



## LA POSTA IN GIOCO

Un'industria che fattura miliardi e una piaga sociale. Quella del gioco d'azzardo tra giocatori patologici e famiglie indebitate che si affidano alla sorte.



### Pasta prioritaria

■ È arrivata la pasta 100% Italia

### Anziani e connessi

■ Computer e internet over 65

### Non mi va giù

■ Cosa c'è dietro una cattiva digestione

### Diskoteca

■ Guida all'acquisto degli hard disk esterni



# PRESTITO SOCIALE VINCOLATO



<b>Durata del vincolo:</b>	24 mesi
<b>Tasso di interesse lordo:</b>	<b>2,25%</b> per il 1° anno
	<b>3,50%</b> per il 2° anno
<b>Importo minimo:</b>	5.000 €
<b>Importo massimo:</b>	25.000 €
<b>Periodo di adesione:</b>	15 Maggio - 15 Ottobre 2012
(salvo esaurimento o chiusura anticipati)	
<b>Totale disponibilità:</b>	60 milioni di €

## INTERESSI PIÙ ALTI PER I TUOI RISPARMI.

PER ADERIRE È NECESSARIO ESSERE SOCI DA ALMENO TRE MESI.  
INFORMATI PRESSO LO SPORTELLLO DEL PRESTITO SOCIALE  
PER AVERE MAGGIORI DETTAGLI E CONOSCERE  
LE CONDIZIONI CONTRATTUALI.



# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



## GIUGNO

### Zaino trolley porta PC 15,6" LIFE

- 35 x 51 x 20 cm
- 20 litri
- 1,9 kg



prezzo per i soci  
80,00 € oppure

**1300 punti**  
**+ 54,00 €**

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO  
CONSIGLIATO DA RONCATO  
95,00 €



### Trolley cabina 2 ruote linea UNO



prezzo per i soci  
90,00 € oppure

**1300 punti**  
**+ 64,00 €**

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO  
CONSIGLIATO DA RONCATO  
120,00 €

- 40 x 53 x 50 cm
- 30 litri
- 2,7 kg



## SOLO SU PRENOTAZIONE

### Trolley medio 4 ruote linea UNO SL



prezzo per i soci  
160,00 € oppure

**2000 punti**  
**+ 120,00 €**

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

- 48 x 71 x 26 cm
- 75 litri
- 4,2 kg



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

# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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

socio**coop**

Unicoop Tirreno



MAGIC WORLD

Ingresso Magic World



**1.300**  
punti

**SPENDI**

Buono valido per il ritiro gratuito  
di 1 biglietto ingresso individuale.  
Scadenza voucher: 30/06/2013  
Ingresso gratuito: per i bam-  
bini al di sotto dei 100 cm

Oltre 200.000 mq di meraviglie...

Magic World è tra i più grandi parchi del sud Italia e integra un parco acquatico e un parco divertimenti. Oltre 200.000 mq di meraviglie... Un mondo magico che abbina alla spettacolarità delle attrazioni, splendide tematizzazioni che introducono in mondi sempre nuovi e fantastici... Di giostra in giostra e di scivolo in piscina passando per spiagge e solarium. Di recente apertura la rilassantissima terrazza teuco, un angolo di pace con posti limitati, piscine idromassaggio. Lontano dalla folla... E ancora tanto divertimento a bordo di spettacolari acquascivoli con maxi gommoni.

**Contatti:** Via San Nullo, 14  
80014 - Giugliano in Campania (NA)  
tangenziale di Napoli (uscita di Licola)  
Tel. 081.85.46.792 - [info@magicworld.it](mailto:info@magicworld.it) - [www.magicworld.it](http://www.magicworld.it)





# Un'occasione persa 5

**Sprecata una liberalizzazione che solo nel settore dei farmaci di fascia C avrebbe potuto generare una riduzione dei prezzi per 250 milioni.**

**A**lla fine sono riusciti perfino a peggiorare la già sbiadita liberalizzazione della vendita dei farmaci approvata alcuni anni or sono da cui sono nate parafarmacie e *corner salute Coop*. E chi ci rimette come al solito sono i consumatori che si devono piegare alle puntuali e a quanto pare irresistibili pressioni delle lobby pagando il prezzo in moneta sonante di un odioso privilegio. Infatti, se fosse andata in porto la più volte annunciata totale liberalizzazione della vendita dei farmaci di fascia C – quelli con obbligo di ricetta ma esclusivamente a carico dei cittadini – i consumatori avrebbero potuto beneficiare di una riduzione dei prezzi stimabile in 250 milioni di euro annui complessivi. Invece hanno prevalso altri interessi e il Governo non ha potuto o saputo fare di meglio che aprire il mercato solo alla vendita dei farmaci veterinari e liberalizzare appena il 5-6 per cento dei farmaci della fascia C: circa 200 prodotti, assai marginali, che usciranno dal circuito esclusivo delle farmacie e potranno essere venduti anche nelle parafarmacie e nei 105 *corner salute* di Coop (9 in Unicoop Tirreno) che già da alcuni anni somministrano ai clienti farmaci da banco dando lavoro fra l'altro a centinaia di giovani laureati e generando risparmi medi del 25 per cento a vantaggio dei consumatori che di questi tempi avrebbero bisogno di

altre belle bocciate d'ossigeno, specie quando c'è di mezzo la spesa per la salute che non è coperta dal *Servizio Sanitario Nazionale* e di cui non si può certo fare a meno. Eppure stiamo parlando di un mercato da 26 miliardi di euro saldamente in mano alle farmacie che ne detengono il 91,8 per cento, lasciando alle parafarmacie il 4,7 per cento e ai *corner salute* della Grande Distribuzione il 3,5. Purtroppo, quella che è stata approvata dal Ministero della Salute è una non-liberalizzazione che non porta nessuna diminuzione di prezzo dei farmaci e che anzi peggiora persino la situazione precedente. Infatti, il Regolamento attuativo del decreto "Delisting" impone una serie di pesanti requisiti strutturali ai *corner salute* tali da renderli in tutto e per tutto sottoposti alle stesse condizioni di una normale farmacia con l'inevitabile aumento dei costi d'investimento e di gestione. Praticamente hanno stabilito che i *corner* sono uguali alle farmacie per quanto riguarda la struttura dell'esercizio, ma non possono fornire lo stesso servizio e devono limitarsi a vendere solo farmaci da banco, prodotti veterinari e ora un'esigua gamma di farmaci di fascia C. E hanno avuto anche il coraggio di chiamarla liberalizzazione. Non è così che si tutelano gli interessi dei cittadini e si modernizza il Paese. ■





**COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI**

## Innovazione e Qualità

“Centro Civico”  
Livorno

**Edilizia  
Civile**



**Restauro e  
Ristrutturazione**



**Realizzazioni  
Commerciali**



**Turistico  
Ricettivo**



**Infrastrutture e  
Urbanizzazioni**



**Edilizia  
Industriale**



## Saper interpretare il territorio

“Tenuta di Poggio all’Agnello”  
Popolonia - Livorno



Attestazione  
SOA



Qualità  
ISO 9001:2008



Sicurezza  
OHSAS 18001:2007



Ambiente  
ISO 14001:2004



Responsabilità Sociale  
SA 8000:2008

**C.L.C. SOC. COOP.**

**VIA BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO**

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



# nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOP TIRRENO

**Direttore responsabile**

Aldo Bassoni

**Redazione**

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

**Hanno collaborato**

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

**217**  
giugno 2012

**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. 0565/24720  
fax 0565/24210  
nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

**Editore**

Vignale Comunicazioni srl

**Pubblicità**

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

**Responsabile pubblicità**

Roberta Corridori

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

Tiratura prevista: 302.633 copie  
Chiuso in tipografia il 18/5/2012



**Font utilizzate**

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

## sommario

**5** Il punto  
*Aldo Bassoni*

**Un'occasione persa**

**contatti**

- 8** Fermo posta
- 9** Coop risponde
- 10** Chi protegge il cittadino
- 10** Previdenza
- 11** Benestare

**firme**

- 12** Salvatore Calleri  
**Numeri alla mano**
- 13** Maria Carla Giugliano  
**Punto luce**
- 14** Tito Cortese  
**Senso di colpa**
- 15** Giorgio Nebbia  
**Zucchero fidato**
- 16** Mario Tozzi  
**Ora si cambia**
- 17** Massimo Montanari  
**Arte culinaria**
- 67** Simona Marchini  
**Musica sacra**
- 76** Giovanni Manetti  
**No birra no party**

**attualità**

- 18** La notizia  
*Dario Guidi*  
**Pasta prioritaria**
- 21** Primo piano  
*Aldo Bassoni*

### La posta in gioco

- 44** Inchiesta  
*Fabrizio Bonugli*  
**Anziani e connessi**

**soci**

- 26** **Circoli di lettura**
- 28** **Coop a bilancio**
- 29** **ASSEMBLEE SEPARATE**
- 30** **Vamos a la Praia**
- 39** Servizi ai soci
- 77** Convenienza

**salute**

- 48** La ricerca
- 49** Sani & salvi
- 50** **Non mi va giù**  
*Barbara Bernardini*

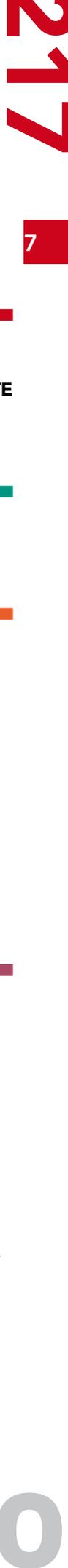
**prodotti**

- 52** **Bellezza mia**  
*Anna Somenzi*
- 54** **Diskoteca**  
*Roberto Minniti*
- 56** **La valigia dei sogni**  
*Daniele Fabris*
- 58** **La più buona del mondo**  
*Eleonora Cozzella*

- 60** **Chicco di granello**  
*Silvia Inghirami*
- 61** **Color albicocca**  
*Francesca Baldereschi*
- 62** **Menu di alici**  
*Paola Ramagli*

**enneci**

- 68** **Bagaglio culturale**  
*Barbara Autuori*
- 69** Tempi moderni
- 70** **Maniaci sentimentali**  
*Rita Nannelli*
- 71** Scienza infusa
- 72** **Quante storie**  
*Jacopo Formaioni*
- 73** Le vite degli altri
- 74** **Forza vitale**  
*Maria Antonietta Schiavina*
- 75** Triplavù



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

## L'origine del mito

*In riferimento all'articolo di Giovanni Manetti uscito su Nuovo Consumo di maggio (p. 76), con che diritto il vostro collaboratore parlando di pubblicità definisce "mito" (virgolette mie, non di Manetti) il Vangelo e i suoi episodi? È forse un esperto di studi biblici? [...]. È un critico cinematografico, che fa (di solito bene) il suo mestiere, in una rivista per consumatori, generalista e rivolta a una platea generalizzata di lettori, in quanto tale priva di qualsiasi connotazione ideologica, salvo il fatto di essere partecipi della cultura italiana. E allora che c'entra l'affermazione netta, indimostrata e ingiustificata, dell'"episodio mitico dei Vangeli"? Che cosa sarebbe il corpo molle prevalentemente inconscio di una cultura? [...] Il popolo italiano ha precise radici e precise conoscenze cristiane: buona parte di esso ha una esplicita e consapevole convinzione, sia per fede sia anche per conoscenza culturale o propriamente scientifica che i Vangeli siano storici nel loro racconto globale e nei singoli episodi [...]. Manetti o chiunque altro, parlando genericamente al popolo italiano, non ha il diritto di mancargli di rispetto definendo falsa e mitica la sua cultura. Almeno potrebbe specificare che si tratta della sua personale opinione scrivendo: "l'episodio (secondo me mitico) ecc." [...].*

via e-mail

## Motivi personali

*Vorrei che Giovanni Manetti analizzasse la pubblicità della Renault con la madre che mostra il tatuaggio alla giovane figlia. Che cosa rappresenta?  
dal sito [www.nuovoconsumo.it](http://www.nuovoconsumo.it)*

*Risponde Giovanni Manetti, Ordinario di Semiotica e di Storia della Semiotica - Dipartimento di Scienze della Comunicazione Università di Siena*

> Io credo che l'elemento di maggiore disturbo sia dovuto all'uso di una parola, "mito", e al fatto che sia stata usata nell'articolo in questione in relazione al testo evangelico. La parola "mito" e l'aggettivo che ne deriva, "mitico", sono in effetti espressioni ambigue, che possono dare esito a equivoci. Esiste certo l'uso corrente che prevede per queste due parole il significato che si richiama a quello di "leggenda", nel senso di fatto non vero, ideologico. Ma esiste poi anche il significato di "narrazione" (secondo l'etimologia greca) e in particolare di "narrazione emblematica, simbolica". È ovviamente il significato che avevo in mente io e tanto più ciò è valido in quanto la parola si riferiva ad un episodio descritto in un testo narrativo, come lo sono i Vangeli. Che poi questi ultimi si presentino come fondatori del Cristianesimo non vedo come si possa contestarlo. Il significato in questione delle parole "mito" e "mitico" prescinde dalla considerazione che il fatto cui si riferiscono possa essere "storico" (anche se questo sarebbe da dimostrare con maggiore cura scientifica, ma non è certo ciò che qui ci interessa). Se io dico (e non mi si imputi a mancanza di riguardo l'accostamento) che Marilyn

Monroe è un “mito”, sto forse dicendo che Marilyn Monroe non è un personaggio storico? Io penso che tutti i testi vadano interpretati – e questo vale anche per un articolo sulla pubblicità – e che si debba cercare di capire quale è il loro punto fondamentale. Mi pare anche di ricordare che proprio l’apostolo Paolo abbia scritto nella seconda lettera ai Corinzi (3,6) che “Lo spirito vivifica, la lettera uccide”, se si concede ad un “non esperto di studi biblici” come me di citare tale fonte.

> Nello spot della *Renault Twingo*, una madre aspetta la figlia per prenderla all’uscita della scuola. Quando la ragazza entra, la madre osserva che ha un tatuaggio sulla fine della schiena e soggiunge: “E quel tatuaggio? Che cosa ti è venuto in mente?”. L’espressione sembra un rimprovero, tanto che la ragazza corruga la fronte mortificata e timorosa. Ma la madre, con un inaspettato cambiamento di rotta, conclude la sua allocuzione facendo un gesto che stravolge completamente il senso delle parole appena pronunciate: “Questo è un tatuaggio!” e mostra il suo fondoschiena tatuato in modo molto più vistoso di quello della figlia. La scena è una sorta di emblema o di episodio simbolico, il cui significato è riferibile all’auto reclamizzata: il rigorismo apparente o presunto della madre si rivela essere un invito alla trasgressione, pienamente accettata e addirittura amplificata, anziché repressa. Con esso, dell’auto promossa attraverso lo spot si viene a dire che quest’ultima può permettere tutto ed è adatta a una personalità, come dice lo slogan finale, “in movimento”, che guida il cambiamento.

## Giro d’Italia

**Vorrei sapere se avete messo in vendita anche quest’anno le bat box.**

Si, anche quest’anno trova nei punti vendita della Cooperativa la *bat box*

al prezzo di 23,90 euro.

Dal 6 marzo scorso inoltre è iniziato il giro d’Italia della campagna *Un pipistrello per amico*, promossa da Coop e dal Museo di Storia naturale dell’Università di Firenze. Lo scopo è sensibilizzare il grande pubblico sui problemi ambientali e sulla difesa della biodiversità. In particolare si vuole salvaguardare la presenza dei pipistrelli anche in città

(tramite l’installazione delle *bat box*) e combattere gli insetti in modo naturale. Una colorata scenografia, dotata di animazioni interattive, riproduce in modo facile e immediato, gli habitat dei pipistrelli e serve agli animatori per far conoscere vita, caratteristiche e abitudini dei chiroterteri, illustrandone il ruolo nel ciclo biologico, in particolare come cacciatori d’insetti, anche nel contesto urbano. A conclusione del giro, un totem permette la visione

di filmati e di fare un breve e divertente test per misurare le competenze “chiroterologiche” di ciascuno. Può trovare l’elenco completo dei punti vendita dove acquistare la *bat box* e le date del tour sul sito [www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it).



## Cattive abitudini

**Egregio dottor Montanari, le scrivo per ringraziarla di aver messo in evidenza nel numero 214 di Nuovo Consumo (“Strada bevendo”, p. 17) la cattiva abitudine di consumare per strada cibo e bevande. Ho sempre deplorato questo comportamento e mai ho permesso ai miei 3 figli di fare merenda così.(...) Le buone abitudini si imparano da piccoli. La prego di tornare sull’argomento, magari consigliando a gelaterie, pizzerie, yogurterie ecc. di attrezzarsi all’esterno sia pure con qualche semplice panca. lettera firmata**

## Offerte davvero speciali

**Mi hanno detto che fate delle promozioni particolari sul web. Vorrei capire di che cosa si tratta e come poterle vedere.**

Si tratta delle “Offerte Web”, prodotti che non vengono pubblicizzati sul dépliant ma solo tramite il portale. Ogni mese viene proposta una selezione di articoli a prezzi particolarmente vantaggiosi disponibili solo presso gli Ipermercati. Può consultare le offerte disponibili in questo momento sul sito [www.e-coop.it](http://www.e-coop.it): nelle pagine dedicate potrà conoscere le caratteristiche tecniche dei prodotti, lo sconto praticato e i punti vendita che di volta in volta aderiscono all’iniziativa.

Si tratta delle “Offerte Web”, prodotti che non vengono pubblicizzati sul dépliant ma solo tramite il portale. Ogni mese viene proposta una selezione di articoli a prezzi particolarmente vantaggiosi disponibili solo presso gli Ipermercati. Può consultare le offerte disponibili in questo momento sul sito [www.e-coop.it](http://www.e-coop.it): nelle pagine dedicate potrà conoscere le caratteristiche tecniche dei prodotti, lo sconto praticato e i punti vendita che di volta in volta aderiscono all’iniziativa.

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

10

## Problemi finanziari

**Ho sottoscritto un finanziamento per acquistare una cucina, ma ho un problema che non riesco a risolvere. In pratica il rivenditore da cui ho acquistato il bene non sta rispettando i tempi di consegna (30 giorni) e ad oggi a distanza di 90 giorni il bene non è ancora disponibile. Vorrei recedere dal contratto, ma la finanziaria continua a inviarmi i bollettini di pagamento. Cosa posso fare? via e-mail**



Quello che lei ha attivato è un contratto di credito finalizzato in cui il finanziamento è collegato all'acquisto di un determinato bene o servizio. Questo tipo di prestito permette al consumatore di soddisfare immediatamente sia l'esigenza di consumo che di finanziamento. Con questo tipo d'acquisto collegato, è il negoziante a proporre al consumatore il finanziamento sulla base delle condizioni fissate dalle società finanziarie con le quali è convenzionato, e il consumatore, una volta sottoscritto il contratto, s'impegna a restituire alla finanziaria la somma relativa al costo effettivo del bene acquistato.

È necessario fare attenzione a quello che si firma. Il rivenditore, infatti, prima della stipula del contratto è tenuto a dare al consumatore, in maniera chiara e precisa, tutte le informazioni

relative alla descrizione analitica dei beni o servizi finanziati, al tasso di interesse applicato (il *Taeg*, il costo totale del credito per il consumatore), all'importo della rata mensile e alla durata del finanziamento.

Nel suo caso, trattandosi d'inadempimento contrattuale del fornitore, è opportuno inoltrare una costituzione in mora al rivenditore per risolvere il problema e vedersi consegnata la cucina. Se, però, l'atto di costituzione in mora non dovesse avere alcun esito, avrà diritto alla risoluzione del contratto di credito, senza alcuna penalità. In questo caso specifico il legislatore prevede che il finanziatore ha l'obbligo di rimborsare al consumatore le rate già pagate ed eventuali altri oneri già applicati e il consumatore non è obbligato a rimborsare al finanziatore l'importo già versato al fornitore di beni o servizi.

Nel caso in cui non dovesse risolvere in fase di reclamo, potrà sempre rivolgersi a *CittadinanzAttiva* per ricevere assistenza.

### Info

- > **T.U.B.** Testo Unico Bancario
- > **Banca d'Italia** [www.bancaditalia.it/servizi Pubbl/conoscere/credito](http://www.bancaditalia.it/servizi Pubbl/conoscere/credito)
- > [www.paghero.it](http://www.paghero.it)

### Claudia Ciriello

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

previdenza

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

## In totale

**Come funziona la pensione di chi ha lavorato in settori diversi?**

Dopo gli interventi legislativi dell'estate 2010 che hanno disincentivato la ricongiunzione dei periodi assicurativi, rendendola molto costosa, si può ricorrere alla "totalizzazione". Questa forma di ricostruzione dell'anzianità contributiva riguarda tutti coloro che nel corso della propria vita lavorativa hanno maturato contributi versati

in casse previdenziali diverse. Pertanto può essere usata sia dai lavoratori dipendenti sia dagli autonomi (artigiani, commercianti, coltivatori diretti, coloni e mezzadri) sia dai professionisti.

La totalizzazione è totalmente gratuita, ma dà diritto a una pensione più modesta rispetto a quella calcolata col sistema della ricongiunzione dei contributi. Con la totalizzazione è possibile ot-

# In parole **povere**

*Ho letto che con la crisi economica il consumo di frutta e verdura è diminuito e gli italiani stanno diventando sempre più grassi perché mangiano sempre di più cibo-spazzatura. Che ne sarà della dieta mediterranea?*

La sua riflessione è giusta, ma mi permetta di aggiungere che la crisi economica di per sé non ci impedisce di adottare altre soluzioni alle ristrettezze dei redditi familiari. Ad esempio, possiamo imparare a mangiare di meno in termini calorici, poiché le calorie che normalmente assumiamo ogni giorno sono eccessive. Possiamo poi destinare i soldi che spendiamo nei cibi-spazzatura a quelli più sani, compresa la frutta e la verdura di stagione, quindi più economica (e ricca di nutrienti e antiossidanti). Inoltre non è certo la recessione che ci impedisce di dedicare un po' di tempo a una corsa all'aperto (gratuita), invece di stare fermi davanti alla televisione.

Il consumo di antidepressivi si è quadruplicato negli ultimi 10 anni e dall'inizio della crisi economica ha subito una vera e propria impennata. A mio avviso molti italiani stanno utilizzando il cibo anche per alleviare tristezza, depressione e incertezza per il futuro. E per anestetizzare queste emozioni negative funzionano meglio i cibi ricchi di zuccheri e grassi che non i cibi salutari. Uno snack al cioccolato dà

più sensazioni positive di una carota o un cesto d'insalata. Ma la soluzione è peggiore del male e alla fine il corpo ci presenta un conto molto salato in termini di salute.

Mai come in questo momento è importante adottare un sano stile di vita, perché è dimostrato che una corretta alimentazione e l'attività fisica ci proteggono dalla depressione. Non dimentichiamoci che lo scienziato americano Ancel Keys, che per primo studiò gli effetti protettivi della dieta mediterranea, alla fine degli Anni Quaranta del secolo scorso, faceva la seguente osservazione: "Il regime alimentare a Napoli è povero di grassi e soltanto le persone ricche subiscono attacchi cardiaci". Di quella "dieta mediterranea dei poveri" oggi è rimasto ben poco, salvo che la crisi economica non ci costringa ad adottarla di nuovo.

## Bianco come il latte

**Bere un bicchiere di latte caldo prima di andare a dormire facilita veramente il sonno?**

È uno dei classici "rimedi della nonna", ma sembra che un effetto reale ci sia. Alcuni studiosi pongono l'attenzione sul triptofano, un aminoacido essenziale, contenuto in discrete quantità nel latte. Il triptofano attraverso delle reazioni chimiche viene trasformato in serotonina, il neurotrasmettitore che, tra le altre cose, regola anche il sonno.



\* Biologo nutrizionista

tenere la pensione di vecchiaia, al compimento del 65esimo anno di età e con almeno 20 anni di contributi oppure la pensione di anzianità con un'anzianità contributiva non inferiore a 40 anni. Inoltre è possibile conseguire la pensione d'inabilità e la pensione indiretta ai superstiti. Tutte le contribuzioni accreditate potranno essere utilizzate e quelle even-

tualmente coincidenti dovranno essere considerate una sola volta. La domanda di pensione viene presentata dal lavoratore all'ente presso cui risulta iscritto; nel caso di più iscrizioni contemporanee è lasciata facoltà di scelta. L'assegno totalizzato è pagato dall'Inps, anche nel caso in cui l'ente non dovesse essere interessato alla liquidazione di alcuna quota di pensione.

ora legale di Salvatore Calleri



# Numeri alla mano

*Dal costo della benzina agli stipendi dei parlamentari, dal reddito pro capite alla corruzione al caro prezzi: le cifre dell'Italia che non va.*

In Italia i 10 uomini più ricchi guadagnano quanto i 3 milioni dei meno ricchi. Il *pil* (prodotto interno lordo) è pari a 1.921.576 milioni di dollari ossia circa 1.500 miliardi di euro. La mafia italiana fattura dai 140 ai 150 miliardi di euro e aggiungendo la straniera si arriva a 200. Gli stipendi normali raramente superano i 1.300 euro... Quando ci sono. Un litro di latte oscilla dallo 0,90 euro allo 1,40 a seconda dei posti dove si compra. Il gasolio a 1,72 euro e la benzina intorno a 1,90. Le accise sui carburanti sono tante e pari a 0,001 euro dovuti dal 1935 come contributo alla guerra d'Abissinia. La guerra è finita da un pezzo per fortuna. L'accisa no. La crisi di Suez del 1956 incide per 0,007 euro, il disastro del Vajont del 1963 per 0,005 euro come del resto

l'alluvione di Firenze del 1966. Due anni dopo il terremoto del Belice porta ad un ulteriore 0,005 euro, quello del Friuli nel 1976 per 0,051 euro, senza dimenticare la ricostruzione dell'Irpinia

per 0,039 euro. La missione di pace in Libano del 1983 incide per 0,106, quella di Bosnia del 1986 per 0,011. Alcuni anni dopo nel 2004 bisogna rinnovare il contratto degli autoferrotranvieri con un altro incremento pari a 0,020 euro. L'anno dopo un altro 0,005 per acquistare degli autobus ecologici. Nel 2011 viene aiutata la cultura con ulteriori 0,007 euro, la crisi libica porta ad un plus pari a 0,040, le alluvioni liguri e toscane aggiungono un altro 0,0089 e il decreto salva Italia pesa per 0,082. In totale siamo a 0,3929 euro. Quasi 800 delle vecchie lire a litro in accise straordinariamente eterne a cui poi va aggiunta l'*Iva*. La benzina quindi è come un bancomat governativo. Nella classifica del reddito pro capite l'Italia all'interno dell'Ocse è al 23° posto. Secondo *Transparency International* per la corruzione siamo al 69° posto ossia il Ruanda viene prima di noi e non è una battuta. Lo stipendio base di un parlamentare è pari a circa 9.980 euro mensili. Un quotidiano costa in media 1,20 euro. 99 per cento è il dato che ho stimato di non uso delle cinture di sicurezza a Reggio Calabria nel mio ultimo viaggio in città. Numeri, solo numeri sono. Che si commentano da soli. ■



# Punto luce

**E**nel uccide il clima e la salute con le sue centrali a carbone. È la denuncia che sta portando avanti Greenpeace con *FacciamoLuceSuEnel.org*. Questa campagna ha la forma di una vera e propria indagine guidata da un gruppo di investigatori, gli agenti del *Reparto Investigazioni Climatiche (Ric)*, che raccolgono ogni giorno nuovi indizi per incastrare Enel. A livello globale il carbone è responsabile del 40 per cento di tutte le emissioni di CO<sub>2</sub>. Secondo l'*Agenzia Europea per l'Ambiente (Aea)*, la centrale a carbone di Enel Federico II di Brindisi è l'impianto industriale più inquinante in Italia per emissioni in atmosfera. E Brindisi è solo uno degli 8 impianti a carbone che Enel ha in Italia e l'intenzione dell'amministratore delegato dell'azienda Fulvio Conti è di raddoppiare quasi la produzione. La prova più schiacciante raccolta contro Enel è uno studio shock commissionato da Greenpeace all'istituto indipendente di ricerca olandese Somo. I risultati – rilevati utilizzando una metodologia dell'Aea e dati di emissione ufficiali degli impianti Enel – sono questi: il carbone dell'azienda ha causato 366 morti premature nel 2009, una al giorno, che potrebbero arrivare a 500, se l'azienda metterà in atto il suo piano di espansione con le centrali di Porto Tolle e Rossano Calabro. Lo scenario potrebbe essere ancora più tragico. La metodologia applicata

nella ricerca, infatti, analizza solo un numero ristretto d'inquinanti ed emissioni, tralasciando gli impatti di agenti come nichel, cadmio, mercurio, arsenico, piombo o di materiali radioattivi come l'uranio.

Secondo lo studio Somo, la realizzazione degli impianti a carbone Enel di Porto Tolle e Rossano Calabro costerebbe fino a 95 casi in più di morti premature ogni anno e danni stimabili in ulteriori 700 milioni di euro l'anno. Greenpeace chiede a Enel di dimezzare la produzione elettrica da carbone da qui al 2020, portarla a zero al 2030 e investire contemporaneamente in fonti rinnovabili. Sul sito [www.facciamolucesueneel.org](http://www.facciamolucesueneel.org) migliaia di persone si sono già unite alla campagna di Greenpeace. ■

**Maria Carla Giugliano**  
ufficio stampa Greenpeace



ever green di Stefano Generali

## Per amor del cielo

Sulla scia degli ottimi risultati ottenuti con la sperimentazione del biocarburante su oltre 1.000 voli effettuati nel 2011 tra Amburgo e Francoforte, la compagnia aerea tedesca Lufthansa rilancia il suo impegno per l'ambiente, proseguendo la politica d'abbattimento delle emissioni di CO<sub>2</sub> in atmosfera. In occasione della presentazione del nuovo Boeing 747-8I, l'aeroplano passeggeri più grande mai costruito al mondo, la compagnia ha garantito che tutti i 20 nuovi velivoli di questa categoria che stanno per fare la loro comparsa in cielo consentiranno riduzioni del 15 per cento delle emissioni CO<sub>2</sub>, oltre alla riduzione di altri inquinanti fino al 90 per cento. Senza contare l'inquinamento acustico, ridotto del 30 per cento.

## La bestia umana

Secondo una ricerca internazionale dell'agenzia Paws, i cani e i gatti soffrono delle stesse allergie stagionali degli esseri umani, ma nella maggior parte dei casi i proprietari non lo sanno, perché non sono in grado di riconoscerne i sintomi. Il recente sondaggio, condotto su 1.250 proprietari d'animali domestici di Francia, Germania, Italia, Spagna, Regno Unito e Stati Uniti, ha rilevato che è il 51 per cento a non saperlo e che una delle malattie dermatologiche più comuni, la dermatite atopica nei cani e la dermatite allergica nei gatti, è conosciuta solo da 1 padrone su 3.



# Senso di colpa

**La colpa dei sacrifici che toccano all'Italia sarebbe di Monti, secondo quei politici che hanno governato fino a poco prima, abolendo l'Ici e negando l'evidenza della crisi.**

14

**N**on fa davvero una bella impressione sentirsi dire tutti i giorni, con impudente sicumera, proprio da coloro che hanno governato per anni e anni questo Paese, in che modo si dovrebbe agire oggi per uscire dalle peste in cui l'hanno cacciato. Ma come, non potevano pensarci prima, visto che hanno fatto il bello e il cattivo tempo fino all'altro ieri? Questo vale per tutti i grandi problemi che ci assillano, il lavoro, la recessione, l'intollerabile iniquità nella redistribuzione del reddito, l'espandersi delle aree di povertà, l'assenza di prospettive per i giovani: ma quello che dà più fastidio, nel pontificare di personaggi che fino a pochi mesi fa facevano i ministri e adesso si riscoprono agitapopolo, è il discorso delle tasse, è la chiamata allo sciopero fiscale dei Comuni – da parte addirittura dell'ex ministro dell'Interno – contro la deprecata *Imu*. Come se questa *Imu* non fosse una pezza che ha dovuto mettere in fretta e furia l'attuale Governo per riparare i guasti provocati tra l'altro, nel quadro di una politica economica dissennata, proprio dall'abolizione dell'*Ici* per i più ricchi decretata dal Governo precedente, il Governo di lor signori. Chi non ricorda le gloriose promesse dell'ultima campagna

elettorale, quelle che riportarono in sella Berlusconi e Lega dopo lo smacco delle elezioni precedenti? Via l'*Ici* per tutti, basta tasse e così via, si doveva tornare al Paese di Bengodi dopo l'infausta parentesi delle "lenzuolate" di liberalizzazioni di Bersani e del rigore di bilancio di Padoa Schioppa nell'odiato Governo Prodi. Si è poi visto com'è andata. E adesso, la colpa dei sacrifici che ci toccano sarebbe di Monti, che cerca faticosamente di rimettere insieme i cocci? Beh, almeno un po' di pudore non guasterebbe, da quella parte. Poi, come sempre quando le cose vanno male e la gente non ne può più, ci si riversa addosso anche l'ennesima ondata demagogica del populismo "antipolitica". Ci provò già nel difficile momento della ricostruzione postbellica il qualunque Giannini; lo rifece dopo "tangentopoli", e ahimè con successo, la Lega e Berlusconi (ricordate le filippiche contro "il teatrino della politica"?); e adesso, puntualmente, ci riprova qualcun altro, a buttar via il bambino con l'acqua sporca, a confondere le idee in nome del rifiuto della politica, senza distinzioni. Mentre mai come ora quello che serve, per tirarsi fuori dai guai, è proprio la fatica di saper distinguere, non l'anatema del demagogo: come sempre nelle difficoltà, serve una forza tranquilla, non l'esasperazione inconcludente. ■



beni di consumo di Rita Nannelli

## Sull'unghia

Proposte sempre nuove, nail-Spa superattrezzate, in versione gel a lunga durata o dagli effetti artistici. Non c'è crisi che tenga: continua il boom delle vendite degli smalti che nel 2011 sono cresciute del 12,2 per cento, secondo solo a quelle dei cofanetti del trucco. Senza scomodare la manicure firmata Leighton Denny a 25mila sterline, da Harrod's a Londra (se vi interessa, meglio prenotare, perché a volte c'è una lista d'attesa di 150 persone...), che ricopre le unghie con diamanti, rubini e zaffiri, basta pensare alle oltre 300 sfumature di colore degli americani smalti Essie – i più ambiti dai centri benessere e dalle donne più famose, distribuiti in 101 paesi –, arrivati non

da molto anche in Italia. Un marchio italiano amato in tutto il mondo, Opi, in questi mesi del 2012 registra un più 20 per cento grazie anche al nuovo gel color, a metà strada tra smalto e gel, e alle tante proposte di colore che si ispirano al mondo del balletto e dei cartoni animati (le americane ne vanno pazze). Ma anche molte aziende, estranee fino ad oggi al mondo della manicure, non hanno resistito alla moda degli smalti creando edizioni limitate da regalare, ad esempio, in caso d'acquisto di un paio d'infradito. Sempre di più e più attrezzati i centri di manicure e pedicure: da quelli veloci ed efficienti dove si cambia colore in pochi minuti a vere e proprie Spa. Qui alle unghie si fanno massaggi, impacchi e peeling, come a qualsiasi altra parte del corpo. E poi mano – ben curata – al portafoglio.



# Zucchero fidato

**Dal saccarosio il sucralose: stesso potere dolcificante dello zucchero, ma, dicono, non fa ingrassare.**

15

“Dolce” per eccellenza è lo zucchero. Gli abitanti dell’India, un paio di migliaia di anni fa, hanno scoperto che certe canne hanno, fra i nodi, un succo dolce e hanno cominciato a separarlo, poi a concentrarlo, poi a commercialarlo come dolcificante al posto del miele. La tecnica saccarifera è migrata verso Oriente fino in Cina e nel Sud Est asiatico, verso Occidente, grazie agli Arabi, in Egitto e negli altri paesi del Mediterraneo, la Sicilia, l’Europa e da qui è stata trasferita nelle Americhe. Finché, nei primi dell’Ottocento, per fare un dispetto agli inglesi, Napoleone ha incoraggiato la produzione di zucchero dalle barbabietole coltivabili in Europa. Oggi la produzione mondiale di zucchero è di circa 150 milioni di tonnellate all’anno, quasi tutte dalla canna. Lo zucchero, il saccarosio, è un disaccaride costituito dalla combinazione di una molecola di glucosio e una molecola di fruttosio; è buono ma “fa ingrassare” avendo un elevato contenuto energetico, 16 megajoules per chilogrammo. Adesso le mode dietetiche hanno spinto le industrie alimentari a cercare dei dolcificanti con basso o nullo valore energetico da usare nei dolci, nelle bevande dolci e nelle marmellate. Ne hanno ottenuti alcuni per estrazione da alcune piante; altri hanno prodotto per sintesi; uno è stato ottenuto da una modificazione chimica del saccarosio. Le due moleco-

le, glucosio e fruttosio, hanno 8 gruppi chiamati ossidrili OH che possono essere fatti reagire con altri atomi o molecole. Secondo il principio che “il caso aiuta la mente preparata”, la leggenda vuole che nel 1976 due chimici inglesi, Leslie Hough e Shashikant Phadnis, impiegati della multinazionale saccarifera *Tate & Lyle*, stessero studiando dei derivati clorurati del saccarosio da usare come intermedi chimici; Hough avrebbe detto a Phadnis di sottoporre la sostanza a un controllo (“test” in inglese); l’altro ha capito che dovesse assaggiarla (“taste” in inglese) e ha scoperto che era dolcissima; ne è nata una sostanza che ha un potere dolcificante 600 volte superiore a quello del saccarosio e a cui è stato dato il nome di “sucralose” (da “sucrose” il nome inglese del saccarosio, e “alo” che sta ad indicare la presenza del cloro, un “alogeno”). Tutta la furbizia chimica sta nell’aver scelto i tre, degli 8 gruppi OH, da sostituire con altrettanti atomi di cloro. La preparazione industriale è abbastanza complicata e avviene con una lunga e laboriosa serie di reazioni chimiche. Il “sucralose” è stato messo in commercio dal 1998 negli Stati Uniti e poi in tutto il mondo ed è indicato nella Comunità Europea come additivo E955. Il principale produttore mondiale è la *Tate & Lyle*, con uno stabilimento a Singapore. Scaduti i brevetti si sono moltiplicati i concorrenti in Cina e in India. A parità di potere dolcificante il sucralose e lo zucchero costano più o meno lo stesso; il primo non fa ingrassare: dicono. ■



**chissà cosa** di Jacopo Formaioni

## Diamoci un taglio

Presenti in ogni casa e ufficio, tempo fa un famoso Edward le aveva addirittura al posto delle mani, facendo miracoli con siepi e capelli. Strumento d’origini antiche, i primi esemplari risalgono all’antico Egitto, le forbici si diffusero in tutte le civiltà al servizio di sarti e barbieri.

Dal Settecento si cominciò ad usare acciaio temprato e si migliorò l’impugnatura, facendo uscire le forbici dalle botteghe dei barbieri per finire in tutte le case. L’Italia è uno dei massimi produttori mondiali, insieme a Francia, Spagna e Germania, mentre in Giappone alcune aziende producono forbici ergonomiche su misura. Alcuni modelli, richiesti appositamente da alcuni parrucchieri e adornati da gioielli e pietre preziose, possono superare i 2mila euro. Niente di meglio per chi vuole un taglio veramente su misura.





# Ora si **cambia**

**Tutta la verità sul cambiamento climatico: in atto, eccome, mentre sulle spalle del mondo qualcuno sta lucrando.**

16

**P**er anni abbiamo dovuto combattere con qualcosa di peggiore dell'ignoranza e dell'indolenza, il profitto che non sarebbe forse un male, se fosse sempre fondato sulla libera concorrenza e tutelasse quelli che non possono, non posseggono o non sanno. Ma neanche nel peggiore dei mondi possibili, quello a capitalismo avanzato (il turbocapitalismo), dovrebbe capitare quello che è successo nel nostro a proposito del cambiamento climatico. Per anni abbiamo difeso le posizioni della stragrande maggioranza degli scienziati che studiano il clima e che sostengono, tutti, che il cambiamento climatico è



in atto. E che si tradurrà in uno sconvolgimento epocale che inizierà con il gran caldo e finirà tra tempeste, alluvioni, uragani e siccità. E che sostengono che tutto questo dipende dalle attività produttive dell'uomo, soprattutto quella di raffinare e bruciare idrocarburi. Lo abbiamo gridato forte anche davanti a quegli operatori dell'informazione che sostenevano che in fondo non era così, e che non era per niente detto che fosse colpa nostra: ma come, non era verde, un tempo, la Groenlandia? E il clima non è sempre cambiato? Che differenza ci sarebbe stavolta? E noi dai a ripetere che il clima era sì cambiato, figuriamoci che c'è stata anche una Terra completa-

mente ghiacciata (650 milioni di anni fa) e, al tempo dei dinosauri, i poli non avevano nemmeno un centimetro di neve. Ma stavolta è l'accelerazione a impressionare, e certo un tempo la Groenlandia era verde, ma su tutto il resto del Pianeta le cose andavano secondo la regola stagionale, mentre oggi si tratta di un fenomeno globale e rapido come mai in passato. E abbiamo anche giustificato i veri scettici, perché la scienza, si sa, non è democratica, e anche uno solo di quei pochissimi che non la pensa così potrebbe avere ragione. Solo che di fronte a tali e tanti dati preferiamo affidarci alla maggioranza, pronti a cambiare idea, se sarà dimostrato il contrario. Dopo tutto questo scopriamo che abbiamo speso energia inutilmente a giustificare una presunta onestà intellettuale di quelle posizioni scettiche, perché erano, per la stragrande maggioranza, "indotte" dalla più grande multinazionale del mondo, la *Exxon-Mobil*, che da decenni investe milioni di dollari per favorire lo scetticismo sul clima, solo per difendere i colossali guadagni che si continuano a fare sul petrolio. Un libro in uscita (*Private Empire* di Steve Call) svela tutto questo e spiega molto bene come di contraffazione si trattava. Tutti i distinguo, i se, i ma, i però, tutto ciarpace: solo la volontà di continuare a lucrare costringendo i cittadini del mondo a soffrire per l'inquinamento e a morire di cancro. E non cambiare strada finché l'ultima goccia di petrolio non sarà consumata. Purtroppo avevamo ragione. ■

**al naturale** di Stefano Generali

## Massima **efficienza**

A maggio si è spento in Giappone anche l'ultimo dei 54 reattori nucleari presenti nel paese, quello di Tomari. Dopo il disastro atomico di Fukushima, il Governo nipponico sembra aver scelto la strada delle energie rinnovabili e dell'efficienza energetica, anche in previsione di un altro importante

terremoto che gli esperti predicono per i prossimi anni. Una decisione accolta con entusiasmo dalle combattive organizzazioni ecologiste giapponesi, che hanno presentato una serie di studi per dimostrare come il Paese possa fare a meno del nucleare: sul piano della produzione elettrica, il picco di domanda, tradizionalmente concentrato nel periodo estivo, può essere gestito aumentando l'efficienza e gestendo in maniera oculata il risparmio energetico.



# Arte culinaria

**Pellegrino raccoglieva le ricette di persona o da segnalazioni di amici, Marietta le cucinava. Così nacque *La scienza in cucina, bestseller di altri tempi che raccontava la cultura nazionale.***

17

Casa Artusi di Forlimpopoli, mentre si accinge a varare la sedicesima edizione della Festa Artusiana, tira le somme di un “anno artusiano” (il 2011, centenario della morte) che coincidendo con il 150° dell’unità italiana è stato occasione di approfondite riflessioni sul ruolo di Pellegrino Artusi e del suo celebre ricettario (*La scienza in cucina e l’arte di mangiar bene*, 1891) nella costruzione dell’identità nazionale. L’importanza di quest’opera sta nel metodo: raccogliere le tradizioni gastronomiche del paese

rispettando le varianti locali, valorizzando le differenze come dato originale e ineliminabile della nostra cucina. Poco importa che Artusi abbia privilegiato i territori che conosceva meglio: la Romagna, l’Emilia, la Toscana. È il principio che conta, è l’idea che essere italia-

ni vuol dire condividere una cultura, scambiarsi esperienze, costruire una rete di saperi e di pratiche comuni. Ma Artusi è importante anche per un’altra ragione. La prospettiva, per così dire, “orizzontale” che unisce città, territori e regioni nel nome della cucina e dei saperi gastronomici si combina con una prospettiva “verticale” che mette insieme le esperienze di mondi sociali diversi, delle classi alte ma anche del popolo, dando origine a un ricettario che proprio per questo è

ampiamente rappresentativo della cultura “nazionale” (della nazione tutta). Il libro di Artusi in realtà esprimeva la cultura di una ristretta élite sociale, la borghesia cittadina, quella che in fin dei conti aveva fatto l’Italia. Ma questa cultura borghese a sua volta esprimeva saperi e pratiche del mondo contadino: molte ricette della *Scienza in cucina* sono la rielaborazione borghese di tradizioni rurali. Tradizioni che Artusi in parte raccolse di persona, viaggiando l’Italia in treno e in carrozza, in parte conobbe indirettamente, grazie alle segnalazioni che lettori e lettrici gli inviavano per posta, consentendogli di aggiornare progressivamente il suo manuale (quindici edizioni, ogni volta accresciute, tra il 1891 e il 1911).

Del resto, il mondo contadino Artusi ce l’aveva in casa. Nella bella casa di piazza D’Azeglio a Firenze, in cucina lavorava Marietta, la giovane contadina toscana che collaborò assiduamente con Artusi a studiare e realizzare le ricette che poi finivano nelle pagine del manuale. Questa collaborazione è il simbolo vivente dell’intreccio di saperi che caratterizzò *La scienza in cucina*, e che spiega il suo strepitoso successo: perché non solo i cittadini, ma anche i contadini cominciarono ad acquistarlo, riconoscendolo come un prodotto, sia pure indiretto, della loro cultura. Senza Marietta, Pellegrino non avrebbe avuto la stessa fortuna e fu lui stesso a riconoscerlo, lasciando a lei, in eredità, i diritti d’autore del suo libro. ■



**il buongustaio** di Silvia Inghirami

## Re Artusi

9 giorni di festa per ricordare Pellegrino Artusi, l’autore del celebre ricettario “*La Scienza in cucina e l’Arte di mangiar bene*”. Forlimpopoli rinnova anche quest’anno, dal 16 al 24 giugno, l’omaggio al suo concittadino più illustre, trasformandosi in una città da assaggiare, dove le strade, i vicoli e le piazze diventano veri e propri percorsi gastronomici. Saranno oltre

150 gli appuntamenti fra laboratori e degustazioni, una ventina d’incontri imperniati sulla cultura del cibo, più di 50 gli spettacoli di vario genere (teatro, cabaret, concerti, performance di strada), oltre 30 i ristoranti appositamente allestiti. Con la festa, ogni anno, s’incorona il miglior cuoco o cuoca per diletto, assegnando il Premio Marietta: per partecipare occorre inviare una ricetta originale di un primo piatto (pasta fresca o secca o riso) eseguibile in un tempo massimo di 2 ore.

# Pasta prioritaria

**Prodotti 100 per cento italiani proposti da Coop, Coldiretti e Legacoop Agroalimentare, a cominciare dal più tipico e diffuso sulle tavole del Belpaese: la pasta. Per garantire alta qualità, equa retribuzione per i produttori, giusto prezzo per i consumatori.**

■ Dario Guidi

**G**ia il nome e il simbolo che compaiono sulle confezioni, **100% Italia** con il tricolore a fianco, dicono molto della nuova iniziativa che vede insieme Coop, *Coldiretti* e *Legacoop Agroalimentare*. In sostanza i produttori, legati a due realtà come *Coldiretti* e *Legacoop Agroalimentare*, e i consumatori rappresentati dalla più grande catena di distribuzione nazionale si mettono insieme per proporre prodotti al 100 per cento italiani, garantendo alta qualità unita a una giusta retribuzione per gli agricoltori. Cominciando con il prodotto più tipico e diffuso sulle tavole degli italiani: la pasta.

## Viva l'Italia

Soprattutto in tempi di crisi, questo progetto di co-imprenditorialità assume davvero un grande valore, un esempio di risposta positiva che forze economiche presenti nel Paese sono state in grado

di dare all'insegna della valorizzazione delle produzioni e delle competenze esistenti, ma anche per offrire alle famiglie e ai consumatori qualità e giusto prezzo su uno degli ingredienti fondamentali della nostra dieta e tradizione gastronomica. E, confidando anche nei positivi riscontri che potranno venire dal mercato, l'intenzione è quella di far seguire alla pasta altri prodotti espressione della miglior qualità gastronomica italiana. Il primo a riconoscere questo valore a **100% Italia** è stato il ministro delle Politiche agricole **Mario Catania**: «Un progetto importante che consente all'agricoltura di uscire dal proprio recinto, promuovendo il rapporto di collaborazione tra produttori e Grande Distribuzione, un rapporto che non è solo di conflitto, ma anche di costruttiva collaborazione».

Si perché discussioni e polemiche sulla difesa dei prodotti italiani in questi anni non ne sono mancate. In questo senso il progetto segna una svolta profonda, perché dal confronto è scaturita un'idea di collaborazione concreta, per costruire prodotti che garantiscano l'italianità, accorcino i passaggi intermedi lungo la filiera (spesso causa principale degli



amenti di prezzo) e garantiscano così ai produttori da un lato, e ai consumatori dall'altro, di veder tutelati i propri diritti. Non a caso, sempre il ministro Catania ha evidenziato «l'importanza del prezzo equo che remunererà il lavoro degli agricoltori e che il mercato dimostra di esser disposto a riconoscere per un prodotto che punta sulla qualità».

## Un'italiana vera

Concretamente ciò che i consumatori potranno trovare nei 1.400 punti vendita Coop di tutta Italia sono 5 formati di pasta di grano duro – spaghetti, vermicelli, penne rigate, fusilli e tortiglioni –, tutta trafilata al bronzo, con essiccazione lenta, senza *ogm*.

La pasta della linea *100% Italia* viene dal pastificio *Cerere*, in provincia di Enna, nel cuore della Sicilia. Si tratta di grano di ottima qualità, per il quale al produttore verrà riconosciuto un prezzo premiante sulla base degli accordi definiti tra Coop e *Coldiretti*.

Il presidente di *Coldiretti*, **Sergio Marini**, ha sottolineato che «in un momento in cui il Paese sta cercando nuove strade per tornare a crescere noi offriamo un'esperienza concreta nell'agroalimentare, leva competitiva che mette a sistema le straordinarie capacità imprenditoriali e le potenzialità dei nostri territori, a cominciare da quelle inesprese del Mezzogiorno – continua Marini –. L'Italia costruirà il proprio futuro tornando a fare l'Italia, ovvero valorizzando al meglio quello che ha già di unico e di esclusivo, a cominciare dal cibo». Per il presidente di *Legacoop Agroalimentare*, **Giovanni Luppi**, «Coop, *Coldiretti* e la nostra associazione d'impresa lanciano un progetto di co-imprenditorialità che porterà benefici a tutta la filiera e ai consumatori. È un fatto molto positivo che si inserisce all'interno di una strategia di cooperazione tra produttori, trasformatori e distributori che perseguiamo da tempo». ■

# Produzione propria

**Nelle parole di Vincenzo Tassinari, presidente del Consiglio di gestione di Coop Italia, tutto il valore della pasta 100% Italia e dell'impegno di Coop per la difesa dell'agricoltura italiana.**

19

«Noi di Coop crediamo che questo non valga soltanto come un progetto a sé, un progetto comunque di indiscutibile valore strategico – spiega **Vincenzo Tassinari**, presidente del Consiglio di gestione di *Coop Italia*, alla presentazione di *100% Italia*, la pasta prodotta assieme a *Coldiretti* e *Legacoop Agroalimentare* – ma che sia anche la dimostrazione concreta di come Coop, con la sua identità di catena distributiva italiana, metta a disposizione la sua organizzazione e agisca concretamente con le organizzazioni che, con ruoli diversi, hanno comunque a cuore l'agricoltura del Paese. Anche nei momenti di discussione che abbiamo avuto nei mesi scorsi abbiamo sempre ribadito



**Vincenzo Tassinari, Sergio Marini e Mario Catania alla sottoscrizione dell'accordo per la pasta 100% Italia.**

che i problemi dell'agricoltura non si risolvono con le polemiche – prosegue Tassinari –, ma con l'impegno concreto dei soggetti protagonisti. E siamo ben lieti di poter oggi dare questa risposta concreta, incoraggiati anche dal riconoscimento che il ministro Catania ha avuto per il ruolo che una catena della Grande Distribuzione come Coop ha dimostrato di poter avere nel sostegno delle produzioni italiane. In relazione alle politiche di Coop verso i produttori italiani è bene ricordare che, al di là del progetto insieme a *Coldiretti* e *Legacoop Agroalimentare* di cui parliamo in queste pagine, Coop per i suoi prodotti a marchio si avvale per il 90 per cento di fornitori nazionali, di cui il 35 per cento appartenenti al mondo cooperativo. Le aziende agricole coinvolte nei processi di produzione sono oltre 15mila.

Pur in un contesto non semplice per l'economia e l'agricoltura italiana – conclude Tassinari – Coop ha continuato a sviluppare politiche di filiera nazionali: basti ricordare che il 94 per cento delle carni (su oltre 1.060 milioni di euro di vendite totali) e l'80 per cento dell'ortofrutta (su oltre 1.250 milioni di euro di vendite totali) vengono da produttori italiani». ■





# PIGRECO

- POSTA PNEUMATICA
- TELECOMUNICAZIONI
- STAZIONI AD ELEVATE PRESTAZIONI
- SISTEMI DI SICUREZZA PER TRASPORTO VALORI



 PIGRECO

Via De Gasperi, 300/302 - 48014 Castelbolognese (RA)

Tel. +39 054655736 - Fax +39 054655736

e-mail: [pigreco@albaclick.com](mailto:pigreco@albaclick.com)

[www.pigreco-group.it](http://www.pigreco-group.it)



# La posta in gioco

*C'è un'industria che va sempre a gonfie vele. È l'industria del gioco. Che oggi dilaga complice la crisi economica e viaggia verso 90 miliardi di fatturato pari a 1.260 euro pro capite, neonati compresi. Primi in Europa e terzi nel mondo tra i paesi che giocano di più.*

■ Aldo Bassoni

**S**econdo un recente studio, la metà delle persone che subiscono gli effetti della crisi economica è alla ricerca di qualche nuova maniera per arricchirsi facilmente e in fretta, e ben il 10 per cento di costoro ha pensato che la soluzione potrebbe essere il video poker o i casinò on line di cui rigurgita internet. Ed ecco perché 79 miliardi di euro è molto di più dei 53 miliardi che lo Stato spende per l'istruzione, ma è anche quanto hanno speso gli italiani nel 2011 in giochi e lotterie. Circa 22 miliardi di euro è il gettito previsto dall'*Imu* quest'anno, ma è esattamente quanto hanno incassato nei primi tre mesi del 2012 le agenzie (statali e non) che gestiscono giochi e lotterie. E con questi poco invidiabili numeri ci piazzamo al primo posto in Europa e al terzo nel mondo tra i paesi che giocano di più. Il brivido del salto nel buio della fortuna si fa sempre più spericolato e più aumenta la disperazione, maggiore sembra essere la voglia di tentare il colpo grosso e rischiare di trovarsi magari con meno soldi di prima. «Sempre più cittadini sfiduciati si buttano sul gioco con un serio pericolo di assuefazione e con la rovinosa prospettiva di mettersi in mano agli strozzini. È una vera tragedia», sostiene **Rosario Trefiletti**, Presidente di *Federconsumatori*.

Il nostro è un paese dove si spendono circa 1.260 euro pro capite, neonati compresi, per tentare la fortuna. Si stima che siano 800mila le persone dipendenti dal gioco d'azzardo, quasi due milioni i giocatori a rischio e 10 miliardi il fatturato del gioco illegale. «Quella del gioco è la terza impresa italiana, l'industria più florida del paese con un giro d'affari che quest'anno potrebbe superare i 90 miliardi quando in

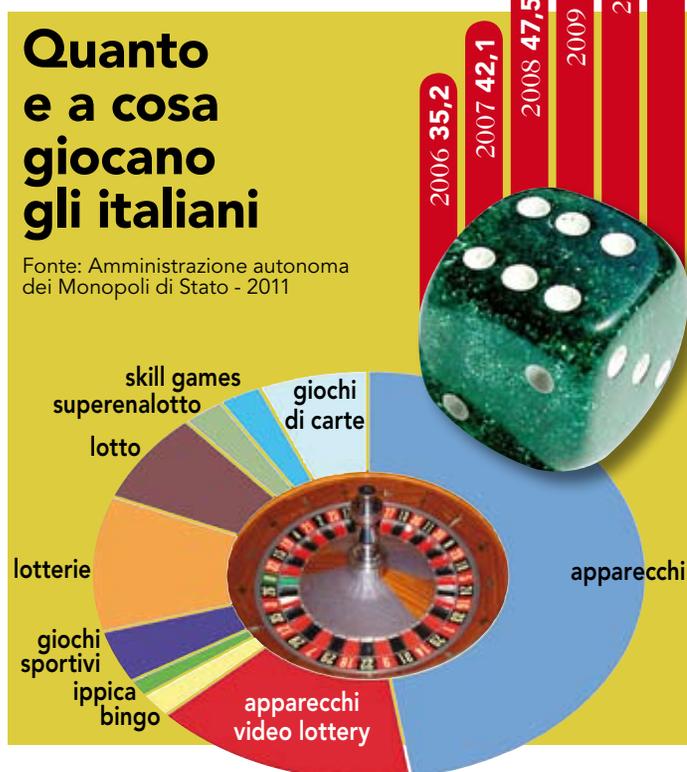
Italia se ne spendono 130 per mangiare – riprende Trefiletti –, l'unica azienda con un bilancio sempre in attivo che non risente della crisi».

## Macchine mangia soldi

I dati dei primi mesi del 2012 confermano questa tendenza con un aumento del 20 per cento rispetto allo stesso periodo dell'anno precedente. A tirare la corsa del gioco sono le *Slot machine*: ce ne sono più di 400mila in Italia, una ogni 150 abitanti disseminate ovunque. A Roma – dove è attivo il più grande locale d'Europa con 900 postazioni di gioco – ci sono più di 294 sale e più di 50mila *Slot machine* distribuite in tutta la Provincia. Qualcuno ogni tanto vince, ma alla lunga si perde sempre. Chi non perde mai è il gestore del gioco. Che si chiami Stato o in qualunque altro modo, le sue casse si riempiono di soldi, i soldi della speranza andata in fumo di milioni di persone che, come afferma il filosofo e psicanalista **Miguel Benasayag** nell'intervista che pubblichiamo a pagina 25, «si sottomettono passivamente alla sorte accettando che sia il caso a decidere se possiamo stare bene o male, vincere o perdere». Paradossalmente è proprio in questi tempi di crisi che l'impotenza di fronte alle dure ricette dell'austerità si trasforma in speranza nel colpo grosso e il gioco finisce per diventare l'unica risorsa a cui in molti si affidano per tentare di modificare una realtà troppo dura da vivere, difficile da capire e impossibile da controllare. Ed è così che il gioco può diventare un vizio o peggio una drammatica patologia. «Il gioco d'azzardo non è una patologia se è confinato dentro dei limiti che sono quelli di un divertimento sano e occasionale – spiega la psicologa **Francesca Picone** –. Spesso oggi sconfinata nel gioco d'azzardo problematico, quando inizia a diventare qualcosa che difficilmente si riesce a controllare. Questo può talora diventare patologia che viene inquadrata nel capitolo dei disturbi del controllo degli impulsi, e che presenta tutte le caratteristiche di una vera e propria dipendenza». A questo punto scatta l'allarme, continua Picone «e allora il gioco d'azzardo deve essere

## Quanto e a cosa giocano gli italiani

Fonte: Amministrazione autonoma dei Monopoli di Stato - 2011





curato come qualunque forma di dipendenza ed è altrettanto complicato e difficile, perché anche qui ci possono essere le ricadute. Considerato il fatto che si tratta di un disturbo ad origini multifattoriali, il trattamento deve essere integrato, con coinvolgimento di più figure professionali (psichiatri, psicologi, assistenti sociali, avvocati ecc.)».

## Febbre da cavallo

Non c'è dubbio che negli ultimi anni questa dipendenza dalla droga del gioco d'azzardo è in aumento. I dati parlano chiaro. Nel periodo 2006-2011, la raccolta dei giochi è più che raddoppiata passando da 35,2 a 79,9 miliardi. Una montagna di denaro che è uscita dalle tasche dei cittadini e si è trasformata in attivo di bilancio di un'industria che non sente la crisi, anzi, con la crisi cresce. Se analizziamo i dati, per ogni euro speso tornano indietro come vincite circa 80 centesimi. A fare la parte del leone nella bisca legalizzata nazionale sono gli apparecchi elettronici con un fatturato che nel 2011 ha sfiorato i 45 miliardi e a reso più di 9 miliardi a chi le gestisce. Complessivamente, la spesa dei giocatori al netto delle vincite è stata di oltre 18 miliardi. Un'enormità che nel 2012 crescerà ancora a dispetto della crisi economica. «L'aumento del gioco d'azzardo in questo momento e già da diversi anni è evidente e lo è sicuramente proprio per motivi economici – precisa Picone –, ma è anche nettamente aumentata

## Scommettiamo?

### *I giochi on line fanno boom.*

Una vera e propria novità nel mercato dell'azzardo sono i giochi on line che in un anno hanno più che raddoppiato gli introiti (da 4,8 a 9,85 miliardi di euro). In calo invece i giochi tradizionali (scommesse sportive, poker a torneo, bingò, scommesse ippiche e concorsi a pronostico). L'incidenza della raccolta dei giochi on line sulla raccolta complessiva dei giochi con vincita in denaro (on line+off line), è stata pari a oltre il 12 per cento nel 2011. Se guardiamo però alla spesa, il canale online rappresenta solo il 4 per cento della spesa complessiva degli italiani per il gioco. Per quanto riguarda i giocatori, in Italia sono 2,6 milioni gli utenti internet che hanno partecipato almeno una volta on line a giochi con vincita in denaro ma meno dei due terzi (circa 800mila) quelli che mediamente hanno giocato in un mese nella seconda metà del 2011. Il giocatore online è maschio (86 per cento), risiede al Centro-Sud, ha un'età compresa tra i 25 e i 44 anni.

Fonte: Amministrazione autonoma dei Monopoli di Stato

l'offerta di gioco e di tipi di gioco, vedi ad esempio tutti i giochi on line o tutti i nuovi giochi tipo *Win for Life*, per citarne uno». Quindi siamo in presenza di una grande e sempre crescente offerta e varietà di "emozioni" che è in grado di catturare qualunque tipologia di giocatore. Dal più tranquillo pronosticatore del tradizionale *Totocalcio*, ai maniaci delle lotterie, dai forzati del *Gratta e vinci* ai patiti delle più sofisticate diavolerie elettroniche luccicanti di finti dobloni. L'insidia più subdola, quella che può catturare una persona e schiavizzarla viene proprio dai cosiddetti giochi istantanei, quelli che ti dicono in tempo reale se perdi o se vinci. Sono loro che intossicano come un veleno le persone più deboli, soprattutto i giovani. Alcune stime parlano di centinaia di migliaia di ragazzi che grazie ad internet giocano costantemente. È qui che l'eccitazione per il gioco raggiunge il picco massimo e nei casi peggiori diventa totale dipendenza.



## Lasciamo perdere

24

Insomma, quello del gioco, da innocente svago, sta diventando sempre di più una grave piaga sociale alimentata anche dalla pubblicità che, promettendo improbabili rivincite sociali, incita di fatto al gioco d'azzardo anche quando consiglia di "giocare responsabilmente". «Certi spot sul gioco non ci piacciono, e nemmeno le Poste che mettono il *Gratta e vinci* nelle agenzie, anche se non è certo questo a rappresentare il pericolo più serio – è il duro atto d'accusa di Trefiletti –. I giochi più pericolosi sono sicuramente le *Slot machine*, specie quelle di ultima generazione, i *Video poker* e i tantissimi giochi on line che impazzano sulla rete. Ma non è da trascurare nemmeno il settore delle scommesse che sta prendendo sempre più campo. Più che mettere in onda discutibili pubblicità progresso contro il gioco d'azzardo, bisognerebbe che lo Stato intervenisse per educare e

informare, rivolgendosi soprattutto ai giovani in modo da prevenire la diffusione legalizzata del gioco d'azzardo». L'associazione *Libera* di

Don Ciotti, ad esempio, fa proprie le proposte avanzate al governo e al Parlamento nel dicembre del 2010 dall'*Alea* (*Associazione per lo studio del gioco d'azzardo e dei comportamenti a rischio*) e dal *Conagga* (*Coordinamento nazionale gruppi per giocatori d'azzardo*) e propone di approvare una legge quadro sul gioco d'azzardo, che limiti innanzitutto i messaggi pubblicitari e di marketing e garantisca una corretta sensibilizzazione del pubblico attraverso campagne d'informazione. Questa legge dovrebbe inoltre recepire l'indicazione dell'*Organizzazione Mondiale della Sanità* che vede nel gioco d'azzardo compulsivo "una forma morbosa chiaramente identificata e che, in assenza di misure idonee d'informazione e prevenzione, può rappresentare, a causa della sua diffusione, un'autentica malattia sociale" le cui vittime e i loro familiari sono oggi abbandonati a se stessi. ■



## Giochi pericolosi

Sono ben 41 i clan che gestiscono "i giochi delle mafie" e fanno saltare il banco. Da Chivasso a Caltanissetta, passando per la via Emilia e la Capitale. Con i soliti noti seduti al "tavolo verde" dai Casalesi di Bidognetti ai Mallardo, da Santapaola ai Condello, dai Mancuso ai Cava, dai Lo Piccolo agli Schiavone. Le mafie sui giochi non vanno mai in tilt e di fatto si accreditano ad essere l'undicesimo concessionario "occulto" del Monopolio. Sono ben dieci le Procure della Repubblica direzioni distrettuali antimafia che nell'ultimo anno hanno effettuati indagini. Per quanto riguarda, invece, la prevenzione e il contrasto dei fenomeni d'illegalità nel mercato dei giochi, *Libera*, l'associazione di Don Ciotti, sollecita l'elaborazione di norme tese a rafforzare e rendere più efficaci, anche attraverso la previsione del delitto di gioco d'azzardo. Inoltre intensificare e potenziare i controlli e il monitoraggio della concessione di licenze a società estere che organizzano e gestiscono scommesse in Italia ai controlli sulle persone degli amministratori, dei bilanci e delle rendicontazioni contabili, per scoraggiare e prevenire fenomeni di riciclaggio; l'inasprimento delle sanzioni amministrative pecuniarie (fino a 20mila euro e chiusura fino a 30 giorni dell'esercizio) per chi viola il divieto di gioco di minori; l'inasprimento delle sanzioni in funzione antiriciclaggio previste dal decreto 231 per chi gestisce attività di gioco senza autorizzazioni; la previsione di conti correnti dedicati per concorsi pronostici e scommesse; il registro scommesse e requisiti più stringenti per chi gestisce locali e attività di gioco pubblico.

Fonte: Azzardopoli. Il dossier di *Libera* sul gioco d'azzardo

## Le cifre dell'azzardo

**79,9**

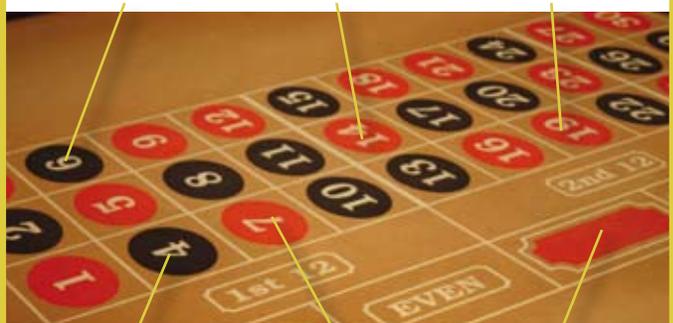
miliardi di euro il fatturato del mercato legale del gioco nel 2011, primo posto in Europa e terzo posto nel mondo tra i paesi che giocano di più

**800.000**

le persone dipendenti da gioco d'azzardo e quasi 2 milioni di giocatori a rischio

**1.260**

gli euro pro capite, (neonati compresi) la spesa per i giochi



**5.000**

le aziende gli addetti che lavorano nel settore

**120.000**

**3**

volte alla settimana la media di gioco per i giocatori patologici più di 3 ore alla settimana dai 600 euro la spesa mensile

**10**

miliardi di euro il fatturato illegale



# Per puro caso

**In un mondo in crisi che sembra governato dal caso, è al caso che si finisce per affidarci quando il gioco prende la mano. A colloquio con il filosofo argentino Miguel Benasayag.**

Come spiegare l'enorme crescita di persone che si affidano al gioco con una decisione e un'intensità che in certi casi diventa morbosa?

«L'idea di guadagnare soldi con il gioco è sintomo di due cose. Per prima cosa è

la crisi dell'uomo dell'umanesimo, perché l'uomo della modernità è quello che fa l'apologia di guadagnare con sforzo in

contrapposizione all'aristocrazia che guadagnava senza sforzo, e che solo per diritto di nascita poteva avvantaggiarsi di ricchezze e privilegi mentre chi nasceva povero tale rimaneva. Il lavoro era non per arricchirsi, ma per vivere e uscire dallo stato di povertà. Quest'estesa propensione al gioco e all'azzardo è dunque un sintomo del fallimento di questo principio umanistico tipico dell'uomo della modernità. In secondo luogo, pensare di guadagnare grazie alla fortuna vuol dire anche rinunciare alla possibilità di capire il rapporto con il mondo, è un'accettazione passiva di quello che non riusciamo a capire, l'accettazione rassegnata del fatto che solo grazie al caso possiamo stare bene o male, vincere o perdere».

Il volume di denaro speso in giochi e lotterie, però, è aumentato in questi anni di crisi.

«La crisi economica ha mostrato che nessuno può capire come funziona il mondo, come funziona l'economia. In realtà sembra che tutto sia governato dal caso, ed ecco che la crisi ci mostra che forse non c'è nessuna differenza tra il funzionamento di Wall Street e una normale lotteria e che dunque tutto dipende dal caso».

Il caso al quale c'è chi si affida sempre di più quando le cose vanno male, per ricercare una soluzione definitiva e radicale?

«Sì, il che determina una sorta di nichilismo generalizzato nel quale non c'è più nessuna differenza tra chi investe in borsa e chi gioca alla lotteria,

in entrambi c'è una tentazione triste d'irrazionalità. Naturalmente chi ha i soldi gioca alla borsa valori, il proletario, invece, gioca alla lotteria».

È come se all'improvviso fosse esplosa una visione del mondo secondo la quale l'impegno, lo sforzo non ha più nessun senso?

«Proprio così. Anche per un industriale oggi produrre delle merci è troppo rischioso, e quindi decide che è meglio investire nell'economia virtuale, nella finanza. A dire il vero lo sviluppo del gioco d'azzardo è il sintomo di qualcosa di molto più profondo perché quello che vediamo con il superenalotto è solo la parte emersa dell'iceberg rispetto all'industriale che produce solo guadagni in borsa o rispetto all'idea secondo la quale se si è ricchi è solo frutto del caso. Io credo che questa "riscoperta del caso" come motore delle nostre vite è antropologicamente un sintomo di grande cambiamento. In passato nelle nostre società il caso aveva uno spazio limitato; oggi la società ha messo il caso al centro, laddove c'era, al contrario, un desiderio di controllo, di sforzo, di merito».

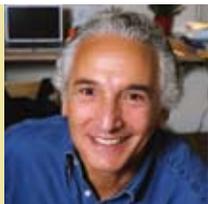
Che dire allora della crescita dei giochi istantanei, tipo *Gratta e vinci*, *Win for Life*, oppure le macchinette elettroniche come i video poker e i giochi on line che hanno avuto un incremento di giocate veramente considerevole?

«Se un operatore di borsa può guadagnare milioni quasi in tempo reale, perché io non posso farlo giocando su internet o pigiando i tasti di una macchinetta? Viviamo una sorta di apologia dell'istantaneità che è possibile riscontrare in molti altri aspetti della vita sociale, per cui senza alcuna ragione diventi ricco o povero, vittima o beneficiario di un evento senza razionalità che ti cambia la vita».

Il problema, però, è che a volte s'instaura una sorta di dipendenza, una frenesia da speranza di vincita e un'eccitazione da rischio di perdere tutto che genera una totale perdita di controllo.

«Allora parliamo di patologia. Infatti, il meccanismo neurofisiologico dell'eccitazione del gioco è lo stesso di chi si droga. Inoltre, in queste persone "malate" di gioco, la perdita eccita più della vincita, c'è come un meccanismo sacrificale che possiede il giocatore che gioca gli ultimi soldi e per il quale la vincita non è importante perché egli non vince per vivere ma per non vivere». **I.A.B.**

Miguel Benasayag,  
filosofo



# Circoli di lettura

**La libera circolazione di letture da condividere nei supermercati Unicoop Tirreno di oltre 50 città e in una ventina tra biblioteche, scuole, ospedali e teatri. La storia e il senso dei Libri randagi.**

■ Daniela Raspo\*

**F**orse non tutti sanno che il primo negozio Coop nato in Inghilterra ospitava una biblioteca a sostegno della formazione culturale dei propri soci. Era il 1854 e la Coop nasceva già con l'“idea forte” del libro come strumento di trasmissione del sapere e della conoscenza; l'idea della cultura accanto alla tutela dei bisogni primari.

*Libri randagi* è un'iniziativa di *book-crossing*, che significa scambio di libri. Il progetto originario dal quale siamo partiti è nato negli Usa alcuni anni fa e si è diffuso rapidamente in tutto il mondo. Per Unicoop Tirreno è diventato uno strumento per nuove relazioni sociali e allargamento della conoscenza della Cooperativa, che da sempre sostiene la cultura. È un pro-

getto che ci permette di promuovere lo scambio e la condivisione di letture e dunque di idee e riflessioni attorno al libro e di passare dalla relazione singola e individuale tra il libro e il lettore a quella “partecipata” e “condivisa”. I soci Coop, da sempre attenti alle relazioni con le persone, lo sostengono con entusiasmo perché riconoscono in questo progetto i valori della cooperazione e dello scambio.

## A tutto volume

Dopo la sperimentazione a Roma in occasione dell'inaugurazione di un supermercato Coop un po' speciale, che al suo interno ospita, sull'esempio inglese del 1854, una vera e propria biblioteca (oggi federata nel Polo Istituzionale delle Biblioteche del Comune di Roma), i soci Coop hanno adottato e diffuso il progetto in molti dei punti vendita di Unicoop Tirreno e anche all'esterno, in ospedali, biblioteche, scuole, teatri, persino ristoranti e caffè, agenzie immobiliari e di viaggi. Così, di libro in libro, si è accumulata, spesso grazie a cospicue donazioni, una notevole quantità di volumi che vengono utilizzati nelle più disparate iniziative: presso i punti di scambio dei *Libri randagi*, in oltre 50 tra Supermercati, Minimercati e Iper, da Livorno a Grosseto, da Rosignano

\* Responsabile dei servizi ai soci Unicoop Tirreno



e Piombino fino a Roma e Avellino, c'è chi cataloga i libri, chi ne tiene nota, chi sostiene il progetto con iniziative collaterali (incontri con autori, letture, circoli di lettura), chi ancora promuove iniziative di invito alla lettura per i bambini.

## Scambio culturale

Nel 2013 il progetto compirà 10 anni e sarà l'occasione per un rilancio complessivo di quest'iniziativa che si può definire a "costo & km 0" e che ruota attorno a valori fondanti di Coop: condivisione, partecipazione, ri-uso, scambio. I libri donati e messi in circolazione in questi primi dieci anni dai soci di Unicoop Tirreno sono decine e decine di migliaia, per un valore che possiamo stimare per difetto in circa 1 milione di euro.

Scambiare un libro e "liberarlo" sullo scaffale Coop perché venga preso da altri lettori significa superare la lettura "solitaria" di un testo e modificarla, con il gesto del dono, in uno scambio di culture, di idee ed emozioni. È come tendere la mano attraverso il libro, pensandolo come un oggetto-dono da mettere a disposizione degli altri perché lo leggano e ricevano le stesse emozioni di chi lo ha già letto. Una forma di contatto con chi non ha letto i testi che noi abbiamo amato e di vicinanza con coloro che invece quel libro conoscono e ri-conoscono sui nostri scaffali. Buona lettura a tutti! ■

[www.librirandagi.coop.it](http://www.librirandagi.coop.it)

## Dove sono i Libri randagi

> **Nei punti vendita Coop** Albinia, Alleronia, Aprilia (super e iper), Avellino, Benevento, Caprarola, Carrara Avenza, Cecina, Cerveteri, Civitavecchia, Cisterna di Latina, Colleferro, Donoratico, Fabro, Follonica, Frosinone, Genzano, Giove, Grosseto (v. Inghilterra, v. Ximenes, v. Rovetta), Guidonia, Isola d'Elba (Portoferraio, Rio nell'Elba, Porto Azzurro, Marina di Campo) Livorno (La Rosa, v. Mastacchi, IperCoop), Massa Marittima, Montefiascone, Orbetello, Orte, Pietrasanta, Piombino (v. Gori e Salivoli), Pomezia, Riotorto, Roma (Colli Aniene, v. Laurentina, v. Bettini, I.go Agosta, v. Cornelia, Eur Ipercoop), Ronciglione, Rosignano Solvay, San Vincenzo, Terracina, Velletri, Venturina, Vignanello, Fiuggi

> **In punti di scambio esterni (attivati dai Comitati soci in collaborazione con le reti sui territori)**

● Ospedale S. Andrea di Massa Marittima ● Reparto Malattie Infettive Ospedale Civile di Frosinone ● Biblioteca Comunale di Orbetello ● Reparto Urologia Ospedale S. Leonardo di Castellammare di Stabia ● Ospedale

della Misericordia di Grosseto: Centro Unico Prelievi, Centro Unico Prenotazioni, Centro di Diabetologia ● Biblioteca comunale di Fabro ● Ospedale S. Benedetto - Reparto dialisi Chiappitto di Alatri ● Bistrot Quirino, Teatro Quirino Vittorio Gassman, Roma ● Centro Prenotazioni e visite Asl 9 Follonica ● Palazzo Comunale Follonica ● "Chicco bar Gabbarini" Genzano ● "Caffè del Corso" Genzano ● Agenzia immobiliare Cynthia Genzano ● Ristorante Agorà Montesarchio ● Reggia Travel Caserta ● Casa di Cura Villa Silvana Aprilia ● Scuola elementare di Alleronia Scalo ● Biblioteca di Alleronia ● Reparto Pediatria Azienda Ospedaliera San Giuseppe Moscati di Avellino ● Scuola Primaria Boschetti-Alberti di Cecina



Una libreria randagia donata dal Comitato soci di Avellino, presieduto da Gaetana Aufiero, ai bimbi ricoverati presso l'Unità Operativa di Pediatria dell'Azienda Ospedaliera "San Giuseppe Moscati" di Avellino diretta da Antonio Vitale. Volumi raccolti tra gli scolari dei circoli didattici di San Tommaso, Monteforte Irpino e Mugnano del Cardinale.



Sono oltre 6mila i libri circolanti presso lo scaffale di Ronciglione, grazie all'impegno della Sezione soci.



Il giovane scrittore Alberto Petrosino legge un suo racconto durante l'happening di lettura organizzato dal Comitato soci di Livorno all'Ipercoop Fonti del Corallo durante il Maggio dei Libri.



Una studentessa del Liceo "Niccolini Palli" legge le sue poesie durante l'happening di lettura organizzato dal Comitato soci di Livorno all'IperCoop Fonti del Corallo durante il Maggio dei Libri.

**IL  
MAGGIO  
DEI LIBRI**

# Coop a bilancio

28

**Il Bilancio 2011 di Unicoop Tirreno all'attenzione delle Assemblee separate delle Sezioni soci che, dal 5 al 15 giugno, devono rinnovare le cariche sociali della Cooperativa dal 2012 al 2015, determinare le condizioni economiche applicate agli Amministratori e Sindaci e modificare il regolamento del Prestito sociale.**

■ Luca Rossi

In un anno particolarmente duro a causa della crisi Unicoop Tirreno riesce a dimezzare le perdite di esercizio rispetto al 2010 nonostante il calo dei consumi. L'azione di contenimento dell'inflazione all'acquisto non ha scaricato interamente sui soci l'aumento dei prezzi, ma si ripercuote sulla gestione caratteristica. Positive le gestioni finanziaria e immobiliare.

I consumi hanno continuato a ridursi e si è consolidata l'attenzione ai prezzi da parte dei consumatori a causa delle crescenti difficoltà di far quadrare i conti in un contesto caratterizzato da inflazione anche sui prodotti alimentari. La scelta di Unicoop Tirreno è stata quella di mantenere il proprio ruolo a difesa del potere d'acquisto di soci e clienti anche a scapito del risultato economico, incrementando le vendite promozionali e delle offerte ai soci.

«In un mercato caratterizzato da un aumento generalizzato dei prezzi – commenta **Leonardo Caporioni**, direttore Amministrazione e Bilancio – la Cooperativa ha trattenuto una parte dell'inflazione pagata ai fornitori di

merci non scaricandola interamente sui prezzi al consumo: questo, se ha consentito di ridurre il peso per i soci e clienti, ha comportato per la nostra gestione caratteristica un aggravio dell'1,2 per cento di margine sugli alimentari industriali e di conseguenza sui nostri risultati economici».

Il Bilancio 2011 presenta questi numeri: 1.221,8 milioni di vendite, 313,2 milioni di patrimonio netto e 1.314,2 milioni di raccolta del *Prestito sociale*.

Il risultato economico è ancora negativo, ma «decisamente migliore di quello dell'anno precedente – continua Caporioni – essendosi dimezzata la perdita: siamo infatti passati da -16,2 a -8,8 milioni di euro. Adirittura la perdita prima delle imposte è di soli -1,4 milioni a fronte dei -11,7 del 2010». Questo risultato, peraltro, è stato conseguito in un contesto esterno molto peggiore del previsto. All'aggravarsi della crisi economica si sono riacutizzati, infatti, anche i problemi sui mercati finanziari: «come è noto la crescita degli *spread* ha provocato nuove tensioni sulle quotazioni dei titoli finanziari. Tuttavia la nostra gestione finanziaria ha apportato anche nel 2011 significative risorse al conto economico della Cooperativa mantenendo la prudenza degli investimenti. A questo si è aggiunto l'ottimo risultato della gestione patrimoniale, che ha consentito anche di ridurre il peso delle immobilizzazioni dopo alcuni anni di continua crescita e di ridurre seppur di poco l'indebitamento».

Tutto ciò avendo nel contempo realizzato nuovi investimenti per circa 25 milioni di euro tra ristrutturazioni di numerosi punti vendita e nuove iniziative tra le quali il nuovo Supermercato di Santa Maria Capua Vetere (Caserta) aperto il 31 maggio e il Supermercato di Orbetello (Grosseto) che apre a giugno. ■



# Assemblee separate

## Sezioni soci Unicoop Tirreno

dal 5 al 15 giugno 2012

il 25 giugno l'Assemblea Generale dei Delegati

n. Sezione soci	giorno	data	ora	città	luogo
30 <b>Costa d'Argento</b>	mar.	5	16,30	Orbetello	Parrocchia S. Paolo della Croce - Neghelli
16 <b>Roma Laurentino</b>	mar.	5	17	Roma	Centro Anziani Fonte Ostiense v. E. Pea, 120 (5° ponte)
1 <b>Carrara</b>	mar.	5	17	Massa	Casa della Cultura - v. Bassa Tambura
23 <b>Area Vesuviana</b>	mer.	6	16,30	Quarto	Fattorie Albatros - v. Trefole, 21
18 <b>Roma Nord</b>	mer.	6	17	Roma	Parrocchia S. Felicità e Figli Martiri v. Don Giustino Maria Russolillo, 37
29 <b>Est Maremma</b>	mer.	6	17	Roccastrada	Centro Civico - via del Convento
2 <b>Versilia</b>	mer.	6	17	Viareggio	Associazione "Il Fienile" - v. del Pastore, 1
8 <b>Elba</b>	gio.	7	15,30	Portoferraio	Sala della Provincia - v.le Manzoni, 11
21 <b>Etruria</b>	gio.	7	16,30	Tarquinia	Centro Socioriabilitativo "L. Capotorti" v. delle Torri
22 <b>Irpinia</b>	gio.	7	16,30	Avellino	Centro Samantha della Porta - v. Morelli e Silvati
26 <b>Paglia-Vulsinia</b>	gio.	7	21	Allerona Scalo	Sala Polivalente
5 <b>Cecina-Donoratico</b>	ven.	8	17	Donoratico	Circolo Arci - v. Mazzini, 37
12 <b>Civitavecchia</b>	ven.	8	17	Civitavecchia	Sala della Compagnia Portuale - v. XXIV Maggio, 2
25 <b>Valnerina</b>	ven.	8	17	Orte	Sala Dopolavoro Ferroviario - c.so Garibaldi
17 <b>Persone giuridiche</b>	lun.	11	15	Vignale Riotorto	Sede Unicoop Tirreno
7 <b>Piombino</b>	lun.	11	17	Piombino	Teatro Metropolitan - p.za Cappelletti, 2
3 <b>Livorno</b>	mar.	12	16	Livorno	Teatro Salesiani viale del Risorgimento 85
27 <b>Agro Falisco</b>	mar.	12	16	Civita Castellana	Sala Grande del Centro Comm. Marcantoni (sopra negozio Coop)
11 <b>Grosseto</b>	mar.	12	16,30	Grosseto	Hotel Airone via Senese, 35 (vicino p.za Volturno)
19 <b>Casilina</b>	mar.	12	17	Fiuggi	Teatro Comunale - p.zza Trento e Trieste
9 <b>Follonica-Castiglione d.P.</b>	mer.	13	16,30	Follonica	Sala Tirreno - v. Biccocchi, 53/a
4 <b>Rosignano</b>	mer.	13	17	Rosignano S.	Sala delle Conferenze - p.za del Mercato
24 <b>Castelli romani</b>	mer.	13	17	Pomezia	Centro Comm. "Sedici Pini" - v. del Mare km 18,6
15 <b>Roma Colli Aniene</b>	mer.	13	17,30	Roma	Sala Parrocchia Sacro Cuore - v. B. Bardanzellu
10 <b>Colline Metallifere</b>	gio.	14	15,30	Bagno di Gavorrano	Casa del Popolo "A. Senesi" - v. Marconi
13 <b>Viterbo</b>	gio.	14	16	Viterbo	Sala Conferenze della Provincia - v. Saffi
20 <b>Pontina</b>	gio.	14	17,30	Aprilia	Ristorante "Le isole" - v. Isole, 32
28 <b>Cimini</b>	ven.	15	16	Fabrica di Roma	Sala Consigliare - p.za del Comune, 1
14 <b>Roma Largo Agosta</b>	ven.	15	17	Roma	Sala Parrocchia S.S. Sacramento - l.go Agosta, 10
6 <b>San Vincenzo-Venturina</b>	ven.	15	17	Venturina	Saletta comunale - l.go della Fiera
<b>Ass. Generale Delegati</b>	lun.	25	10	Vignale Riotorto	Sede Unicoop Tirreno

### Ordine del Giorno:

1. Approvazione del bilancio chiuso al 31 dicembre 2011 e deliberazioni relative;
2. Rinnovo cariche sociali 2012-2015;
3. Determinazioni delle condizioni economiche applicate agli Amministratori e Sindaci per il triennio 2012-2015;
4. Approvazione delle proposte di modifica al Regolamento Prestito da Soci.

Alle assemblee hanno diritto di voto i soci iscritti nel libro soci da almeno 3 mesi.

Il programma è riferito alla 2a convocazione, poiché per rendere valida la 1a (prevista per il giorno precedente, stesso luogo alle ore 7,30) è necessaria la presenza in assemblea della metà più uno dei soci della Sezione.

Ogni assemblea separata elegge il proprio delegato per l'assemblea generale.

**A tutti i partecipanti verrà consegnato un buono omaggio per il ritiro di:**

**> 1 bottiglia da 500 ml di olio extravergine Coop Mediterraneo;**



**> 1 lattina da 400 g di polpa di pomodoro ViviVerde Coop.**



# Vamos a la Praia

30

■ Alessandra Bartali

**S**ecoli fa da Praia transitavano gli schiavi (il nome deriverebbe, infatti, da “Plaga Sclavorum”), adesso transitano i turisti. Tanti, a considerare dagli oltre 60 stabilimenti balneari presenti su appena 6 km di costa. Parte del merito va alla famiglia Agnelli, che insieme al gruppo Marzotto acquistò l'isolotto

di fronte a Praia (Dino) per 50 milioni di lire e vi operò negli Anni Sessanta prima e negli Anni Novanta poi una serie di cospicui investimenti. L'avvocato, a quanto pare, aveva un sogno: quello di fare della zona di Praia una sorta di Capri della Calabria.

I presupposti erano e restano ottimi: mare cristallino, lunghi arenili, cordialità meridionale, clima mite anche in bassa stagione e un isolotto a pochi metri dalla costa, appunto, ideale come attracco degli yacht di vip italiani e stranieri.

## Grottesco

Proprio Dino, invece, dimostra come il sogno dell'avvocato non abbia avuto riscontro nelle future generazioni degli Agnelli: al centro turistico realizzato negli Anni Sessanta è crollato il tetto senza che nessuno per anni abbia mosso un dito e la piscina adiacente è stata a lungo vuota e vandalizzata. Finché non è arrivato un altro imprenditore, stavolta praiese, giovane e bello, che promette di innalzare l'isolotto e il Comune di Praia tutto ai ranghi più alti del turismo. Oltre alla prospettiva imminente di trasformare Dino in una stazione per yacht charter, per crociere personalizzate verso i luoghi più belli del Sud Italia, della Grecia e della Croazia, il primo segnale di

*Mare cristallino, lunghe spiagge, cordialità meridionale, clima mite anche in bassa stagione e un isolotto dalle magnifiche grotte a pochi metri dalla costa. Praia, la Capri della Calabria, val bene un viaggio.*

rinascita sono le cosiddette passeggiate orientate. Una motobarca parte da Praia e circumnaviga l'isolotto esplorandone le magnifiche grotte inaccessibili via terra, formatesi in seguito all'erosione della base degli strapiombi scoscesi che lo caratterizzano. Tra le più emozionanti quella “delle Sardine”, ricca di stalagmiti, e la Grotta Gargiulo, completamente sommersa dal mare, consigliata però solo a speleosub esperti. Dopo la visita a mare i passeggeri sbarcano sull'unico molo di Dino e vengono guidati tra sentieri ombreggiati dai pini e dominati dall'essenza del mirto, presente da queste parti in grandi quantità.

Passeggiate e visite alle grotte sono l'attrattiva turistica che va per la maggiore anche sulla terraferma, oltre naturalmente a dosi massicce di sole e a nuotate rilassanti (il mare è pulitissimo, come si legge dalle analisi di laboratorio scaricabili mensilmente dal sito del Comune).

## L'isola miracolosa

Prima di visitare le numerose chiese e i vari esempi di architettura militare (fortini, torri, rocche e casematte) è doveroso un tributo al Santuario della Madonna della Grotta. Non solo perché al Sud Italia le attrazioni di maggior valore estetico sono per lo più connesse con la religione (bellissimo il panorama dalla scalinata che conduce alla grotta), ma anche per la storia che si annida dietro la reliquia custodita nel santuario, molto eloquente delle tradizioni su cui si fonda il paese di Praia. È proprio la Madonna della Grotta, infatti, che viene portata in processione per 3 giorni di seguito nel periodo di Ferragosto. L'assenza dei praiesi che fino a qualche anno fa ne seguivano il tragitto con sassi appesi al collo a mo' di voto, più che un calo di devozione rappresenta semmai l'evolversi dei tempi: nel 2012 un sito internet dedicato, ([www.madonnadellagrotta.org](http://www.madonnadellagrotta.org)) vale più di qualsiasi esibizione pubblica. Il tutto pare sia cominciato nel 1326, quando



INGO KUEBLER

# Satyri**con**

**Il 26 maggio scorso all'Iper di Livorno lo stand del giornale satirico più famoso (e libero) d'Italia.**

**N**on era affatto scontato che “quelli” de *Il Vernacoliere* accettassero l'invito di Coop. Spinosi e indipendenti sono notoriamente restii e legarsi a marchi e nomi. E invece il direttore Mario Cardinali ha risposto con entusiasmo all'invito per sabato 26 maggio, a Livorno, presso la galleria commerciale *Fonti del Corallo*, in occasione di “Fumetti al Centro”, esposizione di tavole disegnate da giovani studenti. D'altra parte organizzare una mostra di fumetti a Livorno senza invitare *Il Vernacoliere* sarebbe stata un'eresia. È così hanno portato stand, gadget, le famose locandine e 3 esponenti dello staff, Claudio Marmugi, Tommy Eppesteingher e Fabrizio Amore Bianco che hanno intrattenuto il pubblico disegnando dal vivo. *Il Vernacoliere* è un mensile satirico in vernacolo livornese e in italiano nato nel 1982 da una formula che affonda le radici nel periodico *Livornocronaca*, fondato nel 1961. La vendita è l'unica fonte di reddito del *Vernacoliere*, sul quale è assente la pubblicità per una precisa scelta editoriale, con migliaia d'abbonati nel mondo. Unico esempio di giornalismo satirico dialettale, *Il Vernacoliere* trae la massima parte della sua notorietà da notizie ferocemente paradossali, “inventate” dal suo direttore-editore Mario Cardinali ad originale commento di quanto avviene nella realtà, su locandine divenute celebri per l'irriverenza. Il tutto contornato da vignette, fumetti e rubriche dei collaboratori, dalle svariate professioni tra cui direttori d'orchestra e professori universitari. **I.B.R.**  
[www.ilvernacoliere.com](http://www.ilvernacoliere.com)

LIVORNOCRONACA  
**il Vernacoliere**

un bastimento turco in transito davanti all'isolotto di Dino si fermò come per incanto senza riuscire più a proseguire. I marinai pensavano che la causa fosse un maleficio operato ai danni del capitano, che, da buon cristiano, custodiva nella sua cabina la statua della Madonna. I turchi lo obbligarono a liberarsene e il capitano accettò solo a patto di poterla sistemare nella spaziosa grotta che si trovava sulla costa. Da allora successero vari miracoli: il pastore muto che scoprì la statua mentre cercava riparo dalla pioggia riacquistò la parola, la statua fu spostata dalla grotta ad una chiesa, ma vi fece autonomamente ritorno e la nave di turchi poté ripartire.

## Nei dintorni

In caso di brutto tempo, dopo aver visitato il santuario, potete unire sacro e profano e fare tappa all'*Aquafan* di Praia, che oltre a piscine, bagni idromassaggio e giochi acquatici propone una vastissima gamma di servizi: dal gag (ginnastica glutei-addome-gambe) agli schiuma party, dal karaoke alla lettura personalizzata dell'oroscopo giornaliero. Sembra proprio che qua non ci si annoi mai, come testimoniano i messaggi lasciati sulla bacheca del sito ufficiale (“*L'Aquafan* è un luogo magico, qui ho avverato tutto ciò che sognavo da una vita”).

Chi ha interessi più culturali può fare un giro fino a Piazza Italia e, nelle serate tra giugno e settembre, partecipare al salotto culturale *Praia a Mare con...*, che ospita alcuni tra i maggiori filosofi, scrittori e personaggi della culturale nazionale. Oppure darsi alle escursioni fuori dal paese: ben più di Aieta e Tortora, i comuni che una volta costituivano il comune unico di Praia d'Aieta, consigliamo Scalea per la sua piacevolezza e le sue specialità al cedro, Cirella per la sua spiaggia di sabbia dorata e i suoi vicoli medievali, e naturalmente il Parco Nazionale del Pollino, indicato per chi ama il trekking e qualsiasi sport all'aria aperta. ■



## Chiaro come l'Acqua Village

Dopo la realizzazione dell'impianto fotovoltaico a copertura del parcheggio del parco di Follonica (GR), la proprietà di *Acqua Village*, struttura presente nel catalogo per la raccolta punti di Unicoop Tirreno, ha puntato nuovamente sull'ambiente dotando il parco di Cecina (LI) di un sistema di filtraggio a osmosi inversa che garantirà, tramite la filtrazione con filtri in acciaio e con speciali resine e una costante azione di controllo dei parametri principali quali Ph, redox, conducibilità, temperatura, ossigeno e ozono, una qualità elevata delle acque utilizzate per piscine e scivoli.

Una soluzione alle esigenze di *Acqua Village* senza aggravio della rete d'acqua potabile, già carente nel periodo estivo, che permetterà di tenere sotto controllo il rigoroso rispetto delle normative di qualità e di gestione del ciclo dell'acqua potabile.

## Super offerta per i soci Coop

**Borgo di Fiuzzi Resort & Spa\*\*\*\***

Praia a Mare - Calabria

Dal 14 al 21 luglio

524 euro (anziché 728)

Soggiorno di una settimana in pensione completa + bevande ai pasti; servizio spiaggia; tessera club.

**Info** Numero verde 800778114, [www.mondovivo.it](http://www.mondovivo.it)

## Allerona (TR)

2 giugno

Il Comitato soci di Allerona organizza per il 2 giugno la tradizionale Festa del Socio presso la Sala Polivalente con il pranzo sociale a cura del Comitato soci e dell'Associazione sportiva "Roméo Menti", il cui ricavato sarà devoluto alla Cooperativa sociale "Carli" di Allerona.

## Paganico (GR)

7 giugno

Il 7 giugno dalle ore 19, presso la Casina dei Giardini Pubblici di Paganico, i genitori, gli alunni e i docenti della Scuola media di Paganico, delle Scuole dell'infanzia di Paganico, Civitella Marittima, Sasso d'Ombrone, Cinigiano, Monticello Amiata e Campagnatico, in collaborazione con la Sezione soci Est Maremma e il negozio InCoop locale, il Comune di Civitella-Paganico, la Pro Loco e i commercianti, organizzano la 6ª cena multietnica con prodotti *Solidal Coop* e *Libera Terra*. Raccolta di fondi per *Cuore di Coop*.

## Amelia (TR)

17 giugno

In occasione del 1° *Grandfondo in bici* organizzato per il 17 giugno dal *Team Battistelli* con il Patrocinio del Comune di Amelia, il Comitato soci cittadino allestirà uno stand di prodotti a marchio Coop e borse riutilizzabili.

## Allerona (TR)

22-23 giugno

Il Comitato soci di Allerona organizza il 22 e 23 giugno alle ore 21, presso la sala dibattiti della Sala Polivalente di Allerona Scalo, degustazioni di vini di cantine locali e della cooperativa *Lavoro e non solo*.

## Avenza (MS)

30 giugno

La Sezione soci di Avenza organizza per il 30 giugno la II edizione del Torneo Calcistico intitolato alla memoria del dipendente di Unicoop Tirreno Lino Dovicchi, colpito da *Sla*. Seguirà una cena di raccolta fondi a favore dell'associazione *Aisla* di Massa Carrara, in collaborazione con il comitato *Battilana 85*. Info: tel. 0585858860 (sabato orario 10-12).

Lo *Scelto dai soci* di giugno consiglia... frittura di pesce. È una confezione di **moli surgelati da 500 grammi** il prodotto superscontato per i soci in offerta esclusiva **dall'1 al 15 giugno** (per i soci al costo di 3,49 euro, per i non soci a 5,50 euro). Evidenziata dal timbro rosso dello *Scelto dai soci*, la confezione di pesce si trova nel banco surgelati: i moli appartengono alla stessa famiglia del nasello, sono pescati nel Mar Mediterraneo (soprattutto nell'Adriatico e nel Mar Nero) e hanno un sapore gustoso, facilmente digeribili, adatti per l'alimentazione di bambini e anziani, e gustosissimi se cotti come frittura.



Il *Bucaniere* di Fulvietto Pierangelini e la sua *Rete di maiale, asparagi selvatici, spugne e palamita* che riscopre, come ha recitato lo stesso autore «il sapore del bosco dopo un pomeriggio di pioggia» e *La perla del mare* di Debora Corsi con il moderno [palamit@laperla.it](mailto:palamit@laperla.it), dai sapori freschi e raffinati. Sono i due ristoranti e i relativi piatti vincitori, secondo il verdetto delle 3 giurie – popolare, *food blogger*, giornalisti enogastronomici – della 11ª edizione di *Tutti pazzi per la palamita*, la manifestazione enogastronomica organizzata il primo weekend di maggio dal Comune di San Vincenzo, con il contributo di Unicoop Tirreno, che ha visto 8 ristoranti locali – i due vincitori più *Askos-Il gusto etrusco*, *Mum and dad*, *Villa Marcella*, *Il Paradisino*, *Boma*, *La Principessa* – impegnati in un appassionante confronto sportivo di ricette e metodi culinari, resi unici dallo stesso ingrediente la Palamita.



«Fino a poco tempo prima di partire, Corleone era per noi solo un nome lontano, associato ai personaggi di vari film sulla mafia. Poi siamo arrivati in questo paese, con le sue stradine strette, le finestre chiuse, le vecchie insegne, gli anziani seduti per strada che osservano il passeggio, ed è diventato ben presto qualcos'altro». Parole degli studenti della classe V B del Liceo Scienze Sociali "G. Bruno" che, grazie all'interessamento della Sezione soci Roma Nord e della vicepresidente Marilù Ricci, sono stati ospiti con l'insegnante Gilda Di Nardo della Cooperativa *Lavoro e Non Solo* al termine di una stage su *Legalità, sistema penitenziario e lotta alla mafia*. «La cultura sconfigge la mafia», continuano i ragazzi con indosso la maglietta Coop che riporta la frase di Paolo Borsellino "Se la gioventù le negherà il consenso, anche l'onnipotente e misteriosa mafia svanirà come un incubo" mentre ammirano sulle pareti di *Casa Caponnetto* i volti dei magistrati Falcone, Borsellino e Caponnetto. Ora «Le loro idee cammineranno con le nostre gambe». E ripartono per Roma con tante idee ed emozioni.

# Milioni di punti

**Oltre 4 milioni i punti destinati dai soci ai progetti di solidarietà di Unicoop Tirreno.**

**A** fine catalogo *Solo per te* 2011/2012 si tirano le somme: sono stati 5.734 i soci che hanno scelto di destinare i propri punti fedeltà ai progetti di solidarietà che Unicoop Tirreno raggruppa sotto la sigla *Basta un gesto*. In totale sono stati 4.604.935 punti, un dato in linea con quello dello scorso anno quando ne erano stati raccolti circa 4.700.000. La Cooperativa, come sempre in caso di solidarietà, ha trasformato in denaro e raddoppiato nel loro valore (500 punti=10 euro) i punti donati: l'importo totale è esattamente 92.098,70 euro, da ripartire tra i 2 progetti seguiti direttamente dalla Fondazione *Avsi* (Associazione Volontari per il Servizio Internazionale), *Cuore di Coop* e *Progetto Haiti*, e ad *Emergency-Progetto Migranti*.

Con il sostegno dei soci al progetto *Cuore di Coop* Unicoop Tirreno sostiene quest'anno 290 bambini, mentre si conclude con quest'ultima donazione il *Progetto Haiti* poiché

è terminata l'emergenza del periodo post-terremoto a cui il sostegno dei soci ha contribuito in modo concreto attraverso *Avsi*. Si riconferma inoltre il sostegno a *Emergency-Progetto Migranti* di Palermo, dove un Poliambulatorio garantisce assistenza sanitaria e cure specialistiche gratuite ai migranti, con o senza permesso di soggiorno. Con il nuovo catalogo il sostegno dei soci arriverà anche in Africa al progetto *CoopxTogoxVanda*. *Basta un gesto* raccoglie anche le donazioni spontanee dei dipendenti che scelgono di destinare alla solidarietà un euro ogni mese trattenuto dalla busta paga, più il ricavato di alcune iniziative che le Sezioni soci svolgono durante l'anno finalizza-

te all'aiuto di questi progetti: quindi, oltre all'importo derivato dai punti solidarietà, vanno aggiunti altri 13mila euro. Ulteriori donazioni direttamente indirizzate alle associazioni arrivano infine da parte di soci e fornitori della Cooperativa. **B.S.**



## Gli sconti tornano

**Tornano gli sconti per i soci nei centri commerciali di Unicoop Tirreno.**

**N**uove occasioni di sconto per i soci nelle gallerie commerciali dove è presente Unicoop Tirreno. Dopo l'iniziativa pilota fatta a primavera in alcuni centri commerciali, si estende a tutti la promozione "Riservato ai soci", un mese di sconti - *dal 1 giugno al 1 luglio* - presso i negozi delle gallerie commerciali che aderiranno all'iniziativa, riconoscibili dall'apposita vetrofanìa. «In seguito alla risposta positiva rilevata nei test pilota delle recenti edizioni dell'iniziativa sia da parte dei soci che dei negozianti delle gallerie che hanno aderito - riferisce **Renzo Ferrario** della Direzione Patrimonio e Finanza in qualità di responsabile della

Gestione delle Gallerie Commerciali - abbiamo deciso di estendere la promozione in tutti i più grandi Centri Commerciali della nostra rete». Quindi Afragola, Aprilia, Civita Castellana, Colferro, Guidonia, Livorno, Pomezia, Quarto, Roma Casilino, Roma EUR, Viterbo. «Dalle prime adesioni ricevute per questa nuova edizione - aggiunge Ferrario -, vediamo che non solo riconfermano la partecipazione i negozi che avevano aderito alla precedente iniziativa, ma si stanno aggregando altri operatori, sintomo anche questo del gradimento dell'iniziativa. L'evento avrà luogo nel mese di giugno, periodo antecedente i saldi estivi di luglio, proprio per evitare ai soci di dover aspettare per i propri acquisti e per aiutare i negozi a migliorare le vendite». **C.V.**



# Lavori in corso

34

**U**nicoop Tirreno ha deciso di rinnovare completamente il supermercato di via S. Maria Goretti, a Viareggio. Dopo oltre 10 anni d'attività la struttura presentava una reale necessità di restyling, sia strutturale che commerciale, e una revisione della politica prezzi per rispondere in modo concreto ai problemi economici di tanti soci e consumatori. I lavori sono iniziati ad aprile, a supermercato aperto, con un ridimensionamento dell'area vendita che ha permesso all'Asl locale di allestire quegli spazi che diventeranno presidi sanitari utili per l'intera cittadinanza. A partire dal 6 maggio il punto vendita è stato chiuso al pubblico per dare il via ai lavori più pesanti. L'area esterna verrà rinnovata e all'interno ci sarà più spazio per l'assortimento alimentare, potenziando le produzioni locali del *Vicino a noi*. Anche la politica prezzi diventerà più aggressiva per garantire una forte competitività con la concorrenza locale. Accanto all'area vendita sorgeranno bar, parafarmacia, un'area socio-sanitaria con studi

**Dopo 2 mesi di chiusura per ristrutturazione Viareggio riapre il 5 luglio completamente rinnovato e arricchito di servizi utili per i cittadini.**

pediatrici e specialistici, centro prelievi, vaccinazioni e prenotazioni, una palestra: un grande progetto elaborato con l'Asl che consentirà di spostare intorno al supermercato servizi socio-sanitari di primaria importanza. La riapertura del punto vendita è prevista per la mattina del 5 luglio con taglio del nastro e festeggiamenti. Nei 60 giorni di chiusura i soci prestatori potranno usufruire del servizio di *Prestito sociale* presso i punti vendita più vicini (Lido di Camaione, Pietrasanta e Tonfano).

I soci interessati a conoscere il progetto nel dettaglio o ad avanzare proposte e osservazioni possono contattare il Filo Diretto della Cooperativa (tel. 800861081 solo da telefono fisso, gratuito; [filodiretto@unicooptirreno.coop.it](mailto:filodiretto@unicooptirreno.coop.it)). A ridosso della riapertura sarà organizzata un'assemblea pubblica per presentare nel dettaglio il nuovo supermercato. ■ **B.R.**

## Ora viene il bello

**Supermercati più belli, funzionali e adatti alle nuove esigenze di soci e consumatori.**

Unicoop Tirreno ha avviato da alcuni mesi una serie di cantieri per ristrutturare e modernizzare i punti vendita con qualche anno. Tra gli ultimi, in ordine di tempo, i Supermercati di Genzano, Pomezia e Terracina. Seppur con interventi diversi e tarati sulle peculiarità di ogni singola struttura l'obiettivo comune rimane rinfrescare l'estetica dell'area vendita, modificare i percorsi merceologici, riposizionare le linee prezzo verso una convenienza più evidente e riconoscibile, oltre al rafforzamento della presenza dei prodotti locali *Vicino a Noi*. In coerenza con lo stile di trasparenza e coinvolgimento tipico di Coop ogni singola ristrutturazione è stata preceduta da lettere indirizzate ai soci del territorio per spiegare le novità, scusarsi degli eventuali disagi causati dai lavori e invitare gli interessati a incontri pubblici in cui i rappresentanti della Cooperativa spiegano i progetti nel dettaglio e raccolgono i commenti di soci e cittadini. **B.R.**

## Coop in laguna

**A Orbetello nasce un Supermercato speciale, inserito in un'oasi lagunare del Wwf.**

Fino al 20 giugno Coop è presente a Orbetello (GR) con due punti vendita divisi dalla strada, uno per gli alimen-



tari e l'altro per gli extra. Queste due strutture saranno chiuse al pubblico il 20 giugno e la mattina del 21 sarà inaugurato un unico Supermercato in via Lungolago dei Pescatori, di nuova costruzione e concezione. Inserito all'interno di un'oasi lagunare, tra dune, fauna e flora lacustre, il punto vendita è stato progettato seguendo le indicazioni del Wwf e ferrei vincoli paesaggistici. 2.250 metri quadrati di vendita (2.040 mq food e 210 no food), 13 casse, sportello del *Prestito sociale*, staff di lavoro proveniente dai due precedenti punti vendita. Esternamente la struttura è stata rivestita con un materiale in resina simil-legno che lo rende ben inserito nel paesaggio; all'interno accortezze al risparmio energetico (illuminazione led, banchi del fresco a libero servizio chiusi) ne esaltano l'anima ecologica. Il tetto del supermercato è stato inoltre dotato di una torretta per l'osservazione della fauna della palude. L'investimento complessivo è di 8.500.000 euro.

**SUPER OFFERTA**

# CALABRIA PRAIA DEL MARE

## BORGO DI FIUZZI RESORT & SPA\*\*\*\*

dal 14 al 21 Luglio 2012

dal 21 al 28 Luglio 2012

dal 28 Luglio al 4 Agosto 2012

prezzo speciale a settimana pensione completa

**€ 524** soci COOP anziché € 728



### Riduzioni:

Infant 0-2 anni 10 €/giorno obbligatori da pagarsi in loco (incl. culla e biberoneria)

**GRATIS** 3° letto camera classic bambino 2-12 anni

**50%** 3° - 4° letto solo in camera family bambini 2-12 anni

**25%** 3° letto adulto in camera CLASSIC

**10%** 3° - 4° letto adulti solo in camera family

### La quota comprende:

soggiorno settimanale in camera standard presso la struttura;  
pensione completa, servizio spiaggia, tessera club.

### La quota non comprende:

quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di  
assicurazione standard medico-bagaglio - 20 € adulti, 10 € bambini.  
Supplemento assicurazione contro annullamento facoltativa,  
10 € adulti, 5 € bambini.



Il Borgo di Fiuzzi e' un luogo che profuma di mare e di natura, di tradizione e di borghi, di torri, di castelli, di scogliere che si tuffano nel Mediterraneo. La costa rispecchia l'ambientazione della tipica macchia mediterranea, con spiagge di sabbia e ciottolati, arenile di ghiaia e sabbia nera, per trascorrere una vacanza da favola, all'insegna della più assoluta tranquillità e in piena armonia con un mare ed una natura ancora incontaminata.

## ed inoltre...

Dal 30/6 al 7/7 **€ 474** anziché € 658

Dal 7/7 al 14/7 **€ 497** anziché € 686

Dal 1/9 al 8/9 **€ 375** anziché € 518

Dal 8/9 al 15/9 **€ 375** anziché € 490

## MINICROCIERE COOP

- GIGLIO E GIANNUTRI - CAPRAIA
- PONZA E VENTOTENE
- ISOLA D'ELBA (Portoazzurro)
- ISCHIA E CAPRI

TANTE OFFERTE TI ASPETTANO



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



in collaborazione con



## TORRE DELL'ORSO - Puglia

### ARABA FENICE HOTEL \* \* \* \*

Prezzi a settimana a persona in soft ALL INCLUSIVE

	<b>QUOTA SOCI COOP</b>	
Dal 17/6 al 24/6	€ 439	anzichè € 504
Dal 24/6 al 1/7	€ 439	anzichè € 504
Dal 1/7 al 7/7	€ 518	anzichè € 595

Riduzioni:

3° letto gratis bambino 2-12 anni, 4°-5° e 6° letto bambino 2-12 anni 50%, 3° letto adulti 50%

La quota comprende: soggiorno settimanale (domenica/domenica) camera standard presso la struttura; trattamento soft all inclusive.

La quota non comprende: tessera club obbligatoria da pagarsi in loco 40 € a persona a settimana (dai 3 anni compiuti) servizio spiaggia facoltativo 100 € settimanale quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione contro annullamento 30 € adulti 15 € bambini

## TORRE VADO - Puglia CALA SARACENA HOTEL \* \* \*

Prezzi settimana APPARTAMENTO in PENSIONE COMPLETA

settimane	2 adulti	2 adulti + 1 bambino	2 adulti + 2 bambini
Dal 16/6 al 23/6	756	819	882
Dal 7/7 al 14/7	945	1008	1071
Dal 28/7 al 4/8	1197	1260	1323
Dal 1/9 al 8/9	819	882	945

settimane	3 adulti	3 adulti + 1 bambino	4 adulti
Dal 16/6 al 23/6	1024	1087	1229
Dal 7/7 al 14/7	1260	1323	1512
Dal 28/7 al 4/8	1575	1638	1890
Dal 1/9 al 8/9	1102	1166	1323



La quota comprende: soggiorno in appartamento (sabato/sabato) PENSIONE COMPLETA, biancheria da letto e da bagno con cambio infrasettimanale, riassetto e pulizia giornaliera (escluso angolo cottura), servizio spiaggia dalla 3° fila (le prime 2 a pagamento).

BABY 0/2 ANNI: gratuiti (pasti da menu inclusi) culla su richiesta 28 € a settimana pagare in loco.

La quota non comprende: tessera club obbligatoria 35 € a settimana dai 4 anni. Quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione contro annullamento 30 € adulti 15 € bambini. Appartamento piano terra 35 € a settimana, attivazione angolo cottura 35 € a settimana (escluso pulizia a cura del cliente, altrimenti ulteriore addebito € 35);

CAUZIONE: € 100 ad appartamento

## LECCE - Puglia

### TORRE RINALDA HOTEL \* \* \*

Prezzi a settimana ad APPARTAMENTO PENSIONE COMPLETA

La quota comprende: soggiorno in appartamento (domenica/domenica) pensione completa, biancheria da letto e da bagno con cambio infrasettimanale, riassetto e pulizia giornaliera (escluso angolo cottura), servizio spiaggia dalla 2° fila (la prima a pagamento).

Riduzioni: gratis infant 0-6 mesi, € 10 6 mesi-3anni da pagarsi in loco (obbligatoria la presentazione dei documenti all'arrivo). Supplementi a settimana: 4° letto bilocale € 35, 5° letto villetta € 70.

La quota non comprende (da pagarsi in loco):

Quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione contro annullamento 30 € adulti 15 € bambini. Tessera club a persona 35 € dal 27/5 al 23/9 (dal 1/7 al 26/8 sono 42 €), gratis bambini 0-3 anni. Culla su richiesta € 70 a settimana. Attivazione angolo cottura solo in villetta 100 € a settimana fino al 1/7 e dal 26/8 (dal 1/7 al 26/8 sono 150 €) (escluso pulizia a cura del cliente, altrimenti ulteriore addebito € 30).

Prezzi settimana APPARTAMENTO in PENSIONE COMPLETA

PERIODO	doppia	2 adulti + 1 bambino	2 adulti + 2 bambini	3 adulti + 1 bambino	4 adulti
Dal 1/7 al 8/7	1134	1260	1386	1512	1701
Dal 8/7 al 15/7	1134	1260	1386	1512	1701
Dal 29/7 al 4/8	1260	1386	1512	1638	1890
Dal 26/8 al 2/9	1134	1260	1386	1512	1701
Dal 2/9 al 9/9	945	1071	1197	1323	1418

**1 SETTIMANA IN APPARTAMENTO**  
ECCO ALCUNI PREZZI:  
DAL 1/7 AL 8/7 BILOCALE 3 PERSONE SOCI COOP 666€ ANZICHE' 740 €  
VILLETTA 4 PERSONE SOCI COOP 711€ ANZICHE' 790€  
VEDI ALTRE SETTIMANE DISPONIBILI SUL SITO  
WWW.MONDOVIVO.IT

## MARINA DI SIBARI - Calabria

### BAIA DEGLI ACHEI \* \* \* \*

Prezzi a settimana a persona PENSIONE COMPLETA

	<b>QUOTA SOCI COOP</b>			<b>QUOTA SOCI COOP</b>	
Dal 24/6 al 1/7	€ 453	anzichè € 665	Dal 15/7 al 22/7	€ 547	anzichè € 826
Dal 1/7 al 8/7	€ 479	anzichè € 728	Dal 22/7 al 29/7	€ 573	anzichè € 875
Dal 8/7 al 15/7	€ 513	anzichè € 770			

Riduzioni: Flinky Card\* Obbligatoria fino a 2 anni non compiuti: € 12 al giorno da regularsi all'arrivo 3° letto gratis bambino 2-12 anni, 4° letto bambino 2-12 anni 50%, 3°-4 letto adulti 30%

La quota comprende: soggiorno settimanale (sabato/sabato) camera standard presso la struttura, trattamento di pensione completa, servizio spiaggia

La quota non comprende: tessera club obbligatoria da pagarsi in loco 42 € a pers. a settimana (dai 10 anni compiuti) 28 € bambini 4-10 anni quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione standard medico-bagaglio 20 € adulti e 10 € bambini. Supplemento assicurazione contro annullamento facoltativa 10 € adulti 5 € bambini



## CARIATI MARINA - Calabria

### CORTE DEI GRECI \* \* \* \*

Prezzi a settimana a persona PENSIONE COMPLETA

	Hotel Giunione	QUOTA SOCI COOP	Hotel Zeus	QUOTA SOCI COOP
Dal 23/6 al 30/6	395 €	anziche' 490 €	425 €	anziche' 525 €
Dal 25/8 al 01/9	425 €	anziche' 518 €	465 €	anziche' 553 €
Dal 1/9 al 8/9	325 €	anziche' 420 €	370 €	anziche' 455 €

**Riduzioni:**

 infant 0-2 anni gratis in letto coi genitori o in culla propria, culla 35 € a settimana, pasti a consumo da pagarsi in loco, 3° letto gratis bambino 2-12 anni  
 3°-4° letto bambini 2-12 anni 50%, 3° letto adulto 50%

**La quota comprende:** soggiorno settimanale in camera standard presso la struttura pensione completa, servizio spiaggia

**La quota non comprende:** tessera club obbligatoria settimanale da pagarsi in loco 35 € dai 12 anni, 25 € dai 4 ai 12 anni

Quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione contro annullamento 30 € adulti, 15 € bambini.



## SIMERI MARE - Calabria

### FLORIANA VILLAGE \* \* \* \*

Prezzi a settimana a persona in ALL INCLUSIVE

	QUOTA SOCI COOP	
Dal 8/7 al 15/7	€ 548	anzichè € 630
Dal 26/8 al 2/9	€ 640	anzichè € 735

**Riduzioni:**

3° letto gratis bambino 2-12 anni, 4° letto dai 3 anni di età 50%, 3° letto adulti 50%;

**La quota comprende:** soggiorno settimanale (domenica/domenica) in camera standard presso la struttura; trattamento all inclusive, servizio spiaggia.

**La quota non comprende:** tessera club obbligatoria da pagarsi in loco 35 € a persona a settimana dai 3 anni

quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione standard contro annullamento 30 € adulti, 15 € bambini



## CAPO RIZZUTO - Calabria

### VILLAGGIO L'OASI \* \* \* \*

Prezzi a settimana a persona PENSIONE COMPLETA

	QUOTA SOCI COOP		QUOTA SOCI COOP	
Dal 14/7 al 21/7	€ 488	anzichè € 651	Dal 1/9 al 8/9	€ 290
Dal 21/7 al 28/7			Dal 8/9 al 15/9	anzichè € 385
Dal 28/7 al 4/8				

**Riduzioni:**

 infant 0-2 anni 10 € al giorno obbligatori da pagarsi in loco ( include culla +biberoneria), 3° letto gratis camera Classic bambino 2-12 anni  
 3° e 4° letto camera FAMILY bambini 2-12 anni 50%, 3° e 4° letto adulti 25%

**La quota comprende:** soggiorno settimanale in camera standard presso la struttura, pensione completa, servizio spiaggia, tessera club.

**La quota non comprende:** quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione standard medico-bagaglio

20 € adulti 10 € bambini. Supplemento assicurazione contro annullamento facoltativa 10 € adulti 5 € bambini



## MARINA DI SIBARI - Calabria

### VILLAGE BAGAMOYO RESORT \* \* \*

Prezzi a persona in ALL INCLUSIVE

	QUOTA SOCI COOP	
Dal 17/6 al 24/6	€ 426	anziche' € 490

**Riduzioni:**

3° letto gratis 2-18 anni, 3° letto adulti 20%, 4° letto senza limiti di età 50%

**La quota comprende:** soggiorno settimanale (domenica/domenica) in camera standard presso la struttura in ALL INCLUSIVE, servizio spiaggia (1 ombrellone+ 1 lettino)

**La quota non comprende:** tessera club obbligatoria settimanale da pagarsi in loco 35 € a persona, 25 € bambini 3-18 anni

quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione contro annullamento 30 € adulti 15 € bambini



## MARINA DI PISTICCI - Basilicata Costa Jonica TI BLU VILLAGE \* \* \* \*

Prezzi a settimana a persona PENSIONE COMPLETA

	QUOTA SOCI COOP	
Dal 24/6 al 1/7	€ 455	anzichè € 665
Dal 1/7 al 8/7	€ 480	anzichè € 714
Dal 8/7 al 15/7	€ 515	anzichè € 742
Dal 15/7 al 22/7	€ 550	anzichè € 840
Dal 22/7 al 29/7	€ 575	anzichè € 854

**Riduzioni:** 3° letto gratis 2-12 anni; 4° letto -50% 2-12 anni; 3° e 4° letto adulti -30%

**La quota comprende:** soggiorno settimanale in camera standard presso la struttura; pensione completa; servizio spiaggia.

**La quota non comprende:** tessera club settimanale obbligatoria da pagarsi in loco 42 € a persona (dai 10 anni compiuti), 28 € bambini 4-10 anni;

quota obbligatoria di iscrizione comprensiva di assicurazione standard medico-bagaglio 20 € adulti 10 € bambini.

Supplemento assicurazione contro annullamento facoltativa 10 € adulti 5 € bambini.



# ESTATE 2012 ALL'ESTERO



## TOUR ANDALUSIA

partenze **20/7 - 10/8 - 24/8** (7 notti mezza pensione)  
prezzo solo tour **670 € persona**  
volo Alitalia su richiesta a partire da **180 €**  
a persona tasse incluse (il prezzo del volo è puramente indicativo)

## TURCHIA

partenze quotidiane dal **3/8 al 19/8** (soggiorno mare **15giorni/14notti**)

**ZONA ANTALYA + TOUR CAPPADOCIA** a partire da **1.050 €**  
(tasse e assicurazione incluse)

**ZONA BODRUM + TOUR CAPPADOCIA** a partire da **1.000 €**  
(tasse e assicurazione incluse)



## CROAZIA HOTEL VIS\*\*\* DUBROVNIK

(7 notti mezza pensione) a persona

fino al **23/6**

dal **24/6 al 28/7** - dal **19/8**

dal **29/7 al 18/8**

quotazione nave e volo su richiesta

**380 €**

**480 €**

**560 €**

## CRETA Welltour Club Creta Star 4\*:

volo da Roma/ Pisa/ Bergamo (inclusi trasferimenti collettivi a Creta)  
trattamento all inclusive e prezzi a persona

23/6 - 7/7 - 14/7 - 25/8 **840 €**

4/8 **1.070 €**

8/9 **780 €**



La quota non comprende:

Assicurazione 89 €, 4.50€ addizionale comunale (eventuale adeguamento carburante)



## CAPO VERDE - ISOLA DI SAL Bravo Vila do Farol 4\*:

volo da Roma (inclusi trasferimenti collettivi)

all inclusive (min. 20 partecipanti) prezzi a persona

13/6 - 20/6 **700 €**

4/7 - 18/7 **785 €**

1/8 **985 €**

29/8 **855 €**

La quota non comprende:

80 € assicurazione

25 € visto (eventuale adeguamento carburante)

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



## I TEATRI

### Teatro Goldoni Livorno

> 1 giugno

Stefano Bollani pianoforte, Enrico Rava tromba.

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

### Teatro dell'Opera Roma

> fino al 5 giugno

**Attila**, musica di Giuseppe Verdi, direttore Riccardo Muti, maestro del coro Roberto Gabbiani, Orchestra e Coro del Teatro dell'Opera.

**Info** tel. 06481601, www.operaroma.it

### Teatro San Carlo Napoli

> Dal 10 al 12 giugno

**Roberto Abbado / Toni Servillo** direttore Roberto Abbado, voce recitante Toni Servillo, Orchestra del Teatro di San Carlo.

> 11 giugno

Eduardo De Crescenzo **Essenze Jazz tour 2012**

> 21 giugno - Giardini di Palazzo Reale

**Festa della Musica** Orchestra da Camera del Teatro di San Carlo.

> 23 giugno

**Concerto Moretti** direttore Franco Piersanti, musiche Nicola Piovani, voce recitante Nanni Moretti, Orchestra del Teatro di San Carlo.

> 27 giugno

**Recital** al pianoforte Lang Lang.

**Info** 0817972468

promozionepubblico@teatrosancarlo.it

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



ELENA TORRE

## GLI SPETTACOLI ESTIVI

### Terme di Caracalla

Stagione Estiva del Teatro dell'Opera di Roma (30 giugno-7 agosto) con grandi protagonisti della musica, dell'opera, del balletto, della scena teatrale.

Riduzione del 10% per il socio titolare della carta e un accompagnatore previa presentazione della tessera, ad eccezione dello spettacolo di Roberto Bolle "Trittico Novecento" per il quale non sono previste riduzioni. Sono escluse dalla riduzione le prime.

> **Giselle**

30 giugno, 1, 3, 8, 10 luglio, ore 21  
Musica di Adolphe Adam.

> **Aleksandr Nevskij**

7 luglio, ore 21.30

Musica di Sergej Prokof'ev.

> **Il combattimento di Tancredi e Clorinda**



Dal 10 al 15 luglio

Musica di Giorgio Battistelli da Claudio Monteverdi.

> **Una serata con Gigi Proietti**

Dal 16 al 30 luglio

> Roberto Bolle in **Trittico Novecento** 20 luglio

> **Norma** Musica di Vincenzo Bellini

Dal 21 luglio al 8 agosto

> **Orchestra giovanile del Teatro dell'Opera**

30 luglio

> **Attila** Musica di Giuseppe Verdi

Dal 31 luglio al 7 agosto

**Info** vendita dei biglietti in corso presso la biglietteria del Teatro dell'Opera, p.za Beniamino Gigli 7 Roma, tel. 06481601, www.operaroma.it.

### Lirica in piazza

XXVII edizione, Massa Marittima (GR)

> 3 e 5 agosto, ore 21.15

### La Traviata

Melodramma in 3 atti, libretto di F.M. Piave, musica di Giuseppe Verdi.

> 4 e 6 agosto, ore 21.15

### Il Barbiere di Siviglia

Opera buffa in 2 atti, libretto di C. Sterbini, musica di Gioacchino Rossini.

**Info** 0566913714-36, 3334791821, lirica@comune.massamarittima.gr.it; per eventuali pernottamenti o servizi turistici numero verde turismo 800778114; i biglietti si possono acquistare anche presso i *Box Office*.

### Bolgheri Melody 2012

Arena Mario Incisa della Rocchetta, Bolgheri Castagneto Carducci (LI).

18 luglio-18 agosto

Sconto del 10% sull'acquisto dei biglietti degli spettacoli organizzati direttamente e uno sconto del 10%, in esclusiva, per le degustazioni dei vini Bolgheri Doc nell'enoteca all'interno dell'Arena.

Il nuovo atteso spettacolo di Roberto Bolle, gli straordinari ballerini acrobati Momix, il concerto evento dei Nomadi e l'opera lirica. Una delle novità della terza edizione del Festival è la trilogia di Verdi - Rigoletto, Il Trovatore e La Traviata - diretta dal Maestro Alberto Veronesi. Tra i super ospiti Andrea Bocelli con una serata evento di beneficenza organizzata dalla *Fondazione Arpa* a cui parteciperanno i principali testimonial della Onlus.

I biglietti si possono acquistare anche presso i *Box Office*.

**Info** www.bolgherimelody.com, info@bolgherimelody.com

## Festival "I concerti nel parco"

Villa Doria Pamphilj, via San Pancrazio 10, Roma

> 2 luglio-1 agosto

Sconti ai soci: 15% sul costo del biglietto (massimo due biglietti ridotti per carta) e del 10% presso il punto ristoro situato in prossimità dell'area spettacoli, con offerta di prodotti a Km zero e biologici.

I biglietti sono acquistabili presso il botteghino di Villa Pamphilj e presso le rivendite autorizzate del circuito HellòTicket [www.helloticket.it](http://www.helloticket.it)

## Incontrarsi, emozionarsi, divertirsi... a Villa Pamphilj

è il titolo della XXII edizione de "I Concerti nel Parco 2012" che prenderà il via il 2 luglio nella splendida cornice di Villa Doria Pamphilj, nell'ambito dell'Estate Romana 2012. Stefano Benni, Max Gazzé, Rita Marcotulli, Nicola Piovani, Michele Riondino, Sonics, Peppe Servillo, Filippo Timi, solo alcuni dei nomi che animeranno le serate dei Concerti nel Parco di Villa Pamphilj, per l'edizione numero ventidue del Festival che come di consueto si muoverà tra tradizione e innovazione, classico e moderno, colto e popolare. Molte le novità che quest'anno il Festival proporrà in concomitanza con gli spettacoli: dagli aperitivi d'autore alle degustazioni di vini, dai laboratori di lettura per bambini alle lezioni di pilates all'aria aperta.

> 4 luglio **Nicola Piovani**

> 7 luglio **Swing Circus** - Gala Internazionale di Circo Contemporaneo, compagnie circensi EU-IT Camillo Cromo.

> 8 luglio **I bemolli sono blu** - Vita e musica di un genio inquieto. Filippo Timi voce recitante, Giuseppe Albanese pianoforte, Musiche di Claude Debussy, Testi di P. Verlaine, C. S. Favart, C. Baudelaire, H. C. Andersen, Leconte de Lisle, A. Frankenstein.

> 13 luglio **Love > Variazioni sul tema** Rita Marcotulli (pianoforte), Javier Gironro (sax), Luciano Biondini (contrabbasso).

> 14 luglio **Flight Sonics**, performance acrobatiche volanti. Creato e diretto da Alessandro Pietrolini.

> 16 luglio **The fool on the hill** Michele Riondino. Storia minima dell'uomo che uccise i Beatles.

> 20 luglio **Tango in Villa**, Tango Splenden Orchestra.

> 22 luglio **Spassionatamente - Napoli senza età**. Peppe Servillo, Solis String Quartet.



> 25 luglio **Piano Calling** Cesare Picco pianoforte.

> 28 luglio **L'Uomo Sinfonico** Max Gazzé e Roma Sinfonietta Orchestra (arie d'opera da Rossini, Mozart, Puccini, Leoncavallo, Donizetti, Bizet).

> 1 agosto Accademia Nazionale di Santa Cecilia Juniorchestra Young e Coro di Voci Bianche, musiche di Novaro/Mameli, Verdi, Bernstein, Orff, Caikovskij. Il programma potrebbe subire variazioni.

Info [www.iconcertinelparco.it](http://www.iconcertinelparco.it)

## Festival "Melodie del vino"

Il Festival dedicato alle eccellenze del vino unite ai concerti dei migliori artisti della musica classica internazionale all'interno di Ville, castelli e cantine della Toscana.



classica internazionale all'interno di Ville, castelli e cantine della Toscana.

> Dal 26 giugno al 7 luglio.

Sconto applicato sia nei punti vendita box office di Unicoop Tirreno sia a coloro che acquisteranno il biglietto la sera del concerto in loco mostrando la carta.

Info tel. 3389153988; [info@melodiadelvino.com](mailto:info@melodiadelvino.com); [www.melodiadelvino.com](http://www.melodiadelvino.com)

## L'ARTE

### La Biennale di Venezia

Festival Internazionale di Danza Contemporanea Awakenings - Direttore Ismael Ivo. Venezia, 8-24 giugno.

Ingresso ridotto per i soci Coop.

Ottava edizione del Festival Internazionale di Danza Contemporanea della Biennale di Venezia, nuova creazione del coreografo afro-brasiliano Ismael Ivo, protagonisti i giovani danzatori dell'Arsenale della Danza. Il Festival prevede anche altri spettacoli, laboratori, incontri e installazioni di grandi coreografi provenienti da tutto il mondo. Ci saranno, fra gli altri, William Forsythe, Leone d'oro alla carriera, con l'installazione coreografica Nowhere and everywhere at the same time; la coreografa anglo-indiana Shobana Jeyasingh, esponente di punta della danza "globale", con TooMortal, spettacolo coprodotto dalla Biennale con il Festival di Londra Dance Umbrella e Dansen Hus di Stoccolma; l'islandese Erna Omarsdottir, a lungo danzatrice di Jan Fabre, interprete e autrice di We saw monsters; l'italiana Cristiana Morganti, danzatrice storica di Pina



Bausch, con *Dancing with Pina*; Koffi Kôkô, apripista della danza africana in Europa con il suo originalissimo linguaggio del corpo, protagonista di *La Beauté du Diable*.

Fra gli appuntamenti da non perdere, la prima mondiale del nuovo spettacolo di un artista di culto, Wim Vadekeybus: il suo *Booty Looting*, chiuderà il Festival il 23 e 24 giugno.

**Info** tel. 0415218828, promozione@labiennale.org - www.labiennale.org

## PRESENTAZIONI LIBRI

**Supermercato di Pietrasanta** (sotto il loggiato esterno)

5 giugno ore 18 Giuliano Rebecchi *Pietrasanta, cosa abbiamo fatto per te*, saggio, Sirio edizioni. Presenta Michele Morabito.

> 11 giugno ore 18 Giuseppe Vezzoni *Mai più. Dal Don a Sant'Anna di Stazema*, saggio storico, Pezzini editore. Presenta Paolo Pezzino.

**Supermercato di Roma Laurentino** (biblioteca Liber)

> 7 giugno ore 18 *Il labirinto dei libri segreti* di Flavia Ermetes e Paolo Di Reda. Legge Elisabetta Cavallotti.

## | PARCHI

**Riserva naturale oasi Wwf Palude Orti-Bottagone** strada geodetica di Piombino (LI).

Per i soci Coop tariffa ridotta di 6 euro (anziché 9).

**Info** ortibottagone@wwf.it  
www.wwfitalia.it - www.wwftoscana.it

**Ente Parco Regionale della Maremma**

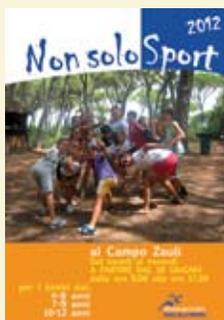
Via del Bersagliere 7/9, Alberese (GR)  
Per i soci Coop e i loro accompagnatori, dietro presentazione della Carta Socio Coop sconto di 1 euro sui biglietti di ingresso al Parco (percorsi a piedi, in bicicletta). Sconto di 1 euro anche per l'ingresso all'Acquario della Laguna di Orbetello a Talamone.

I biglietti si acquistano presso i Centri Visite del Parco.

**Info** tel. 0564393 211, info@parco-maremma.it, www.parco-maremma.it

**Parco Naturalistico Archeologico di Vulci Montalto di Castro (VT)**

Da lun a dom, compresi festivi e prefestivi dalle 10 alle 18; da ottobre a dicembre 9-17, martedì 14-17.



Biglietto d'ingresso ridotto per i soci Coop su presentazione della carta al momento dell'acquisto: 5 euro (anziché 8). Gli sconti - 20% per acquisti al bookshop e al ristorante - sono estesi al gruppo familiare.

L'antica città etrusca e romana di Vulci, nei comuni di Canino e Montalto di Castro, la cui valorizzazione è sostenuta dalla Regione Lazio e dalla Soprintendenza per i Beni Archeologici dell'Etruria meridionale, è localizzata nell'Area archeologica di Vulci. È possibile avvalersi di guide ambientali-archeologiche per visitare la tomba François, la tomba delle Iscrizioni e il Museo Archeologico di Vulci, all'interno del Castello della Badia. Si organizzano su prenotazione trekking, visite al parco in mountain-bike o a cavallo.

**Info** tel. 0766879729, 076689298, info@vulci.it, www.vulci.it

## | CAMPI ESTIVI

**Non solo sport**

Per bimbi dai 4-6 anni, 7-9, 10-12

Organizzati dalla società sportiva Atletica Grosseto - Banca della Maremma presso il Campo Scuola "Bruno Zauli". Sconto del 15% per i soci di Unicoop Tirreno sulla prima settimana di partecipazione.

Dal lunedì al venerdì dal 18 giugno al 3 agosto e dal 27 agosto al 7 settembre dalle ore 8 alle 17.

Tra le attività previste caccia al tesoro, tornei di minivolley, calcetto, giochi d'acqua, laboratori, escursioni, due/tre mattine al mare in stabilimento balneare a Principina al Mare.

Per il Gruppo Big e i Super Pulcini lezioni di scacchi, baseball, attrezzistica, danza sportiva, minirugby e tiro con l'arco con istruttori qualificati.

Per i bambini del Miniclub giochi strutturati tra le stazioni di apprendimento motorio della Palestra Ambientale e lezioni di danza sportiva.

Colazione, pranzo e merenda con prodotti a marchio Coop e *Coldiretti* (km 0). Attività creative giornaliere: laboratori grafici e artistici.

Ogni mercoledì sono previste escursioni per Super Pulcini (2003/04) e il Gruppo Big (2000/01/02):

**Parco Avventura Alberovivo**, dove praticare il tarzaning arrampicandosi tra le chiome degli alberi; **Parco dell'Uccellina** con risalita in canoa del fiume Ombrone, pranzo nell'oasi



verde e pomeriggio sulla spiaggia di Alberese; **Giornata con i Butteri** e caccia al tesoro tra olivi secolari; **Fattoria Didattica** un percorso didattico per valorizzare la manualità artigianale e scoprire come nascono la farina il pane, il latte e il formaggio.

Dal 18 al 29 giugno il Campus "Non solo Sport" ospita il Progetto "Pallavolo" e Il Progetto "Calcio", sempre presso il Campo Zauli (è possibile partecipare anche per una sola settimana).

**Info** tel. 0564386009, tel. 3349579154; iscrizioni presso la segreteria del campo Zauli.

### Oasi di Burano

Campi estivi giornalieri presso l'oasi Wwf Lago di Burano, s. p. Litoranea 35, Capalbio Scalo (GR).

Dai 5 ai 12 anni

Dal 11 giugno al 9 settembre

Il campo è settimanale (da lunedì a sabato, 8-17), ma è anche possibile partecipare alle singole giornate, compresa la domenica. Trasporto a carico dei partecipanti. Gruppi di max 20 bambini con operatrice fissa, specialista per le attività pomeridiane e aiuto bagnino nelle ore dedicate alla spiaggia. Menu sano, pranzo fresco e biologico. Copertura assicurativa con polizza nominativa per tutta la durata del campo.

Costo a bambino: 150 euro la settimana (assicurazione inclusa); 30 per la singola giornata.

Per i soci Coop: sconto del 10% a bambino sulla quota settimanale, sconto di 5 euro sulla quota giornaliera.

Iscrizione obbligatoria al Wwf Italia 24 euro quota annuale.

**Info** tel. 0564898829, 3208223972, Alessandra segniditerra@segniditerra.net, tel. 3403395260, lagodiburano@wwf.it

## CORSI

### Centro Studi L'Arca

Cecina (LI), Piazza della Libertà n. 6 Sono disponibili per i soci di Unicoop Tirreno tariffe ridotte per doposcuola per gli alunni delle scuole elementari e medie inferiori nel periodo da ottobre a giugno; ripetizioni scolastiche per studenti delle medie superiori; preparazione universitaria.

Costo orario a studente socio Coop Elementari 18 euro anziché 20; Medie inferiori 20 euro anziché 25; Medie Superiori 25 euro anziché 30; Università 30 euro anziché 35. Iva al 21%.

Il centro, conforme alle specifiche

Iso 9001:2000 e SA8000, è Agenzia formativa accreditata dalla Regione Toscana per la formazione professionale e l'apprendistato, Agenzia accreditata dal Ministero della Salute per corsi E.C.M. (Educazione Continua in Medicina), Sede d'esame C.E.L.I. e C.I.C. - Certificato Europeo Lingua Italiana, Certificato Italiano Commerciale; Sede d'esame L.C.C.I. - London Chamber of Commerce and Industry, Web Learning Point Progetto Trio - Regione Toscana.

**Info** tel. 0586632233, info@centrostudiarca.com - www.centrostudiarca.com

### Corsi di guida sicura



Corsi di guida su tutti i veicoli a cura della scuola **Formula Guida Sicura** di Grosseto.

Quota ridotta per i soci di Unicoop Tirreno, su

presentazione della carta socio al momento dell'iscrizione.

**23 giugno** auto, moto e ciclomotori 1° livello.

**Info** tel. 0564 462080, info@formulaguidasicura.it, www.formulaguidasicura.it

## SERVIZI

### ACI Gold



Grazie a questa speciale convenzione, valida dal 1 giugno 2012 al 31 maggio 2013, i soci di Unicoop Tirreno possono acquistare la tessera *Aci Gold* (che

dà diritto a soccorso stradale gratuito in Italia e estero, auto associata, auto sostitutiva, servizi accessori, assistenza medica, tariffe agevolate per noleggisti, servizio ricambi ecc.) al prezzo speciale di 69 euro anziché 89, su presentazione della carta *SocioCoop* personale presso le delegazioni *Aci* di Orbetello, Manciano, Grosseto (via Mazzini 105, via Repubblica Domenicana 84, via Monte Rosa), Follonica, Massa Marittima.

**Info** www.aci.it



Supermercati con servizio *Box Office* presso i quali i soci possono acquistare i biglietti con lo sconto riservato: Livorno Via Settembrini, Livorno Chiosco del C.C. Fonti del Corallo, Viareggio, Avenza, Rosignano, Cecina, Follonica.

# Convenzioni

## Parchi acquatici - vacanze natura



### AQUAFAN Riccione (RN)

Tel. 0541.4271 - [www.aquafan.it](http://www.aquafan.it)

**Per i soci Coop:**

Ingresso intero **22 € anziché 28 €**

Ingresso ridotto **17 € anziché 20 €**

*Lo sconto è esteso sino a un massimo di 3 accompagnatori del socio.*

Ingresso combinato ai parchi Aquafan + Oltremare:

adulti **33 € anziché 36 €**

bambini (per i bambini di altezza superiore al 100 cm di altezza fino ai 140 cm di altezza) **27 € anziché 28 €**

### AQUALANDIA Lido di Jesolo (VE)

Tel. 0421.371648 - [www.aqualandia.it](http://www.aqualandia.it)

**Per i soci Coop:**

Ingresso giornaliero **23 € anziché 27 €**

*Lo sconto è esteso ad un accompagnatore del socio.*

### ONDALAND Vicolungo (NO)

Tel. 0321.875987 - [www.ondaland.it](http://www.ondaland.it)

Aperto tutti i giorni dal 2 giugno al 2 settembre.

**Per i soci Coop:**

ingresso **20 € anziché 23 €**

*Lo sconto è esteso al coniuge del socio e ai figli paganti.*

### AQUAFELIX Civitavecchia (RM)

Via Terme di Traiano - Località Casale Altavilla

Tel. 0766.32221 - [www.aquafelix.it](http://www.aquafelix.it)

Apertura 10 giugno - 10 settembre.

**Per i soci Coop:**

ingresso **17,5 € anziché 20 €**

*Lo sconto è esteso ad un accompagnatore del socio.*

### PARCO REGIONALE LA MANDRIA Venaria Reale (TO)

Tel. 011 4993381 [www.parcmandria.it](http://www.parcmandria.it)

Dal 25 giugno al 20 luglio turni di una settimana di vacanza per ragazze e ragazzi dai 6 ai 13 anni.

**Per i soci Coop:**

Per i figli dei soci Coop **sconto di 10 €**

### CIMONE ADVENTURE PARK Sestola (MO)

Tel. 0536.62922 - Cell. 388.9797606

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

Aperto dal 19 maggio, week end e festivi, e dal 15 luglio tutti i giorni.

Acrobatic Park, tirole, slittinovia snowtoobing, seggiovia, tappeti elastici, mini quad.

**Per i soci Coop:**

**Listino scontato** consultabile sul sito [e-coop.it](http://e-coop.it)

Agevolazioni estese al nucleo familiare del socio.

### STRUTTURE TURISTICHE

#### DELLA REPUBBLICA DI SAN MARINO San Marino

Via Piana, 103 - Tel. 0549.995031

**Per i soci Coop:**

**Sconto 10%** su pacchetti di vacanza per week-end tematici di validità annuale.

(Per informazioni dettagliate rivolgersi direttamente al Consorzio o consultare il sito [www.sanmarino2000.sm](http://www.sanmarino2000.sm))

### PARCHI DELLA VAL DI CORNIA Piombino (LI)

Tel. 0565 226445 - [www.parchivaldicornia.it](http://www.parchivaldicornia.it)

**Per i soci Coop:**

**sconto 20%** sul biglietto di ingresso per la visita completa al Parco Archeologico di Baratti e Populonia, Parco Archeominerario di San Silvestro, Museo del territorio di Populonia e Piombino, Museo del castello della Città di Piombino (solo per il biglietto relativo alla visita guidata). *Il vantaggio è esteso ad un accompagnatore del socio.*

### ENTE PARCO REGIONALE DELLA MAREMMA

Alberese (GR) - via del Bersagliere 7/9

Tel. 0564 393 211 - [www.parco-maremma.it](http://www.parco-maremma.it)

**Per i soci Coop:**

Ingresso al parco (a piedi e in bicicletta) e all'Acquario della Laguna di Orbetello a Talamone: **sconto 1 €**

I biglietti devono essere acquistati presso i Centri Visite del Parco.

*Lo sconto è esteso agli accompagnatori del socio.*

### PARCO NATURALISTICO ARCHEOLOGICO DI VULCI

Canino e Montalto di Castro (VT)

Tel. 0766.879729 - Tel. Biglietteria 0766.89298

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

Il parco comprende la città etrusca e romana, la necropoli, l'agro pressoché incontaminato e il museo dei reperti vulcenti nel Castello della Badia.

**Per i soci Coop:**

Ingresso al Parco **5 € anziché 8 €**

*Lo sconto è esteso a tutto il gruppo familiare del socio.*

**Sconto 20%** per acquisti al Bookshop.

**Sconto 20%** su servizio di ristorazione.



DOMENICA 8 LUGLIO  
**SPECIALE COOP DAY**

## A Oltremare e Aquafan

Il socio Coop, accompagnato da una persona pagante, entra gratis a scelta in uno dei due parchi e l'accompagnatore paga la tariffa agevolata riservata ai soci Coop. Ingresso gratuito per i bimbi di altezza fino a 100 cm.

Il secondo giorno entri gratis quando vuoi tu.

**È necessario esibire la carta Socio Coop alle casse del parco, unitamente al documento d'identità del titolare.**

Informazioni più dettagliate sulle convenzioni e su tutti i vantaggi riservati ai soci le trovi sul sito [www.e-coop.it](http://www.e-coop.it).  
Ricorda di portare sempre con te la Carta Socio Coop.

Di la Tua >

Vai su [www.casacoop.net](http://www.casacoop.net) e lascia il tuo commento sulle nostre proposte nella sezione "Convenzioni per i soci"



# Anziani e connessi

*Inviare e-mail, iscriversi a un social network, usare un programma di videoscrittura, navigare su internet. Anziani sempre più tecnologici – secondo l'Istat gli over 65 che utilizzano il computer sono passati dal 7 per cento del 2005 al 18,2 per cento del 2011 – grazie anche alle iniziative di associazioni, enti locali, fondazioni, scuole. Le testimonianze di ragazzi-tutor e anziani-studenti dei corsi organizzati dalla Fondazione Mondo digitale.*

**P**er molti un problema senza possibilità di soluzione; per altri un rapporto da affrontare con curiosità ed entusiasmo. Ormai le nuove tecnologie hanno cambiato la nostra vita e il nostro modo di comunicare. I giovani, nati nell'era digitale, danno per scontata l'esistenza di internet; ma gli anziani guardano computer, internet e posta elettronica con diffidenza, spesso con un atteggiamento di rifiuto, perché convinti di non averne bisogno o di non essere in grado di capirne i meccanismi. Un convincimento comprensibile, visto che l'uso di rete, tablet e smartphone si sta diffondendo a una velocità e con un'ampiezza che spesso disorienta anche chi con questi strumenti ha maggiore dimestichezza. Mio padre, ad esempio, che ha sempre rifiutato anche di usare il bancomat, resta sempre sorpreso di fronte al fatto che mio figlio di 7 anni riesca a usare il mio iPhone o il computer di casa, o di come gli altri 2 nipoti adolescenti si destreggino nella rete scaricando testi per le ricerche scolastiche, file musicali o scambiandosi messaggi con gli amici tramite *Facebook*.

## Caduti nella rete

Eppure, anche in Italia, qualcosa nel rapporto tra anziani, computer e internet sta cambiando. Secondo *Istat*, infatti, gli over 65 che utilizzano il computer sono passati dal 7 per cento del 2005 al 18,2 per cento del 2011, mentre quelli che navigano nel web sono cresciuti dal 4,9 al 16,5 per cento. Insomma, anche gli anziani stanno "cadendo nella rete", grazie anche alle numerose iniziative messe in campo da associazioni, fondazioni, amministrazioni locali,

aziende finalizzate proprio a colmare il divario che si crea tra chi ha accesso e chi no alle tecnologie digitali e che in gergo viene definito *digital divide*. Per scoprire chi sono questi "nonni digitali" e conoscere i motivi che li hanno spinti ad avvicinarsi al mondo di internet, siamo andati a curiosare nel liceo classico "Lucrezio Caro" di Roma, sede di uno dei tanti corsi organizzati dalla *Fondazione Mondo digitale*, nell'ambito del progetto *Nomni su internet*. Qui, 10 anziani sono tornati a sedersi tra i banchi e, sotto la guida di 5 giovani tutor, studenti del liceo stesso, imparano a navigare in rete, aprire un account di posta elettronica, inviare e-mail, iscriversi a un social network o semplicemente a usare un programma di videoscrittura.

## Banco di prova

«Quando lavoravo – dice Adele, 72 anni – ho usato il computer, ma soltanto come una macchina da scrivere. Oggi è completamente diverso, c'è internet, la tecnologia cambia continuamente e se non ne conosci almeno le cose elementari, sei tagliato fuori. È un importante strumento di comunicazione e di socializzazione. Con internet m'informo e mi aggiorno: leggo il giornale, controllo il conto in banca. Trovo le cose che mi interessano e risolvo i miei dubbi. Mando le e-mail ai miei amici. Insomma, mi ha cambiato la vita, senza dubbio...». «Noi siamo anziani: io ho 73 anni – aggiunge Marina –, però abbiamo an-



cora voglia di fare, abbiamo la curiosità di scoprire cosa c'è dentro questa macchina. Anche perché se non vuoi rimanere ai margini e capire quello che succede nel mondo allora un minimo di tecnologia la devi conoscere. E poi si riempie il tempo, e si sta in compagnia di questi ragazzi meravigliosi, che è ancora meglio...». La curiosità è la molla che ha spinto anche Claudia, 71 anni: «Sono qui perché sono una persona curiosa, mi piace sapermi destreggiare tra le cose nuove. E poi, siccome lavoro ancora, vorrei saper usare il computer». Romano di anni ne ha 74 e insieme al suo tutor Ludovico, che ne ha 17, è alle prese con la scrittura di un testo. Anche a lui chiediamo perché ha deciso di frequentare il corso. «Per tenere in forma il cervello – risponde divertito –. Con il passare degli anni si atrofizza e bisogna sempre allenarlo... Sento il

bisogno di tenermi informato e di capire come funziona questo mondo. Mi interessa riuscire a usare internet e la posta elettronica. I nostri tutor sono molto bravi, forse il problema siamo noi che siamo un po' duri nel comprendere... Ma del resto siamo tornati a scuola proprio per questo, per imparare». Girando tra i banchi, li vedi parlare fitto, tutor e allievi: i primi che spiegano con pazienza e competenza, i secondi che seguono diligenti e prendono appunti. «Questi ragazzi sono straordinari – dice Assunta, 65 anni –. Da 2 anni volevo partecipare al corso perché sentivo la necessità di rendermi autonoma nell'uso del computer. Il primo giorno non riuscivo nemmeno a tenere il mouse, ma grazie ad Alessandra, la mia tutor, tutto è diventato semplice. È bravissima, paziente e soprattutto infonde molta calma. Ora sono in grado di andare su internet e trovare ricette, orari dei film, informazioni sui libri, leggere il giornale».

## I vecchi e i giovani

Ragazzi meravigliosi, sottolineano tutti i corsisti. Alcuni sono alla prima esperienza, altri invece sono già veterani. Come Eleonora, 17 anni: «Un po' di tempo fa – dice – avevo insegnato a usare internet a mio nonno di 86 anni. Così lo scorso anno ho deciso di provare a fare il tutor. È un'esperienza interessante, perché vedi queste persone scoprire un mondo nuovo, un mondo che per me invece è quasi scontato». Tommaso di anni ne ha 15 e anche lui è al suo secondo anno di tutoraggio. Dicono sia il più "severo" ed esigente. Ha anche organizzato e svolto corsi presso un centro anziani della zona: «È bello vedere i progressi che fanno gli "allievi". Io preparo anche delle verifiche per essere sicuro che ciò che abbiamo fatto insieme sia stato assimilato, e che quindi possiamo andare avanti. Il senso del mio lavoro è semplice: far conoscere le cose straordinarie che internet può offrire». «Oltre questo – aggiunge Alessandra, 17 anni – a me interessava, da un lato, il fatto di potermi confrontare con persone di una certa età su cose che per me rappresentano la



quotidianità, mentre per loro sono totalmente nuove, e dall'altro, la possibilità di insegnare loro qualcosa, in cambio di tutti gli insegnamenti che loro ci danno ogni giorno. E poi c'è la soddisfazione di mettersi alla prova e vedere che i risultati ottenuti sono positivi». Di fronte a queste parole si fa presto a pensare che l'idea comunemente diffusa, secondo cui gli adolescenti sarebbero privi di valori, principi e motivazioni, sia viziata dal pregiudizio e dagli stereotipi. «Per una volta passi dall'altra parte e diventi insegnante – dice Matteo, 18 anni – e ti accorgi che è difficile insegnare. Devi riuscire a far recepire il messaggio, e quando ci riesci provi una grande soddisfazione. E questo è molto positivo per la propria crescita. Certo bisogna avere la voglia di farlo, rimanere a scuola

il pomeriggio, fare 2 ore di corso e poi andare a casa e studiare per il giorno dopo è faticoso, richiede impegno e un po' di sacrificio. Ma si può fare». La lezione è finita. I nonni e i ragazzi si salutano, scherzano e si prendono in giro proprio come farebbero un nonno e un nipote. È evidente che il rapporto tra loro, seppure basato sul rispetto reciproco e sulla condivisione di un progetto che impone a tutti di mettersi in gioco, oltrepassa il confine della formalità imposta dai rispettivi ruoli. «I ragazzi – spiega orgoglioso **Vulcano Ortenzi**, professore di italiano e latino del liceo e coordinatore del corso – stanno dimostrando grande maturità e determinazione, e l'assunzione del ruolo di insegnanti consente loro di acquisire autonomia di giudizio, senso della propria dignità, capacità di rapportarsi agli altri, capacità organizzative. Inoltre la nostra è un'esperienza di dialogo tra generazioni: è la dimostrazione concreta di come questo, se avviato nel giusto contesto, sia possibile. E soprattutto necessario». ■

## Impronte digitali

**Nonni su internet, ovvero un percorso formativo per acquisire le nozioni base della tecnologia informatica. E a insegnare agli anziani sono i ragazzi. Ne parliamo con Ana Lain, responsabile del settore "innovazione nella scuola" di Mondo digitale, la fondazione creata da Tullio De Mauro.**



«In 10 anni i nostri corsi hanno diplomato, in varie regioni, oltre 12mila anziani, sotto la guida di circa 10mila studenti tutor e di 800 insegnanti coordinatori». A riassumere i risultati del progetto *Nonni su internet* è Ana Lain, responsabile del settore "innovazione nella scuola" di *Mondo digitale*, la fondazione creata dal professor Tullio De Mauro che dal 2002 è impegnata nella promozione dell'apprendimento e dell'uso delle tecnologie informatiche e in particolare dell'alfabetizzazione digitale degli anziani.

«I corsi – spiega **Ana Lain** – sono aperti ad anziani over 60, hanno una durata di 30 ore, sono articolati in 15 incontri settimanali e si svolgono all'interno delle aule di informatica delle scuole che aderiscono al nostro progetto. La loro caratteristica principale è che gli "allievi" sono affiancati direttamente da giovani tutor che sono gli studenti delle scuole che li ospitano. Una bella esperienza di incontro tra generazioni che si confrontano su questo terreno con punti di vista molto diversi e che per una volta vede i giovani insegnare agli anziani, in un processo inverso di trasmissione della conoscenza». Si tratta di un percorso formativo pensato per permettere ai partecipanti di acquisire le nozioni base della tecnologia informatica: dall'accensione del computer alla navigazione in internet, dall'uso di programmi di videoscrittura e di calcolo a quello della posta elettronica, dalla conoscenza dei nuovi strumenti della comunicazione ai social network. «Il nostro progetto prevede un programma – aggiunge Lain – che, però, è molto elastico, nel senso che ogni allievo, in base agli interessi e alle curiosità che maggiormente lo stimolano, decide di volta in volta insieme al suo tutor quale argomento affrontare e il modo in cui affrontarlo. L'unico vincolo è quello che alla fine delle 30 ore ogni allievo abbia acquisito le conoscenze necessarie per conseguire l'attestato. Poi il percorso attraverso cui quest'obiettivo viene raggiunto passa in secondo piano».

la ricerca

# Passi avanti

*Lesoscheletro, un sistema robotico  
che restituisce la capacità di camminare  
a chi l'ha perduta.*

■ **Barbara Bernardini**



ESOSCHELETRO.IT

**P**er Austin Whitney il giorno della laurea è stato davvero speciale. A soli 22 anni, paralizzato alle gambe da 4, Austin si è alzato dalla carrozzina con l'aiuto delle stampelle e ha raggiunto, camminando da solo, il palco dove ha ricevuto il tanto atteso diploma. Non è la trama di un film, ma la realtà vissuta da un giovane studente americano e, in un futuro prossimo, un'esperienza alla portata di molte persone unite dalla sfortuna di aver subito un danno irreversibile al midollo spinale che le ha costrette su una sedia a rotelle.

## Io, Robot

A realizzare il sogno di Austin, ancora più grande della laurea che ha ricevuto, è il progresso della scienza e l'abilità del gruppo di ricercatori coordinati dal professor Homayoon Kazerooni, fondatore del laboratorio di Bionica Umana presso la Berkeley University di San Francisco, in California. Kazerooni ha dedicato la vita a una missione: realizzare la perfetta integrazione tra uomo e robot sfruttando le potenzialità delle macchine per aumentare le capacità umane. L'esoscheletro è uno dei suoi progetti più importanti. Kazerooni ne ha già realizzati di vari tipi, in particolare per aumentare la forza di movimento e di carico dei soldati che, grazie a una armatura indossabile e leggerissima, possono ora correre decine di chilometri nel deserto con 50 kg sulle spalle senza giungere stremati alla meta. Ma dalle applicazioni militari è nato il suo progetto più importante, un esoscheletro che restituisca la capacità di camminare a chi l'ha perduta irrimediabilmente. Non si tratta di gambe davvero robotiche, ma di una sorta d'impalcatura esterna che si aggancia agli arti e sostiene i piedi. Un sistema robotico simula a comando il movimento della deambulazione e piano piano, Austin e altri come lui, possono muovere di nuovo i primi passi da soli, ogni giorno più sicuri.

## Una certa autonomia

Certo Austin ha ancora bisogno delle stampelle, ma non è certo questo il problema. Quello di Kazerooni non è, va detto, il primo modello di esoscheletro per disabili, sistemi complessi come *Rex* e *eLegs* sono già sul mercato da tempo e decine di laboratori nel mondo stanno perfezionandone di nuovi, ma questo è il primo che funziona riducendo di 10 volte i costi di produzione. Quando sarà in vendita, basteranno circa 15mila euro per un paio di gambe nuove, il costo di un'utilitaria, per recuperare un po' di quell'autonomia che non ha prezzo per chi l'ha perduta per sempre. E al ritmo con cui procede la scienza, c'è da sperare che questi esoscheletri robotici migliorino le loro prestazioni e abbassino ancora i prezzi nel giro di pochi anni, diventando sempre più piccoli, leggeri e funzionali. Forse siamo davvero all'alba di un rivoluzione bionica. ■

## Promemoria

Non sapete resistere a una coppa di fragole con panna? Il cervello ringrazia con un pieno di memoria. Arriva, infatti, dalla prestigiosa "Harvard Medical School" la notizia che il consumo di fragole e frutti rossi in generale è capace di rallentare il declino della memoria di almeno 2 anni. Il lavoro, pubblicato sulla rivista "Neurology", ha coinvolto 16mila persone sottoposte a diversi test cognitivi per 6 anni, mentre veniva controllato il loro apporto alimentare di bacche e frutti rossi. La conclusione è netta. Chi ne mangia di più conserva più memoria e più efficienza mentale. Forse ancora una volta grazie alle molecole flavanoidi, antiossidanti e vasodilatatori naturalmente presenti in questa frutta.



## Affari di cuore

Viene dalla "Duke University" degli Stati Uniti una speranza per tutti i cardiopatici del mondo. I ricercatori hanno, infatti, trovato un modo per ripristinare la funzione del tessuto cardiaco senza il controverso trapianto di cellule staminali. Quando il cuore viene colpito da infarto si creano cicatrici fibrose che non conducono bene i segnali elettrici e impediscono il buon funzionamento del tessuto cardiaco. Gli scienziati possono ora forzare le cellule fibrose a ritrasformarsi in cellule cardiache grazie all'iniezione di composti molecolari detti microRNA. Si tratta di terapie d'avanguardia ancora limitate al laboratorio, ma in futuro cambieranno la vita di milioni di persone.

## Casa dolce casa

Anche lavare i piatti e passare l'aspirapolvere potrebbe essere una medicina per il cervello. Lo sostiene una ricerca della "Rush University" di Chicago effettuata su oltre 700 anziani. Se, infatti, i medici raccomandano l'attività sportiva nella terza età per tenere lontano il declino cognitivo e la malattia di *Alzheimer*, la nuova ricerca mostra che non è necessario dedicarsi al jogging o alla bicicletta: lo stesso beneficio lo si ottiene dedicandosi alle faccende domestiche e ad attività generiche come tagliare l'erba del prato o imbiancare casa. Una bella notizia soprattutto per le casalinghe, che sono spesso quelle più indaffarate e che hanno meno tempo per lo sport.

# Non mi va giù

50

■ Barbara Bernardini

**Gonfiore, bruciore e peso sullo stomaco misto a sonnolenza dopo i pasti. Da che cosa dipende e come si combatte la dispepsia, la cattiva digestione che di rado dipende da una vera patologia dell'apparato digerente.**

Qualcuno l'ha ribattezzata scherzosamente "Sindrome da stress postprandiale". Si tratta di quella sensazione di gonfiore, bruciore e peso sullo stomaco misto a sonnolenza che si verifica dopo i pasti. Quasi tutti l'hanno sperimentata, sintomo inequivocabile e

fastidiosissimo di una cattiva digestione. Un problema annoso e di difficile soluzione perché alle origini della dispepsia, così si chiama in termini tecnici, può esserci davvero tutto o niente. Per capirne di più l'Università di Bologna ha recentemente effettuato uno studio sottoponendo a gastroscopia 1.000 abitanti di 2

paesi del bolognese. Si è potuto così capire che la cattiva digestione affligge circa il 15 per cento della popolazione generale, circa 5 milioni di italiani, un vero esercito di persone per lo più perfettamente sane.

## Che stress!

«È stato sorprendente constatare che solo il 20 per cento dei casi di dispepsia è determinata da una vera patologia dell'apparato digerente, che può andare dall'ulcera all'esofagite fino al cancro dello stomaco – spiega **Franco Bazzoli**, direttore della Cattedra di gastroenterologia dell'Università di Bologna –. Nella maggior parte dei casi la cattiva digestione viene defi-

nita funzionale o idiopatica ovvero non ha una causa precisa». Insomma, quasi tutti quelli che digeriscono male non sono affatto malati, piuttosto... stressati. «Nel nostro studio abbiamo osservato che questo disturbo è più frequente tra i separati e i disoccupati – spiega ancora Bazzoli –. Addirittura un recente studio svedese ha valutato il livello di stress vedendo chiaramente che le persone ansiose sono quelle più colpite dalla dispepsia. A sorpresa dunque, appare chiaro che la cattiva digestione sia figlia dei nostri tempi, dello stress e dell'ansia che pervade la vita moderna, un disturbo destinato, in tempi di crisi, ad aumentare vertiginosamente e, con lei, i costi a carico della sanità per la diagnosi e la cura del disturbo. «Nei giovani, sotto i 45 anni, la semplice dispepsia funzionale è la causa del 90 per cento dei disturbi – aggiunge **Maurizio Zagari**, associato alla Cattedra di Gastroenterologia presso l'Università di Bologna –, mentre in una persona su 10 è causata dal batterio *elicobacter pylori* che colonizza lo stomaco. In genere si consiglia l'esecuzione del test per il batterio e se questo è presente – continua Zagari – si prescrive un antibiotico adatto. Se, invece, la risposta è negativa si tratta generalmente con farmaci antiacidi per 1-2 mesi prima di ricorrere a una gastroscopia».

## Carattere acido

Quello degli antiacidi è uno dei miracoli della medicina moderna. Questi farmaci, detti tecnicamente "inibitori della pompa protonica", riducono sostanzialmente la capacità di produrre acido nello stomaco. Ma se persino la Tv trabocca di spot pubblicitari che reclamizzano le proprietà fantastiche di prodotti per ridurre l'acidità causata dalle nostre cattive abitudini forse non è un caso che questi farmaci vengano



usati male e troppo in regime di “fai da te”. «Sono farmaci piuttosto sicuri – commenta Zagari – che sono sul mercato da circa 20 anni, ma vanno usati con cautela e per periodi brevi di 1-2 mesi e al minimo dosaggio possibile». L'acidità dello stomaco, infatti, per quanto fastidiosa, ha una sua funzione precisa, che è anche quella di uccidere la carica batterica presente nell'acqua e nel cibo che ingeriamo. Se nello stomaco c'è poco acido i batteri arrivano nell'intestino tenue, che è una zona quasi sterile. Quando i batteri la colonizzano si può avere gonfiore addominale dopo i pasti. Se usati male insomma i farmaci antiacidi possono dare origine a un vero e proprio paradosso, provocando fastidi gastrointestinali quando sarebbero invece chiamati a risolverli.

## L'insostenibile pienezza...

Il modo in cui lo stress innesca la dispepsia è, per il momento, un mistero da risolvere. In un terzo dei casi si tratta di un'alterazione della motilità dello stomaco e di un'aumentata sensibilità alla contrazione che fa percepire di più il dolore. In un altro terzo dei casi lo stomaco svuota il cibo più lentamente dando la costante sensazione di pienezza, ma è anche vero che nel restante 40 per cento di persone non c'è né l'uno e né l'altro. «Potrebbe trattarsi semplicemente di una sensazione di pienezza che viene generata e percepita dal cervello, ma che non corrisponde ad un reale problema», chiarisce Zagari.

Ma come si può affrontare una malattia quasi “fantasma”, fastidiosa, ma quasi inafferrabile? «L'alimentazione è fondamentale – risponde Zagari –: bisogna evitare di mangiare molto, limitare i grassi e i fritti, la cioccolata, il caffè, e persino gli agrumi, che provocano acidità, ma è indispensabile anche un cambiamento dello stile di vita, con una migliore gestione dello stress quotidiano, l'abbandono di abitudini scorrette, in particolare il fumo. La sigaretta dopo i pasti, che molte persone consumano con la scusa che “fa digerire”, in realtà rallenta lo svuotamento gastrico ed è una delle cause principali di cattiva digestione nei fumatori nonché un fattore di rischio per il cancro dello stomaco».

## Cognizione di causa

**Dalle più leggere alle più gravi:  
le cause di una digestione difficile.**

**Dispepsia funzionale o idiopatica** Disturbo digestivo aspecifico, spesso causato da stress e ansia. È la causa principale dei disturbi digestivi.

**Infezione da *elicobacter pylori*** Si tratta di un batterio che vive bene nell'ambiente acido e scarsamente ossigenato dello stomaco, provoca disturbi digestivi e può determinare lo sviluppo dell'ulcera gastrica e giocare un ruolo nel cancro dello stomaco. Le modalità di trasmissione dell'infezione sono sconosciute.

**Ernia iatale** È l'erniazione dello stomaco verso l'esofago. Caratteristica dei fumatori e delle persone obese, ne esistono di vari tipi ma quella da scivolamento è la più comune ed è spesso reversibile. Causa eruttazione e senso di pressione gastrica.

**Reflusso gastro esofageo** Dipende dal malfunzionamento della valvola posta tra stomaco ed esofago. Il cibo ingerito misto agli acidi gastrici risale l'esofago provocando bruciore, irritazione e talvolta ferite. Le cure dipendono dalle cause scatenanti.

**Cancro dello stomaco** Presente in diverse varianti genetiche è solitamente molto aggressivo. Colpisce mediamente a partire dai 45 anni d'età. In Europa si verificano circa 190mila nuovi casi ogni anno che rappresentano circa il 23 per cento di tutte le neoplasie. Tra i fattori di rischio, fumo, obesità e cattiva alimentazione specie se associata a consumo eccessivo di cibi affumicati e sotto sale. Ma esistono anche forme ereditarie che colpiscono soprattutto persone giovani e senza apparenti fattori di rischio.

## Buona digestione

Relax dunque, vita sana, abbandono del fumo e dell'alcol e alimentazione corretta. A sentire questa ricetta, molto simile a quella raccomandata per proteggersi da malattie cardiovascolari, diabete, obesità, invecchiamento precoce, sorge spontanea una riflessione. Pare proprio che la maggior parte dei problemi di salute siano causati dal modo in cui viviamo e dall'ambiente che abbiamo costruito intorno alle nostre vite. Una riflessione che dovrebbe essere accolta anche da chi ha il potere di influire e migliorare la qualità della vita e le condizioni psicosociali dei cittadini, nella certezza che una salute migliore può giovare a una società attiva ed economicamente più solida. ■

## Nota

In riferimento all'articolo “In seconda visione” a pag. 50 di Nuovo Consumo di maggio il recapito telefonico corretto del Centro Istituto di Oftalmologia - Dipartimento di oculistica del Policlinico “Gemelli” di Roma è 0630155228.

# Bellezza **mia**

■ Anna Somenzi

*Per il corpo, il viso, le mani: la nuova linea dei cosmetici **ViviVerde Coop**, senza derivati dal petrolio, con tanti estratti di piante da agricoltura biologica. Naturalmente "Non testati su animali" e a prezzi accessibili.*

**N**el 2011 sono stati venduti prodotti per il corpo per 1.376 milioni di euro, secondo i dati dell'Associazione italiana delle imprese cosmetiche, e sono al primo posto fra i cosmetici, seguiti da quelli per il viso e in particolare dal consumo di creme antietà e antirughe: 500 milioni di euro spesi solo lo scorso anno.

## A cura di Coop

E adesso tra i prodotti da scegliere anche una nuova linea di cosmetica **ViviVerde Coop** dedicata alla cura quotidiana delle donne dai 20 ai 60 anni. Molti i prodotti, una linea completa per la pulizia e la cura del viso, la cura del corpo compresa una crema specifica per le mani. Nelle formulazioni sono state tolte tutte le sostanze di derivazione sintetica, eliminati gli oli minerali, quei derivati dal petrolio che creano un film impermeabile sulla pelle che blocca i pori, che sono stati sostituiti con oli naturali come

jojoba o girasole da agricoltura biologica. Niente parabeni (conservanti chimici), senza siliconi (sostanze non biodegradabili che danno una sensazione setosa, ma impediscono alla pelle di respirare), niente coloranti, inutili e spesso tossici, e senza polimeri sintetici – come il *Peg* (glicole polietilenico) – utilizzati come emulsionanti che possono causare allergie, senza ingredienti di origine animale e una forte attenzione ad evitare gli allergeni anche fra i profumi.

Ricche, invece, d'ingredienti d'origine naturale, formule dermatologicamente testate, principi attivi tutti d'origine vegetale e provenienti da coltivazioni biologiche, a prezzi molto accessibili.

## Crème de la crème

Per esempio, la **Crema Corpo nutriente protettiva** dedicata alle pelli secche e delicate è a base d'olio di jojoba, che nutre la pelle in profondità lasciandola morbida, e d'olio di girasole, che con



il contenuto equilibrato di acidi grassi essenziali è un eccellente idratante. Contiene anche estratti di pompelmo che ha un effetto astringente e rivitalizzante e bambù ricco di acido silicico. Dedicato ancora al corpo è il **Burro Corpo vellutante** con aloe vera. I maya chiamavano l'estratto "fonte di giovinezza", idrata intensamente, leviga e protegge la pelle.

Per le mani c'è una crema che si assorbe rapidamente con aloe, jojoba, girasole e citronella dall'effetto emolliente e protettivo.

Molta attenzione è stata data anche alle confezioni a basso impatto ambientale: sono senza film di cellophane, senza bugiardino all'interno e, per facilitarne il riciclo, sono costruite in monomateriale.

La **Crema per il viso rivitalizzante protettiva giorno**, dedicata alle pelli mature, idrata in profondità e a lungo: è il complesso di estratti di rosa alpina e stella alpina da agricoltura biologica il responsabile dell'azione antiossidante idratante e protettiva. Infatti l'estratto di rosa selvatica ha cura della pelle secca e delicata; mentre l'estratto di stella alpina fa proprie le caratteristiche della pianta di protezione contro lo stress ossidativo e funziona da trappola per i radicali liberi. Le creme per il viso sono le uniche che prevedono l'astuccio fatto, però, con cellulosa certificata Fsc, il marchio che identifica i prodotti contenenti legno di foreste gestite in maniera corretta e responsabile.

Coop da sempre non testa i suoi cosmetici sugli animali e da fine 2005 i prodotti sono certificati secondo lo standard internazionale *Lav* "Non Testato su Animali". Aderendo a questo disciplinare Coop si impegna a utilizzare solo le materie prime già in commercio e impiegare nuove molecole solo se verificate con test alternativi. ■



# Senza dolcificante

**Non c'è traccia di aspartame,  
né di saccarina e ciclamato  
nei prodotti a marchio Coop.**

53

**N**onostante che l'aspartame sia stato più volte vagliato e approvato dagli organismi internazionali preposti, da tempo Coop ha deciso di non utilizzarlo, sostituendolo con edulcoranti meno "discussi". L'ultimo allarme su questo dolcificante è stato lanciato dalla trasmissione *Report*, poi ripreso da altri media. La sicurezza dell'aspartame è stata messa in discussione non solo dalla stampa, ma anche dall'ambiente scientifico a seguito di numerose ricerche cliniche e di laboratorio, compresi gli studi sulle quantità assunte e le relazioni della vigilanza post-commercializzazione incentrate sugli effetti avversi per la salute. Nell'Unione Europea l'uso dell'aspartame è stato autorizzato da molti Stati membri nel corso degli Anni Ottanta; la legislazione europea volta ad



armonizzarne l'utilizzo nei prodotti alimentari è stata varata nel 1994 in seguito ad una serie di accurate valutazioni sulla sicurezza effettuate dal Comitato scientifico per l'alimentazione umana della Commissione Europea. Nel 2002 lo stesso Comitato ha condotto un'ulteriore revisione di tutti i dati originali e recenti sull'aspartame. In quell'occasione ha esaminato i dati pubblicati e non, comprese tutte le informazioni sulla genotossicità e la cancerogenicità negli animali e nell'uomo; il Comitato ha quindi riconfermato la dose giornaliera ammissibile (*Adi*) in precedenza fissata per l'aspartame. Nel 2005 e nel 2007 l'Istituto "Ramazzini" di Bologna ha pubblicato i risultati di due sperimentazioni sui topi che dimostrerebbero potenziali rischi di cancerogenicità. L'*Efsa* (*Autorità europea per la sicurezza alimentare*) da parte sua ha esaminato tale documentazione e non ha ritenuto corrette le conclusioni di pericolosità, riconfermando la dose giornaliera accettabile a 40 mg/kg di peso corporeo. Ciò nonostante, Coop, in base al principio di precauzione, ha deciso da tempo di non autorizzarlo nella composizione dei suoi prodotti a marchio. Oltre all'aspartame anche altri dolcificanti non sono ammessi da Coop: la saccarina e il ciclamato. ■

# Diskoteca

54

■ Roberto Minniti

*Immagini di vita e documenti di lavoro archiviati su un "disk" portatile per non appesantire troppo il computer.*

**L**a nostra vita? È ormai quasi interamente registrata, catalogata e scandita dai e sui computer. Foto, video, lavori, esperienze... tutto finisce per essere archiviato sul *pc* o sul *Mac* di casa e del lavoro, pronto (chissà, un giorno...) a essere ripescato per essere visto o fatto vedere. Logico che i computer casalinghi, per quanto accoglienti, finiscano per essere sopraffatti dal peso dei nostri ricordi, dei nostri progetti, della nostra vita.

Non spaventatevi, non vogliamo fare di questo spazio un trattato psicologico, ma di certo la dipendenza quotidiana dai dati digitali fa davvero sì che un solo computer, per quanto sia ampia la sua capienza, difficilmente potrà accontentarci. Ed è questa la ragione che spinge decine di produttori di informatica a offrirci soluzioni portatili di "storage", ossia di archiviazione dei dati, a prezzi che vanno da pochi euro fino a superare (e di molto) il centinaio.

Tutto dipende dalla scelta che facciamo e dalle esigenze che abbiamo: le soluzioni vanno dalle penne *usb* in cui archiviare anche il contenuto dell'intero computer fino ad *hard disk* multimediali che possono servire allo stesso tempo tanto il *pc* che la televisione e

l'impianto stereo, magari in modalità *wi-fi*. Insomma di proposte ce ne sono davvero tante, il punto è districarsi tra quelle che veramente ci possono fare comodo e rendere la vita più agevole e quelle che comportano una spesa elevata in cambio di potenzialità che difficilmente utilizzeremo.

## Ultraleggero

Una delle più praticate è l'*hard disk* portatile esterno. Un'opzione pratica che consente di alleggerire il *pc* (magari da quei pesanti file multimediali che utilizziamo raramente) e tenere sempre con sé il proprio archivio. Perché questo tipo di apparecchi siano davvero comodi, però, è bene che soddisfino alcune semplici condizioni che potrebbero anche sembrare scontate ma che vanno tenute ben presenti al momento dell'acquisto, dato che non sono retaggio comune di tutti i modelli presenti sul mercato.

Per prima cosa, ovviamente, gli *hard disk* devono essere dei veri "pesi piuma", possibilmente anche con dimensioni molto contenute, in modo tale da trovare spazio senza problemi in una tasca (se si vuole dividerli anche senza dover portare il *pc*). A questo proposito la prima distinzione da fare sta proprio nel formato dei dispositivi: quello da 2,5 pollici, il più compatto, è adatto ai portatili ed è generalmente alimentato dalla stessa connessione *usb* che si adopera per collegarli al *pc* (anche se non mancano apparecchi che prevedono un'alimentazione elettrica dedicata, più scomoda). I modelli da 3,5 pollici, invece, sono indicati per il computer fisso e nella stragrande maggioranza dei casi prevedono la loro spina e la necessità di una presa elettrica "dedicata".

## Con comodo

Sempre sul versante praticità, l'ideale è che un *hard disk* sia "plug&play" come amano definire gli esperti le apparecchiature che si installano semplicemente collegandole, senza dover scaricare ed eseguire programmi specifici. E poi, particolare comodo anche per chi non ha in casa un computer *Apple*, siano compatibili con diversi sistemi operativi: oltre che *Windows* (il formato universale), anche *Mac* e magari *Linux*.

Fatte queste prime considerazioni,



non crediate che il compito di scelta sia facile nella miriade di prodotti che vengono offerti in questo mercato. Tanti e tali sono i nomi presenti (dai più conosciuti a quelli meno noti al pubblico) che la selezione dovrà passare per una scrematura ulteriore. E allora sarà utile prendere in considerazione un aspetto vitale di questi apparecchi: la possibilità di vivere a lungo e di proteggere i preziosi dati che ospitano anche a dispetto di qualche incidente che può sempre capitare. Alcuni modelli, per evitare di perire rovinosamente al primo urto o alla prima caduta prevedono come optional o come dotazione standard nella confezione base, una protezione morbida (una sorta di custodia protettiva) dell'apparecchio. Meglio scegliere quelle che difendono bene l'*hard disk* senza farlo scaldare troppo. Sempre per tutelare l'apparecchio dal calore (uno dei veri punti deboli di questi accessori, le cui conseguenze possono andare dal semplice malfunzionamento a guasti irreparabili) l'ideale sarebbe controllare che l'involucro esterno sia in alluminio (materiale che dissipa bene il calore, molto più della plastica).

Quanto alla tutela dei dati, invece, la maggior parte degli *hard disk* portatili includono persino *software* di crittografia. Di cosa si tratta? Di un sistema di protezione che consente di utilizzarli solo con una *password* in modo da proteggere i documenti personali da intromissioni sgradite (possibili in caso l'apparecchio finisca nelle mani di malintenzionati). ■

**In promozione per i soci dal 7 al 20 giugno negli Iper e dal 14 al 27 giugno nei Super**

#### **Hard disk esterno Toshiba**

interfaccia USB 2.0 - capacità 1 Tb (Tera Byte =1.000 Gb) - velocità: 5400 Rpm - peso 180 grammi

**Prezzo soci 84,90 euro**



marca e modello	capacità (Tb o Mb)	compatibilità	velocità rotazione trasferimento dati	altre caratteristiche	peso (g)	prezzo
<b>ADATA</b> ANH92-1TU-CPK	1	Mac/pc	nd - 5 Gbit/s	USB 2.0 astuccio in pelle	152	155
<b>BUFFALO</b> MiniStation HD-PCT1TU3/BW-EU	1	Mac/Pc	nd - 5 Gbit/s	USB 3.0	150	150
<b>HP</b> WDBACZ7500ABK-EESN	750	Pc	7.200 rpm 5 Gbit/s	USB 3.0	178	175
<b>IOMEGA</b> EGO PORTABLE	1	Mac/Pc	nd - 5 Gbit/s	USB 3.0 protezione anticaduta	190	170
<b>LACIE</b> RUGGED	500	Mac/Pc	5.400 rpm 5 Gbit/s	FireWire 400 e 800 USB 2.0	298	120
<b>TOSHIBA</b> STORE ALU2 S	750	Pc	nd - 5 Gbit/s	USB 3.0	175	125
<b>TRANSCEND</b> TS500GSJ25M3	500	Mac/Pc	5.400 rpm 5 Gbit/s	USB 3.0 elevata resistenza agli urti	81	115
<b>WESTERN</b> DIGITAL PASSPORT ESSENTIAL	500	Mac/Pc	5.400 rpm 5 Gbit/s	USB 3.0	200	115

Abbiamo selezionato 8 modelli di altrettante case per dare un'idea delle caratteristiche e dei prezzi degli *hard disk* portatili da 2,5 pollici. Nella scelta abbiamo preferito, per ogni marchio, l'apparecchio più economico offerto con una capacità minima di 500 Gb, uno spazio in genere sufficiente per archiviare film, fotografie, musica, presentazioni e quant'altro possa venirci in mente.

In ogni caso, prima di scegliere un apparecchio del genere è bene controllare la compatibilità con il sistema operativo (*pc*, *Mac* o *Linux*) e le porte disponibili. Il minimo, sul versante della connettività, è una porta *usb* compatibile con standard 2.0, ma come potete vedere i dispositivi di ultima generazione sono tutti compatibili con la più veloce 3.0 (ma per godere appieno di questa possibilità an-

che il *pc* deve avere una porta di questo tipo).

Tra le caratteristiche da valutare per un *hard disk* esterno, ce n'è una che non sempre viene dichiarata dal produttore: l'RPM, ossia la velocità di rotazione. Un valore più alto della media (che si attesta a 5.400 rotazioni per minuto) conferisce una maggiore velocità aumentando le prestazioni generali del prodotto.

Occhio, infine, al peso. Come si può vedere, si va nella nostra tabella da appena 80 grammi fino a un massimo di quasi 300, una bella differenza per chi intende portare sempre con sé questo dispositivo. Prima di cedere ai pesi piuma, però, verificate che siano sufficientemente robusti per resistere a un urto accidentale e se avete dei dubbi munitevi di una custodia imbottita per allungargli la vita.

# La valigia

# dei sogni

Pratica e leggera, da portare in aereo senza costi aggiuntivi, insomma formato trolley.

56

■ Daniele Fabris

**V**iaggiatore zaino in spalla, si usava dire una volta, per indicare il turista che non amava i villaggi vacanze e preferiva uscire dalle rotte più battute per gustarsi la destinazione in libertà. Oggi accanto a questa figura se n'è associata un'altra, suo malgrado, quella che vuole evitare pesanti "fuori costo" da parte delle compagnie aeree. Se non vi è già capitato, provate a simulare un acquisto via internet per una destinazione italiana o europea: vi accorgete facilmente che la tariffa sale vertiginosamente se avete un bagaglio da sistemare in stiva. E che il sovrapprezzo non sia più solo una brutta abitudine delle compagnie *low cost* è facile desumerlo facendo un giro anche sui siti delle compagnie tradizionali.

## Armi e bagagli

Ai viaggiatori più arrabbiati per queste (e molte altre) tagliole, immaginiamo, si contrappone il sorriso delle aziende che vendono valigie e che hanno scoperto un mercato molto interessante proprio promettendo ai clienti di essere in regola con le dimensioni massime previste dalle compagnie aeree per il bagaglio a mano. Sono in molti, infatti, i produttori che già dai dépliant associano alle proprie valigie il "valore aggiunto" di evitare al check-in una spesa aggiuntiva rispetto a quella del biglietto.

Una certezza difficile, per la verità, da vendere, visto che le dimensioni di un bagaglio a mano variano di continuo e non solo da compagnia a compagnia, anche all'interno di una stessa azienda quando decide di rivedere (al ribasso, naturalmente) le limitazioni. Strano? Non molto, anche se una normativa comunitaria, il regolamento CE 820/2008 dell'8 agosto 2008,

stabilisce le misure d'applicazione delle norme di base comuni sulla sicurezza dell'aviazione. Nonostante ogni tentativo di semplificare la vita all'utente, infatti, "ogni passeggero, acquistando un biglietto aereo, accetta le condizioni di trasporto del vettore" ci ripetono da anni tanto le compagnie che gli enti d'assistenza al volo che dovrebbero far rispettare le regole generali.

## Pesi e misure

E dunque accanto alla regola generale che prevede che il bagaglio a mano (borsa o piccola valigia) debba avere un peso massimo di 5 kg e una somma dei lati non superiore a 115 cm, esistono infinite variazioni sul tema. Tanto per fornirvi alcuni esempi si va dal minimo di 55x35x25 cm (le dimensioni da misurare per altezza, larghezza e profondità della valigetta) della *Windjet*, che però accetta fino a 7 kg, al classico 55x40x20 cm di molte *low cost* (*EasyJet*, *Ryanair*, *Vueling*). Ma anche a queste dimensioni le compagnie a volo stracciato associano pesi differenti: 10 chili la *Vueling*, 6 la *Aerlingus*, "un peso ragionevole" per la *EasyJet*. Insomma, non bastano metro e bilancia, per stare tranquilli sarà bene spulciare le condizioni imposte dalla compagnia prima di scegliere la piccola valigia che vogliamo portarci a mano in aereo.

Forse un po' più facile può essere la scelta del tipo di trolley in base alla sua qualità. Qui, per lo meno, si può contare su regole un po' più certe per riconoscere i prodotti adatti alle proprie esigenze e al proprio portafogli. Sul materiale, per esempio, pochi dubbi: a farla da padrona è la plastica. O meglio, le plastiche, visto che sul mercato se ne trovano diverse con prezzi e caratteristiche differenti. L'economico poliestere, per esempio, ha il vantaggio di una perfetta impermeabilità ma ha il difetto di una resistenza meno soddisfacente. Meno importante per una valigia che non deve sopportare i



trattamenti ruvidi di quelle che vanno in stiva, la possibilità di non rompersi o lacerarsi con facilità è pur sempre interessante per un accessorio che vorremmo durasse a lungo.

Un passo in avanti nella qualità e nei prezzi si fa passando al poliammide, materiale più leggero che ha bisogno di un rivestimento in Pvc per essere impermeabile. Ancora meglio la microfibrilla, materiale leggerissimo e resistente che ha anche il vantaggio di rendere i colori brillanti e, dunque, di prestarsi alle realizzazioni più eleganti.

## A portata di mano

E se si volesse un trolley rigido? Meno comune nelle piccole valigie che si portano a mano, ma pur sempre offerta da molte aziende, questa soluzione prevede materiali "ad hoc". Al top troviamo Abs e polipropilene. Il primo è praticamente indeformabile e ha le stesse caratteristiche estetiche della microfibrilla (rende i colori particolarmente brillanti). Ma rispetto al polipropilene è più caro e meno resistente.

Materiali a parte, queste piccole valigie debbono necessariamente essere comode visto che le porteremo con noi per gran parte del viaggio. Una "prova su strada", dunque, è sempre necessaria prima di innamorarsi di un modello. Primi criteri di valutazione devono essere la facilità dell'impugnatura (naturalmente estensibile) e la stabilità della borsa a stare in piedi da sola e a essere trascinata sulle ruote. A proposito delle ruote, non sottovalutate resistenza ed eventuali cigolii della prima ora: tenete conto che una volta caricata la borsa i difetti non potranno che peggiorare. Meno interessante, invece, la possibilità di avere 4 ruote, offerta da alcuni modelli; per una borsa di dimensioni limitate come questa, infatti, è difficile che si abbia esigenza di dover cambiare il verso di trascinamento come invece si fa spesso per i bagagli più ingombranti.

Cerniere e chiusure, specie nelle valigie piccole, dovrebbero infine essere ben robuste visto che saranno sottoposte a uno stress frequente da parte di chi tende a sovraccaricare la borsa riempiendola all'inverosimile magari per farci entrare tutto il necessario evitando le fastidiose sovrattasse delle compagnie. ■

## Vetro artistico

***I primi sessant'anni dell'Industria Vetraria Valdarnese ripercorsi attraverso gli oggetti che ne hanno fatto la storia.***

1952-2012 l'Industria Vetraria Valdarnese compie 60 anni. Il racconto di questo primo mezzo secolo di attività della storica azienda toscana del vetro avverrà per immagini e prodotti, esattamente quelli che dagli Anni Cinquanta ai giorni nostri hanno tracciato lo stile inconfondibile dei manufatti IVV, oggetti unici che esprimono arte e qualità come i piatti e i bicchieri in vetro colorato da collezionare con i bollini della spesa fino all'11 luglio nei negozi di Unicoop Tirreno.

La mostra "Da 60 anni spinti dal soffio della passione" inaugura venerdì 8 giugno alle ore 17 e resterà aperta fino al 21 giugno presso la Pieve di San Giovanni Battista in San Giovanni Valdarno, orario 17-23, per ripercorrere la storia dell'IVV a partire dal 1952, anno di fondazione ad opera di un gruppo di maestri vetrai, fino all'attuale azienda rinomata in Europa per la produzione del vetro soffiato e fatto a mano.

Durante l'inaugurazione sarà presentato il libro "Sirio Sarchi. Una vita per gli altri", autobiografia del primo presidente dell'Industria Vetraria Valdarnese anche sindaco di San Giovanni Valdarno per due legislature.

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



dal 8 al 21 Giugno 2012

**"DA 60 ANNI SPINTI DAL SOFFIO DELLA PASSIONE"**

Immagini e prodotti dagli anni '50 ai nostri giorni

**Sono trascorsi 60 anni dalla costituzione della nostra cooperativa.**

Non sempre sono stati momenti facili ma ha prevalso continuamente la volontà di garantire lavoro e di difendere e sviluppare un'attività che da così lungo tempo fa parte del patrimonio socio economico del Valdarno.

Sessant'anni di autogestione tramandata dai soci fondatori fino al gruppo sociale attuale che rinnova l'impegno a portare avanti questa esperienza senza smarrire il senso delle proprie radici.

Pieve di San Giovanni Battista  
San Giovanni Valdarno  
orario di apertura 17:00 - 23:00  
Inaugurazione Venerdì 8 giugno 2012 ore 17:00  
durante la quale sarà presentato il libro  
"SIRIO SARCHI. Una vita per gli altri"  
autobiografia del primo presidente IVV

[ivvnet.it](http://ivvnet.it)



# La più buona del mondo

58

■ Eleonora Cozzella

**M**etterla in frigorifero è un delitto! Il gusto della vera mozzarella di bufala viene mortificato dal freddo. Gastronomi, buongustai e casari potranno confermare che questo latticino deve essere tenuto a temperatura ambiente nel suo liquido di governo. D'altro canto sarebbe assurdo parlare di "conservazione": è un prodotto fresco e come tale va mangiato il prima possibile. Se la mozzarella dopo il secondo-terzo giorno dalla produzione non è ancora stata consumata, ecco il consiglio degli esperti per gustarla nella sua massima espressione: immergere il prodotto in acqua calda (circa 35°-40°) per 8-10 minuti prima del consumo. Dal quarto giorno il prodotto può essere messo in frigo, ma a questo punto non lo si consumerà "in purezza" ma come ingrediente per altre preparazioni da cucinare. E qui non c'è che l'imbarazzo della scelta: sulla pizza, "in carrozza", nelle lasagne, nelle parmigiane di verdure, nelle crostate rustiche e ad arricchire supplì, frittate e sfornati.



## Bianco latte

Come tutte le cose preziose, insomma, questo formaggio a pasta filata deve essere trattato con rispetto. In fondo, la sua storia ci parla di tradizioni e gesti antichissimi. E la sua tecnica di produzione è la testimonianza di un lavoro che richiede competenza e attenzione. Il tutto nasce dal latte di bufala (ne occorrono circa 4,2 litri per 1 chilo di mozzarella), particolarmente ricco di proteine, grassi nobili e soprattutto

*Dalle tavole di nobili e papi a quelle del mondo intero. Anche i gourmet del Sol Levante hanno scoperto la mozzarella di bufala campana, ancora oggi espressione di tradizioni e gesti antichissimi.*

calcio e privo di carotenoidi (pigmenti naturali). È la qualità del latte che conferisce al prodotto finito il tipico inimitabile colore bianco "porcellanato", l'odore complesso di latte con sentori di erba tagliata, di sottobosco, di terra, e la lattiginosa sierosità al taglio. Una volta munto, il latte – esclusivamente da bufale campane, pugliesi, molisane e del basso Lazio – raggiunge in pochissime ore le aziende di produzione della zona. Viene sottoposto ai controlli igienico-sanitari e poi lavorato a mano. Proprio da uno specifico movimento dei casari deriva il suo nome: da "mozzare", l'operazione che consiste nel maneggiare con movimento caratteristico il pezzo di cagliata filata, staccando, cioè mozzando, velocemente con gli indici e i pollici le singole pezzature nella classica forma tondeggiante (ma si trovano anche bocconcini e trecce).

## Memorabile

I casari lo fanno da tempo immemorabile. Fin dal XII secolo, quando le bufale erano le "signore" della piana del Volturno e del Sele, nel cuore dell'attuale zona della denominazione di origine protetta (*Dop*). Dai documenti storici apprendiamo come i monaci del monastero di San Lorenzo in Capua erano soliti offrire un formaggio denominato "mozza" o provatura (se affumicato) con un pezzo di pane ai pellegrini che ogni anno si recavano in processione sino alla chiesa del Convento. E, ancora, ci sono testimonianze nel 1300 che attestano la commercializzazione di formaggi bufalini destinati all'allora florido mercato napoletano e salernitano. In particolare di "provature", che grazie all'affumicatura avevano maggiore conservabilità. A gradire le mozzarelle erano nobili e alti prelati, infatti nel 1570 troviamo in uno scritto di Bartolomeo Scappi, cuoco della corte papale, un interessante elenco di latticini che finivano sulla tavola del pontefice: "*capo di latte, bu-*

*tirro fresco, ricotte fiorite, mozzarelle fresche et neve di latte”.*

Poi, da alimento d'élite, verso la fine del XVIII secolo le mozzarelle diventano un prodotto di largo consumo, anche per merito della dinastia spagnola dei Borboni, che vollero creare un grosso allevamento di bufale, con annesso un caseificio sperimentale, presso la Reggia di Carditello, loro tenuta in provincia di Caserta. E il commercio andò sempre meglio quando, dopo l'Unità d'Italia, fu istituita ad Aversa, la “Taverna”, un mercato all'ingrosso dei latticini. Qui c'erano dei veri e propri contratti di categoria *ante litteram* tra i proprietari delle bufale (che trasformavano anche il latte) e i “distributori”. In base agli accordi, che valevano un anno, le mozzarelle venivano ritirate nei luoghi di produzione già “difese”, cioè pesate e avvolte in foglie di giunco, disposte in cassette di vimini o castagno e trasportate fino all'ubicazione del negoziante.

## Mozza... fiato

Insomma, l'aspetto con cui la mozzarella arrivava all'antico cliente era garanzia di qualità, un po' come adesso lo sono la confezione e il marchio del consorzio di tutela.

Grazie al quale la mozzarella di bufala non conosce confini e viaggia per il mondo con un successo che la vede tra i quattro formaggi italiani *Dop* più venduti all'estero (ultimamente l'hanno scoperta i gourmet del Sol Levante).

E se spazia da un punto di vista geografico, lo fa anche a tavola con abbinamenti sempre più intriganti. Infatti, se prima i sommelier consigliavano un incontro enologico con vini bianchi campani giovani e asciutti, come il Falerno del Massico, la Falanghina, l'Asprinio di Aversa, il Greco di Tufo, il Fiano di Avellino, si sono poi lanciati anche col vino rosso – sempre campano – come l'Ischia Rosso Per'e Palumbo, un vino color rubino, dal profumo delicato e dal sapore deciso, oppure il Gran Furore Rosso dai sentori di frutti di bosco. Hanno a poco a poco osato allontanarsi dal Sud, suggerendo anche il Prosecco di Conegliano Valdobbiadene. Fino all'inedito matrimonio, celebrato di recente al *Cibus*, Salone internazionale dell'alimentazione che si tiene a Parma, con la Tequila. Siete scettici? Beh, vi sorprenderà scoprire che piacere per il palato! ■

## Una vera reggia

### A Caserta la Versailles italiana.

Si dice Caserta e si pensa al cuore della produzione di squisite mozzarella. Ma c'è anche tanta storia e cultura da vedere. Imperdibile è la Reggia di Caserta, dimora storica appartenuta alla famiglia dei Borbone di Napoli, proclamata Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco. Il Palazzo reale fu voluto dal re di Napoli Carlo di Borbone, che con esso sapeva di poter fare concorrenza in bellezza e ricchezza con la reggia di Versailles. Il complesso monumentale è considerata l'ultima grande realizzazione del Barocco italiano. Terminata nel 1845 (anche se era già abitata dal 1780), consta di 1.200 stanze e 1.790 finestre, su un'area di circa 47mila metri quadri. Ci si potrebbe stare settimane e ancora non averla ammirata tutta, ricca com'è di statue, quadri, scalinate e mobili d'epoca.

Si tratta di un'opera faraonica, per il cui disegno fu scelto il celeberrimo architetto Luigi Vanvitelli, che si avvale di famosi collaboratori: Marcello Fronton per i lavori del palazzo, Francesco Collecini per il parco e per l'acquedotto, e il parigino Martin Biancour per i giardini.



FOTO TANGIO/74

## L'intervista

**Quanto piace la mozzarella di bufala? Un indizio arriva dall'IperCoop di Livorno, dove abbiamo parlato con Manrico Stefanini, capoparto salumi latticini.**

**Si avvicina l'estate e i prodotti freschi vanno di più, anche la mozzarella di bufala?**

«Sì, c'è un incremento delle vendite di tutti i tipi di mozzarella e quindi anche quella bufalina. Che resta comunque un prodotto di nicchia, di altissima qualità, da buon-gustai. In media ne vendiamo circa 240 kg al mese in gastronomia e 650 sul libero servizio».

**I clienti le chiedono suggerimenti su come consumarla?**

«È il bello del mio lavoro. Stando a contatto con le persone è normale scambiare idee di cucina. E poi quando noi crediamo in un prodotto è più facile farlo provare e apprezzare. Per esempio, io consiglio di farne grosse fette, scaldare un minuto su una padella calda e mettere un filo d'olio. Poi quando i clienti tornano e mi dicono che era ottimo sono soddisfazioni».

**Chi sono i vostri fornitori di fiducia?**

«Diversi: Francia, Alival-Mandara, Granarolo, Galbani, Pettinicchio, Podere Leoni e naturalmente c'è il **Fior Fiore** dei produttori selezionati da Coop. E ci sono numerose pezzature: ciliegine, bocconcini, poi da 200, 250, 300, 500 g e una treccina. Insomma, per tutti i gusti».

# Chicco di grano

60

*Dal Libano al Senegal, da Israele alla Costa D'Avorio fino a San Vito Lo Capo che gli dedica anche una festa.*

*Il couscous che si mangia un po' ovunque, si sposa con tutto, veloce da preparare e più nutriente della pasta.*

■ **Silvia Inghirami**

**B**iss'mi Allah", in nome di Dio: sono queste le parole da sussurrare prima di mangiare un piatto di couscous, una preghiera di benedizione per il cibo. Secondo la tradizione berbera si devono poi intingere le 3 dita della mano destra, come precisa il Corano, poiché con 1 dito mangia il diavolo, con 2 il profeta e con 5 l'ingordo. Al di là della religione, c'è una valenza sociale di questo piatto che non va dimenticata: si mangia solo insieme alla famiglia o a chi viene considerato parte della comunità. Non a caso il suo secondo nome è "semola della pace". Il couscous, infatti, non è altro che semola a granelli, ottenuta manipolando la farina di grano duro con l'acqua. Mille e mille e mille granelli, come la sabbia del deserto dove vivevano i berberi, che lo hanno trasmesso agli arabi. E solo un po' d'acqua serve per prepararlo in pochi minuti a casa.



## Precotto al vapore

Il prodotto in commercio è quasi tutto precotto, ossia passato al vapore una prima volta e poi essiccato. Solo gli intenditori possiedono una cuscussiera, una speciale pentola a forma bombata con una base in cui si cuociono verdure e carne e un recipiente dal fondo forato dove si prepara il couscous, che così assorbe gli aromi del brodo sottostante. Un procedimento lungo, proprio della cucina nordafricana, simile comunque alla cottura nella pentola forata di terracotta smaltata tipica del trapanese. In Italia, infatti, i "padri" del couscous sono i siciliani, che lo hanno "importato" da libici e tunisini. Ma esiste anche la versione sarda: il cascà di Carloforte, che si condisce con cavolo, ceci ed eventualmente maiale. Ma il couscous trapanese ha certamente più notorietà ed è inserito tra i prodotti tradizionali siciliani: il *Festival Internazionale dell'Integrazione Culturale* di San Vito Lo Capo lo celebra ormai da 15 anni. È da questo appuntamento, quest'anno in programma dal 25 al 30 settembre, che abbiamo appreso negli anni ricette sempre più gustose, ideate da cuochi algerini, marocchini, tunisini ma anche libanesi, egiziani, israeliani, palestinesi, yemeniti, senegalesi e ivoriani.

## Giramondo

Si va così dal *taboulé* libanese al couscous con latte di cocco, dalla variante del Senegal, con carne di vitello e agnello e datteri, a quella della Costa d'Avorio, piccante alle verdure, alla ricetta tunisina, con montone e zucca gialla. E ancora, il couscous israeliano con il *kebab* di pesce, melanzana e una deco-

razione a base di fiori, e quello francese con frutta ed erbe. Fino al couscous sanvitese con un sugo a base di scorfano, cernia, san Pietro, gallinella, vopa, luvaro, qualche gambero o scampo. Nel *Cous Cous Fest preview*, dal 1 al 3 giugno, viene selezionato lo chef che a settembre farà parte della squadra italiana, in gara con un piatto a base di stufato di pesce, insaporito da una cialda di pistacchio. Ma non è necessario imbarcarsi in ricette tanto complesse per mangiare un buon couscous a casa propria: uno dei motivi del successo registrato negli ultimi anni non è tanto il “multiculturalismo” quanto la praticità della preparazione. Basta portare ad ebollizione una quantità di acqua, leggermente salata, pari al volume del couscous, versare il prodotto e spegnere la fiamma. Quindi sgranare la semola con le mani o la forchetta con l'aiuto di un po' d'olio crudo, perché i grani restino ben separati: dopo 10 minuti circa il couscous è pronto per essere servito. Insieme si può aggiungere di tutto, in modo da renderlo adatto a carnivori o a vegetariani: da vitello stufato a gamberetti e calamari, a zucchine o carote, o anche semplicemente un pesto di erbe a piacere.

## Rovescio d'acqua

A differenza della pasta, non spreca l'acqua, ma la trattiene e nessun nutriente viene disperso. Le qualità nutrizionali sono identiche a quelle del frumento, ma la quantità di acqua assorbita aumenta il potere saziante. Cento grammi di couscous cotto contengono circa 100 calorie, insieme a idrocarburi complessi, vitamine B e minerali. La stessa quantità di couscous preparato con farina integrale contiene anche 3 g di fibra e alcuni minerali fra cui fosforo, potassio e zinco. Simile a un piatto di couscous è il *Tabbouleh* o *Tabulè*, una pietanza araba a base di *bulgur* o *boulgour*, frumento integrale fatto germogliare, seccato, macinato e ridotto in piccoli pezzi, ricco di principi nutritivi, che si condisce con prezzemolo, cipolla, menta tritati fini e con pomodori, cetrioli a tocchetti, il tutto condito con succo di limone e olio d'oliva, da consumare generalmente freddo. Per prepararlo, basta aggiungere 200 ml d'acqua per ogni etto di *bulgur*, un pizzico di sale, un cucchiaino d'olio e aromatizzarlo con qualche foglia d'alloro. ■

# Color albicocca

La Valleggia, una piccola grande albicocca della Liguria.

61

Si riconosce grazie alla buccia sottile, di un delicato colore arancio, picchiettato da puntini color mattonne; è piccola, ma il suo aroma e il suo sapore sono molto più intensi delle altre varietà sul mercato. Inconfondibile l'**albicocca Valleggia** che prende il nome dalla località di massima produzione, nel comune di Quiliano, in provincia di Savona. La raccolta si concentra in 3 settimane tra fine giugno e luglio, incontrando facilmente la concorrenza di altre varietà provenienti dall'estero e dal Sud Italia. Le piante inoltre non sono coltivate a spalliera come avviene di solito nei frutteti moderni; sono anche più alte della norma e questo rende più impegnativa la potatura e la raccolta dei frutti. Se aggiungiamo a questa difficoltà anche l'espansione edilizia che ha devastato il litorale savonese, troviamo la spiegazione del progressivo abbandono di questa coltivazione negli



ultimi 30 anni. La sua storia va fatta risalire lontano nel tempo: la *Valleggia* era presente sulla costa savonese già dalla fine dell'Ottocento, raggiungendo il momento di massima espansione negli Anni Cinquanta e Sessanta quando i frutteti si estendevano per centinaia di ettari, da Loano a Varazze. L'*albicocca di Valleggia* rappresentava il 70 per cento della produzione della Provincia e veniva esportata anche su mercati esteri – come quello svizzero e tedesco – con treni speciali che partivano proprio dalla Riviera.

Dagli Anni Settanta fino agli Anni Novanta iniziano gli espunti per lasciare spazio alle serre della nascente attività di florovivaismo e all'edilizia privata legata al turismo balneare. A Quiliano, insieme a Finale Ligure e Spotorno, rimangono ancora frutteti, e di qui è iniziata l'attività di recupero e valorizzazione dell'*albicocca di Valleggia*. Si contano ancora alberi di 50-70 anni o anche del primo Novecento, ma la produzione attuale rappresenta una piccolissima parte rispetto alla produzione di 50-60 anni fa. La produzione di *albicocca di Valleggia* è concentrata oggi nella fascia costiera fino a 300 metri sul livello del mare, da Albissola a Vado Ligure, negli altri comuni dell'area storica tra Loano e Varazze si trovano solo alcuni sporadici frutteti. I produttori sono per lo più piccole aziende che raccolgono e selezionano i frutti migliori ancora a mano. 2 cooperative riuniscono una trentina di produttori del Presidio, garantiscono il rispetto di un disciplinare di coltivazione severo e selezionano i frutti migliori che sono commercializzati con il marchio di qualità *albicocca di Valleggia*. ■



## Rotolini di alici ai capperi

### Ingredienti per 4 persone

- 700 g di alici fresche ■
- 4 spicchi d'aglio ■
- 1 vasetto di capperi ■
- 1 mazzetto di prezzemolo ■
- 1 bicchiere di vino bianco ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■

### Preparazione facile

Tempo 30 minuti  
Costo economico

### Preparazione

Togliere la testa e la spina centrale alle alici, quindi farcirle con un cucchiaino di capperi e arrotolarle, fermandole con uno stuzzicadenti. Fare rosolare in olio extravergine d'oliva in una padella piuttosto grande un trito abbondante di aglio e prezzemolo, quindi disporre i rotolini uno vicino all'altro e cuocere a fuoco delicato scuotendo il recipiente di tanto in tanto. Aggiungere a metà cottura sale e pepe e versare il vino bianco da fare evaporare a fuoco alto.

### La dietista

**285 Kcal a porzione**

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

Tipici delle aree mediterranee, particolarmente pregiati e famosi i capperi di Pantelleria, a cui è stata riconosciuta l'*Indicazione Geografica Protetta*. Sono ricchi di sale: è pertanto consigliabile, prima di utilizzarli, sciacquarli e tenerli a bagno in acqua fredda per qualche minuto.



### Abbinamento

Si consiglia un vino frizzante come un **Prosecco di Valdobbiadene**.

Per ogni ricetta il contenuto in nutrienti (profilo nutrizionale) è classificato come scarso (◆), adeguato (◆◆) o eccessivo (◆◆◆). L'equilibrio dell'alimentazione va inteso tuttavia come complessivo (giornaliero e/o settimanale) e va raggiunto applicando il principio della varietà nelle scelte.



## Straccetti con olive e cipolle

### Ingredienti per 4 persone

- 400 g di straccetti ■
- 500 g di alici fresche ■
- 2 o 3 alici salate ■
- 300 g di cipolline fresche ■
- 100 g di olive nere ■
- 1 mazzetto di prezzemolo ■
- 2 peperoncini ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale ■

### Preparazione facile

Tempo 30 minuti

Costo economico

### Preparazione

Togliere la testa e la spina centrale alle alici e tagliarle a pezzetti di circa 1 cm. Lavare le alici salate togliendo tutto il sale e la spina e tritarle grossolanamente. Fare appassire in un tegame le cipolline tagliate sottili con l'olio e i peperoncini tritati, quindi aggiungere le acciughe e fare cuocere fin quando quelle salate non saranno sciolte. Unire le olive, 2 cucchiaini di acqua fredda, un pizzico di sale e continuare la cottura per 5 minuti a tegame coperto. Cospargere il tutto con abbondante prezzemolo tritato e condire la pasta cotta al dente.

*Se non trovate gli straccetti di pasta fresca, potete comprare della pasta per lasagne e tagliarle nel formato che più vi piace.*

### La dietista

**612 Kcal a porzione**

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

Ottimo esempio di piatto unico gustoso e bilanciato in tutte le sue componenti nutritive. Garantisce anche un apporto significativo di acidi grassi essenziali grazie alle alici e di antiossidanti, contenuti negli aromi e nelle cipolline.



### Abbinamento

Valido abbinamento un Prosecco di Valdobbiadene o un Vermentino ligure, come i Colli di Luni.



## Frittata di alici

### Ingredienti per 4 persone

- 600 g di alici fresche ■
- 8 uova ■
- 600 g di pomodori maturi ■
- 2 spicchi d'aglio ■
- 1 mazzetto di prezzemolo ■
- 1 mazzetto di finocchietto selvatico ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■

### Preparazione media

Tempo 40 minuti

Costo economico

### Preparazione

Pulire le alici togliendo la testa e la spina, adagiarle in una pirofila antiaderente unta di olio. Sbattere le uova con il prezzemolo, l'aglio tritato finissimo o passato allo spremi aglio, del finocchietto selvatico e il sale e pepe e versare il tutto sulle alici. Mettere nel forno caldo fin quando la frittata non sarà solida. Sbucciare i pomodori, privarli dei semi, ridurli a dadini, salarli e metterli a scolare in un colapasta; quando non perderanno più l'acqua di vegetazione, aggiungere pepe, aglio e prezzemolo tritati, olio e travasarli in un vassoio. Adagiare la frittata tiepida sulla dadolata di pomodori e servire.

### La dietista

#### 426 Kcal a porzione

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

Per la loro versatilità in cucina, le uova sono spesso utilizzate come ingrediente per ricette ricche ed elaborate, anziché come un vero e proprio secondo piatto. Facciamo, però, un'eccezione vista la prelibatezza della ricetta.



### Abbinamento

Un **Bianco di Pitigliano** fresco d'annata per questo secondo piatto dal gusto deciso.



## Aspic al melone

### Ingredienti per 4 persone

- 1 melone ■
- 100 g di zucchero ■
- 1 dl di vino bianco passito ■
- 2 cucchiaini di Vodka al melone ■
- 14 g di gelatina in fogli ■
- 1 mazzetto di menta ■
- frutta fresca per guarnire ■

### Preparazione

Mettere la gelatina in ammollo in acqua fredda e lasciarla da parte. Tagliare in 2 il melone e ricavarne tante palline. Scaldare lo zucchero con la vodka, il vino e aggiungere le palline di melone. Unire 2 dl d'acqua e fare cuocere tre minuti. Togliere dal fuoco e sciogliere nel composto i fogli di gelatina strizzata. Versare in uno stampo e mettere in frigo per almeno 2 ore. Sformare e servire guarnito con la menta e il ribes.

### Preparazione facile

Tempo 30 minuti

Costo medio

### La dietista

#### 180 Kcal a porzione

Proteine ◆ Carboidrati ◆ Grassi ◆

Dessert fresco e gustoso. Il melone, dolce e profumato, è disponibile in molte varietà: a forma sferica (cantalupi), con buccia reticolata a polpa gialla, con buccia liscia e sottile. È un'ottima fonte di vitamina C e potassio; le varietà gialle apportano anche caroteni, utili per la formazione di vitamina A.

PROGETTO



# UN PIPISTRELLO PER AMICO

**IN TOUR**

SEGUI IL NOSTRO TOUR SUL SITO  
**[WWW.BATBOXNEWS.IT](http://WWW.BATBOXNEWS.IT)**

Vieni a scoprire il tour organizzato presso i principali centri commerciali Coop.

Informazioni, curiosità e giochi scientifici realizzati con esperti ricercatori.

**Seguici sul sito [www.batboxnews.it](http://www.batboxnews.it)**



**GRUPPO  
DI STUDIO  
SUI  
CHIROTTERI**

semi **seria** di Simona Marchini

## Musica sacra

**Il bello e il buono della musica che tutti i bambini hanno il diritto di ascoltare, suonare, cantare.**

**H**o due cose belle da raccontare che compensano l'amarezza di tanti fatti dolorosi che quotidianamente ci affliggono. Non possiamo certo ignorare i drammi che stanno maturando. Sono drammi annunciati per chi fosse appena un po' lucido e avveduto per cogliere le bugie vergognose che ci hanno accompagnato in questi ultimi 20 anni. Ma il momento è grave e le difficoltà da affrontare pesantissime. Solo la consapevolezza che chi ci governa in questo momento ha una sostanziale buona volontà non condizionata da brutali interessi personali ci deve sostenere. Forse è la prima volta da troppi anni che questo accade. Io spero fortemente che dopo tanti sacrifici si uscirà dalla depressione... per forza. Ci vuole coraggio e solidarietà e, qualche volta, procurarsi piccole gioie che fanno bene al cuore.

Sono stata invitata a partecipare alla festa del 21 aprile, Natale di Roma. Ero molto indecisa perché non amo le confusioni di piazza, non ho la comicità giusta per queste occasioni. Poi ho pensato che potevo trasformare quest'episodio nell'opportunità di comunicare qualcosa di bello... E così ho accettato e ho chiesto di cantare "Roma nun fa la stupida stasera" dal *Rugantino* di Garinei e Giovannini, musica di Armando Trovajoli, con il

Coro di Voci Bianche di Santa Cecilia e la Roma Sinfonietta del Maestro Morricone. Perché? Per poter dire a tutti i presenti che la musica è vita e "salute" del cuore e che è un diritto dei bambini. Un'ovazione. Sentire che il messaggio non è caduto nel vuoto mi ha rincuorata. Sarebbe così importante che tutti i bambini avessero quest'opportunità: fare canto e musica per essere persone più serene e felici. E poi c'è un'altra piccola storia. Sono stata invitata da un'amica archeologa, Mavis Panetta, a Villa Adriana, a Tivoli. L'occasione era leggere alcuni brani de *Le memorie di Adriano* di Marguerite Yourcenar per il pubblico presente e poi visitare la mostra su Antinoo, il giovane amato da Adriano. L'impatto con la bellezza è sempre emozionante. Era tanto tempo che non vedevo Villa Adriana. Il sole era appena coperto, con qualche apparizione abbagliante, improvvisa, sull'eleganza ritmata degli archi leggeri intorno alla grande piscina. E tanta gente silenziosa, attenta. È stato dolce essere abbracciata da tutti, alla fine. Anche perché oltre alle parole meravigliose della Yourcenar, c'era la solidarietà per la lotta alla discarica che insensatamente si vorrebbe fare proprio a ridosso del sito archeologico. Ho sperato che tutti possano godere di tanta bellezza. Basta che lo vogliano. ■

**Imparare o approfondire la conoscenza di una lingua, abituarsi a stare lontani da casa, sperimentare usi e costumi diversi dai propri. C'è ancora il mito delle vacanze-studio?**

# 68 Bagaglio culturale

■ **Barbara Autuori**

Qual è uno dei luoghi comuni più diffusi nel mondo globalizzato? Che i ragazzi devono conoscere le lingue, vero e proprio *passe-partout*. E molte famiglie hanno un asso nella manica: la vacanza studio, un'esperienza in cui misurarsi non solo con vocaboli stranieri ma con culture, popoli e abitudini diversi. «Occasioni formative importanti che vanno preparate nel tempo e inserite in un percorso di crescita generale, senza abbandonarsi a improvvisazioni», afferma **Celeste Pernisco**, presidente dell'Associazione Nazionale Pedagogisti (Anpe) della Toscana. Passaggio delicato, la vacanza (e lo stu-



dio) lontano da mamma e papà assume un significato pedagogico che va oltre l'acquisizione di un'abilità scolastica. «La necessità di imparare una lingua straniera – precisa l'esperta – non può essere l'unico criterio per scegliere una vacanza-studio». Così come non può esserlo il raggiungimento di un'età

## Bambini fuori classe

**Il bimbetto dove lo metto? Tante le proposte per l'estate, l'importante è affidarsi a strutture serie e prendere le dovute cautele.**

L'ora X è arrivata: presto il trillo dell'ultima campanella risuonerà dando inizio al ritornello estivo "e ora il bimbetto dove lo metto?" Quesito capace di mettere a dura prova le capacità organizzative di molte famiglie: mamma, papà, baby sitter, nonni e zii si arruolano per far fronte alle attività estive dei figli. Una programmazione che si è arricchita di proposte sempre più varie nel tentativo di attirare la curiosità di grandi e piccini. Centri estivi comunali, aziendali e parrocchiali, campi scout, sportivi o avventurosi: chi più ne ha più ne metta. «Per non perdersi davanti a questa moltitudine d'offerte può essere utile fissare alcune priorità – consiglia **Mariaelena La Banca**, pedagogista, mamma e autrice del blog *yummyummyematteo.blogspot.com* –. Privilegiare i centri estivi che possono contare su grandi spazi aperti e una buona porzione di verde (i centri convenzionati con i Comuni generalmente devono rispettare queste caratteristiche) può aiutare a garantire ai piccoli almeno un'estate al riparo dall'afa e dal solleone».

Da considerare anche il tipo di programmazione quotidiana proposta. «Tanto per la fascia d'età pre-scolare quanto per quella scolare, è meglio optare per giornate organizzate in maniera non troppo rigida», sottolinea l'esperta che avverte di non lasciarsi abbagliare da schemi che pro-

pongono mille attività giornaliere. «In vacanza i bambini hanno pieno diritto di oziare guardando un cartone, riposandosi dopo pranzo o giocando senza alcuna fretta», precisa La Banca. Se poi si vogliono incoraggiare le loro passioni, si può cercare il centro estivo *ad hoc*. Nuotare, giocare a calcio, andare a cavallo, suonare la chitarra o recitare: le possibilità sono infinite e il web un ottimo strumento per soddisfare le richieste più sfiziose. Ultimo, ma non meno importante, è valutare la preparazione del personale: «Criterio irrinunciabile è verificare che gli educatori a cui si affidano i figli abbiano la maggiore età e almeno un attestato da tecnico di ludoteca», conclude la pedagogista. Ecco allora qualche idea.

**Livorno:** organizzati con il Comune i centri estivi *Koala* ([www.koalaludo.com](http://www.koalaludo.com)) si svolgono in varie zone della città e con modalità diverse per fasce d'età. **Perugia:** per sfuggire alla calura estiva, il Centro estivo "Pellini" organizza corsi estivi di nuoto e non solo per bambini dai 6 ai 13 anni ([www.amatorinuoto.it](http://www.amatorinuoto.it)). **Roma:** il Bioparco ([www.bioparco.it](http://www.bioparco.it)) organizza un centro estivo dal lunedì al venerdì (8.30 - 16.30) per bambini dai 4 ai 13 anni. Campus per gruppi omogenei d'età (3-5 e 6-12) organizzati anche da *Explora* ([www.mdb.it](http://www.mdb.it)), il museo delle scienze, per imparare con giochi, laboratori e animazioni. **Napoli:** attività ludiche, musicali, artistiche e ambientali mirate alla socializzazione, all'integrazione, allo sviluppo della creatività e dell'ascolto. È quanto propone *La fabbrica del divertimento* ([www.lafabbricadeldivertimento.it](http://www.lafabbricadeldivertimento.it)) ai piccoli dai 4 ai 13 anni.

standard: spesso, invece, tra la fine della terza media e la prima superiore i genitori cominciano a pensare che sia giunta l'ora per un'esperienza autonoma oltreconfine. «In realtà è proprio durante gli anni dell'adolescenza, in cui i ragazzi costruiscono la propria identità, che bisogna valutarne meglio il grado d'autonomia e il senso di responsabilità». Spiccare il volo, anche solo per poche settimane fa bene, ma nei tempi e con le modalità giuste, compresa l'organizzazione con cui partire. Dai *tour operator* specializzati alle scuole di lingua più varie, la scelta della struttura a cui affidarsi non è impresa facile: raccogliere più informazioni possibile, valutare il grado di competenza del personale addetto, non farsi tentare (nonostante i tempi di crisi) da costi ridotti sono le regole auree per cercare di non prendere abbagli.

## Borsa di studio

Da poche settimane all'intero anno scolastico, sono sempre di più gli adolescenti italiani che trascorrono un periodo di studio in scuole straniere. Capofila di programmi di questo tipo è *Intercultura*, onlus che dal 1955 promuove il dialogo tra 60 Paesi del mondo attraverso gli scambi scolastici. Collocati in famiglie selezionate, i ragazzi vivono un'esperienza formativa unica per accedere alla quale è necessario superare un concorso. Nell'anno scolastico 2011-12, a fronte di 5mila domande, sono partiti 1.613 ragazzi che hanno scelto prevalentemente Paesi non anglofoni. A luglio il bando per il prossimo anno che riguarderà i nati tra il 1994 e il 1997 ([www.intercultura.it](http://www.intercultura.it)). Improntati ai valori della tolleranza e della solidarietà anche i *Collegi del Mondo Unito* (*United World Colleges*), scuole internazionali riconosciute dov'è possibile frequentare l'ultimo biennio di studi superiori. Piccole comunità formate da giovani di tutte le razze, provenienze e religioni, gli *Uwc* selezionano gli studenti attraverso commissioni nazionali che assegnano anche un cospicuo numero di borse di studio (La sede italiana degli *Uwc* si trova a Duino, in provincia di Trieste - [www.uwcad.it](http://www.uwcad.it)). "Educazione alla mondialità" che risiede tanto nell'apprendimento di una lingua quanto nel confronto con usi e costumi diversi dai propri. In fondo l'unico vero e duraturo bagaglio che resta dopo un soggiorno all'estero. ■

# Tintarella di luna

**A**l bando corpi abbrustoliti dal sole o color cioccolato. A fare tendenza nelle spiagge dello Stivale è la pelle di porcellana, secondo i ricercatori dei laboratori di cosmetologia sparsi in Occidente che, per mettere a punto le nuove formule solari, guardano ad Est dove da sempre la tintarella non è cosa gradita. Negli Stati Uniti i lanci di creme antirughe per il viso addizionate con filtri solari ad altissimo indice di protezione sono aumentati del 19 per cento – come risulta da un'indagine condotta da *Mintel*, società di ricerche di mercato – e in Europa il desiderio dell'eterna giovinezza, pelle luminosa e senza rughe, batte quello dell'abbronzatura. In Italia, la scorsa estate, sono stati spesi 386 milioni d'euro per la protezione dai raggi ultravioletti, il 3,9 per cento in più rispetto allo scorso anno (dati *Unipro* - Associazione italiana delle imprese cosmetiche): non a caso le creme antirughe sono la punta di diamante di un mercato che risente poco della crisi. Perciò c'è da scommettere che nella borsa della vicina – o del vicino – di ombrellone, oltre all'asciugamano e alla *Settimana enigmistica*, faranno capolino crema antisoletto e antirughe e il trucco solare, veri e propri kit con più prodotti da usare in sequenza. Per non farsi dire "sei diventata nera".



## tormentoni

**N**on c'è estate senza tormentone, e in questa ce n'è più di uno. Si va dalla pop music con *Drive By* dei Train, *We are young* dei Fun, *Next to me* di Emeli Sandé, *Payphone* dei Maroon5, orecchiabili, leggeri, ballabili all'occorrenza, al pop italiano de *Il comico* di Cremonini, dai Modà che con *Come un pittore* hanno confezionato una canzone furbetta che parla di sole, mare, che "ora che è estate" – come cantano appunto – è un successo garantito, a Gotye con *Somebody that I used to know* (niente male anche il video), perfetta davanti al tramonto. *Cemento armato* de Il Cile sarà il tormentone per gli animi tormentati, *Dance with me* di Jennifer Lopez, con il suo ritmo latineggiante, la colonna sonora per aperitivi sul mare. Ma l'unico vero tormentone da discoteca è *Tacatà* degli italiani Romano e Sapienza, motivetto accattivante, che avrà di sicuro la sua coreografia nelle piste da ballo.

Per l'ordine, l'igiene, la pulizia, il controllo.  
Piccole e grandi ossessioni quotidiane,  
riti e scaramanzie, che dicono qualcosa di noi  
e delle nostre paure. E tu che mania hai?

# Maniaci **sentimentali**

■ Rita Nannelli

Chi ha bisogno di mettere tutto in ordine, chi quando si alza da tavola non rimette mai la sedia a posto, chi controlla 3 volte se la porta di casa è chiusa, chi si lava le mani di continuo. E l'elenco delle piccole e grandi ossessioni quotidiane potrebbe continuare all'infinito: non riuscire a pestare le crepe e i bordi delle mattonelle come Leonardo Di Caprio, temere il numero 13 come la regina Elisabetta che nel lontano 1965, in visita a Duisburg, chiese di cambiare il numero del binario d'arrivo del treno da 13 a 12A, fino al disturbo ossessivo compulsivo (*doc*) di cui ha raccontato di



soffrire Martin Scorsese come il protagonista del suo *The Aviator*.

## Venire alle manie

«Quelle che nel linguaggio comune chiamiamo manie sono per la psicologia riti, fissazioni leggere (mentre la mania è l'euforia, il tono dell'umore tanto alto da sottovalutare i pericoli, insomma l'opposto della depressione) che rappresentano un modo per scacciare l'ansia – spiega **Giovanna Carlo**, psicoterapeuta, docente e segretaria della sede romana dell'Associazione di ricerca psicologica analitica –. Comportamenti ripetitivi per sentirsi sicuri e ridurre la sensazione di disagio legata a un pensiero o a un'immagine che entrano nella nostra mente». Chi ha visto Jack Nicholson, in *Qualcosa è cambiato*, nei panni di uno scrittore di romanzi rosa, ossessionato da una serie infinita di complessi e manie e dotato di una lingua avvelenata, ha potuto apprezzare un'interpretazione impeccabile e molto vicina alla realtà di un "ossessivo", magari grave.

Qualche piccola mania – da non prendere alla lettera: in greco mania significa follia, passione incontenibile – della quale neppure ci rendiamo conto ce l'abbiamo tutti. «Tra i comportamenti compulsivi più diffusi – afferma Carlo – ci sono quelli legati al controllo, all'ordine e alla pulizia: lavarsi le mani continuamente o i denti, aver bisogno di mettere sempre a posto, come chi non riesce ad andare a letto se non ha fatto le faccende domestiche».

## Ossessione

Ma qualunque sia la "fissa" c'è, secondo Carlo, un tratto comune: «quello di voler sventare un pericolo. Il rito ossessivo è una sorta di piccolo sacrificio agli dei, le divinità del passato a cui si sacrificava qualcosa per ottenerne il favore diventano sintomi. Prima di partire si deve lasciare la casa ordinata, perché si pensa che sia di buon auspicio per il viaggio». Più "maniache" le persone ansiose e quelle che inconsciamente si fanno carico del benessere di tutti. «Anche se nella società attuale – precisa la psicoterapeuta – ansiosi lo siamo un po' tutti. Mi chiede se c'è stata un'evoluzione delle manie? Direi

## Mi ritorni in mente

*Ecco le fissazioni più diffuse.*

**Lavarsi spesso le mani** Il gesto equivale in pratica a "pulire" i pensieri, a lavarli via, e a sbarazzarci dei fatti della giornata.

**Controllare porta, gas, luce** Controllarli continuamente nasconde la paura di non riuscire a gestire la realtà che ci circonda. Le continue verifiche servono a farci sentire protetti e a tenere sotto controllo eventi imprevisi.

**Ordine e pulizia in casa** C'è molto spesso la ricerca della perfezione esteriore che sopperisce alla mancanza di equilibrio interiore. Chi è "maniacò dell'ordine" crede che se tutto è perfetto la sua vita non sarà in pericolo.

**Ripensare sempre a ciò che si è detto** O anche a quello che si è fatto nasconde la paura di non essere all'altezza delle situazioni e di non essere accettati dagli altri.

**Oggetti e riti portafortuna** Indossare amuleti o tenere in casa oggetti che ci proteggano nasconde la paura del mondo esterno che appare ostile e minaccioso.

**Programmare minuziosamente la giornata** Può nascondere il tentativo di controllare tutto, non lasciando spazio all'imprevisto.

di sì, perché oggi dobbiamo cercare e creare da soli i nostri rituali “propiziatori”, mentre in passato la paura si esorcizzava collettivamente attraverso i riti religiosi, le tradizioni, le credenze».

Gesti abituali che non fanno male a nessuno. «Il problema – avverte Carlo – è quando prendono troppo tempo e ci si organizza in funzione del rituale da compiere, compromettendo lavoro, famiglia, vita sociale». Nei casi gravi si parla di disturbo ossessivo compulsivo che colpisce il 2,5 per cento degli italiani: idee, immagini e impulsi ricorrenti che creano allarme, ansia o paura, e compulsioni, cioè comportamenti ripetitivi dettati da pensieri assillanti. Le idee ossessive sono avvertite come estranee, ci si rende conto che sono infondate, ma si controllano con fatica o non si controllano affatto. Secondo i neuroscienziati il disturbo ossessivo compulsivo è legato a una disfunzione di alcuni circuiti cerebrali che controllano la capacità decisionale della persona. In particolare le ultime ricerche mostrano che è il circuito che va dalla corteccia frontale al cervello emotivo a creare un corto circuito alla base della ripetitività delle ossessioni. Una disfunzione che può essere legata sia ad una predisposizione genetica che a fattori ambientali, come nel caso di alcune malattie infettive che sono capaci di far scatenare ossessioni e manie.

## Chiodo fisso

Ma disturbi a parte, il chiodo fisso dice qualcosa della nostra personalità. Avete il pallino della pulizia? «Dietro ci sono sentimenti che la persona considera negativi – chiarisce Carlo – e che non riesce a esprimere, è un po’ come se si sentisse “sporca” moralmente. Perciò il primo passo per superare questa, come le altre fissazioni, è accettare il fatto che ci sia anche una zona d’ombra dentro di noi e farci i conti – consiglia -. La “mania” è, infatti, spesso la manifestazione esterna di un rapporto troppo repressivo dell’istintualità, direi punitivo».

Vi mangiate di continuo le unghie? State reprimendo la collera. Siete sempre in ritardo? Sentite il bisogno di controllare l’altro e affermare voi stessi.

Durante una riunione vi mettete a scarabocchiare il foglio? Desiderate comunicare le vostre emozioni... o vi state annoiando moltissimo. Ma se siete affetti dalla mania per la lettura, tutto bene: in questo caso la definizione del vocabolario adatta è “predilezione entusiasta”. ■

# Sotto protezione

**Alta, media o bassa? Da che cosa, e come, ci protegge una crema solare?**

Un’enorme quantità di energia prodotta dalla fusione nucleare del Sole arriva sulla Terra come flusso di particelle e neutrini, e sotto forma di radiazioni elettromagnetiche. Fenomeno fisico ondulatorio caratterizzato da una lunghezza d’onda e da una frequenza, l’insieme di tutte le radiazioni viene chiamato spettro elettromagnetico (EM). È James Clerk Maxwell, fisico e matematico scozzese, che per primo elaborò la teoria dell’elettromagnetismo tramite le famose equazioni di Maxwell. L’EM è suddiviso in bande di frequenza: la radiazione emessa come luce visibile e infrarossa è quella che consente la vita sulla Terra fornendo l’energia necessaria all’attivazione dei meccanismi che ne stanno alla base come, per esempio, la fotosintesi. Invece nelle alte frequenze, raggi gamma, raggi X e ultravioletti (UV), la radiazione è nociva per qualsiasi forma di vita perché penetra all’interno dei corpi e provoca danni alle cellule. Per fortuna c’è l’atmosfera terrestre che, tramite processi di assorbimento e di diffusione, agisce come filtro. Lo stato di ozono stratosferico, per esempio, blocca la quasi totalità della radiazione UV: solo il 9 per cento, infatti, raggiunge la superficie del nostro Pianeta. È proprio per proteggersi da queste emissioni residue che dobbiamo usare filtri chimici (oxybenzone) e minerali (ossido di zinco, biossido di titanio) sotto forma di creme con diversi indici di protezione.

È l’*Spf* (Sun Protection Factor) la misura dell’efficienza del prodotto, cioè del suo effettivo potere di protezione. Ha lo stesso significato in tutti i Paesi del mondo e per misurarlo esiste un protocollo ben preciso: si applica 2 mg per cm<sup>2</sup> di prodotto sulla schiena di volontari che vengono esposti a diverse dosi di UV; 24 ore dopo si confronta la reazione della pelle con e senza protezione e si calcola la *Minimal Erythematous Dose* (Med) cioè la quantità più debole di UV che provoca un arrossamento della pelle. L’indice di protezione viene calcolato come il rapporto tra la Med su una parte del corpo coperta di crema e la Med su una zona non protetta. Ma ecco un altro modo di vedere la cosa: l’indice di protezione corrisponde al rapporto tra la dose di UV necessaria per prendere un colpo di sole con e senza crema solare. Se si prende una scottatura dopo 10 minuti senza protezione, un indice di protezione 15 significa che bisognerà aspettare 150 minuti (15 volte 10 minuti o 2 ore e mezzo) per ottenere lo stesso risultato, ma questa volta spalmati di crema. Perciò ognuno ha il suo tempo di cottura... ■



# Quante storie

■ **Jacopo Formaioni**

«**A**nche quest'anno un'associazione ambientalista ha sorvolato la macchia con un elicottero lanciando delle vipere – ci racconta l'amico di un amico –. Lo fanno per impedire che si estinguano: attento se vai a fare una passeggiata». È solo una delle più diffuse e famose leggende metropolitane. Preso integratori o cibi ricchi di vitamina C per prevenire il raffreddore? Vittime del potere della leggenda, dimostrata infondata da uno studio dell'Università di Helsinki. Autostop-pisti fantasma, quadri piangenti, cocodrilli nelle fogne, virus informatici sono alcuni dei protagonisti di queste storie, che tutti, almeno una volta,

**Dalla salute all'alimentazione, dall'ambiente alle richieste d'aiuto: come nascono, come fanno proseliti le leggende metropolitane ai tempi di internet. Ma il modo per riconoscere le "bufale" c'è.**

hanno sentito raccontare o hanno letto navigando su internet.

## Io sono leggenda

«Sono un vero e proprio genere letterario, favole per adulti con tratti ben definiti – afferma **Paolo Toselli**, esperto di leggende metropolitane e autore de *La famosa invasione delle vipere volanti* –. Con un protagonista sfuggente e anonimo, spesso l'“amico di un amico”, nascono da una discussione collettiva e circolano in modo incontrollabile, tramite i meccanismi del passaparola. Danno corpo a paure, angosce e ossessioni con lo scopo di esorcizzarle. Studiarle significa insomma conoscere il folklore moderno». Circolano, infatti, su tutti i mezzi di comunicazione: passaparola, fotocopie per gli uffici (*Xerox-lore*), catene di sms e di e-mail (*Net-lore*), social network. E capita a volte che alcune di queste storie siano riprese da importanti giornali e televisioni. Con conseguente, imbarazzata, smentita. «In origine le leggende avevano una diffusione orale – spiega **Lorenzo Montali**, ricercatore di psicologia presso l'Università Milano “Bicocca” e membro del *Cicap (Comitato Italiano Controllo Affermazioni sul Paranormale)* –. Con la rete si è accelerato il processo di diffusione delle storie, ma anche la velocità delle loro smentite. Il successo di una leggenda dipende da 2 elementi: quanto il contenuto della storia mi convince, rientra cioè in una mia visione del mondo, e quanto mi fido di chi me l'ha raccontata. Se una storia mi piace, esprime significati che trovo corretti e se me l'ha raccontata una persona di fiducia, è più difficile che presti attenzione alla sua smentita. E la leggenda continua a circolare».

## Che bufala!

Meccanismo simile riguarda le cosiddette “bufale”. Senza una struttura narrativa, sono notizie verosimili che riguardano in particolare sostanze e alimenti pericolosi. Quali paure sono più diffuse di quelle per la salute? Ti-



## Passaparola

**Guerrilla marketing ovvero anche la pubblicità si fa con il passaparola.**

La Statua della Libertà distrutta, 4 ragazzi spariti nei boschi del Maryland, maschere antigas alle statue storiche di Roma. Altre leggende metropolitane? Sì, ma al servizio della pubblicità. Si chiama *guerrilla marketing* (o marketing virale) e sfrutta lo stesso meccanismo del passaparola. Rilanciando le notizie, fabbricate ad arte, sulla rete e sui principali media si può ormai pubblicizzare un prodotto con un budget ridottissimo. Il successo di film come *The Blair Witch Project* o *Cloverfield* ha dimostrato l'efficacia di queste campagne, soprattutto per chi non ha grandi mezzi economici. Una buona idea, creatività e un collegamento internet e la pubblicità non è più la stessa. Parola dell'amico di un amico. O questa volta è vero?

mori, spesso legittimi, che industrie farmaceutiche e alimentari introducano nei beni di consumo sostanze pericolose, hanno creato una vera e propria selva di notizie in cui è difficile districarsi. Tra le più famose quella nata negli Anni Ottanta negli Stati Uniti e riproposta negli anni, secondo cui la multinazionale *McDonald's* utilizza carne di lombrico o di manzo geneticamente modificato per gli hamburger. Più recente e tutta italiana è la bufala che accusa le aziende produttrici di latte di ritirare il prodotto al momento della scadenza, ribollirlo e rimetterlo in commercio. Secondo i sostenitori i numeri da 1 a 5 presenti sulla confezione indicherebbero le volte che il latte è stato sottoposto a questo processo. E fece scalpore anni fa la notizia, circolante per e-mail, che metteva in guardia sul potere cancerogeno del *Sodium Laureth Sulfate* (SLS), contenuto nei prodotti da bagno per produrre la schiuma.

## Babel

Gli esempi si sprecano e i falsi miti sono ormai parte dell'immaginario collettivo. Chi non ha mai sentito che i prodotti surgelati sono meno nutrienti del prodotto fresco? O che frutti come ananas e pompelmo bruciano i grassi? Oggi poi è impossibile su internet non imbattersi in catene di solidarietà, foto e video che sembrano testimoniare notizie scioccanti e incredibili, allarmi di vario genere e richieste d'aiuto. Distinguere ciò che è vero dalle "bufale" è sempre più difficile e l'impatto sull'opinione pubblica è grande. Tanto che sono proliferati gruppi e siti che, come quello del *Cicap*, tentano di mettere ordine in questa babilonia mediatica. Tra i più attivi c'è il gruppo *Bufale su Facebook: non cascateci!* gestito, tra gli altri, dalla blogger e insegnante **Caterina Policaro**. «Spesso non si legge il contenuto delle notizie e non si cerca nemmeno una verifica, si condivide ogni cosa capiti a tiro, pensando sia utile alla collettività: manca la grammatica di base. È da anni che spieghiamo bufale e leggende, le pagine e i gruppi creati per raccogliere consenso (e dati personali), le applicazioni che ingannano l'utente – sottolinea Policaro –. Portiamo avanti una "cultura digitale", insegnando a leggere, approfondire e a confrontarsi, senza dare mai niente per scontato. La rete è un grande strumento, sta a noi imparare ad usarlo». ■

# La mia Africa

**L'esperienza di una donna medico in Burkina Faso per conto dell'associazione MK onlus. E il suo sogno di tornare e restare a lungo là dove tanti bambini malati hanno bisogno di lei.**

**M**edico specialista in nefrologia, 52 anni, triestina Marinella Pettener ha trascorso un mese in Burkina Faso per conto della *MK onlus* ([www.mkonlus.org](http://www.mkonlus.org)), associazione dei *Lions* italiani contro le *malattie killer* dei bambini, che opera nel Paese grazie ad una convenzione con lo Stato africano finalizzata ad interventi umanitari, in particolare per giovani e bambini.

**Come nasce la partecipazione a questo progetto?**

«Da un sogno che, come medico, coltivavo da sempre. Grazie ai *Lions* ho potuto fare quest'esperienza che è andata oltre ogni aspettativa».

**Cosa ha trovato laggiù?**

«Un Paese poverissimo, senza risorse, dalle condizioni igieniche indicibili eppure con un sistema sanitario capillare, fatto di dispensari disseminati ovunque: i più semplici dotati solo di un ambulatorio 24h/24h, i più articolati con la farmacia, la maternità e una o più sale di degenza per l'osservazione. Strutture dove lavorano esclusivamente infermieri perché i medici sono rarissimi e lavorano soprattutto nella capitale. Ci sono poi i *Cren*, centri per l'assistenza ai bambini malnutriti».

**Che tipo d'attività ha svolto?**

«I primi 15 giorni sono stata a Zinarie, cittadina a 50 km dalla capitale, ospite di un orfanotrofio di suore burkinabé dove ho visitato i bambini, lavorato al dispensario e al *Cren*. Poi mi sono spostata a Sabou, nel centro medico privato dei frati francescani: qui, grazie anche all'ottima qualità della struttura, ho fatto l'esperienza professionale più formativa».

**Quali sono state le cose peggiori e migliori di questo mese africano?**

«Le più toccanti la morte di 3 bambini: 2 neonati e 1 bambino di 8 anni deceduto per un "banale" attacco d'asma a 40 km da un ospedale dove potevano salvarlo. La più bella: la gratitudine della gente e la collana che mi ha regalato un ambulante quando ha saputo cos'ero andata a fare nel suo Paese».

**Un sogno nel cassetto?**

«Tornare per un periodo più lungo e magari vedere nascere un nuovo ambulatorio a Toécé, paesino poverissimo dove contiamo insieme all'Associazione italo-burkinabé di realizzare presto una struttura con i fondi dei *Lions*». ■



**Attrice, nota al grande pubblico della Tv per Centovetrine, La squadra, Carabinieri, giornalista, ex ballerina, ora autrice di un libro che svela senza censure la rabbia, lo sconforto, ma anche le gioie di ogni piccola conquista per chi è costretta su una sedia a rotelle. Antonella Ferrari "Più forte del destino".**

# Forza **vitale**

## ■ Maria Antonietta Schiavina

«**L**a sclerosi multipla ha condizionato la mia esistenza sotto tutti i punti di vista, compresi quelli più personali, ma nonostante le difficoltà oggettive, l'ignoranza diffusa e gli egoismi malcelati, la buona notizia è che "si può fare": convivere dignitosamente con la malattia è possibile". A scriverlo nel bellissimo libro *Più forte del destino - Tra camici e paillettes la mia lotta alla sclerosi multipla*, uscito ad aprile per Mondadori, è **Antonella Ferrari**, madrina nazionale Aism (Associazione Italiana Sclerosi Multipla), nonché attrice del piccolo schermo: si è fatta conoscere e apprezzare dal grande pubblico con *Centovetrine*, *La squadra* e *Carabinieri* e presto la vedremo accanto a Micaela Ramazzotti nella fiction *Un matrimonio* diretta da Pupi Avati. Milanese. Classe 1970, un sorriso che disarmava, ma pronta subito a reagire con grinta se qualcuno tenta di commiserarla, la Ferrari cura con successo anche una seguitissima



**Antonella Ferrari**

rubrica di lettere sul settimanale *Chi*, offerta dal direttore Alfonso Signorini «in un momento molto brutto della mia vita, in cui il telefono non suonava più ed ero reclusa in casa perché l'ascensore troppo stretto per la mia carrozzina mi impediva di uscire». Il libro di Antonella – parte del ricavato andrà all'Aism – svela senza censure i momenti di sconforto, la rabbia, le frustrazioni ma anche le grandi gioie di ogni piccola conquista per trovare posto in un mondo dove il disabile spesso, oltre che con le barriere architettoniche deve combattere con quelle umane.

Lei ha reagito laddove altri si lasciano trasportare dalla malattia isolandosi. Ma cosa le è pesato e le pesa di più in questa sua lotta?

«Il falso buonismo. Non sopporto gli estremi: la carezza pietosa o lo sguardo indispettito e imbarazzato verso l'handicap... Il mio – e sono fortunata – non è un livello di disabilità che imbarazza, però noto ugualmente che ci sono persone prevenute, per le quali avere a che fare con un disabile significa avvicinarsi a una parte di vita che non vogliono vedere. Sono quelle che preferisco non frequentare».

Scegliendo invece chi la riconosce solo come Antonella.

«Certo. E sto facendo di tutto, nonostante la Tv mi identifichi ancora con l'handicap, per tirare fuori l'attrice e la giornalista, invece che la mia cartella clinica».

Anche perché, per diventare attrice, ha fatto una lunga gavetta. Com'è andata?

«Dopo aver appeso al chiodo le scarpette da ballo, e dopo il primo momento di sconforto, ho pensato che per fare l'attrice non era necessario correre. Così mi sono messa a studiare seriamente recitazione. E oggi mi sento una donna preparata, che può permettersi di proporsi per un provino, e che non vuole elemosina o pregiudizi da nessuno, ma solo guadagnarsi ogni successo».

Nel libro afferma chiaramente tutto questo descrivendo i suoi problemi quotidiani, ma anche il suo non sempre facile impegno per affrontarli.

«Racconto le mie due lotte: quella per arrivare alla diagnosi, lunga e dolorosissima. E poi la lotta per tentare di lavorare, in un mondo dove l'apparire è alla base di tutto e dove un'attrice che non ha le gambe lunghe 2 metri, che non è rifatta ma è semplicemente brava, viene messa da parte perché cammina con un paio di stampelle colorate o in carrozzina».

Oggi lei è una donna serena?

«Sì. Pur sapendo che devo affrontare ogni giorno piccoli e grandi ostacoli: da quello di portare a spasso il mio adorato cane Grisù alla fatica di fare la spesa nei supermercati o a quella di muovermi con più difficoltà e con tempi più lunghi. Ma nonostante tutto ho una giornata piena, tanto che sia mia madre che i medici mi dicono spesso: “Antonella fermati un po’, ricordati che devi anche curarti!”. E sia chiaro, non sono un fenomeno come molti malati di sclerosi multipla credono, perché anche io mi stanco subito, anch’io a volte ho forti dolori e giorni difficili... Però non smetto di vivere e sognare perché, come scrivo nella prefazione del mio libro: “Il sogno è alla base di ogni cosa, a me ha permesso di rialzarmi ogni volta che il dolore mi ha costretta a terra. Credere nei miei desideri mi ha permesso di avere uno scopo sempre vivo, che impedisse alla disperazione di prendere il sopravvento, e vederli realizzati mi ha assicurato la felicità, sebbene con un paio di stampelle al seguito”». ■



“Anch’io volevo fare la ballerina. Come migliaia di bambine di tutto il mondo. E, come in molte famiglie del mondo, anche nella mia c’era chi avrebbe preferito che mi dedicassi ad attività più “salutari” tipo nuoto e pallavolo. La mia passione per la danza era secondo i miei genitori

poco più che un capriccio e, ogni volta che chiedevo di iscrivermi a qualche scuola, la risposta era vaga oppure tranciava di netto le mie speranze adducendo il pretesto della leggera scoliosi di cui soffrivo. Io però provavo un amore vero per tutù, balletti e scarpine, che non si può comprendere senza alzare il sipario sulla mia educazione e su di me bimba”. Questo è l’incipit del libro di Antonella Ferrari che, come lei stessa scrive nella prefazione: “Non vuole essere una lezione di vita e non desidera neppure diventare l’elogio della disabilità. Sempre nella prefazione Antonella aggiunge: “Noi non siamo martiri né rifiuti umani, né fenomeni da baraccone o macchine per soldi e consenso. Siamo attori, giornalisti, avvocati, impiegati e politici e il nostro punto di vista deve essere considerato una ricchezza per ciascuno degli ambiti in cui viviamo e lavoriamo, non un’anomalia”.

triplavù di Luca Carlucci

## Di dominio pubblico

Per libri, musica, film si parla spesso della rete come veicolo di pirateria e di violazioni dei diritti d’autore. Si parla molto meno, invece, del virtuoso fenomeno opposto: la rete come formidabile mezzo di distribuzione libero e gratuito di quell’enorme massa d’opere d’ingegno che il passare del tempo ha reso di pubblico dominio ovvero non più coperte dal diritto d’autore. A dire il vero i primi progetti tesi a raccogliere copie elettroniche delle opere di pubblico dominio – inizialmente perlopiù libri – per renderle liberamente accessibili a tutti precedono di molto l’invenzione di internet, ma va da sé che la rete ha permesso loro di fare un enorme salto di qualità in termini di distribuzione delle opere e di accessibilità da parte del pubblico. L’apripista è stato senza dubbio *Project Gutenberg* ([www.gutenberg.org](http://www.gutenberg.org)), fondato da Michael Hart nel 1971. Oggi *Project Gutenberg*, tramite il sito, offre la possibilità di scaricare decine di migliaia di *ebook*, la grandissima maggioranza dei quali in lingua inglese.

Esiste, però, un progetto analogo interamente italiano che rende disponibili opere nella nostra lingua. Si chiama *Liber Liber* ([www.liberliber.it](http://www.liberliber.it)), nato ufficialmente nel 1994, è gestito dall’omonima *Onlus* e funziona grazie al lavoro di volontari e al supporto di alcuni sponsor.

*Liber Liber* si articola in diverse sezioni. La prima e più importante si chiama *Progetto Manunzio* – dal nome dello stampatore veneziano del Quattrocento Aldo Manunzio, universalmente considerato uno dei padri dell’editoria moderna – ed è dedicata ai libri elettronici. Si tratta di migliaia di titoli – perlopiù classici e libri antichi – scaricabili in diversi formati (pdf, txt, rtf). Ultimamente è iniziata l’opera di conversione dell’intero catalogo anche nel più moderno formato *ePub*, ben più adatto alla lettura dei file tramite *ebook reader* tipo *Kindle* e similari.

Un’altra bellissima sezione è quella dedicata alla musica – quasi tutta classica – che contiene registrazioni storiche di opere di un centinaio di autori. Ogni file audio è scaricabile in formato mp3, ed è accompagnato da un’esauritiva scheda di presentazione della registrazione: data d’incisione, autore del brano, titolo dell’opera, nomi degli esecutori, degli interpreti, del direttore d’orchestra e così via. ■

## L’amore non ha confini

Maximiliano Ulivieri è un blogger e web designer che per anni, sul suo blog *Occhio dell’anima* ([www.occhio-dellanima.it](http://www.occhio-dellanima.it)), ha parlato in modo naturale e senza infingimenti della sua esperienza con la disabilità (Max è affetto da distrofia muscolare) in tutti i suoi aspetti, anche in quelli più intimi come l’amore e il sesso, suscitando molta partecipazione e aggregando intorno al blog una community di persone interessate a questi temi.

Da tutto ciò è da poco nato *Loveability.it* ([www.loveability.it](http://www.loveability.it)), un vivace e colorato portale interamente dedicato all’affettività e alla sessualità dei disabili. Uno spazio per storie, consigli, scambi e discussioni, senza dimenticare la sezione di *dating* per chi è in cerca di partner e anime gemelle.



# No birra no party

**Pieno di vitalità, fuori dagli schemi, concitato nella successione degli eventi a loro modo eccezionali. E alla fine si balla a ritmo sfrenato e si brinda con la birra Heineken.**

Il nuovo spot della birra *Heineken*, intitolato "The date" (l'appuntamento) ha slogan finale "Open your world" e in effetti tende a suggerire l'idea di un'esplosione di vitalità, che rompe gli schemi e tutto avviene di corsa, calibrato com'è per il pubblico giovanile a cui si indirizza. Come altri spot della stessa marca è quasi un piccolo cortometraggio, in cui un protagonista (impersonato dall'attore emergente Guillaume Dolmans) compie un percorso dove avvengono vari micro eventi a loro modo eccezionali, per concludersi con la scena finale in cui lui e la sua bella accompagnatrice (Samantha Rex) finalmente brindano con due bottiglie della birra reclamizzata. L'appuntamento di cui parla il titolo è una festa di sapore orientale, popolata di strani e coloriti personaggi, con i quali il protagonista interagisce. Ma non lo fa come lo farebbe un comune invitato. Tanto per cominciare entra, insieme alla sua accompagnatrice, non dall'ingresso principale del locale, ma da una stradina buia, lucida solo per i riflessi che rimanda l'asfalto bagnato per la recente pioggia, attraverso una porta che immette direttamente nelle cucine. L'eroe della storia è protagonista in tutti i sensi. Tutti sembrano conoscerlo e lo festeggiano al suo arrivo. E con molti di loro ingaggia, sempre di corsa, una sorta di gara. Sono delle prove difficili che deve su-

perare. Ma non otterrà il premio che alla fine. Particolare importante è, infatti, che dopo ogni prova l'eroe tenta di prendere dal vassoio di un cameriere che passa una bottiglia di *Heineken*, ma questi, per ben due volte, glielo impedisce. La prima prova è nella cucina stessa, in cui si mette in gara con i cuochi e, al ritmo sfrenato di una musica degli anni Sessanta (Il celebre brano *Jaan Pehechaan Ho*, cantato dalla star di Bollywood Mohammed Rafi nel film indiano *Gumnaam* e per l'occasione reinterpretato dall'artista inglese Paul Kissaun) fa saltare un pesce direttamente nel piatto della farina. Ma non è sufficiente per avere la *Heineken*. La seconda prova è una gara di prestigio. Uno strano personaggio, lo sfidante di turno, fa apparire con gesto enfatico un coniglio tra le proprie mani. Il nostro eroe non si scompone e a sua volta estrae dalla propria bocca una bottiglia di *Heineken*. Tuttavia nemmeno questo è sufficiente per brindare con la sua bella. La terza prova è un combattimento con un dragone (di carta) che viene prontamente atterrato. A questo punto i due giovani possono finalmente lanciarsi in una danza sfrenata e ottenere le agognate bottiglie di birra. Ambientazione freak, ritmo e energia: ecco la cifra complessiva dello spot, che viene colta anche se non venisse percepita la struttura narrativa in cui si articola. ■



teleobiettivo di Beatrice Ramazzotti

## Il Tg delle donne

Nel radicato e inarrestabile maschilismo della Tv italiana c'è un'isola felice in cui le pari opportunità sono sane e reali. È l'isola dei Tg. Dal giorno in cui il piccolo schermo incorniciò la posa plastica di Lilli Gruber e la seriosa sensualità di Carmen Lasorella le redazioni dei notiziari si sono animate di ottime giornaliste che, alle doti professionali, legano tratti distintivi che le rendono uniche, come il sorriso di Cesara Buonamici, le len-

tigini di Cristina Parodi, l'anima noir della Maria Cuffaro, la dolcezza di Maria Concetta Mattei, l'aria ribelle di Maria Luisa Busi o la capigliatura di Giovanna Botteri. Le donne si sa sono tutte diverse e infatti il range giornalistico femminile è ampio. Ne è un esempio il Tg toscano di Rai3 dove si passa dalla vamp in volant di raso nero, alla rassicurante vicina della porta accanto fino all'amica modaiola ed estroversa. Per i toscani quest'ultima è una vera e propria icona, tanto che una rock band fiorentina ha scelto di chiamarsi come lei. Cercare per credere.



# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



## ACQUA VILLAGE

1 ingresso adulto  
Acqua Village



**900**  
punti

**SPENDI**

Buono valido per il ritiro gratuito di 1 biglietto di ingresso adulto individuale ai Parchi acquatici Acqua Village per la stagione 2012 o 2013. I bambini max 3 anni entrano gratis.

Offerta valida per la stagione 2012 o 2013

**stagione 2012:**

9 giugno - 9 settembre 2012.

**stagione 2013:**

8 giugno - 8 settembre 2013.

## Acqua Village, il villaggio acquatico del divertimento compie 20 anni!

Ti aspettano a Cecina e a Follonica i 2 parchi acquatici a tema, dove puoi respirare un'aria di vacanza come in un vero e proprio villaggio tropicale, divertendoti e rilassandoti da solo, con gli amici o con la famiglia.

Centinaia i metri di scivoli! Il nuovo **superscivolo 'Intrigo'**, con gommoni per discese mozzafiato da soli o con la famiglia, l'altezza dei Kamikaze, le paraboliche degli Anaconda, le "colline" dei Surfing Hills e lo scivolo al buio della Treccia Twister ti porteranno, da 15 metri di altezza, in una galassia di spruzzi e freschezza. Per un mare di piacere l'idromassaggio della Paradise Island e della Laguna relax e le piscine onde con più di 1.500 m3 di acqua e onde da capogiro.

Per i più piccoli a Cecina li aspetta la 'Tropical Island' con scivoli e atmosfere caraibiche con una palafitta di legno e il 'Tropical tree' con 2 scivoli divertentissimi sotto l'albero del divertimento!

Le novità non finiscono mai all'Acqua Village! A Follonica la nuova piscina bimbi sarà attrezzata con un playground con scivoli e giochi dentro l'acqua e tutto intorno i nuovi ombrelloni 'africani' e a Cecina tutti gli scivoli saranno tematizzati tropicali, il nuovo

ingresso a tema ti farà vivere il relax come in un'isola lontana, ma sempre vicino a casa tua!

Divertimento a tutto campo poi con il beach volley, il balilla umano, il calcio saponato, la sala giochi, i tappeti elastici, la Fun Island a Cecina e la Beach Arena di Follonica con i suoi tornei di beach soccer. Quest'anno troverai rinnovati gli ambienti dei ristoranti self-service con fast-food e pizzeria, la nuova frullateria e la frutteria con insalate di frutta fresca e lo snack bar con la gelateria e il photo village per le fantastiche foto ricordo.

Lo staff animazione con attività e giochi per tutti, il personale specializzato, gli assistenti bagnanti brevettati e la nostra simpatica mascotte Trico e altre sorprese ancora da scoprire aspettano solo te! Acqua Village, il villaggio del divertimento. Stai con noi, divertiti e ti aspettiamo per festeggiare il ventennale!

**Acqua Village Cecina (LI)**  
Via Tevere, 25  
Tel. Fax 0586 622539

**Acqua Village Follonica (GR)**  
Via Sanzio, Zona Capannino  
Tel. Fax 0566 263735

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

DALL'1 AL 15 GIUGNO.

MASSIMO 10 conf. PER OGNI CARTA



**CONIGLIO METÀ FATTORIE NATURA**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **30%** alla cassa

per i non soci € 7,60

al kg € **5,32**



PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **40%**

**CILEGIE**

2 kg

SOTTOZERO



MASSIMO 6 conf. PER OGNI CARTA

**MOLI ALLOGEL ONDA SU ONDA**

500 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

€ **3,49**

al kg € 6,98

SCELTO DAI SOCI

SOTTOZERO



MASSIMO 6 pezzi PER OGNI CARTA TRA I VARI GUSTI

**GELATO SIVIERO MARIA**

gusti assortiti - 500 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **40%**

per i non soci € 3,99

€ **2,39**

al kg € 4,78

MASSIMO 5 conf. PER OGNI CARTA



**PASTA DI SEMOLA DI GRAGNANO FIOR FIORE COOP**

confezione speciale formati assortiti - 5 kg

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **40%**

per i non soci € 8,99

€ **5,39**

al kg € 1,08

MASSIMO 6 pezzi PER OGNI CARTA



**FILETTI DI TONNO IN OLIO DI OLIVA CONSORCIO**

425 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **50%**

per i non soci € 13,39

€ **6,69**

al kg € 15,74

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



**BOXER MARE KAPPA**

colori assortiti

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

€ **13,90**

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA

**ACQUISTA I TUOI PNEUMATICI nel rispetto dell'ambiente**



Aria pulita Energy™ efficient Elevato chilometraggio

**PNEUMATICI PIRELLI** assortiti

sconto **20%**

UN ESEMPIO Mod. P7 205/55 R16 91V

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **20%**

per i non soci € 95,00

€ **76,00**

+ € 3,38 CAD. (PER OGNI PNEUMATICO) RELATIVO AL CONTRIBUTO AMBIENTALE ECO PNEUS

# A MISURA DI SOCIO.

ni prodotti in offerta speciale.  
OCI UNICOOP TIRRENO.

**ipercoop** DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

**DAL 16 AL 30 GIUGNO.**



MASSIMO  
10 conf.  
PER OGNI CARTA

PER I SOCI UNICOOP TIRRENO  
sconto **30%**  
alla cassa  
**BOVINO ADULTO  
MACINATO  
PER SVIZZERE  
CONFEZIONE FAMIGLIA**  
al kg



MASSIMO  
10 conf.  
PER OGNI CARTA

PER I SOCI UNICOOP TIRRENO  
sconto **40%**  
**ALBICOCCHIE  
PELLICHIELLA**  
2 kg



MASSIMO  
6 conf.  
PER OGNI CARTA

**MOZZARELLA FRESCA  
FIORDILATTE VALLELATA  
GALBANI**  
200 g x 4

sconto **35%**  
**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 7,80  
**€ 5,07**  
al kg € 6,34



MASSIMO  
6 pezzi  
PER OGNI CARTA

**MORTADELLA  
GRANDI SAPORI  
TOSCANI BECHELLI**  
1,5 kg

sconto **40%**  
**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**  
per i non soci € 9,95  
**€ 5,97**  
al kg € 3,98



MASSIMO  
4 conf.  
PER OGNI CARTA

**COCA COLA**  
1,5 litri x 4

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**  
**€ 3,89**  
al litro € 0,65



MASSIMO  
2 conf.  
PER OGNI CARTA  
TRA I DUE TIPI

**DIXAN LAVATRICE**  
classico/lavanda  
liquido - 76 lavaggi  
2,508 litri x 2

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**  
**€ 10,90**  
al litro € 2,17



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

**INFRADITO  
UOMO/DONNA  
HAVAIANAS**  
Mod. BRASIL  
colori assortiti

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**  
**€ 13,90**

- Potenza forno 1300 W/grill 700 W
- 7 funzioni di cottura: forno ventilato, tradizionale, grill, girarrosto, scongelamento, resistenza inferiore per cotture delicate
- Rivestimento interno antiaderente
- Timer 120 minuti con spegnimento automatico e segnale acustico
- Termostato da 80° a 240°
- Accessori: leccarda, griglia, girarrosto con manico

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



**FORNO ELETTRICO  
VENTILATO DE LONGHI**  
Mod. EO20791

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**  
**€ 84,90**

**20 LITRI**  
**VENTILATO**  
**CUOCE FINO  
A 2 PIZZE  
DI Ø 30 CM**

socio**coop**

Unicoop Tirreno

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

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

## DALL'1 AL 30 GIUGNO.

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

**coop incoop ipercoop**

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

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



MASSIMO  
**10**  
pezzi  
PER OGNI CARTA

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **0,78**  
+ 50 punti

oppure  
€ **1,78**

**FARRO PERLATO**  
1 kg



**PIGIAMA UOMO/DONNA  
POMPA**  
modelli e colori assortiti

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **7,00**  
+ 300 punti

oppure  
€ **13,00**

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



**SEDIA DA SPIAGGIA  
IN ALLUMINIO**

4 posizioni - con braccioli  
cuscino poggiatesta imbottito

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **11,50**  
+ 400 punti

oppure  
€ **19,50**

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

MASSIMO  
**4**  
conf.  
PER OGNI CARTA



PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **4,50**  
+ 100 punti

oppure  
€ **6,50**  
al litro € 1,64

**BIRRA BECK'S**  
33 cl x 12



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

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **6,90**  
+ 300 punti

oppure  
€ **12,90**

**GUANCIALE SET 2 PEZZI**  
ortopedico sostegno differenziato/  
antiacaro ultrafresh ipoallergenico

**DUAL SIM**



**CELLULARE  
SAMSUNG**

Mod. S5222 III DUAL SIM

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **69,90**  
+ 500 punti

oppure  
€ **79,90**

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

- Rete GPRS Quadriband
- Display 3" a 262 mila colori
- Connettività: USB 2.0, Bluetooth 3.0, Wi-Fi
- Memoria interna 150 MB espandibile con MicroSD
- Fotocamera 3,2 Megapixel
- Multimedialità: MP3, MP4, Radio FM
- Messaggistica: SMS, MMS, Email

INOLTRE  
SE PORTI IL TUO NUMERO IN COOPVOCE

**40€**

DI BONUS DI TRAFFICO TELEFONICO NAZIONALE

**SET COMPLETO LETTO  
LE COSE 100% COTONE**

MATRIMONIALE - 8 pezzi  
COMPOSTO DA:  
2 lenzuoli con angoli  
180 x 200 cm  
+ 2 lenzuoli piani  
240 x 280 cm  
+ 4 federe

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **25,00**  
+ 500 punti

oppure  
€ **35,00**



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

1 PIAZZA e 1/2 - 6 pezzi  
COMPOSTO DA:  
2 lenzuoli con angoli  
125 x 200 cm  
+ 2 lenzuoli piani  
180 x 280 cm + 2 federe

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **20,00**  
+ 500 punti

oppure  
€ **30,00**

SINGOLO - 6 pezzi  
COMPOSTO DA:  
2 lenzuoli con angoli  
90 x 195 cm  
+ 2 lenzuoli piani  
160 x 280 cm + 2 federe

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

€ **15,00**  
+ 500 punti

oppure  
€ **25,00**

# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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

sociocoop

Unicoop Tirreno



CAVALLINO MATTO

1 ingresso adulto  
Cavallino Matto



**900**  
punti

SPENDI

## Il Cavallino Matto è il Parco Divertimenti della Toscana.

Si trova in un contesto scenografico di grande bellezza naturale immerso nella secolare pineta di Marina di Castagneto Carducci.

Il parco vanta numerose e importanti attrazioni a tema, collocate all'interno di un'area di 70.000 mq dalla quale svettano le montagne russe Project One, lo YuKatan e la Shocking Tower, la torre di cinquanta metri dalle adrenaliniche sensazioni dalla quale si può ammirare la splendida Costa Tirrenica.

All'interno si trovano anche attrazioni acquatiche e grandi strutture per gli spettacoli come l'Arena Show, il Cinema in 4D Movie Stars Theatre e il Grande Pala Verde che può ospitare fino a seicento persone, oltre a molti servizi, a partire dai due snackbar, la pizzeria, il ristorante, il self-service, l'area pic-nic e un fornitissimo bazar che offre gadget di ogni tipo. Il parco è dotato inoltre, di un'importante area didattica rivolta alle scuole: il Green Park Experience.

A cinquanta metri dall'ingresso del parco, infine, si trova una grande zona parcheggio per autobus e auto.

Oltre trenta attrazioni per tutte le età, spettacoli,  
divertimento....

**Cavallino Matto**

57022 Marina di Castagneto Carducci (LI) Via Po, 1  
Tel. 0565.745720 - Fax 0565.746770

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

[amministrazione@cavallinomatto.it](mailto:amministrazione@cavallinomatto.it)

Mobile 335-348747

# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



HYDROMANIA

Ingresso Hydromania



**1.300**  
punti

SPENDI

**Buono valido per il ritiro gratuito di 1 biglietto ingresso individuale. Scadenza voucher: 30/06/2013 Ingresso gratuito: per i bambini al di sotto dei 100 cm**

**Contatti:**

Vicolo del Casale Lumbroso, 200  
00166 - Roma  
Tel. 06.66.183.183  
[Info@hydromania.it](mailto:Info@hydromania.it)  
[www.hydromania.it](http://www.hydromania.it)

Hydromania è tra i più grandi e attrezzati Parchi Acquatici Italiani. Con i suoi 90.000 metri quadrati immersi nel verde, è il luogo ideale per vivere giornate indimenticabili all'insegna del divertimento, dello sport e del relax.

**E' situato alle porte di Roma e facilmente raggiungibile sia con mezzi pubblici che privati.**

All'interno troverete acquascivoli da brivido per i più coraggiosi, molteplici piscine per tutti i gusti, acquascivoli per i bambini ed un Miniclub attrezzato a disposizione dei clienti. **Divertimento assicurato anche dallo staff di animazione che organizza tutti i giorni eventi per tutte le età, coinvolgendo grandi e piccini, per un'estate ricca di sorprese e divertimento.** Hydromania, inoltre, propone un ottimo servizio di ristorazione grazie ad un ristorante self-service e quattro punti bar, ben distribuiti all'interno del Parco, che riusciranno sicuramente a soddisfare ogni vostro desiderio.

È inoltre disponibile una vasta area per lo shopping con diversi e interessanti punti vendita, per tutte le esigenze.

# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



## ZOOMARINE

Ingresso Zoomarine



**1.900**  
punti

**SPENDI**

**Buono valido per il ritiro gratuito di 1 biglietto ingresso individuale. Scadenza voucher: 30/06/2013 Ingresso gratuito: per i bambini al di sotto dei 100 cm**

**Contatti:**

Via Zara snc

00040 - Torvaianica (RM)

Tel: 06.91.534.001

[accoglienza@zoomarine.it](mailto:accoglienza@zoomarine.it)

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

Situato a meno di 30 chilometri da Roma, con i suoi 40 ettari di verde, acqua e attrazioni e 700.000 visitatori lo scorso anno, Zoomarine si conferma come uno dei più importanti parchi di divertimento d'Europa.

L'amore per il mare è protagonista nel Parco che ospita uno spettacolo di delfini giudicato tra i tre migliori al mondo, show con leoni marini e foche, uccelli tropicali, rapaci e tuffatori, un Acquapark da 5.000 posti, un Cinema 4D, giostre e montagne russe.

Il 2011 ha presentato vari prodotti: il Roller Coaster Squalotto; la Zoomarine Beach, una spiaggia tropicale di sabbia; L'Era dei Dinosauri, uno spettacolare percorso interattivo all'interno di una foresta preistorica popolata da dinosauri animatronics in movimento a grandezza naturale; e la grande esperienza di "Emozione Delfini", un programma di interazione guidata, la più intima opportunità per conoscere da vicino, sotto l'attenta supervisione di biologi e addestratori, questi splendidi protagonisti dell'acqua.

L'accoglienza all'ospite è completata dal ristorante Amazonia, 11 punti ristoro/snack, 7 negozi, servizi per bambini, un parcheggio da 5.000 auto e bus navette da e per Roma. Zoomarine offre un pacchetto Hotel + Parco\*\*\*\* a soli €39 a persona. Info su [www.zoomarine.it](http://www.zoomarine.it).

La stagione 2012 aprirà il 31 marzo e il parco si prepara a una nuova grande avventura all'insegna del divertimento e di eventi inattesi. Tra le novità, il Galeone dei Tuffatori avrà una particolare struttura scenica, in tema con la nuova attrazione della stagione: La Laguna dei pirati, una distesa d'acqua dove ci si fronteggerà in avventurose battaglie a tutto splash.

**Benvenuti a Zoomarine, una vacanza in un giorno.**



# ASSEMBLEE DEI SOCI COOP



Unicoop Tirreno

## ORDINE DEL GIORNO:

- 1) APPROVAZIONE DEL BILANCIO CHIUSO AL 31.12.2011 E DELIBERAZIONI RELATIVE.
- 2) RINNOVO CARICHE SOCIALI 2012-2015.
- 3) DETERMINAZIONE DELLE CONDIZIONI ECONOMICHE APPLICATE AGLI AMMINISTRATORI E SINDACI PER IL TRIENNIO 2012-2015.
- 4) APPROVAZIONE DELLE PROPOSTE DI MODIFICA AL REGOLAMENTO PRESTITO DA SOCI.

Alle assemblee hanno diritto di voto i soci iscritti nel libro soci da almeno 3 mesi. Il programma è riferito alla 2a convocazione. Ogni assemblea separata elegge il proprio delegato per l'assemblea generale. Il bilancio consuntivo è a disposizione dei soci Unicoop Tirreno in copia integrale per consultazione presso gli uffici amministrativi dei punti vendita.



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

1 bottiglia di olio extravergine Coop mediterraneo (mezzo litro)

1 lattina di polpa di pomodoro Viviverde Coop



## MANIFESTA LE TUE IDEE

Partecipa anche tu all'Assemblea della tua Sezione Soci

