato e coordinati alle tovaglie.

In Fior fiore

Gli oli extravergine d'oliva *Fior fiore* sono una selezione delle varietà italiane da Nord a Sud: dal Taggiasca ligure, all'Umbro *dop* dei Colli Martani, dal Toscano *igp* al Terra di Bari *dop*, fino al siciliano Val di Mazara *dop*. Completano la gamma il "nuovo raccolto" e l'olio extravergine d'oliva non filtrato: verde intenso, riflessi dorati, profumo di olive appena frante, un caratteristico sapore con retrogusto leggermente amaro e piccante. I salumi italiani hanno pochi rivali: nella linea *Fior fiore* ci sono il prosciutto San Daniele *dop*, salame Felino, culatello, prosciutto di Modena *dop*, precotti cotechino e zampone. Fra le carni capponi e faraone, ma anche il grangallo, adatto

Punto d'onore

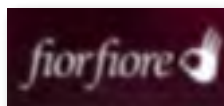
Le iniziative natalizie messe in campo dalla Cooperativa, anche attraverso i presidi dei soci, hanno dato, come sempre, buoni frutti. Grazie alla campagna di Natale *Basta un gesto. Ora puoi farlo* sono stati 1.200 i soci che hanno scelto di donare i propri punti del collezionamento attraverso le palline natalizie, del valore di 500 punti ciascuna, o nel modo più tradizionale rivolgendosi direttamente al Punto d'Ascolto del proprio negozio di riferimento. In tutto sono stati 737.500 i punti donati che la Cooperativa raddoppierà e monetizzerà devolvendo la somma a favore dei tre progetti di solidarietà *coopxtogoxvanda*, *Cuore di Coop*, *Emergency progetto migranti* racchiusi sotto la sigla di *Basta un gesto*.

1.200 soci per un totale di 737.500 punti raccolti: è il risultato della campagna di Natale a favore dei progetti solidali racchiusi sotto la sigla di Basta un gesto.

«Visto il periodo particolare che stiamo attraversando – afferma **Massimo Favilli**, direttore Politiche Sociali di Unicoop Tirreno – i soci hanno per lo più utilizzato i loro punti per uno sconto sulla spesa; al di là di questo, coloro che hanno donato i punti ai progetti di *Basta un gesto* e si sono dimostrati attenti e vicini alle iniziative della Cooperativa rimangono comunque tanti. A loro va il nostro ringraziamento e a tutti l'invito a dare un contributo anche nei prossimi mesi, fino alla scadenza del catalogo del collezionamento a marzo». ■ **B.S.**



per un arrosto da *gourmet*. Coop ha contribuito a recuperare diverse razze bovine italiane come la *Chianina*, la *Piemontese*, la *Marchigiana*, la *Romagnola*, che alleva nelle regioni d'origine secondo rigidi protocolli di qualità. Ampia scelta anche dei formaggi, con produzioni selezionate che privilegiano il legame con il territorio e le lunghe stagionature: dal *Raschera* d'alpeggio al formaggio di capra sardo, dall'*Asiago* alla provola, ai teneri squacquerone e gongorzola dolce. *Dulcis in fundo*, strudel di mele, gelato al pistacchio di Sicilia, biscotti, nella linea *Fior fiore* non c'è che l'imbarazzo della scelta. ■



Filo del discorso

56

Pratica da usare e comoda da riporre, la scopa elettrica senza fili risolve il dilemma se scegliere un aspirapolvere o una scopa elettrica tradizionale.

■ Roberto Minniti

Difficile non averne in casa e altrettanto duro farne a meno.

Che si tratti di un aspirapolvere, una scopa elettrica o di un'altra macchina in grado di pulire e perfino lavare e lucidare i pavimenti, questi tipi di apparecchi sono diventati tanto comuni da rientrare tra gli oggetti casalinghi più banali. Tanto che, pur di continuare a vendere, i produttori devono ingegnarsi su modelli robotici che promettono di svolgere le proprie funzioni da soli, anche in nostra assenza. O sperare che l'utente sia costretto a una sostituzione per guasto del vecchio modello, non proprio infrequente, vista la vita media di questi apparecchi.

Aspirare al successo

Per chi si trova di fronte a un acquisto del genere, la scelta può rivelarsi tutt'altro che banale. Il primo, forse il più classico, dei dilemmi è quello che divide i *fans* dell'aspirapolvere da quelli della scopa elettrica. I primi decantano la facilità di trasporto dell'apparecchio – che scorre su ruote e non deve essere sollevato continuamente –, i secondi la praticità della scopa elettrica. Quest'ultima, infatti, sta in poco spazio, si appende facilmente a una parete e risolve il problema della pulizia quotidiana dei pavimenti. Per la sua forma e la sua leggerezza è l'apparecchio ideale per pulire le scale. In molti casi ha una potenza paragonabile a quella degli aspirapolvere a traino, a cui può essere preferita per la pulizia di piccoli appartamenti.

A risolvere definitivamente l'imbarazzo, soprattutto a chi ha a cuore la praticità e la facilità d'uso, potrebbe essere la scelta di una scopa elettrica senza fili. Qui a giocare a favore dello strumento di pulizia è l'inimitabile comodità di non avere tra le gambe scomodi fili e non dover cercare una presa di corrente stanza per stanza. Un apparecchio molto pratico da usare e altrettanto comodo da riporre, visto che impegna meno spazio di un comune aspirapolvere, un particolare non da poco nelle nostre case sempre meno grandi e sempre più affamate di spazi liberi.

In potenza

Se i punti forti di una scopa elettrica senza fili sono innegabili, il rovescio della medaglia è proprio nelle *performance* di un apparecchio a batteria che, generalmente, ha una potenza d'aspirazione inferiore a quella di un modello con i fili. Nella scelta, dunque, è bene controllare le caratteri-



marca e modello	tipo	potenza (Volt)	autonomia (minuti)	filtro	peso (kg)	altre caratteristiche
ARIETE 2770 Cordless 2in1	senza sacco	12	20	Hepa	2,8	con aspirabriciole contenitore
BOSCH BBHMOVE4	con filtro lavabile	18	nd	lavabile	2,9	con aspirabriciole
BOSCH BBHMOVE1	con filtro lavabile	14,4	15	lavabile	2,8	con aspirabriciole
DE LONGHI XLR18LI Colombina	senza sacco	18	35	nd	2,6	contenitore 1 lt
ELECTROLUX ZB2803 Unirapido	senza sacco	12	12	nd	2,9	contenitore 1 lt
ELECTROLUX ZB 2943	senza sacco	18	12	nd	3,2	contenitore 0,5 lt
HOOVER FJ180B2 FreeJet	senza sacco	18	30	Hepa H10	2,9	contenitore 0,7 lt
HOOVER ATN204TM Athen	senza sacco	20,4	45	Hepa	3,4	contenitore 1 lt
POLTI PBEU0073 Cinderella Trio	senza sacco	14,4	20	Hepa 12	3	contenitore 0,7 lt
ROWENTA RH8775 Air Force Extreme	senza sacco	24	45	nd	nd	contenitore 0,9 lt

A chi sceglie una scopa elettrica senza fili interessa un modello molto comodo da maneggiare e da riporre. Dunque tra le caratteristiche che dovrà considerare prima dell'acquisto ci sono proprio quelle che possono rendere più o meno pratico il suo utilizzo. Prima fra tutte l'autonomia della batteria. Come vedete dalla tabella, in cui riportiamo i dati dichiarati dai produttori, le differenze non mancano, visto che si parte da poco più di 10 minuti (decisamente pochi per un uso normale) fino a superare i 40 minuti. Altro particolare da non

sottovalutare è il peso del modello che saremo costretti a imbracciare. In questo caso il consiglio è di valutare che uno troppo leggero potrebbe costringerci a fare troppa forza per aspirare efficacemente. Allo stesso modo un apparecchio troppo pesante risulterà comodo da spostare. Meglio tenersi su un peso medio, intorno ai 3 chilogrammi. Occhio, infine, alla capienza del contenitore della polvere. Gran parte di queste scope sono senza sacco, comode a patto che non si debba svuotare e lavare il contenitore troppe volte.



stiche dei prodotti prima di portare a casa il modello dei propri sogni perché il rischio di fare errori è elevato, per lo meno se si confonde la potenza, intesa come capacità d'aspirazione, con la potenza elettrica assorbita dall'apparecchio. Molto spesso, infatti, la potenza del motore si disperde in rumore e calore, rendendo deludente il prodotto anche dal punto di vista dell'efficienza energetica, ossia del rapporto tra la quantità di energia consumata e il reale potere aspirante dell'apparecchio. Le reali prestazioni dell'apparecchio, cioè la capacità di aspirazione, si misurano, invece, in watt aria (*air watts*), un dato che rappresenta la combinazione tra aspirazione e flusso d'aria, in pratica la capacità di sollevare la polvere e la velocità con cui viene immessa nel contenitore di raccolta. Un buon

valore è una potenza d'aspirazione compresa tra i 250 e i 400 Watt. Talvolta capita di trovare il valore della potenza di aspirazione espresso in millimetri/acqua. In questo caso tenete presente che un prodotto di medie prestazioni è compreso tra i 1.300 e i 2.200 mm/H₂O (13/22 kilopascal). Peccato che per le scope elettriche ricaricabili i produttori che indicano questi valori siano rari come mosche bianche e ci si debba accontentare dell'indicazione della tensione in volt che è solo indicativa della potenza dell'apparecchio.

Infiltrato speciale

Altro punto critico nella selezione del proprio acquisto è il sistema di filtraggio utilizzato. È proprio sotto questo aspetto che si sono avute, negli ultimi anni, le innovazioni più im-

Siamo stufi!

58

Come conciliare l'uso di stufe e caminetti con la salvaguardia dell'ambiente.

In Italia oggi ce ne sono in funzione circa 6 milioni e il nostro paese, secondo un'analisi Coldiretti, è diventato il primo importatore mondiale di legna da ardere, con un aumento del 15 per cento nei primi 7 mesi del 2013. Stufe e caminetti tornano di moda e la buona notizia è che legna e pellet sono biomasse solide, quindi fonti di energia rinnovabile. Bruciare legna significa ricorrere a un minor uso di combustibili fossili e generare meno emissioni di gas climalteranti rispetto all'alternativa di gas e petrolio, anche se non mancano alcune preoccupazioni per le emissioni di polveri sottili. Alcuni mesi fa, per esempio, il Governo greco, visto l'alto ricorso alla legna a causa del caro gasolio, ha limitato l'uso di stufe e caminetti in zone molto inquinate dalle polveri sottili. Per conciliare l'uso di stufe e camini con la salvaguardia dell'ambiente è fondamentale limitare l'uso degli apparecchi più obsoleti e inquinanti, sostituendo i vecchi impianti con altri nuovi, più efficienti e meno emissivi. E, dove possibile, ricorrere a impianti centralizzati di combustione di biomasse, a uso di più abitazioni o condomini, in cui tecnologie centralizzate di depurazione dei fumi permettono di controllare meglio le emissioni. Inoltre il tipo d'impianto deve essere dimensionato alle esigenze, installato da tecnici specializzati e avere un adeguato tiraggio della canna fumaria (decisivo per una buona combustione). Altrettanto importante è

la scelta della legna: non deve essere scartata o trattata, ma di qualità, stagionata (non umida), di dimensioni

adeguate (non più lunga di 40 cm e più larga di 15) e, per evitare l'inquinamento derivante dal trasporto, provenire da un luogo vicino a casa. Per avere una combustione sostenibile questa deve essere il più possibile completa. Quindi bisogna mantenere la fiamma vivace, con fuoco dal colore blu, giallo-rosso o rosso chiaro. La cenere prodotta deve essere chiara e l'impianto produrre poca fuliggine. In una buona combustione, poi, il fumo deve essere quasi invisibile e non generare odori. La regione Lombardia, tramite l'Arpa, ha messo da qualche anno a disposizione una guida per il corretto uso della legna da ardere sul sito http://ita.arpalombardia.it/ita/legna_come_combustibile/. ■



portanti, tanto che oggi è possibile scegliere fra 3 diversi sistemi: con filtri multipli, senza sacchetto e ad acqua. La premessa è che il sistema dovrebbe reimmettere nell'ambiente solo aria pura o, almeno, la più pura possibile. Le soluzioni scelte, però, sono diverse e non sempre ugualmente efficaci. I sistemi di filtraggio multipli, per esempio, sono in grado di trattenere anche le più piccole particelle di polvere. Sono a 3 livelli: il primo è costituito dalle pareti a doppio strato del sacchetto di carta, che bloccano la maggior parte degli inquinanti, anche se non sono in grado di trattenere quelli di dimensione inferiore a 1 micron, come le spore e gli acari. Il filtro d'uscita dell'aria cattura, invece, le restanti particelle. La sua efficacia, combinata con la tenuta d'aria dell'apparecchio, determina il livello di purezza dell'aria riemessa nell'ambiente. Anche il motore è dotato di un filtro specifico che impedisce alla polvere di accumularsi al suo interno. Perché sia efficiente, però, sacchetto e filtro devono essere sostituiti con regolarità. I migliori apparecchi nell'opera di purificazione dell'ambiente domestico sono dotati di filtri Hepa 12 o 13 in uscita che garantiscono prestazioni di ottimo livello.

Verde **oliva**

L'oliva salella del Cilento, quando essere ammaccate non è un difetto.

Si scelgono sulla pianta le olive più adatte, le più polpose, ma che non hanno ancora iniziato il processo di maturazione, e si ammaccano ad una ad una con una pietra di mare, poi si snocciolano pazientemente e si immergono in acqua per qualche giorno, avendo l'accortezza di cambiare l'acqua ogni giorno, al mattino e di sera. Poi dopo 4 o 5 giorni si prepara una salamoia con acqua, sale, alloro e finocchietto selvatico e si lasciano immerse in questa soluzione per alcuni giorni. Prima di porle sott'olio si deve ogni volta pressarle per far uscire l'acqua in eccesso. Quindi si possono condire con olio extravergine, aglio, origano o timo e porre in barattolo, tenendole premute per evitare che si imbevano di olio e diventino molli. Così giorno per giorno da

fine settembre a novembre. Un lavoro che richiede perizia e pazienza: basti pensare che le olive raccolte devono essere ammaccate, snocciolate e

messe in acqua in giornata per evitare processi di disidratazione e che per ogni raccolta debba essere preparata una salamoia diversa. Ma solo grazie alla bravura dei contadini cilentani e alla presenza su queste terre di un'oliva dal gusto inconfondibile il risultato diventa eccezionale. Il paesaggio dell'Alto Cilento è, infatti, caratterizzato fin da tempi lontani dalla presenza dell'olivo; qui si è diffusa una varietà di origine sconosciuta, la **sallella**, nota alla popolazione locale anche con il nome di lioi, licinella, monticedda o salentina. Matura leggermente prima rispetto alle altre varietà, ha una chioma molto folta, dalle foglie lanceolate di un verde scurissimo, caratteristiche che possono ricordare un olivo ornamentale. L'olio che se ne ricava è estremamente equilibrato con leggere sensazioni amare e piccanti, con sentori erbacei, ma anche note lievemente ammandorlate. E quando si conservano le olive ammaccate nell'olio extravergine della stessa salella, il risultato è davvero da leccarsi i baffi.

Il Presidio riunisce alcuni agricoltori e produttori di olio che hanno conservato la tradizione di ammaccare le olive e che producono questa specialità non soltanto per autoconsumo, seguendo il procedimento tradizionale e artigianale e ponendo le olive di salella ammaccate nell'olio extravergine della stessa varietà. ■

Cattura polvere

Gli apparecchi privi di sacchetto, invece, raccolgono la polvere grazie a un vortice d'aria. La forza centrifuga proietta le particelle di polvere sulle pareti del contenitore, mentre l'aria passa attraverso un filtro motore e un filtro *Hepa*, per poi uscire pulita. Il contenitore, trasparente, è dotato di coperchio in modo da poter essere estratto per il lavaggio senza rischio di fuoriuscita di polvere. Questo tipo di sistema, però, spesso risulta meno efficiente di quanto promesso. Deludenti, secondo i test internazionali condotti da diverse associazioni dei consumatori, anche molti dei modelli dotati di filtro ad acqua. In questo tipo di apparecchi il sacchetto di carta è sostituito da un contenitore riem-

Sta in poco spazio, si appende facilmente a una parete e risolve il problema della pulizia quotidiana dei pavimenti.

pito d'acqua (secondo le indicazioni del costruttore), dentro il quale si raccoglie la

polvere. Al termine delle operazioni di pulizia, basta svuotare il recipiente e lavarlo sotto l'acqua corrente per eliminare ogni residuo di sporco. Ma in alcuni casi si possono aspirare anche i liquidi. ■



Oliva salella ammaccata
Cilento
provincia di Salerno

Esempi **tipici**

60

Direttamente dal frantoio alla bottiglia grazie all'abilità e all'esperienza di mastri oleari. Origine, caratteristiche e benefici di due oli regionali: il toscano e il laziale, difficili da distinguere, palati raffinati a parte.

■ **Silvia Inghirami**

Il nuovo regolamento europeo relativo alle norme di commercializzazione dell'olio d'oliva comincerà ad essere applicato il 13 dicembre 2014: le informazioni in etichetta dovranno essere riportate obbligatoriamente nello stesso campo visivo principale e in un corpo di testo omogeneo. Fino a quella data, dobbiamo fidarci delle marche che conosciamo e difenderci così dalle truffe. «Sì perché l'Italia è paradossalmente il primo importatore mondiale di olio d'oliva e – ha affermato il presidente dell'Eurispes **Gian Maria Fava** presentando il secondo *Rapporto sulle Agromafie* –. Dietro al paravento di sedicenti marchi italiani ed etichette fuorvianti, vengono commercializzati oli d'oliva di bassissima qualità, spesso ottenuti attraverso la raffinazione degli oli importati».

Di qualità

La quantità maggiore d'olio d'oliva è importata dalla Spagna, poi dalla Grecia e dalla Tunisia: s'importa olio grezzo (a basso costo di produzione) che viene miscelato con basse quantità di oli italiani. Successivamente può accadere che vengano “deodorati”, cioè trattati attraverso lavaggi chimici, non ammessi per legge per l'olio extravergine, in modo da modificarne le caratteristiche organolettiche, correggendone quindi i difetti. Ma l'Italia è anche il primo paese per numero di riconoscimenti *dop*, *igp* e *stg*: di questi – rileva l'Istat – 43 sono per gli extravergine d'oliva. La qualità, se la vogliamo, non è difficile da trovare: basta riconoscerla e premiarla. la strategia adottata da Coop è stata proprio quella di individuare e valorizzare il prodotto tipico, favorendo dove possibile la filiera corta. Così la scelta è stata di mettere sullo scaffale, accanto ai prodotti industriali e a marchio Coop, anche due oli regionali: il toscano e il laziale. «Per il primo ci siamo rivolti all'*Azienda agricola Giovani*, localizzata nel cuore delle colline della Val di Cornia, nel piccolo borgo di San Lorenzo – riferisce **Tommaso Politi**, category reparto salse e condimenti di Unicoop Tirreno –. Lavoriamo con loro dal 1997. È un frantoio a gestione familiare dove si produce olio da sempre, tramandando i segreti di generazione in generazione. Le piante, la raccolta, la molitura, l'imbottigliamento, tutto avviene nella proprietà e il risultato è un prodotto di alta gamma e di elevata qualità».

Luogo di cultivar

Un olio così buono da aver conquistato anche i turisti stranieri che arrivano numerosi in estate: «ormai



lo conoscono, lo cercano e ne fanno incetta», sottolinea Politi. Meno conosciuto, ma di altrettanto valore è l'olio laziale: «Abbiamo scelto come fornitori i *Frantoi del Lazio*, un consorzio di cooperative nato nel 2007 che riunisce le cinque province della regione – spiega Politi –. L'attenzione è alla filiera corta e alla materia prima: le piante sono autoctone, le olive vengono raccolte quando hanno raggiunto determinate caratteristiche e portate al frantoio entro 24 ore. L'olio proviene direttamente dai frantoi nei quali esistono competenze ed esperienze di mastri oleari. La miscela è effettuata secondo una ricetta artigianale capace di realizzare un olio equilibrato, che incontra i gusti di tutti i palati». L'olio che viene confezionato è il *blend* regionale con le più rappresentative *cultivar* locali: la *Carboncella* della provincia di Rieti, il *Leccino* della provincia di Roma, il *Canino* della provincia di Viterbo, il *Moraiolo* della provincia di Frosinone e la *Itrana* della provincia di Latina. Tutte olive coltivate nell'*habitat* perfetto per la pianta, cioè la bassa collina fino a 400 metri d'altezza. In Toscana le *cultivar* principali sono il *Frantoio*, il *Leccino* e il *Moraiolo*. Difficile indicare, se non si ha un palato allenato, quali sono le differenze di sapore tra l'olio dell'una e dell'altra regione.

Olio alla carta

Anche perché la distinzione passa tra i tipi di pianta e il territorio: un olio prodotto nelle colline fiorentine non sarà uguale a uno coltivato nelle colline livornesi, dove arriva la brezza marina; così come l'olio della Tuscia non sarà lo stesso di quello delle colline Pontine. In realtà bisognerebbe conoscere le varie *cultivar* e gustare l'olio così come il vino, abbinandolo al piatto che si vuole mangiare. Il sogno dei produttori di qualità è di arrivare ad avere in ogni buon ristorante una “carta dell'olio” così come quella del vino e un esperto in grado di consigliare come condire la carne arrosto, il pesce bollito o l'insalata. Ma anche senza diventare un maestro assaggiatore, bisogna essere disposti a spendere qualche euro in più per avere delle garanzie: un olio che costa troppo poco spesso ha poco sapore e quindi ci costringe a raddoppiare il

condimento (il risparmio diventa così solo apparente). Oppure può finire per rovinarci nel tempo fegato e stomaco. L'acidità di un olio, infatti, non la avvertiamo immediatamente al palato, ma la scopriamo durante la digestione, quando la pancia si gonfia o lo stomaco è dolorante. Se invece l'olio “pizzica”, risulta piccante o fruttato, non c'è niente di male e anzi l'organismo se ne giova: è l'effetto dei polifenoli, sostanze in grado di avere benefici effetti sulla salute.

Buon per noi

Secondo uno studio condotto da ricercatrici dell'Università di Siena sul Toscano *igp* e presentata a novembre scorso, l'extravergine è una delle principali fonti di polifenoli, sostanze chimiche con proprietà antiossidanti e antitumorali. Un comune olio extravergine può contenere dai 100 ai 250 mg di polifenoli e il toscano *igp* ne contiene almeno 450 mg. Le ricercatrici hanno anche delineato il meccanismo molecolare attraverso cui un polifenolo dell'olio d'oliva (*Dpe*), che ha proprietà antiossidanti, antiinfiammatorie e antitrombotiche, contribuisce ad inibire la progressione del cancro al colon, andando a interferire con i processi d'infiammazione e angiogenesi. Un'altra ricerca dell'Università di Firenze ha, invece, verificato, su topi transgenici, i benefici effetti dell'extravergine contro il morbo di *Alzheimer*. Infine, potremmo citare gli infiniti studi dei nutrizionisti sulla dieta mediterranea e sull'uso dell'olio extravergine (preferibilmente usato crudo). Tutte motivazioni per scegliere il “buono” che producono le nostre terre: non semplicemente un condimento, ma un prezioso alimento di cui conosciamo origine, storia, caratteristiche e benefici. «Il mercato dell'olio ha subito una contrazione significativa – rimarca Politi –. E solo i prodotti tipici non hanno perso quota. I consumatori sanno cosa rischiano e riconoscono la qualità. Noi sosterremo questa tendenza e cercheremo di venire incontro alle esigenze di tutti con promozioni che riducano i prezzi». ■



Forme d'arte

62

Materie prime di qualità, sapienza artigianale, tecnologia. Ed ecco I Buonatavola Sini, formaggi tipici della tradizione laziale, dal Pecorino Romano dop al Gran Cacio Etrusco, alla Ricotta Romana dop. Quando la forma è sostanza.

■ **Eleonora Cozzella**

“L’unione fa la forza”, devono aver pensato in quel di Nepi, nella campagna in provincia di Viterbo. Infatti è qui che un’azienda relativamente giovane sulla carta, *I Buonatavola Sini*, nasce dalla fusione di tre storiche realtà, affermate nella produzione dei formaggi più tipici della tradizione laziale. All’appello rispondono la *Fulvi*, che già nell’Ottocento raccoglieva, salava, stagionava e distribuiva le forme di formaggio *Pecorino Romano* prodotte dai pastori del viterbese e dell’Agro Romano; la famiglia *Sini*, composta da importanti allevatori della campagna romana, che diedero vita negli Anni Cinquanta a una cooperativa per la raccolta del latte e ben presto si dedicarono alla produzione di formaggi da tavola dando vita alle famose *Caciotte Romane*; l’azienda *Il Casaro*, produttrice di una linea di caciotte da tavola tipiche del reatino.

Di nobili origini

L’intuizione di convogliare competenze, materie prime e tecnologia ha dato i suoi frutti e *I Buonatavola Sini* oggi raccoglie e mantiene le tradizioni delle tre realtà imprenditoriali in uno stabilimento all’avanguardia che fa della sapienza artigianale il suo punto di forza. E che

soddisfa la crescente richiesta non solo del mercato interno, ma anche di quello estero. Infatti il loro *Pecorino Romano* del Lazio *dop*, prodotto con il marchio *Genuine Fulvi*, viene esportato con grande successo nel mercato statunitense. Gli americani vanno pazzi per il pecorino. E chissà, se oltre al gusto sapido, lievemente e piacevolmente piccante e all’aroma intenso di latte, ne apprezzano anche la storia bimillenaria. Già gli antichi romani lo reputavano degno di tavole nobili e lo facevano servire durante i banchetti patrizi. E poi, per le qualità energetiche, l’alta digeribilità e l’ottima conservabilità, ne facevano un alimento fondamentale nelle razioni delle legioni militari, come testimoniano gli scritti di Virgilio, Plinio, Columella, Galeno e Varone. Di secoli ne sono passati, ma il suo legame con il Lazio continua ed è testimoniato dal suo essere re dei piatti tipici della cucina regionale: che cosa sarebbero gli spaghetti alla carbonara, i mitici bucatini cacio e pepe e quelli all’amatriciana, o la trippa alla romana senza una generosa nevicata di pecorino grattugiato? Ma come riconoscere quello originale? Le forme sono sottoposte a marchiatura: il marchio *dop* (denominazione di origine protetta) viene impresso con un’apposita matrice come pure il logo (la testa stilizzata di una pecora), oltre alla sigla del caseificio produttore e alla data di produzione.

Esperti in materia

Oggi il *Pecorino Romano* viene prodotto nel periodo che va da ottobre a luglio, nelle stesse zone d’origine e con un procedimento molto simile ai secoli scorsi. A partire dalla materia prima: il latte fresco, prodotto da greggi “fortunate” perché pascolano all’aria aperta e nella campagna romana nutrendosi d’erba fresca e fieno (e nessun insilato). È proprio questo latte grasso, dolce e



aromatico che permette al pecorino di stagionare con morbidezza. Si tratta di grassi nobili, dai globuli talmente piccoli da sfuggire alle trame della cagliata, restando nel siero. Ecco perché anche la ricotta romana di pecora, fatta appunto riscaldando il siero, è inimitabile: corposa e saporita come nessun'altra. Ed ecco, nella gamma del caseificio, tra gli apprezzati *Formaggio Bel Birbante*, *Gran Cacio Etrusco*, forme di *Casaro* e di *Lucifero* con peperoncino, un altro punto d'orgoglio de *I Buonatavola* è la *Ricotta Romana dop*, dal sapore che ha superato i millenni. Già gli antichi greci ne facevano uso e la chiamavano *oxygala* e Marco Porcio Catone, occupandosi delle norme che regolavano la pastorizia, ricorda come il latte di pecora venisse usato come bevanda, ma anche per offerte religiose nei riti sacri e per farne ricotta. Bianca, morbida e delicatamente dolce, è un latticino molto gustoso e leggero (con circa 160 calorie per 100 grammi), ma non può essere considerato propriamente un formaggio, che è invece il prodotto della cagliata.

Ricotta mangiata

Deriva dalla lavorazione del siero (l'elemento liquido della coagulazione del latte che si ottiene dalla rottura della cagliata) che rimane nelle caldaie una volta estratto il formaggio: ricco di sodio e vitamina A, al suo interno conserva un'importante componente proteica, le sieroproteine del latte appunto. Così – perché non andasse sprecato – l'uomo ha imparato a riutilizzarlo, scaldandolo una seconda volta (da qui deriverebbe il termine “ricotta”). A parte la ghiotta opportunità aperta a pochi di assaggiarla ancora calda nel caseificio, la ricotta prende generalmente la strada dei negozi dopo poche ore e altrettanto velocemente è bene consumarla. A meno che non si trovi nella forma salata, resa conservabile più a lungo perché le formelle vengono salate in superficie e lasciate maturare per alcuni giorni. Un'altra delizia della tradizione, tagliata a fette, per antipasti rustici insieme a salumi e pane casareccio; ancora più stagionata, gustosissima da grattugiare, anche su piatti a base di pesce. E per i golosi, un dolce veloce e sublime che ha la capacità di farci tornare bambini, la ricotta zuccherata, da sola o con l'aggiunta di scaglie di cioccolato. Con le pere poi sarà un dessert speciale da farci capire il vecchio detto: “al contadin non far sapere...” ■

Red passion

Alla fine dell'Ottocento, al proprietario terriero Lavinio Franceschi di Scandicci capitò di ascoltare i racconti di un paesano che era solito transumare le pecore sul versante maremmano dei colli tra Montalcino e Sant'Angelo e ne magnificava il panorama. Lavinio rimase così affascinato che decise di intraprendere un viaggio per vedere di persona le terre tanto decantate. Arrivato a Montalcino fu in effetti così colpito che decise di comprare alcuni appezzamenti. Così inizia la storia che vede la famiglia Franceschi legata alla tenuta *Il Poggione* da oltre un secolo. In questo territorio da sempre si coltivava un vitigno tipico, il *Sangiovese*, chiamato tradizionalmente a Montalcino *Brunello*. Oggi il lavoro di Lavinio Franceschi è ancora punto di riferimento per i suoi eredi, Leopoldo e Livia, che coniugano la tradizione enologica con le tecniche più innovative.

Attualmente la Tenuta è tra le maggiori aziende del comune, si estende per circa 600 ettari, di cui 125 di vigneto, 70 di oli-

veto, oltre al seminativo e alla parte boschiva. La vendemmia è manuale e la vinificazione si svolge secondo gli usi tradizionali, pur avvalendosi della tecnologia di cui è dotata la nuova cantina, costruita nel 2004. I fiori all'occhiello de *Il Poggione* sono il *Brunello di Montalcino*, da uve raccolte a mano provenienti da vigne con almeno 20 anni d'età, maturato in botti di rovere francese per 36 mesi, quindi affinato in bottiglia. Un vino degno della sua fama in tutto il mondo, dal colore rosso rubino tendente al granato, dal profumo intenso, con note di frutti rossi, dai tannini vellutati e lunga la persistenza aromatica. Da sposare, a tavola, con carni rosse, cacciagione e formaggi stagionati. Poi il *Rosso di Montalcino*, “versione più giovane” e più di facile approccio del *Brunello*, prodotto col

La tenuta Il Poggione e il Brunello, storia di un'antica passione.



100 per cento di uve *Sangiovese* dai vigneti più giovani dell'azienda, matura per 12 mesi in botti grandi e *barriques* prima di trascorrere il suo periodo di affinamento in bottiglia. Forte personalità, va a nozze con sughi di carne, arrostiti e formaggi, specie di media stagionatura.

menu di farine

castagne



64



Tagliatelle di castagne

Ingredienti per 4 persone

- 350 g di farina di castagne ■
- 200 g di farina bianca ■
- 2 uova ■
- 1 cucchiaio d'olio ■
- extravergine d'oliva ■
- sale ■
- 500 g di zucchine ■
- 1 mazzetto di prezzemolo ■
- 1 mazzetto di maggiorana ■
- qualche foglia di basilico ■
- 80 g di pecorino grattugiato ■
- 1 spicchio d'aglio ■
- 100 g di noci ■

Preparazione

Disporre i due tipi di farina a fontana sulla spianatoia, sguisciare al centro le uova, unire l'uovo e una presa di sale. Lavorare gli ingredienti fino a ottenere una pasta soda e omogenea. Stendere in una sfoglia sottile, arrotolare e ricavare delle tagliatelle della larghezza di mezzo cm. Tagliare le zucchine a pezzetti molto piccoli e cuocerle in una padella con 6 cucchiaini d'olio, 2 spicchi d'aglio tritati fini, la maggiorana, il prezzemolo e il basilico tritati e il sale. Aggiungere le noci pestate e il pecorino. Mischiare delicatamente fino a ottenere un composto omogeneo. Cuocere le tagliatelle al dente e condirle con il sugo di zucchine diluite con 2 cucchiaini d'acqua di cottura della pasta.

Preparazione



Costo



1 ora



La dietista

780 Kcal a porzione

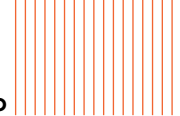
Proteine ◆◆◆ Carboidrati ◆◆◆ Grassi ◆◆◆ Colesterolo ◆◆

Le castagne hanno un profilo nutrizionale molto simile ai cereali, ricche come sono di amido. E dalle castagne secche si ottiene anche un'ottima farina, base per ricche e saporite ricette.



Abbinamento

Valido abbinamento un **Vermentino di Bolgheri**.



granturco



Preparazione

facilissimo L
 facile LL
 medio LLL
 difficile LLLL

Costo

economico
 medio
 alto

**Nutrienti
 quantità/bilancio**

scarso ◆
 adeguato ◆◆
 eccessivo ◆◆◆



Spiedini di polenta fritta

Ingredienti per 4 persone

- 600 g di polenta avanzata ■
- 200 g di formaggio caprino secco ■
- 200 g di pancetta ■
- 1 petto di pollo ■
- 200 g di prosciutto crudo ■
- erba cipollina ■
- rucola ■
- olio extravergine d'oliva ■
- olio per friggere ■
- 1 spicchio d'aglio ■
- 1 foglia d'alloro ■
- sale e pepe ■

Preparazione

Tagliare il petto di pollo a fettine spesse circa 2 cm e cuocerlo con l'olio, l'aglio tritato, l'alloro, il sale e il pepe. Tagliare la polenta a fette spesse circa 1 cm e friggerle. Appoggiare su ogni fetta di polenta una fettina di formaggio, aggiungere l'erba cipollina tritata e avvolgere con la pancetta. Tritare la rucola sui pezzi di petto di pollo, quindi avvolgerli nel prosciutto crudo. Infilare i vari ingredienti su uno spiedino di legno, alternandoli fino a esaurimento. Passare gli spiedini in forno caldo per 2 minuti.

Preparazione

LL

Costo

30 minuti

La dietista //
935 Kcal a porzione

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

La polenta ha perso nel tempo la caratteristica di piatto quotidiano della cucina popolare per diventare un piatto da buongustai, come in questa ricetta, molto calorica. Attenzione alle porzioni.



Abbinamento

Si consiglia un bel rosso giovane doc, **Val di Cornia**, fresco d'annata.

ceci

66



Hummus

Ingredienti per 4 persone

- 600 g di ceci cotti ■
- succo di 1 limone ■
- sale ■
- aglio tritato ■
- peperoncino piccante ■
- olio extravergine d'oliva ■
- pane pita ■
- prezzemolo tritato ■

Preparazione

Tritare nel mixer i ceci con il succo di limone, l'olio, l'aglio, 2 cucchiaini d'acqua e il sale, fino a ottenere un composto omogeneo. Accomodare su un piatto da portata, spolverizzare con il peperoncino e il prezzemolo e servire con il pane pita.

Preparazione Costo



Abbinamento

Abbinare a questa crema una **Malvasia Toscana**, morbida e leggermente profumata.

La dietista

390 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦

Rispetto a tutti gli altri legumi, i ceci contengono una percentuale di grassi un po' più elevata, responsabili del loro gradevole sapore e della consistenza più morbida. Non preoccupiamocene troppo e consumiamoli con regolarità.

Nonostante la storia delle farine affon-
di le sue radici nelle antiche civiltà, è
solo negli ultimi anni che si sta diffon-
dendo l'utilizzo di farine alternative a
quella tradizionale di frumento.

patate



67

Torta di farina di patate

Ingredienti per 4 persone

- 150 g di farina (fecola) di patate ■
- 6 uova ■
- 200 g di zucchero ■
- 1 bustina di vanillina ■
- 1 cucchiaino di lievito per dolci ■
- farina bianca q.b. ■
- mezzo limone ■
- burro ■
- zucchero a velo ■
- sale ■

Preparazione

Sgusciare le uova e separare i tuorli dagli albumi. Monta-
re i primi con lo zucchero ed il succo di limone. Unire la
fecola, la buccia del mezzo limone grattugiata, la vanilli-
na, il lievito e mescolare bene. Montare gli albumi con un
pizzico di sale a neve molto ferma e uniteli poco alla volta
al composto preparato, mescolando dal basso verso l'alto.
Imburrare e infarinare uno stampo di 22 cm di diametro,
versarvi il composto e cuocere in forno già caldo a 180°
per circa 30 minuti. Sformare il dolce, farlo raffreddare e
servirlo spolverato di zucchero a velo.

Preparazione



Costo



40 minuti



Abbinamento

Piacevole abbinamento con
Moscato Naturale d'Asti.

La dietista

866 Kcal a porzione

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

La fecola di patate è l'amido ottenuto per essiccamento
delle patate, molto usato in pasticceria per la sua peculiare
caratteristica di conferire consistenza agli impasti.

1-3 anni

68

4-10 anni



Gnocchetti tricolore

Ingredienti per 2 adulti e 2 bambini

- 800 g di patate lesse ■
- 250 g di farina ■
- 1 uovo ■
- 100 g di spinaci lessati e tritati finemente ■
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro ■
- 2 bustine di zafferano ■
- 30 g di burro ■
- 2 cucchiaini di parmigiano ■
- sale e noce moscata ■

Preparazione

Dopo aver lessato e pelato le patate, passarle nello schiacciapatate, lasciandole cadere su un tagliere di legno. Unire la farina, l'uovo, un pizzico di sale e di noce moscata e amalgamare bene il tutto. A questo punto dividere l'impasto in 3 parti: al primo impasto unire lo zafferano dopo averlo sciolto in un cucchiaino d'acqua; al secondo impasto unire gli spinaci tritati e impastare ancora finché non sia ben amalgamato; al terzo impasto unire il concentrato di pomodoro e impastare ancora. Modellare i tre impasti con le mani per creare dei filoncini, da stendere su un piano da lavoro ben infarinato. Ora formare gli gnocchetti, tagliando a pezzetti regolari ogni filoncino. Portare a ebollizione abbondante l'acqua salata e versare un po' di gnocchetti per volta. Dopo 5 minuti circa, scolare gli gnocchetti con una schiumarola e servirli con il burro fuso e il parmigiano grattugiato.

Proprietà nutrizionali e note

Gli gnocchi sono un primo piatto che piace molto ai bambini. In questa ricetta, oltre all'amido dato dalle patate, ci sono gli spinaci che arricchiscono gli gnocchi di fibra e sali minerali. Il pasto va completato con un secondo leggero, un contorno di verdura e un frutto.

Tortini di miglio crick crock

Ingredienti per 2 adulti e 2 bambini

- 350 g di miglio ■
- 2 cipolle bianche ■
- 2 melanzane ■
- 2 pomodori a grappolo ■
- 1 peperone rosso ■
- 2 zucchine ■
- 1 costa di sedano ■
- 3 cucchiaini di pangrattato ■
- olio extravergine di oliva ■
- sale ■

Preparazione

Prendere il miglio e dopo averlo lavato metterlo a cuocere in una pentola con 1 litro d'acqua e un po' di sale per 25 minuti circa, facendogli assorbire tutta l'acqua. Tagliare a dadini le verdure e tritare finemente le cipolle, lasciandole appassire una padella con l'olio caldo. Quando la cipolla è dorata, aggiungere le melanzane, il sedano e il peperone e fare saltare il tutto. Unire quindi i pomodori, le zucchine e 1/2 bicchiere d'acqua, lasciando cuocere con un coperchio per 15 minuti. Quando le verdure si saranno ammorbidite, aggiustare di sale e unire il miglio cotto. Distribuire quindi il composto in 8 stampini monoporzionati, dopo averli oliati e cosparsi di pangrattato. Cuocere in forno preriscaldato a 180°C per 15 minuti, quindi sfornare e lasciare intiepidire prima di sfornare gli stampini e servirli a tavola.

Proprietà nutrizionali e note

Il miglio è un cereale particolarmente ricco di vitamine del gruppo B e minerali come ferro, fosforo, potassio e magnesio. In questa ricetta viene accompagnato da verdure che aumentano l'apporto di fibra, vitamine e sali minerali. Il pasto va completato con un secondo e un frutto.

lato comica di Gianna Martorella*



Gran... cassa

Oggi è domenica e Silvana è di turno al supermercato. I clienti sono tanti, mamme, bambini, nonni, quasi più degli altri giorni. Non ha fatto in tempo a sedersi alla cassa che arriva il primo cliente, ha un pezzo di pizza in mano e 50 euro nell'altra. Totale spesa 39 centesimi. Sarà dura trovare il resto, sono appena le otto. Dietro di lui una signora con il carrello pieno che al momento di pagare svuota sul rullo il borsellino stracolmo di spiccioli. Ha speso 18 euro e 22 centesimi e Silvana non può certo contarli tutti; così inizia a farlo la cliente, mentre la fila cresce e la gente sbuffa spazientita. È il turno di Ines, tutti i giorni compra tante cose anche il cibo per gatti. Silvana le chiede se ha la tessera e lei: "Per carità, non mi sono mai iscritta a un partito. Tanto sono tutti uguali, promettono e non mantengono". Qualche minuto dopo: "Perché non è passato lo sconto? Perché non ho i bollini?" E Silvana paziente: "C'è bisogno della tessera, appunto..." (faccia dubbiosa della signora). Poi chiede preoccupata alla cassiera: "Ce l'avete l'acqua *Verissima*?" Ma una cassiera non può sapere tutto e, perplessa, si domanda: "Ma quale sarà l'acqua *Verissima*? Che abbia unito i nomi di due marche conosciute? Chissà". Al momento di imbustare le chiede: "Un paio di sacchetti vanno bene?". E lei: "No, meglio due". Silvana annuisce rassegnata... Il conto è pronto, glielo passa e lei sbigottita e incredula: "Non è mio". "Eh!". Ma non serve a niente stupirsi e ribattere, qualche minuto dopo si rende conto e accetta finalmente di pagare, le porge una carta e Silvana le chiede: "Carta

o *bancomat*?" Lei: "Boh, quella che si scrive". "Vuole i bollini?". E lei anche se non le servono li prende lo stesso, così non li dà al signore piazzato dietro di lei che golosamente li guarda e che, di solito, li chiede a tutti. Anche alle signore dell'impresa di pulizie. Mentre sta per congedare la cliente il "signore" sbatte insistentemente sul banco la tessera per attirare la sua attenzione. Ma non sa che sbattere in quel modo la carta è una delle cause di embolo al timpano? Niente da fare. Lui la guarda e le fa una domanda a bruciapelo: "Scusi il *sex service*?". Non ha capito bene, ma lui le ripete la domanda. Sta per rispondere che forse si tratta del *self service*, ma un colpo sulla schiena la fa girare di scatto. È Elide, la signora anziana con il bastone, che per richiamare l'atten-

zione puntualmente dà a tutte le cassiere una bastonata sulla schiena. "Ma l'ascensore è rotto?", urla. Silvana serafica le risponde e poi, a sua volta, le con-

**Storie di varia umanità
senza pagare il biglietto
dello spettacolo.
Benvenuti alla cassa
del supermercato.**

segna *Nuovo Consumo*. Risposta: "No grazie l'ha presa il mi' marito ieri." Ma come? Se esce il primo del mese", pensa Silvana. E il primo del mese è oggi. Una signora per guadagnare tempo inizia a posizionare la sua merce dal carrello sul rullo e piano piano costruisce una specie di torre: formaggio sul pane, le uova sul formaggio, la carne sulle uova, lo stracchino sulla carne e la torre cresce. Fanno tutti così, ma non lo sanno che non si vince nulla pur facendo la torre più alta? Pensa sgomenta Silvana. Ma ormai la giornata giunge al termine. L'ultimo cliente temendo che la cassa sia chiusa si avvicina timidamente a Silvana e le chiede: "Scusi, lei è disponibile?". Bah. ■

Al momento di imbustare le chiede: "Un paio di sacchetti vanno bene?". E lei: "No, meglio due".



***Gianna Martorella** è nata a Piombino (LI), è imitatrice, attrice e scrittrice. Ha lavorato in molte trasmissioni Rai e Mediaset, tra cui *Ci vediamo in tv* con Paolo Limiti e *Ricomincio da due* con Raffaella Carrà. I suoi cavalli di battaglia come imitatrice: Patty Pravo, Raffaella Carrà, Anna Oxa, Milly Carlucci. Nel 2010 è uscito il suo libro autobiografico *Nei panni degli altri*.

Spesso utili, a volte indispensabili, sempre presenti per famiglie di corsa e impegnate a fare economia.

Cari nonni del Terzo Millennio, che troppo di frequente giocano il ruolo di genitori.

Nonnostante

■ **Barbara Autuori**

Vegliano sui cuccioli di famiglia. Li aiutano a scoprire il mondo, li accompagnano nella crescita, li sostengono e consolano proteggendoli con tutto l'amore del mondo. Veri e propri angeli custodi, i nonni di oggi sono uno dei pilastri fondamentali su cui poggiano le famiglie con figli piccoli e meno piccoli. «Psicologicamente fondamentale per lo sviluppo del bambino, la figura del nonno è la sintesi perfetta del compagno di giochi dotato di tutta la saggezza che deriva dall'esperienza di una vita», spiega la psicoterapeuta dell'infanzia e dell'adolescenza **Manuela Arenella**, che risponde alle domande e ai dubbi di nonni e nonne (e non solo) sul sito www.noinnonni.it.

Magnifica presenza

Un compito insostituibile che, tuttavia, viene messo da parte sempre più spesso finendo seppellito da bisogni più urgenti. Il nido troppo costoso, la *baby sitter* giovane e inesperta, i borselli delle famiglie sempre più leggeri. «La presenza costante e quotidiana dei nonni nella cura



La Festa dei nonni è stata introdotta in Italia come ricorrenza civile con la Legge 159/2005 "quale momento per celebrare l'importanza del ruolo svolto dai nonni all'interno delle famiglie e della società in generale". Viene festeggiata il 2 ottobre, giorno in cui la chiesa cattolica celebra gli Angeli Custodi.

dei nipoti – continua la psicoterapeuta – spesso si trasforma in una sostituzione *tout court* dei genitori che impedisce agli anziani di famiglia di svolgere la loro funzione tradizionale». Costretti a farsi carico della *routine* dei propri nipoti, i nonni si ritrovano così a imporre loro regole e condotte che fanno fatica a far rispettare. «Superata ormai l'età di essere genitori, i nonni sono sotto il profilo psicologico e fisico cedevoli nei confronti dei piccoli dei quali non sempre riescono ad arginare le richieste», chiarisce l'esperta. Non è raro allora che, davanti a bambini capricciosi e viziati, si punti il dito accusatore proprio contro quelle figure familiari alle quali si ricorre per crescere i propri bambini. Un processo che, però, vede sul banco degli accusati spesso le persone sbagliate. «In realtà – rileva Arenella – il problema non sono i nonni, ma i genitori dei bambini che tendono a delegare ai loro padri e madri la crescita dei figli».

Fuori ruolo

Ancora dipendenti sotto il profilo psicologico dalla famiglia d'origine, i genitori di oggi sono incapaci di essere le prime figure educative di riferimento. «In presenza di figli adulti che fanno fatica ad assumere il proprio ruolo di genitori, i nonni fanno quello che possono – sottolinea Arenella –, ma il risultato sono spesso bambini non ascoltati, solo accontentati». Per il bene dei più piccoli appare allora indispensabile riappro-

Genitori & nonni...

...agitare bene prima dell'uso.

Con i nonni "a tempo pieno" è fondamentale condividere in anticipo le regole educative da trasmettere ai bambini. Le eccezioni concesse dai nonni sono ammesse, ma vanno sempre esplicitate e motivate davanti ai piccoli. In presenza di nonni e genitori i bambini devono avere chiaro che sono mamma e papà a comandare. Anche se in disaccordo, i nonni devono fare un passo indietro. Con i nipoti adolescenti i nonni possono giocare il delicato ruolo dei confidenti rendendosi disponibili all'ascolto e, soprattutto, senza colpevolizzarli se sembrano essersi dimenticati dei loro "vecchi" compagni di giochi.

priarsi del proprio ruolo di genitore sia quando sono i nonni ad "usare" i nipoti per tenere legati a sé i figli ormai adulti, sia quando sono quest'ultimi a sentirsi in debito a causa dell'aiuto che chiedono. «Fare il genitore – conclude l'esperta – comporta una considerevole responsabilità e insieme un grande orgoglio, al quale non si può e deve rinunciare, nemmeno di fronte al rischio di "offendere" i propri vecchi». ■

Punti fermi

In famiglia e in comunità, come si fa senza nonni?

Preziosa non solo per le rispettive famiglie di riferimento, ma per l'intera collettività, la figura del nonno viene rivalutata anche in chiave sociale. Sono sempre di più, infatti, i Comuni che fanno ricorso ai cosiddetti *Nonni della comunità*, anziani in buona salute disponibili, nella loro città o quartiere, a doposcuola, accompagnamenti, attività del tempo libero e così via. In alcune città è partito da poco il progetto pilota *Nonni Favolosi* che consiste nel far entrare in alcune classi della scuola dell'infanzia e primaria un nonno che racconta una favola. Perché i sogni dei più piccoli vengano amorevolmente guidati dalla voce calda e rassicurante della saggezza.

Vecchio Stivale...

I grandi numeri degli anziani d'Italia.

Secondo le ultime valutazioni Istat, i nonni italiani costituiscono un vero e proprio esercito – **oltre 11 milioni e 500mila** –, pari al **33,3 per cento** dei cittadini dai 35 anni in su. Con una componente femminile più alta di quella maschile (**37,5 per cento** contro **28,4**), i nonni di oggi sono in proporzione al numero dei nipoti molto più numerosi di trent'anni fa tanto che i bambini delle ultime generazioni possono spesso contare su tutte e quattro le figure. Da una ricerca del Censis sullo stile di vita della popolazione anziana risulta inoltre che gli ultrasessantenni italiani pongono al primo posto una vita attiva (**51 per cento**) seguita a breve distanza (**46,1 per cento**) dalla voglia di mantenere rapporti con i giovani e i nipoti.



Chiave di lettura

LO SGUARDO DEI NONNI

Ritratti generazionali

A cura di Liliana Dozza e Franco Frabboni
curatori dei vari contributi
Franco Angeli Editore 2013 (pp. 176 - euro 23)

Essere nonni è un istinto naturale, ma anche un "mestiere educativo" che va appreso di giorno in giorno. Proponendosi come strumento di supporto e stimolo per quanti vogliono riflettere sulle valenze pedagogiche dell'essere nonne e nonni, il libro sottolinea l'importanza di queste figure come ponti fra generazioni e custodi delle radici dell'identità.



tempi moderni di Rita Nannelli

Discussione

accesa

Si accende la Tv e si spegne (o va in stallo) lo sviluppo cognitivo e sociale dei bambini in età prescolare, soprattutto se la guardano nella loro cameretta, ma anche se esposti al rumore di fondo dell'apparecchio di casa, "ingombrante" per il loro cervello. Dallo studio della Ohio State University uscito sul "Journal of Communication" emerge che la Tv accesa limita lo sviluppo delle funzioni neuropsicologiche importanti perché i più piccoli imparino a capire gli altri e a rapportarsi con loro. Maggiore è il livello di esposizione alla Tv – risulta dai test fatti dai ricercatori – minore

è la capacità del bambino di capire pensieri e modi di fare di chi gli sta di fronte, indipendentemente dall'età e da fattori socioeconomici che possono, va da sé, rallentare o accelerare il suo sviluppo cognitivo e sociale. Risultati a uso e consumo dei genitori per stabilire delle regole come, ad esempio, quella di non accendere la Tv durante i pasti, la sera per stimolare il sonno o la mattina prima di andare a scuola.

In questo frangente

Frangia estremista? Non è detto. Scallata, dritta, lunga o cortissima, laterale simile a un ciuffo, a ogni volta la sua.

In abbinamento con capelli lunghi e sciolti stile Anni Settanta oppure con un'acconciatura raccolta e un tocco rétro, modello Audrey Hepburn che in fatto di frangetta – e non solo – ha fatto scuola. E le più inquiete, tricolormente parlando, possono sperimentare le varie versioni, iniziando con una frangia corta, poi facendola crescere, per portarla prima dritta e infine scalata. Frange per un anno...



Sempre e comunque disponibile, benevolo e compiacente, pronto a giustificare offese e inganni. Ma nella sostanza un narcisista, un po' immaturo, controllato e indifferente, incapace di accettare il lato oscuro di sé. Quanto di "cattivo" c'è nel buonista.

Cattivissimo **me**

■ **Rita Nannelli**

Ostentazione di buoni sentimenti, di tolleranza e benevolenza verso gli avversari, o nei riguardi di un avversario, specialmente in politica. Così il vocabolario definisce la parola "buonismo", comprensione e disponibilità a oltranza che vista con gli occhi dello psicologo è in realtà una forma narcisistica della bontà. Vale a dire il lato cattivo delle buone azioni.

Bonus-malus

Ma come si riconosce il buonista? "Mi tratta male perché in realtà vuole spronarmi"; "Si arrabbia con tutti ma

in fondo è un buono"; "Non lo fa apposta: è il suo modo di essere". Ecco le frasi tipiche di chi a ogni costo vuole vedere negli altri, anche quando gli mettono i piedi in testa, lo offendono o lo ingannano, intenzioni positive; se le parole volano grosse per il buonista pesano poco e le conseguenze dei gesti non sono mai inesorabili né tantomeno definitive. Insomma fa sempre buon viso a cattivo gioco, mentre la risposta più naturale sarebbe una critica perentoria o una porta sbattuta. Disponibile, tollerante, sempre e comunque: quello che sembra un buoncostume, non è altro, per gli esperti, che una forma di autocompiacimento perché il buonista si sente l'unico

a scovare la vera essenza – ovviamente buona – di qualcuno che agli occhi di chiunque altro appare, invece, un poco di buono... «Quando faccio del bene sempre e comunque, quando penso "troppo" agli altri, in realtà lo faccio per me, per essere al centro dell'attenzione –

risponde **Mariacandida**

Mazzilli, psicologa e psicoterapeuta, responsabile del sito

www.psicologiadonna.it.

Il buonismo è quindi un'espressione del narcisismo, e questo spiega la grande diffusione di simili atteggiamenti nella società contemporanea in cui domina il culto eccessivo della personalità e il bisogno di mettersi in mostra, di essere notati».

Bontà loro

Si tratta, in fondo, di una maschera: l'immagine del "candido", che non critica mai, che non ha slanci aggressivi, così condiscendente da risultare stucchevole, serve fin da bambino a farsi accettare dagli altri.



Detto in altre parole: salvare l'immagine dell'altro è un po' come salvare la propria. Ma un approccio così acritico e giustificante attira persone che se ne approfittano, sapendo che qualsiasi cosa facciano saranno capiti, perdonati, persino valorizzati. Tentando di giustificare sempre chi non lo merita, contro ogni evidenza fenomenologica, si finisce poi per irritare chi ci sta accanto e si comporta bene e per perdere di vista la linea di confine tra giusto e sbagliato. Troppo buoni e l'istinto naturale che ci fa annusare il pericolo, che ci fa sentire a pelle se uno ci inganna, è offuscato, non si vedono le cattive intenzioni altrui anche quando sono sotto gli occhi di tutti. Gli psicologi spiegano quest'ingenuità con l'associazione di due meccanismi psichici inconsci: la proiezione e la negazione. Si proietta di continuo la propria buona fede sugli altri, cioè la si attribuisce a chi si ha di fronte, a prescindere da chi è, arrivando a giustificare qualsiasi sua azione. Con la negazione ci si difende da un'immagine dell'altro che potrebbe essere troppo dolorosa o difficile da accettare e affrontare, negandola *in toto*.

Buonuscita

Candido e anche un po' immaturo perché non vuole accettare il lato "oscuro" di chi ha intorno e di se stesso. Proprio come un bambino, che spera che il cattivo non esista e che tutti siano buoni.

Nasconde a se stesso, perché li ritiene inaccettabili, i piccoli moti di invidia, di rabbia o di odio: desiderare il successo o la ricchezza altrui lo fa sentire meschino e fragile, mostrarsi iroso compromette l'ideale di persona al di là del bene e del male a cui si vorrebbe somigliare. Perché, a dispetto delle apparenze, il buonista non è sensibile e sentimentale, ma razionale e indifferente, capace com'è di controllare le emozioni dal profondo, fino a non sentirle più. «Il vero altruista, infatti, pensa prima a sé, in una sorta di sano egoismo – spiega Mazzilli – e poi riesce a dare qualcosa, non tutto, agli altri. Bisogna riuscire a voler bene prima di tutto a se stessi». Allora il modo migliore di essere buoni davvero è ascoltare le voci di dentro e imparare ad esprimerle, accettando anche gli aspetti scomodi della propria natura. A costo di sembrare un po' cattivi. ■

Panegirico

Napoletano trapiantato a Parma, piccolo imprenditore, 53 anni, Luigi Martuscello è il presidente di *Pane e Vita onlus* (www.paneevita.org), associazione che due

Un camper di volontari che distribuiscono pasti caldi ai senzatetto per le strade di Parma. E l'esempio dell'associazione Pane e Vita è già stato seguito.

sere a settimana scende nelle strade della città emiliana per offrire un pasto caldo all'invisibile popolo dei senza fissa dimora.

Come e quando nasce Pane e Vita?

«Ho sempre considerato Parma un'isola felice: qualche anno fa, però, quasi per caso scopro che ci sono ben due mense per i poveri, entrambe chiuse di domenica. Così nel 2006 in sei o sette tra amici e conoscenti ci offriamo di garantire da volontari l'apertura di una di queste anche nei giorni festivi. Ad inizio 2007, per problemi con chi gestisce la mensa, decidiamo di continuare questa distribuzione dei pasti spostandoci in strada e strutturandoci come associazione vera e propria.

Perché proprio in strada?

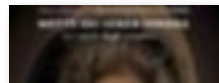
«Alla mensa dei poveri ci siamo accorti che a venire erano soprattutto i senza fissa dimora: con il nostro camper potevamo essere noi ad andare da loro e non viceversa. Poiché la solidarietà è contagiosa, da qualche tempo siamo stati seguiti da altre associazioni di volontariato: con la *Pubblica Assistenza*, la *Comunità di S. Egidio* e i *City Angels* i pasti ai senzatetto della città sono garantiti sei giorni su sette».

Come vi finanziate?

«Con le nostre risorse abbiamo acquistato il camper e paghiamo la quota a un *Banco alimentare* locale che ci fornisce anche il cibo fresco. Per il resto ci affidiamo all'aiuto della persone comuni, soprattutto per quanto riguarda il vestiario che distribuiamo spesso insieme ai pasti. Presto avvieremo una raccolta fondi più organizzata anche perché la comunità dei senza fissa dimora è in continuo aumento: dal nostro censimento sul campo a Parma ne abbiamo stimato tra i tre e i quattrocento».

Un sogno nel cassetto.

«Aprire un dormitorio in città che possa magari essere autogestito dagli stessi utenti, ma anche una struttura che accolga bambini in difficoltà. Il mio sogno personalissimo, invece, è di potermi dedicare agli altri a tempo pieno per restituire un po' della fortuna che ho avuto nella vita». ■



Reti che trasmettono on line, diversi servizi, come gli streaming di Rai e Mediaset, già molto seguiti, nuove piattaforme in arrivo anche in Italia. Il futuro della Tv passa da internet?

74 Canale di **trasmissione**

■ **Jacopo Formaioni**

Antenne, decoder, parabole, digitale terrestre, schermi 3d, alta definizione. Tutta qui la televisione? Pare proprio di no. Perché ormai sono in molti a pensare che il suo futuro passi per *internet*: un nuovo modello di Tv con tutte le potenzialità per rivoluzionare la regina dei *media*. Da una recente ricerca dell'agenzia *Deloitte* circa il 58 per cento degli italiani preferisce il *web* alla televisione tradizionale, utilizzando *smartphone* e *tablet*. Va da sé che la vecchia Tv corra ai ripari e cerchi rifugio in rete.

Guida Tv

Sono molti i servizi che permettono di vedere i programmi preferiti tramite il *web*. *Rai.tv* permette di accedere all'intera programmazione *Rai*, televisiva e radiofonica; in più con la sezione *Rai Replay* è possibile vedere in *streaming* tutti i programmi che ci siamo persi, mentre l'*on demand* offre altre migliaia di ore di trasmissioni. La proposta del servizio pubblico sembra riscuotere successo, considerando i 390 milioni di pagine visualizzate nella prima metà del 2013 e le

3 milioni di *app* di *Rai.tv* scaricate. Anche *Mediaset* ha la propria piattaforma *web*, *VideoMediaset.it*: sul portale sono visualizzati circa 1 milione di *video* al mese e l'*app* dedicata conta oltre 2 milioni di *download*. *Sky*, oltre al servizio *on demand*, disponibile collegando il *decoder* a *internet*, offre gratuitamente ai 5 milioni di abbonati l'*app Sky Go* per *notebook* e altri dispositivi mobili, con cui possono gustarsi sempre e ovunque i loro programmi preferiti. Tutti servizi che stanno avendo fortuna in Italia, anche se ostacolati dalla mancanza di un collegamento *internet* adeguato: senza la banda larga risulta difficile scaricare velocemente i contenuti con una qualità pari a quella televisiva. Ma le premesse per lo sviluppo del settore sembrano esserci tutte. *Sky*, per esempio, ha in cantiere un nuovo ambizioso progetto, *River* (al momento in cui scriviamo), in uscita in questi primi mesi dell'anno: contenuti sul *web* senza le caratteristiche che da sempre contraddistinguono *Sky*, parabola, *decoder* e abbonamento. Tutto possibile grazie a un'applicazione, compatibile con i dispositivi mobili, televisori "connessi" e *console* di videogiochi, che permetterà di accedere ai contenuti preferiti quando si vuole e pagando solo quello che si sceglie di vedere, senza essere abbonati.

In ottima piattaforma

Sul fronte *pay* anche *Mediaset* è quasi pronta per il debutto di un servizio *streaming* Tv aperto a tutti: oltre 5mila titoli di cinema e 4mila serie televisive, il tutto a 10 euro al mese. *Mediaset*, *Rai* e la Tv-fiume di *Sky* si propongono di anticipare l'arrivo di altre piattaforme simili che in paesi come gli Usa stanno riscuotendo un grande successo. Quando sbarcheranno in Italia e nel resto d'Europa la battaglia per il controllo sarà senza esclusione di *bit*, tra i *leader* del



settore come *Netflix*, *Hulu* e *Amazon*. La prima è nata nel 1998 come servizio di noleggio di *dvd*, recapitati a casa per posta con un abbonamento forfettario; oggi vanta 30 milioni di utenti e fornisce loro, principalmente in *streaming* e al costo di 16 dollari al mese, circa 3,14 *petabyte* (1 *peta* = 1 milione di *giga*) di contenuti all'anno, tra film,

serie televisive, programmi ecc. *Hulu* è una piattaforma gratuita con pubblicità e con un servizio *Plus* a pagamento che vanta ben 4 milioni di utenti; tra i proprietari c'è anche la *Disney* così che *Hulu* offre un catalogo molto vasto, pur non avendo la stessa diffusione di *Netflix*. Lo store digitale *Amazon* ha il servizio *Amazon Prime*, in teoria l'avversario più temibile per *Sky*, *Rai* e *Mediaset*, visto la sua già grande popolarità in Italia e in Europa.



serie televisive, programmi ecc. *Hulu* è una piattaforma gratuita con pubblicità e con un servizio *Plus* a pagamento che vanta ben 4 milioni di utenti; tra i proprietari c'è anche la *Disney* così che *Hulu* offre un catalogo molto vasto, pur non avendo la stessa diffusione di *Netflix*. Lo store digitale *Amazon* ha il servizio *Amazon Prime*, in teoria l'avversario più temibile per *Sky*, *Rai* e *Mediaset*, visto la sua già grande popolarità in Italia e in Europa.

Annessi e connessi

È in arrivo una Tv più "social", con spettatori sempre più coinvolti? «Con il *web* c'è un altro schermo con il quale godere dell'offerta tradizionale. In Italia non esistono ancora produzioni nate su e per *internet* che abbiano spostato masse di telespettatori – spiega **Mariano Sabatini**, giornalista e critico televisivo di *Tiscali Notizie* e *Televisionando* –. Gli stessi editori televisivi sono i primi a condividere su *YouTube* o sui siti aziendali i contenuti più attraenti. Gli autori vogliono stupire chi guarda, attirarlo e seguirlo quando dal televisore passa allo schermo di un *notebook*, di un *tablet* o di uno *smartphone* – continua Sabatini –. *Sky Go* e gli *streaming* di *Rai* e *Mediaset* sono strumenti di libertà, ciascuno può costruire il suo palinsesto, ma con i nuovi mezzi, forse, perderemo il gusto dell'attesa e sarà sempre più difficile che gli appuntamenti televisivi abbiano il carattere di evento». Sembra avvicinarsi la fine della televisione tradizionale... «Per molto tempo ancora continuerà a esercitare un potere di condizionamento dei gusti e dei costumi – ritiene Sabatini –. Il *web* senza le immagini della Tv, al momento, sarebbe molto meno interessante. Troveranno un punto d'incontro all'insegna della civile convivenza. La parola d'ordine è interconnessione». ■

Per vie traverse

È responsabile di tutto quello che gira sul Pianeta, dei venti attorno agli uragani, della direzione degli alisei, della traiettoria delle correnti marine, e non solo. C'è chi dice che sarebbe addirittura all'origine del senso nel quale giriamo nei supermercati, nelle rotatorie, sulle piste di atletica ecc. La rotazione del cucchiaino nel caffè

sembra l'unica eccezione alla regola. La forza di *Coriolis* – descritta matematicamente nel 1835 dall'ingegnere francese Gaspard-Gustave Coriolis – non è

Con l'effetto Coriolis la retta via non è quella giusta. Ed ecco perché tutto gira.

in realtà una vera forza, come la gravità o l'elettromagnetismo, ma la risultante della combinazione di due movimenti – una traslazione e una rotazione – che devia a destra, nell'emisfero nord, qualsiasi oggetto diretto sud/nord (a sinistra nell'emisfero sud). Vista la forma sferica della Terra, infatti, non tutti i suoi abitanti si spostano alla stessa velocità: un residente di Quito (capitale dell'Equatore) percorre tutti i giorni circa 40mila chilometri, mentre un esquimese al polo nord non si sposta, non fa altro che girare su se stesso. La velocità dipende, quindi, dalla latitudine e se un oggetto scende da nord a sud (nell'emisfero boreale) avrà quindi a che fare con un aumento crescente della velocità. Come succede su una giostra quando dal centro vogliamo raggiungere la periferia: ci sentiamo devianti nel senso opposto alla rotazione. Un effetto questo trascurabile nella vita di tutti i giorni, ma le sue ripercussioni non sono secondarie, perfino determinanti, quando gli spostamenti sono lunghi e veloci. Come in aereo. L'effetto *Coriolis* deve essere preso in considerazione nel calcolo della rotta di un velivolo perché durante il viaggio il suolo si sposterà a velocità diversa rispetto al mezzo. Senza correzione di traiettoria, dunque, i passeggeri dall'Africa del Sud con destinazione Roma non atterreranno mai a Fiumicino, ma a Madrid. Per cui, se la retta è la linea più breve fra due punti, non è sempre la più diretta. ■



Gaspard-Gustave Coriolis
1792-1843



Di moda, ma soprattutto salutare, se fatta a regola d'arte...culinaria anche gustosa. Parola di Simone Salvini, uno degli chef più apprezzati della cucina vegetariana.

Vivi e vegetariani

76

■ **Maria Antonietta Schiavina**

Eliminare molti ingredienti alla base dell'alta cucina non è una limitazione per il gusto e il piacere, anzi, può essere proprio la chiave per trovare nuove combinazioni. A suggerirlo è lo chef **Simone Salvini**, autore del libro *I dolci della salute* (Mondadori), che porta la prefazione di Angela Terzani Staude, vedova del grande giornalista Tiziano Terzani, scomparso nel 2004. Salvini è uno dei più apprezzati chef della cucina vegetariana e vegana, un modo di alimentarsi che sta prendendo piede soprattutto fra i giovani e che, a detta degli esperti, incide in modo positivo sulla salute.

Vegetarianesimo e veganesimo. Per chi li pratica una scelta di vita, per gli altri solo una moda. Lei cosa ne pensa?

«Può darsi che si tratti di moda, ma la moda, oltre che curiosità, è anche sinonimo d'intelligenza. Sta poi a me, e ai miei colleghi chef, renderla più duratura possibile e far capire che dietro c'è anche un'alimentazione più salutare».

Questo modo di alimentarsi viene spesso associato a una dieta poco appetitosa. Vero o falso?

«In certi casi vero, poiché spesso nelle cucine dei ristoranti vegetariani lavorano persone che non hanno maturato

esperienze specifiche, che provengono da altri percorsi, e decidono di mettersi ai fornelli perché spinti dalla passione. Ma la passione non basta per fare un salto qualitativo: occorrono tecnica e competenze specifiche. Io vengo dal *Joia* – ristorante di Pietro Leemann (lo chef-filosofo, unico “maestro” stellato per i suoi piatti vegetariani, ndr), un'ottima scuola che mi ha aiutato a diventare più curioso e creativo».

Oggi i vegetariani e soprattutto i vegani sono ancora una minoranza. Pensa che il loro numero sia destinato a salire?

«Secondo uno studio sulle abitudini alimentari all'interno delle mense universitarie, il 13 per cento degli studenti mangia vegetariano e, quando può, anche vegano. Il numero perciò è destinato a salire e questo farà senz'altro bene anche al Pianeta».

Quando ha scelto di cancellare dalla sua dieta gli alimenti di origine animale?

«A 22 anni. E a 29 ho deciso che sarei diventato uno chef vegetariano».

Qual è in cucina il suo ingrediente preferito?

«La zucca gialla, con tutte le sue possibili trasformazioni: dall'antipasto fino al dolce».

A cosa s'ispira quando inventa ricette?

«Alla natura, a un'atmosfera, a un gusto, ma anche all'emozione, che cerco sempre di trovare in tutto quello che faccio».

Quanto conta il biologico nella sua cucina?

«Moltissimo. Ma dovrebbe contare per tutti, poiché per noi occidentali il biologico è una scelta di protezione dell'ambiente e di qualità degli alimenti».

Cosa ne pensa dei vegani integralisti?

«Non li condivido. Loro non accettano nemmeno le secrezioni degli animali come il miele, non mangiano i tartufi perché per trovarli i cani devono essere bastonati, non indossano accessori di cuoio e maglioni di lana e io non la penso così. Sono anche convinto che chi vive in zone dove si è obbligati a mangiare carne perché non crescono vegetali, o dove servono pelli per coprirsi dal freddo polare, non può seguire la filosofia vegana, che si abbraccia dove è possibile scegliere ed evitare, per esempio, l'allevamento intensivo».



Chi è Simone Salvini

Fiorentino, vegetariano da moltissimi anni. Classe 1969 comincia prestissimo in laboratori artigianali (pastai, pasticci, pasticcerie) e dopo diverse esperienze all'estero, dal 2005 è capo chef della cucina del ristorante *Joia* di Pietro Leemann in Milano dove elabora piatti vegetariani riconosciuti con una stella

Michelin. Dal 2009 è anche chef docente dell'Associazione Vegetariani Italiana e dell'Istituto Europeo di Oncologia di Umberto Veronesi. A Roma è a capo del ristorante *Ops* dove si mangiano gustosi

piatti vegani pagando a peso. E, per Mondadori, oltre a *I dolci della salute*, ha pubblicato *Cucina vegana* con prefazione di Umberto Veronesi e Pietro Leemann.



Quali sono i legumi da usare per cucinare piatti gustosi che possano sostituire carne, pesce, formaggi e uova?

«Piselli, ceci, lenticchie, lupini, cicerchie, fave... l'importante è prediligere legumi di stagione e del proprio territorio. E, se si hanno problemi di digestione, scegliere legumi piccoli, più digeribili: per esempio i fagioli con l'occhio».

In tempi di crisi però decidere di mangiare vegano non è un po' troppo elitario?

«Direi di no. Basterebbe mangiare meno, evitando cibi superflui o poveri di sostanze come, per esempio, quelli a base di farina bianca, e acquistare meno prodotti, ma di qualità maggiore: più freschi e biologici o coltivati con regole biodinamiche. Insomma è tutta una questione di scelta, che nel cibo oggi più che mai è quasi un dovere». ■

Gnocchi colorati senza glutine ripieni di tofu affumicato

Ingredienti per 4 persone

200 g di patate di montagna (farinose)

90 g di fecola di patate

1 vasetto di yogurt di soia al naturale

10 g di purea di spinaci

10 g di purea di barbabietola

1/2 bustina di zafferano

5 g di semi di papavero

100 g di tofu affumicato tagliato a cubetti

maionese alla barbabietola

olio al peperoncino

Preparazione In un colino rivestito con un panno di lino mettete a scolare lo yogurt di soia per una notte, affinché assuma la consistenza di una crema piuttosto densa e compatta. Lessate in acqua salata le patate con la buccia. Pelatele, passatele al setaccio e dividete la purea così ottenuta in tre parti uguali. Unite a un terzo della purea 15 g di yogurt denso, 30 g di fecola di patate e la purea di spinaci. Unite a un altro terzo di purea 15 g di yogurt denso, 30 g di fecola e la purea di barbabietola. Unite

all'ultimo terzo di purea 15 g di yogurt denso, 30 g di fecola, lo zafferano e i semi di papavero. Salate leggermente e impastate con le mani per alcuni minuti i tre composti. Formate una palla e lasciateli riposare per 1 ora. Dai tre impasti modellate delle palline di 20 g circa, inserendo in ognuna un cubetto di tofu affumicato. Cuocete gli gnocchi separatamente in acqua salata per 4 minuti e serviteli ancora caldi conditi con l'olio al peperoncino. Decorate con una piccola "goccia" di maionese alla barbabietola.

Ricetta tratta da *Cucina vegana*
di Simone Salvini (Mondadori, 2012)

Persone di fiducia

MafiaLeaks [www.mafialeaks.org] è la piattaforma italiana messa *on line* da un gruppo di attivisti anonimi a partire dall'autunno scorso. Lo scopo della piattaforma è circoscritto e ben focalizzato: raccogliere informazioni relative alle attività delle organizzazioni criminali italiane da talpe interne o da vittime di queste organizzazioni o da chi per i motivi più disparati sa qualcosa e poi girare le "soffiate" a quelle che la piattaforma stessa definisce "persone fidate", cioè a un gruppo ristretto e selezionato di giornalisti, *blogger*, attivisti, *media* e rappresentanti delle forze dell'ordine. Il tutto all'insegna del massimo grado di anonimato, così da permettere a chi vuole collaborare di farlo senza temere per la propria incolumità. Il primo passo è installare sul proprio computer il noto *software* anonimizzante *Tor* [www.torproject.org], per proteggere i dati della propria connessione e con essi la propria identità. Dopodiché ci si collega all'indirizzo che trovate segnalato sul sito e si segue la procedura per specificare che tipo di fonte siete e la natura delle informazioni che fornirete. Per esempio – e cito dal sito – "informazioni relative alla localizzazione di esponenti di *clan* mafiosi e al ritrovamento dei conti correnti riconducibili ad attività di tipo mafioso" o relative a "eventuali trattative stato-mafia passate o presenti" oppure "a traffico di droga, armi, riciclaggio di denaro, corruzione, individuazione di pubblico ufficiale al soldo della mafia, traffico di rifiuti, turbativa di gara d'appalto, omicidio, intimidazione, evasione, estorsione, usura". Le informazioni fornite rimarranno sul sito per 20 giorni: questo è il tempo che le persone fidate hanno a disposizione per prendere visione e scaricare il materiale. Poi tutto verrà automaticamente cancellato. Passo fondamentale sarà scegliere a quali "persone fidate" far pervenire la vostra testimonianza anonima, selezionandole da un'apposita lista. Al momento in cui scrivo, questa lista è estremamente stringata: comprende due giornalisti de *Il Fatto Quotidiano*, Antonella Beccaria e Lirio Abbate, e le redazioni di due *media* (*Il Fatto Quotidiano* stesso e l'emittente Tv antimafia *Telegato*). Ma c'è da aspettarsi che questa lista sia destinata ad allungarsi. ■

In cambio

Che fare del biglietto del treno se per un imprevisto non potete più partire? Viene in aiuto il sito *ScambiaTreno* [www.scambiatreno.it], che è l'evoluzione di un omonimo gruppo Facebook di grande successo. Sia sul gruppo che sul sito i viaggiatori ferroviari in possesso di biglietti del treno non più adatti alle loro esigenze se li scambiano e li rivendono tra sé, in una specie di mercatino autorizzato utile ad aggirare i lacci e laccioli delle offerte speciali ferroviarie italiane.



Nessuna novità

78

Magnifici paesaggi associati a un prodotto. Spesso la scelta è forzata, ma nello spot della Novi la montagna si sposa bene col cioccolato, secondo lo stesso schema da anni.

Non c'è molto di nuovo nell'ultimo spot del cioccolato Novi: lo schema è quello usato dalla marca per tanto tempo. Se non fosse che il genere a cui appartiene – quello degli spot che utilizzano le bellezze del paesaggio per promuovere un prodotto – si trova al centro di una nuova polemica. “Ma di chi sono i paesaggi, chi può fotografarli?” – si chiede Salvatore Settis su *Repubblica* del primo dicembre 2013 –. Sindaci e assessori si sdegnano se *McDonald's* o *Monsanto* li usano come sfondo per la pubblicità, per giunta senza chiedere autorizzazioni”. Il fatto da cui parte tutto è che il sindaco di San Quirico d'Orcia, un incantevole paese della campagna senese, il cui paesaggio è stato utilizzato a più riprese come *location* per annunci pubblicitari – ultimo caso quello appunto della *McDonald's* – ha recentemente stabilito un regolamento per le attività di ripresa fotografica e video a fini commerciali che prevede la richiesta di una autorizzazione al Comune. La polemica è molto accesa; ma c'è da chiedersi in più se in ogni caso l'utilizzo di magnifici paesaggi – certamente un valore in sé, da associare al prodotto – è giustificato dal contenuto dell'annuncio pubblicitario e adatto al prodotto stesso. Spesso

è pretestuoso; forse non lo è del tutto proprio per l'ultimo spot della Novi, in cui viene reclamizzato un cioccolato fondente. Nello spot si vedono due ragazzi, lui e lei, che scalano una vetta rocciosa. Lui, più in alto, tiene la tavoletta di cioccolato nella tasca dello zaino; quando questa scivola via, lei la prende al volo. Sono arrivati sulla cima da cui si gode uno strepitoso panorama sulle Tre Cime di Lavaredo, simbolo stesso delle Dolomiti. C'è allora lo scambio di battute divenuto ormai celebre: «Svizzer?», chiede lei. «No, Novi», risponde lui. E se lo sgranocchiano con grandi sorrisi d'intesa. Certo agli uomini del *marketing Novi* piacciono molto le Dolomiti. Nella vecchia versione dello spot i protagonisti erano due uomini, che non si conoscevano e arrivavano contemporaneamente su una vetta delle Tofane. Uno offriva all'altro la barra di cioccolato e anche questo gli chiedeva, con accento tedesco, «Sfizzer?», ottenendo la stessa risposta. Dunque la battuta del nuovo spot è contemporaneamente una ripresa e una citazione. Ma è congruo il cioccolato con la montagna? La base dell'argomentazione è che il cioccolato è un prodotto energetico, facile da portarsi nello zaino. Ma qui è presentato soprattutto come un pretesto per la socializzazione (e forse qualcosa di più, nell'ultima versione), oltre che per promuovere un valore nazionale di contro a un'eccellenza riconosciuta alla Svizzera. Le Dolomiti sono il *setting* utopico di questo scontro di valori. ■



tele obiettivo di Beatrice Ramazzotti

Momenti di gloria

In un paese in cui le donne (e gli uomini) che non hanno ancora messo al mondo un figlio vengono spesso guardate con sospetto c'è un momento in cui quelle stesse persone vivono

una specie di rivincita sociale. È la mattina seguente la puntata di *Sos Tata*, il programma di La7 in cui famiglie sull'orlo di una crisi di nervi ospitano educatrici dell'infanzia vestite come hostess della Ryanair. La tata di turno (quella anziana e severa, la sorridente e gigantesca o la piccola bionda

che tutti i papà sperano tocchi loro in sorte) cerca di mettere in pratica regole pedagogiche di base tra bimbi che strillano, genitori stressati e nonni invadenti. La mattina dopo *Sos Tata*: l'unico, rapido momento in cui non avere figli viene considerata un'astuzia e non una maledizione.

RACCOLTA PUNTI 2014 VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO



made in Italy

ACCIAIO
316/316L steel



SERIE TUMMY

GARANZIA
25
anni

SERIE STORICA CHE HA CONTRIBUITO A DECRETARE IL SUCCESSO DEL NOME BARAZZONI, TUMMY SI DISTINGUE PER LA SUA FORMA BOMBATA E PER LA COMBINAZIONE DELLA FINITURA LUCIDA E SATINATA. GLI ARTICOLI DELLA LINEA TUMMY SONO STATI AGGIORNATI NEL CORSO DEGLI ANNI PER ADATTARSI AI PIÙ ATTUALI CANONI ESTETICI E FUNZIONALI. IDONEA PER TUTTE LE FONTI DI CALORE.

FEBBRAIO



Tegame Ø 26 cm

prezzo per i soci
39,00 € oppure

500 punti
+ 29,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BARAZZONI
70,00 €



Coperchio Ø 26 cm

prezzo per i soci
16,00 € oppure

250 punti
+ 11,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BARAZZONI
30,00 €



Bollilatte Ø 12 cm

prezzo per i soci
32,00 € oppure

500 punti
+ 22,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BARAZZONI
58,00 €

5 YEAR
GUARANTEE - GARANTIE

Serie

1888

L'ANTIADERENTE DAL CUORE DI PIETRA

Rinforzato con particelle minerali che garantiscono:

- Lunga durata dell'utensile • Cottura perfetta e salutare • Resistenza totale in lavastoviglie
- Superficie antiaderente a prova di utensili metallici
- Facile pulizia della superficie di cottura • Alluminio ad alto spessore
- Garanzia in caso di intolleranze e allergie al nickel
- **Non contiene PFOA**



HARD NON-STICK
GRANITIUM
MINERAL REINFORCED
METAL SAFE

Prodotti testati nei nostri laboratori
7 giorni su 7 - 24 ore su 24
365 giorni all'anno

Eco-sostenibilità garantita
da etichetta ambientale

Manici in acciaio adatti
anche per l'utilizzo in forno

Prodotta con filiera di fornitura a 188 km di distanza massima dalla sede produttiva riduzione del 78% di km stradali percorsi

FEBBRAIO



Casseroia ovale
con coperchio 32 cm

prezzo per i soci
45,00 € oppure

750 punti
+ 30,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BALLARINI
90,00 €



Teglia rettangolare
30x22 cm

prezzo per i soci
29,00 € oppure

500 punti
+ 19,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BALLARINI
55,00 €



Tegame 2 manici
con coperchio - Ø 24 cm

prezzo per i soci
27,00 € oppure

500 punti
+ 17,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BALLARINI
65,00 €



Piastra multifunzione
Ø 34 cm

prezzo per i soci
20,00 € oppure

300 punti
+ 14,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA BALLARINI
48,00 €



LA CONVENIENZA A

OGNI QUINDICI GIORNI TANTISSIMI

RISERVATO AI SOCI

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA  

DALL'1 AL 15 FEBBRAIO.

SUINO ARISTA
A TRANCI SENZ'OSSO

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 8,30 €

4,98€

al kg

MASSIMO
5 CONF.
PER OGNI CARTA

**SCONTO
40%
ALLA CASSA**



INSALATA DI MARE MEDUSA
REGNOLI

550 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

4,40€

8,00 € al kg

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



GOCCIOLE CHOCOLATE
PAVESI

1 kg

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

2,59€

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



PERE ABATE
2 kg

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

**SCONTO
40%
ALLA CASSA**

MASSIMO
10 CONF.
PER OGNI CARTA



PIZZA MARGHERITA
PIZZA GEGÈ

surgelato - conf. x 2 + 1 gratis - 825 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

2,79€

3,38 € al kg

MASSIMO
6 CONF.
PER OGNI CARTA



PASTICCERIA BIANCO FORNO

vari tipi

UN ESEMPIO: margheritine - 250 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

1,59€

6,36 € al kg

MASSIMO
8 PEZZI
PER OGNI CARTA
TRA I VARI TIPI



GRANA PADANO BONI

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 13,20 €

7,92€

al kg

**SCONTO
40%
ALLA CASSA**

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



CROISSANT CLASSICO
SOFFICE SFOGLIA BAULI

conf. x 20 - 800 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

3,59€

4,49 € al kg

MASSIMO
5 CONF.
PER OGNI CARTA



CHIANTI DOCG
LOGGIA DEL SOLE
LE CHIANTIGIANE

75 cl

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

2,19€

2,92 € al litro

MASSIMO
12 PEZZI
PER OGNI CARTA



A MISURA DI SOCIO

I PRODOTTI IN OFFERTA SPECIALE

UNICOOP TIRRENO



coop ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DAL 16 AL 28 FEBBRAIO.

**MULTIPACCO DI SUINO
GRAN RISPARMIO**
filone a fette + 2 bistecche + spezzatino
+ scamerita con osso + 4 salsicce

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziiché 7,10 €

4,97€

al kg

MASSIMO
3 CONF.
PER OGNI CARTA

**SCONTO
30%
ALLA CASSA**



**CUORI DI NASELLO
OCEAN 47**
surgelato - 300 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

2,39€

7,97 € al kg

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



CORNETTI MULINO BIANCO
cioccolato/all'albicocca/alla crema
conf. x 6 - 300 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

1,39€

4,63 € al kg

MASSIMO
8 CONF.
PER OGNI CARTA
TRA I VARI TIPI



BANANE COOP
origine Ecuador

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziiché 1,64 €

0,98€

al kg

**SCONTO
40%
ALLA CASSA**



FRU YO 0% GRASSI FAGE
gusti assortiti - 170 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

0,69€

4,06 € al kg

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA
TRA I VARI GUSTI



CAFFÈ CLASSICO KIMBO
250 g x 4

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

5,79€

MASSIMO
5 CONF.
PER OGNI CARTA



**STRACCHINO DELLA NONNA
BUSTAFFA**
340 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziiché 3,60 €

2,16€

6,35 € al kg

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA

**SCONTO
40%
ALLA CASSA**



**OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA
DA AGRICOLTURA BIOLOGICA
100% ITALIANO ROCCHI**
3 litri

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziiché 28,98 €

14,49€

4,83 € al litro

**SCONTO
50%
ALLA CASSA**

MASSIMO
4 PEZZI
PER OGNI CARTA



**CARTA DA CUCINA
CARTASPUGNA SCOTTEX CASA**
conf. x 6

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

2,99€

MASSIMO
4 CONF.
PER OGNI CARTA





LE OFFERTE CON I PUNTI

PUNTI COLLEZIONAMENTO SE LI SPENDI COSÌ VALGONO IL DOPPIO.

(ES. SE SONO RICHIESTI 100 PUNTI AVRAI UNO SCONTO DI 2 € ANZICHÉ DI 1 €.)

RISERVATO AI SOCI UNICOOP TIRRENO

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA



DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DALL'1 AL 28 FEBBRAIO.

**MATERASSO A MOLLE
IDEAL 800**
UN ESEMPIO: singolo - 80 x 190 cm

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

199,00€

+ 1000 PUNTI

**OPPURE
219,000 €**

Struttura ammortizzante 800 molle insacchettate indipendenti nella misura massima matrimoniale
Protezione Carenatura di irrigidimento perimetrale, Box, in poliuretano schiumato ad acqua senza cfc indeformabile
Superficie di appoggio in poliuretano espanso schiumato ad acqua senza cfc ambo i lati
Imbottitura strato di fibra anallergica in entrambi i lati
Tessuto damascato
Altezza finita 21-22 cm ca.



vitalis

**VENDITA SU
PRENOTAZIONE
CON CONSEGNA
A DOMICILIO** **DISPONIBILITÀ
FUORI MISURA**



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA
coop

**MATERASSO
MEMORY BIOMEMO**
UN ESEMPIO:
matrimoniale - 160 x 190 cm

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

399,00€

+ 2000 PUNTI

**OPPURE
439,00 €**

Superficie di appoggio in Memory automodellante 4 cm ca.
Base di appoggio in poliuretano schiumato ad acqua senza cfc indeformabile
Sottofodera in jersy a protezione della lastra
Imbottitura strato di fibra anallergica in ambo i lati
Tessuto elasticizzato
Rifinitura fascia traspirante con cerniera perimetrale quattro lati divisibile
Lavaggio temperatura max 60
Altezza finita 21 cm ca.

**PEDANA ELETTRICA
DIADORA**
Mod. EDGE 2.0

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

329,00€

+ 2500 PUNTI

**OPPURE
379,00 €**

Motore 1,5 - 3,0 hp
Nastro di corsa 42 x 120 cm
Velocità 1 - 13 km
Inclinazione elettrica 12%
Computer con schermo LCD retroilluminato
12 programmi di allenamento
Disponibile anche nella versione bianca



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
NEI PUNTI VENDITA
coop

**TABLET 10,1"™
WI-FI + 3G MEDIACOM**
Mod. M-MP1040M

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

159,00€

+ 1300 PUNTI

**OPPURE
185,00 €**

Sistema Operativo Android 4.2.2 - Jelly Bean
Processore Cortex A7 - Quad Core 1.5GHz
Ram 1 GB
Capacità 8 GB
Espandibile fino a 32 GB con MICRO SD
Display da 10,1" MULTITOUCH Capacitivo
Modulo 3G Integrato
+ SLOT SIM PER FUNZIONE TELEFONO
Webcam: posteriore 2.0 Megapixel
anteriore 0.3 Megapixel
Connessioni Bluetooth 4.0
Porte: 1 micro USB 2.0 Hi-speed - 1 mini HDMI



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA
coop

COPRILETTO IN MICROFIBRA MARTA MARZOTTO
tinta unita double face - colori assortiti
singolo

MADE IN
ITALY

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

14,90€

+ 250 PUNTI

**OPPURE
19,90€**
matrimoniale

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

19,90€

+ 250 PUNTI

**OPPURE
24,90€**

1 piazza e mezzo

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

16,90€

+ 250 PUNTI

**OPPURE
21,90€**

**JEANS UOMO/DONNA
WAMPUM**
modelli e lavaggi assortiti

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

18,90€

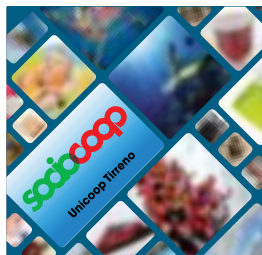
+ 550 PUNTI

**OPPURE
29,90 €**



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA
coop

QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
NEI PUNTI VENDITA
coop



SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2013-2014
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



Solo su prenotazione.

Seggiolone B. FUN

gratis con 14.400 punti

5.500 punti
+ 89,00 €

SPENDI

Seggiolone B. Fun

B. Fun è il seggiolone "4 in 1" che si trasforma da sdraiata per neonati a seggiolone multifunzione per seguire la crescita del bambino da 0 a 3 anni:

culla, comoda sdraiata per neonati, soft toys per lo sviluppo dei sensi, seggiolone multifunzione utile dai 6 mesi e sediapappa, riduttore 6m+ utile anche come rivestimento estivo.

- Posizione completamente distesa per accogliere il neonato dalla nascita
- Culla in cotone soffice e naturale con bordi imbottiti
- Arcogiochi con pupazzetti staccabili e stimoli sonori e visivi
- Schienale reclinabile in tre posizioni
- Seduta regolabile in altezza in quattro posizioni
- Poggiapiedi regolabile in tre posizioni
- Doppio vassoio regolabile in tre posizioni ed estraibile con porta bicchieri
- Tasca in rete portaoggetti
- Chiuso occupa pochissimo spazio
- Rivestimento in ecopelle facilmente lavabile
- Cintura di sicurezza a cinque punti



Valigia cavalcabile Trunki

Comoda e sicura sia per sedersi e riposare sia per spingersi in giro o farsi trainare dai genitori. In giro per casa o in vacanza a cavallo della valigia cavalcabile Trunki, un inseparabile compagno di viaggio per non annoiarsi in caso di attese, dove il bambino può mettere tutto l'occorrente, dai giocattoli preferiti all'animale del cuore, dai pennarelli ai libri per il viaggio.

Per saperne di più: www.trunki.com

- approvata come bagaglio a mano sugli aerei
- capacità 18 litri
- adatta per bimbi di 3 anni in poi
- trasporto max 50 kg
- certificazione per la sicurezza
- dimensioni: 47x20x31 cm
- robusta e durevole: realizzata con materiale leggero (polipropilene) pesa solamente 1,7 kg
- cinghia multifunzione
- guaina interna in morbida gomma
- cintura di sicurezza per l'orsacchiotto
- agganci a serratura
- tasca interna
- 2 maniglie per il trasporto



Solo su prenotazione.

Valigia cavalcabile

gratis con 4.600 punti

2.200 punti
+ 24,00 €

SPENDI



Unicoop Tirreno

La tua Coop.

ASSEMBLEE DEI SOCI COOP

ORDINE DEL GIORNO:

1) Preventivo 2014: le azioni della Cooperativa a tutela dei soci.

**CONSULTA IL CALENDARIO RIPORTATO ALL'INTERNO
E PARTECIPA ALL'ASSEMBLEA DELLA TUA SEZIONE SOCI.**



IN OMAGGIO A TUTTI I SOCI PRESENTI UN BUONO PER IL RITIRO DI:

- 1 sacchetto di frollini con gocce di cioccolato fondente extra Solidal Coop
- 1 scatola di tè english breakfast biologico Solidal Coop



+ 4 lampade a risparmio energetico