

## LA MEGLIO ITALIA

Quella del volontariato.  
Milioni di italiani, tanti i giovani.

### In cattiva compagnia

■ Come si specula sul prezzo del carburante

### Angolo cultura

■ Chi lo dice che con "la cultura non si mangia"?

### Fior di pelle

■ Prevenzione e cure antimacchia

### Caldo umido

■ Guida all'acquisto di condizionatori e deumidificatori

### Alla modà

■ Intervista ai Modà



postatarget  
basic  
Postatiffano  
NAZ/228/20/08

# Collezione d'acciaio

in cucina

DAL 21 FEBBRAIO  
RICEVI 1 BOLLINO C

INIZIATIVA VALIDA NEI PUNTI V

Ottima qualità e design a prezzi accessibili per i professionisti, per gli appassionati di cucina e per le famiglie!

**Le pentole** della collezione Moon sono in acciaio inossidabile (18/10), igieniche e facili da pulire! Adatte per tutti i fornelli, anche quelli a induzione.

- Fondo a 3 strati.
- Bordo speciale: versi senza sgocciolare.
- Coperchio in acciaio inossidabile 18/10.
- Manici solidi e resistenti.
- Lo scola pasta, diventa vaporiera per le casseruole da 24 cm.

|   |  |   |  |  |   |
|---|--|---|--|--|---|
| Casseruola<br>2 manici 24 cm<br>+ coperchio<br><b>65 bollini</b><br>+ 19,90 € | Casseruola<br>1 manico 16 cm<br>+ coperchio<br><b>55 bollini</b><br>+ 9,90 € | Casseruola<br>2 manici 20 cm<br>+ coperchio<br><b>65 bollini</b><br>+ 14,90 € | Scola pasta/Vaporiera<br>20/24 cm<br>in vendita a <del>39,90 €</del> <b>-30%</b> € 27,93<br>€ 17,93 + 500 punti per i soci | Padella 24 cm<br><b>55 bollini</b><br>+ 9,90 € | Tegame 28 cm<br>+ coperchio<br><b>75 bollini</b><br>+ 24,90 € |
|---|--|---|--|--|---|



**B**  
Le collezioni  
BergHOFF sono  
disponibili nei  
migliori negozi lista  
nozze e articoli  
regalo in Italia.

## Mestolo

in vendita a ~~17,70 €~~ **-30%** € 12,40

per i soci € 6,40 + 300 punti

**BergHOFF®**  
**MOON**



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

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

### Un premio anche per loro...

Unicoop Tirreno sostiene insieme al Movimento Shalom in Togo la costruzione di una Scuola di formazione alla cooperazione che dovrà divenire punto di riferimento per tutta l'Africa Occidentale. Anche l'iniziativa "Collezione d'acciaio in cucina" sarà occasione per contribuire a questo sostegno, infatti per ogni premio ritirato Unicoop Tirreno devolverà un contributo.

### Regolamento

Dal 21 febbraio al 9 luglio 2013, facendo la spesa nei punti vendita Unicoop Tirreno e Ipercoop Tirreno aderenti all'operazione a premi "Collezione d'acciaio in cucina", riceverai **1 bollino ogni 15 € di spesa** (per spesa si intende il totale dello scontrino, al netto di sconti promozionali e sconto fedeltà) effettuata in un unico scontrino. Attacca i bollini sulla scheda, raggiunto il punteggio corrispondente al premio desiderato, ritiralo negli Ipermercati, Supermercati, negozi InCoop di Unicoop Tirreno e di Ipercoop Tirreno consegnando la presente scheda compilata, entro e **non oltre il 23 luglio 2013**.

### Ogni scheda vale per il ritiro di un unico premio.

I prodotti esclusi dalla presente promozione sono: ricariche telefoniche satellitari, digitale terrestre, corner ottico, corner salute, edicola, libri, alimenti per lattanti, pagamento delle bollette e commissioni. Sono inoltre escluse tutte le categorie merceologiche che la vigente normativa prevede non possano essere oggetto di operazioni a premi.

Regolamento completo disponibile sul punto vendita e sul sito [www.unicooptirreno-e-coop.it](http://www.unicooptirreno-e-coop.it)



# Collezione d'acciaio in cucina

AL 9 LUGLIO 2013  
OGNI 15 € DI SPESA

VENDITA DI UNICOOP TIRRENO

I coltelli BERGHOFF sono realizzati con lame in acciaio inossidabile, forgiati e affilati a mano, come nella migliore delle tradizioni artigianali, per una maggiore durata. L'impugnatura è sicura e comoda grazie al manico ergonomico con contrappeso in metallo.

Coltello Spelucchino 8,5 cm  
**15 bollini + 1,90 €**

Piccolo e leggero con lama tagliente. Ideale per sbucciare frutta e verdura.



Coltello Cucina 12,5 cm  
**15 bollini + 1,90 €**

Coltello multiuso, versatile, di medie dimensioni, è l'ideale per sbucciare e fare altri piccoli lavori.



Coltello per il pane 20 cm  
**15 bollini + 2,90 €**

Ideale per tagliare i cibi croccanti all'esterno e morbidi all'interno.



Coltello per affettati 20 cm  
**15 bollini + 2,90 €**

La lama lunga e affilata è perfetta per affettare sottili pezzi di carne.



Coltello Chef 20 cm  
**15 bollini + 3,90 €**

Il coltello più utilizzato in cucina!  
La punta ricurva verso l'alto consente di far oscillare la lama per tritare facilmente su un tagliere.



Coltello Santoku 18 cm  
**15 bollini + 3,90 €**

Coltello dalla lama larga in stile asiatico, che ben si adatta ai 3 tipi di alimenti: carne, pesce e verdure.



Trincia-pollo 20 cm  
**15 bollini + 3,90 €**

Progettato specificamente per tagliare il pollo e altri alimenti duri.



**Il posto migliore  
per sistemare i coltelli!**



in vendita a  
14,90 € **-30%** € 10,50  
€ 5,50 + 250 punti per i soci

*Il ceppo di legno è sicuro e  
igienico, aiuta a preservare la  
lama dei coltelli.*

L'opzione con i punti è valida solo per i soci Unicoop Tirreno.

## Concorso

### "A lezione dagli Chef!"



BOSCOLO ETOILE  
ACADEMY

**Scegli BergHOFF e partecipa al concorso.**

**n palio 5 week end per due persone, per vivere una magnifica esperienza culinaria presso la Boscolo Etoile Academy.**

Il weekend comprende n.1 notte in Accademia in camera doppia con prima colazione, un corso per 2 persone della durata di una giornata, un pranzo di degustazione per 2 persone, materiale didattico, attestato di fine corso, una cena per 2 persone con lo Chef nel nuovo teatro dell'eccellenza.

Consulta il volantino presso il punto vendita per maggiori informazioni.



Montepremi complessivo del concorso pari a 2.000.00€

**coop**

Unicoop Tirreno



SCONTI RISERVATI  
AI SOCI  
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno



# VIAGGIA INSIEME A NOI CON MSC CROCIERE NEL 2013

## a) MSC FANTASIA 7 NOTTI - Partenza da Bari

5 e 19 Agosto interna Euro 925,00 - esterna Euro 1055,00 - balcony Euro 1185,00 a persona  
2 Settembre interna Euro 640,00 - esterna Euro 770,00 - balcony Euro 900,00 a persona

## b) MSC DIVINA 7 NOTTI - Partenza da Bari

28 Luglio interna Euro 900,00 - esterna Euro 1030,00 - balcony Euro 1160,00 a persona  
4 e 18 Agosto interna Euro 975,00 - esterna Euro 1105,00 - balcony Euro 1235,00 a persona

## c) MSC PREZIOSA 7 NOTTI - Partenza da Genova

28 Luglio interna Euro 900,00 - esterna Euro 1030,00 - balcony Euro 1160,00 a persona  
4 e 18 Agosto interna Euro 975,00 - esterna Euro 1105,00 - balcony Euro 1235,00 a persona  
25 Agosto interna Euro 795,00 - esterna Euro 925,00 - balcony Euro 1055,00 a persona  
1 Settembre interna Euro 640,00 - esterna Euro 770,00 - balcony Euro 900,00 a persona

## d) MSC PREZIOSA 7 NOTTI - Partenza da Napoli

29 Luglio interna Euro 900,00 - esterna Euro 1030,00 - balcony Euro 1160,00 a persona  
5 e 19 Agosto interna Euro 975,00 - esterna Euro 1105,00 - balcony Euro 1235,00 a persona



## DISPONIBILITÀ LIMITATE DI POSTI

Assicurazione medico bagaglio e annullamento Euro 24,00 p.p. - Tasse portuali Euro 120,00 p.p.

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



in collaborazione con



## ARRIVA L'ESTATE CON NOI

### SERENUSA VILLAGE - BLUSERENA - Località Licata Marina (AG) - SICILIA

**SOGGIORNO 7 NOTTI (dom-dom)** 14 LUGLIO Euro **542,00**  
21 LUGLIO Euro **542,00**  
28 LUGLIO Euro **577,00**

Per adulto in doppia e con trattamento di pensione completa + bevande ai pasti

Bambino 3°/4°/5° letto 0-3 anni **GRATIS** - Bambino 3° letto 3-12 anni **GRATIS**

Riduzione del **50%** bambino 4°/5° letto 3-12 anni - Riduzione del **20%** adulto 3°/4°/5° letto  
**TESSERA CLUB INCLUSA**

Quota d'iscrizione adulto: adulto euro 20,00/bambino 2-12 anni euro 10,00

### UN MARE DI MINICROCIERE PER I SOCI COOP a persona incluso pasto a bordo e bevande

1/6, 2/6, 15/6, 16/6, 23/6, 6/7, 11/7, 20/7, 21/7, 27/7, TUTTE LE DOMENICHE D'AGOSTO  
GIGLIO E GIANNUTRI Euro **37**

29/6, 30/6 ELBA CON SOSTA A PORTOAZZURRO Euro **37**

20/6, 22/6, 13/7, 14/7 GIGLIO CON PERIPLO DELL'ISOLA Euro **37**

9/6, 7/7 CAPRAIA Euro **57**

12/7, 28/7 ELBA CON PORTOAZZURRO E PORTOFERRAIO Euro **50**

Partenza da Castiglione della Pescaia. Le partenze da Talamone, Porto Santo Stefano e Piombino saranno confermate con un numero minimo di 50 soci richiedenti

OFFERTE PROMOZIONALI  
PER LA CATENA  
BLU SERENA

### ESTATE IN TURCHIA

#### Antalya

partenza da Roma, Bergamo e  
Bologna, 7 notti in hotel Crowne  
plaza 5\* in mezza pensione  
prezzo a persona a partire da  
Euro **735,00** comprese tasse,  
assicurazione e trasferimenti  
ad Antalya

### ESTATE IN TURCHIA

#### Bodrum

partenza da Roma, Bergamo e  
Bologna, 7 notti in hotel Azka 4\*  
in mezza pensione  
prezzo a persona a partire da  
Euro **680,00** comprese tasse,  
assicurazione e trasferimenti  
a Bodrum

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





**COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI**

## Innovazione e Qualità



“Borgo di Castelfalfi”  
Montaione

**Edilizia  
Civile**



**Restauro e  
Ristrutturazione**



**Realizzazioni  
Commerciali**



**Turistico  
Ricettivo**



**Infrastrutture e  
Urbanizzazioni**



**Edilizia  
Industriale**



## Saper interpretare il territorio

“Tenuta di Poggio all’Agnello”  
Populonia - 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)**



# Straniero in patria

**Diritto di essere italiani per i bambini stranieri nati nel nostro Paese. Ma sull'ius soli il dibattito è acceso.**

**P**artiamo da un dato: la legislazione italiana in materia di immigrazione e cittadinanza è particolarmente arretrata. Un bambino straniero nato sul suolo italico, infatti, può diventare cittadino italiano solo a 18 anni, a condizione che abbia risieduto ininterrottamente nel nostro Paese e che entro un anno manifesti l'intenzione di voler acquisire la cittadinanza. Lo *ius soli* proposto dalla ministra Cécile Kyenge, se saggiamente temperato, potrebbe correggere una legislazione estremamente severa e restrittiva in materia d'acquisizione della cittadinanza italiana da parte di chi in Italia nasce, va scuola, parla perfettamente la nostra lingua, talvolta perfino il dialetto, e del paese d'origine ha sentito parlare forse solo dai genitori.

In Europa esistono diverse declinazioni dello *ius soli*, a cominciare dalla Germania dove diventa cittadino tedesco qualsiasi bambino nato da un genitore che abbia almeno otto anni di residenza legale. Anche Belgio, Lussemburgo, Svezia, Finlandia,

Irlanda e Portogallo hanno modificato le proprie leggi sulla cittadinanza più o meno temperandole con lo *ius soli*. Non si capisce perché in Italia, dove il fenomeno dell'immigrazione non è certo più imponente che altrove, parlare di *ius soli* produca tutto il baccano a cui stiamo assistendo da settimane, con annessi insulti razzisti alla prima ministra nera della Re-

pubblica che ha avuto solo la "colpa" di porre all'attenzione della politica deliberante, cioè al Governo di cui fa parte, un tema di civiltà sul quale più volte è intervenuto anche il presidente Napolitano parlando della necessità di modificare la legge sulla cittadinanza. Una riforma alla quale sembra resistere più la politica che l'opinione pubblica se è vero che, stando ai sondaggi, tre cittadini su quattro sono tranquillamente favorevoli al riconoscimento dei diritti di cittadinanza ai figli degli immigrati nati in Italia.

D'altra parte sui banchi di scuola e nelle famiglie si mescolano i colori di più generazioni multiculturali che i bambini, a differenza forse di qualche genitore, vivono con gioiosa normalità. Non è che la politica non si sia mai posta il problema di correggere una legislazione quantomai assurdamente restrittiva. Al momento stazionano in Parlamento diverse proposte di legge tra cui una d'iniziativa popolare lanciata nell'ambito della campagna *L'Italia sono anch'io* che prevede la concessione della cittadinanza a "chi è nato nel territorio della Repubblica da genitori stranieri di cui almeno uno sia legalmente soggiornante in Italia da almeno un anno" oppure "da genitori stranieri di cui almeno uno sia nato in Italia". Un anno è poco? Se ne discuta, ma togliamo una buona volta di mezzo questa anacronistica barriera alla piena acquisizione giuridica dello *status* di cittadino italiano a chi lo è effettivamente nella realtà di tutti i giorni dal momento in cui viene alla luce in un qualunque angolo della penisola. Non sarebbe un bene solo per gli stranieri nati in Italia, ma anche per questo nostro Paese stanco e vecchio. ■



# PRENDITI IL TUO SPAZIO

PER LA TUA  
PUBBLICITÀ  
NEI NOSTRI CENTRI  
COMMERCIALI  
CONTATTACI

## VIGNALE COMUNICAZIONI

Spazi pubblicitari ed espositivi.

Responsabile Commerciale: +39 335 5223267

Responsabile Area Centro Nord: +39 338 7382944

Responsabile Area Centro Sud: +39 338 7382948

Sede centrale

**+39 0565 24111**

Fax +39 0565 24213

S.S. AURELIA KM 237

57025 PIOMBINO (LI) fraz. Riotorto

[vignale.comunicazioni@unicooptirreno.coop.it](mailto:vignale.comunicazioni@unicooptirreno.coop.it)



VIGNALE COMUNICAZIONI Srl



Unicoop Tirreno





# nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOP TIRRENO

**Direttore responsabile**

Aldo Bassoni

**In redazione**

Rita Nannelli  
Cristina Vaiani

**Hanno collaborato a questo numero**

Silvia Agostini  
Barbara Autuori  
Francesca Baldereschi  
Alessandra Bartali  
Barbara Bernardini  
Salvatore Calleri  
Luca Carlucci  
Claudia Ciriello  
Tito Cortese  
Eleonora Cozzella  
Jacopo Formaioni  
Stefano Generali  
Maria Carla Giugliano  
Silvia Inghirami  
Giovanni Manetti  
Enrico Mannari  
Simona Marchini  
Massimiliano Matteoni  
Roberto Minniti  
Massimo Montanari  
Giorgio Nebbia  
Susanna Orlando  
Patrice Poinsette  
Paola Ramagli  
Beatrice Ramazzotti  
Luca Rossi  
Maria Antonietta Schiavina  
Anna Somenzi  
Barbara Sordini  
Miriam Spalato  
Claudio Strano  
Mario Tozzi  
Ersilia Troiano

**227**  
giugno 2013

**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: 254.456 copie  
Chiuso in tipografia il 17/5/2013



**Font utilizzate**

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

## sommario

**7** Il punto

*Aldo Bassoni*

**Straniero in patria**

**contatti**

**10** Fermo posta

**11** Coop risponde

**12** Chi protegge il cittadino

**12** Previdenza

**13** Benestare

**firme**

**14** Salvatore Calleri  
**Di pessimo gusto**

**15** Maria Carla Giugliano  
**Api d'accusa**

**16** Tito Cortese  
**Media mente**

**17** Giorgio Nebbia  
**Fosforescente**

**18** Mario Tozzi  
**Mi oppongo!**

**19** Massimo Montanari  
**Il grande freddo**

**67** Simona Marchini  
**Filosofia di vita**

**76** Giovanni Manetti  
**Basta un poco di zucchero**

**attualità**

**20** La notizia  
*Claudio Strano*

**In cattiva compagnia**

**23** Primo piano  
*Aldo Bassoni*

**La meglio Italia**

**43** Inchiesta  
*Rita Nannelli*  
**Angolo cultura**

**soci**

**29** **A buon fine**

**30** **Gestione positiva**

**31** **Assemblee separate**

**34** **Cose turche**

**36** **In commissione**

**37** **Porta portale**

**39** Servizi ai soci

**77** Convenienza

**salute**

**48** **Usufrutta**

*Ersilia Troiano*

**49** Faccende domestiche

**50** **Fior di pelle**

*Barbara Bernardini*

**51** Sani & salvi

**prodotti**

**52** **Quel mazzolin di fiori**

*Anna Somenzi*

**54** **Caldo umido**

*Roberto Minniti*

**57** Eco sistema

**58** **Tutto fumo**

*Silvia Inghirami*

**59** **L'ultima albicocca**

*Francesca Baldereschi*

**60** **Luna piena**

*Eleonora Cozzella*

**62** **Menu economico**

*Paola Ramagli*

**enneci**

**68** **Fatti di costume**

*Rita Nannelli*

**69** Tempi moderni

**70** **Esami**

**di riparazione**

*Alessandra Bartali*

**71** Le vite degli altri

**72** **Meta... morfosì**

*Barbara Autuori*

**73** Scienza infusa

**74** **Alla modà**

*Maria Antonietta Schiavina*

**75** Triplavù

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

# Sotto zero

Come ogni mese ho ritirato il numero di Nuovo Consumo presso la sede di Grilli (GR) dove sono tesserata. A pag. 49 del numero di maggio, nella rubrica faccende domestiche di Ersilia Troiano dal titolo "L'era glaciale", ho trovato delle incongruenze con quanto riportato sulle confezioni, ad esempio del pesce, sulle quali spesso è scritta la regola di togliere i surgelati dal freezer un'ora prima di cucinarli. Mi viene da porre una domanda per quanto attiene al pesce: c'è differenza tra un prodotto surgelato in casa in un freezer a 4 stelle e il prodotto acquistato già surgelato per i tempi e modi di scongelamento? Chiedo inoltre che le informazioni sui prodotti, così come le scadenze, vengano scritte con caratteri evidenti e in posizione facilmente individuabile. via e-mail



Scongelare gli alimenti in frigorifero, così come le altre modalità descritte nell'articolo, garantisce il più alto livello di sicurezza igienica e nutrizionale per tutti gli alimenti. Quanto riportato in etichetta va ovviamente tenuto presente, ma solo per lo specifico prodotto alimentare, e non in senso generale, considerando tuttavia che il tempo di permanenza a temperatura ambiente e le alte temperature, per esempio d'estate, possono rappresentare un rischio per la sicurezza igienica, perché permettono la proliferazione incontrollata di eventuali microrganismi presenti. Anche se i prodotti surgelati industriali sono senza dubbio di qualità superiore rispetto a quelli congelati in casa, non vi è alcuna evidenza scientifica a supporto di indicazioni differenti per lo scongelamento casalingo.  
Ersilia Troiano  
dietista

## La truffa corre sul filo ma Nuovo Consumo è gratuito

Alcuni soci ci hanno segnalato di essere stati contattati ripetutamente da sedicenti agenzie di sondaggi che, a nome e per conto di Coop, proponevano loro di stipulare un abbonamento telefonico a *Nuovo Consumo*, tramite carta di credito, in modo da ricevere a casa la rivista insieme ad un altro non meglio specificato periodico pubblicitario. Nel ribadire che *Nuovo Consumo* viene distribuito gratuitamente ai soci presso le casse dei punti vendita e che non è in atto nessuna campagna di abbonamenti alla rivista, non vi è alcun dubbio che siamo di fronte a un tentativo di truffa messo in atto da chi, facendosi scudo del nome di Coop, spera di carpire la buona fede e la fiducia dei soci. Pertanto è superfluo dire che chiunque riceva proposte di abbonamento a *Nuovo Consumo* deve rifiutarle e, se possibile, segnalarlo tempestivamente al numero verde della Cooperativa (800861081) o alla redazione di *Nuovo Consumo* ([nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it](mailto:nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it)).

## Precisiamo che...

In merito alla rubrica *Chi protegge il cittadino* di *Nuovo Consumo* di maggio ("Autoanalisi", pagina 12) sui costi dell'*Rcauto* e sull'entrata in vigore a maggio del contratto base *Rcauto*, precisiamo che il Consiglio di Stato -

Sezione consultiva atti normativi ha sospeso il pronunciamento del parere sulla bozza di regolamento inviata dal Ministero dello

Sviluppo Economico. Su alcuni punti in particolare sono stati richiesti ulteriori chiarimenti. Si resta pertanto in attesa del testo finale del decreto per determinare come sarà regolata la materia.

**Claudia Ciriello**

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

## Il punto della situazione

**Con la tessera Unicoop Tirreno posso accumulare punti presso altre Cooperative?**



La Coop è un'unica insegna che racchiude, però, una rete di Cooperative diverse, con proprie direzioni commerciali e amministrative. Il socio Coop con la sua tessera, oltre all'accumulo dei punti, può accedere alle promozioni in corso nella sua Cooperativa di appartenenza; nelle altre può solo accumulare i punti sulla spesa.

## A fin di bene

**Qual è l'impegno di Unicoop Tirreno per abbattere lo spreco dei generi alimentari?**

La missione di Unicoop Tirreno è, da sempre, anche quella di ridurre

al minimo lo spreco dei generi alimentari. A testimonianza di quest'impegno, è attivo, tra l'altro, nella quasi totalità dei 110 punti vendita, il progetto *Buon Fine* che consente alle associazioni di volontariato di ritirare generi alimentari dai punti vendita per poi distribuirli secondo i canali di solidarietà sociale.

Il *Buon Fine* nasce dalla legge n.155 del 25 giugno 2003, ribattezzata "Legge del Buon Samaritano", in quanto disciplina la distribuzione dei prodotti alimentari a fini di solidarietà sociale. Tutti i giorni la Grande Distribuzione genera volumi di merce invenduta, prodotti alimentari ancora integri e commestibili che, per vari motivi (scadenza ravvicinata, confezione ammaccata, etichetta strappata ecc.), non possono per legge essere rimessi in vendita. Merce destinata ad essere smaltita come rifiuto che, grazie al progetto *Buon Fine*, può essere recuperata e destinata a fini sociali.

Nel 2012 le *onlus* che collaborano con Unicoop Tirreno nelle quattro regioni dov'è presente - Toscana, Lazio, Campania e Umbria - hanno raccolto oltre 800mila euro di prodotti, dando assistenza a migliaia di persone svantaggiate, attraverso strutture residenziali, mense, case di riposo e associazioni di volontariato per canili e gattili.

**BUON  
FINE**



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).

12

# Presi nella rete

**Ho avuto un problema col mio smartphone e vorrei un consiglio su come tutelarmi. In pratica, dopo aver scaricato la App di messaggistica mobile WhatsApp sul mio terminale e aver caricato una foto sul mio profilo, non mi è stata chiesta l'autorizzazione di divulgarla in rete. Solo dopo ho scoperto che la foto e alcune mie informazioni personali erano finite nel web senza un mio consenso esplicito. via e-mail**

La società che ha gestito i suoi dati ha operato scorrettamente senza tenere conto della normativa in materia di privacy (*Codice privacy*) che tutela i singoli consumatori. La rete è ormai diventa

l'agorà dove ci si incontra più di frequente, ma è bene non sottovalutare le insidie che in essa si nascondono. Con l'utilizzo di *smartphone* e *tablet*, *App* e *social media* siamo accessibili sempre e ovunque, con il risultato che i casi di violazione della privacy possono diventare più frequenti se non si osservano alcuni accorgimenti. È proprio in questo senso, interviene il Garante della privacy,

con un video esplicativo dei rischi derivanti dall'utilizzo inconsapevole delle applicazioni su *smartphone* e *tablet*. Il problema è emerso anche a livello europeo, tant'è che le Autorità per la privacy europee hanno adottato un parere sulle *App* evidenziandone i rischi per la protezione dei dati personali e la reputazione degli utenti. Da una parte c'è il rischio di un'informazione non corretta o poco chiara, dall'altra di misure di sicurezza insufficienti che possono mettere a rischio la privacy degli utenti. L'attivazione di servizi non richiesti, attivati appunto all'insaputa dell'interessato o un'esposizione inconsapevole dei propri dati sul web, ne sono un esempio. Cosa fare in questi casi? Per prima cosa diffidare la società coinvolta dalla diffusione non autorizzata dei propri dati personali e, in caso di mancato riscontro, fare la segnalazione al Garante della privacy. In alternativa, ci si può rivolgere all'autorità giudiziaria ordinaria, competente a decidere anche le controversie che riguardano i provvedimenti del Garante (art. 152 *Codice privacy*). Per evitare di incappare in spiacevoli situazioni è opportuno conoscere bene il *web* e i propri diritti.

## Info

[www.garanteprivacy.it](http://www.garanteprivacy.it)  
Decreto legislativo n. 196/2003 e successive modifiche

## 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)

# Banca... rotta

**È vero che il fisco può pignorare la pensione che viene accreditata direttamente presso la banca?**

Non è vero. Anche se nelle settimane scorse si era diffusa la voce che *Equitalia* stesse procedendo al pignoramento dei conti correnti di chi non paga le tasse, chiunque esso sia, pensionati inclusi. L'allarme nasceva dalla legge "Salva

Italia" che obbliga i pensionati che riscuotono più di mille euro al mese di accreditare la pensione in banca. Attraverso questa via, dunque, si pensava che *Equitalia* potesse scavalcare la legge sul pignoramento della pensione che stabilisce che non si può pignorare più di un decimo dell'assegno e comunque va fatto salvo al pensionato l'importo equivalente al trattamento minimo di pensione.

Comunque *Equitalia* ha chiarito che

# Esperienza **sensibile**

**Vorrei sapere se esiste un'intolleranza al glutine che non sia la celiachia.**

**E**siste e si chiama sensibilità al glutine. L'intolleranza al glutine vera e propria, da un punto di vista scientifico, rimane il morbo celiaco, ma a questo, negli ultimissimi anni, si è affiancata la cosiddetta *gluten sensitivity*, che ha un meccanismo biologico sicuramente diverso dalla celiachia, ma ancora nei fatti sconosciuto. Chi è celiaco non può assolutamente assumere glutine, perché anche una frazione imponderabile e invisibile a occhio nudo è capace di provocare danni alla mucosa intestinale, mentre chi è affetto da sensibilità al glutine, comincia ad avvertire dei sintomi solo quando l'assunzione di glutine supera una certa soglia, che però varia da persona a persona. I sintomi riferiti riguardano mal di testa, nausea, irritazione intestinale, dolori muscolari e stanchezza. L'incidenza di questa patologia è stata stimata intorno al 6-7 per cento della popolazione, ben più alta rispetto alla celiachia, che si aggira intorno all'1 per cento. Non esiste ancora un test diagnostico specifico per la *gluten sensitivity*, e per avere una diagnosi occorre prima escludere che non si tratti di celiachia e anche di allergia al glutine (purtroppo le proteine del glutine sono pure degli allergeni formidabili). Dopo aver scartato queste due possibilità si può testare se con una dieta priva di glutine, i sintomi sopra indicati scompaiono, in tal caso si può fare una diagnosi



\* Biologo nutrizionista

di sensibilità al glutine. Ma perché il glutine è fonte di tanti problemi? In fondo si tratta di una proteina vegetale che l'uomo ha mangiato per almeno 8mila anni, da quando i popoli della mezzaluna fertile iniziarono a coltivare frumento e orzo. Ma il punto è che a partire dalla fine della seconda guerra mondiale il miglioramento genetico delle varietà di grano ha puntato a creare *cultivar* il cui contenuto in glutine sia molto elevato, per andare incontro alle esigenze dell'industria di trasformazione. Infatti una farina più ricca di glutine è più facilmente lavorabile con minore impiego di energia (aumentando quindi i ricavi economici). Il nostro corredo genetico, e quindi enzimatico, non è stato in grado di adattarsi in così poco tempo a queste alte quantità di glutine. Di qui tutti i problemi.

## In vino veritas

**È vero che il resveratrolo contenuto nel vino rosso può aiutare a prevenire l'infarto?**

**I**l resveratrolo è un polifenolo antiossidante e tra le numerose attività dimostrate sulle cavie animali c'è anche quella contro i radicali liberi e la prevenzione verso l'ossidazione del colesterolo *Ldl*. Per assumerne una quantità minimamente efficace, occorrerebbe bere almeno 4 litri di vino rosso al giorno. Non posso garantire che questo ci proteggebbe contro l'infarto, ma la cirrosi epatica sarebbe sicura.

non verranno pignorati i conti correnti in banca o alle poste, dove vengono versati i soldi di stipendi e pensioni. E ha detto che la procedura di pignoramento va attivata sempre e comunque sui datori di lavoro e gli enti pensionistici e solo se nel caso in cui il reddito o la pensione in questione superino i 5mila euro. Mentre le azioni di pignoramento diretto sul conto corrente, ha chiarito *Equitalia*, saranno attivabili solo dopo che sia stato effettuato il pignoramento presso il datore di lavoro

o l'ente pensionistico e che, in ragione delle trattenute accreditate, il reddito da stipendio o da pensione risulti pari o superiore a 5mila euro mensili. Per le procedure di pignoramento presso il datore di lavoro o l'ente pensionistico si procede dunque secondo le tradizionali regole stabilite per legge: e cioè può essere pignorato un decimo dello stipendio sotto i 2.500 euro mensili di reddito, un settimo tra 2.500 e 5mila euro, un quinto sopra questa soglia.

ora legale di Salvatore Calleri



# Di pessimo gusto

*Truffe, macelli clandestini, controlli dei mercati e dei loro prezzi, gestione di terreni contaminati da rifiuti tossici. L'agro-mafia minaccia la buona tavola e il gusto italiano.*

Il cibo è importante. Mangiare bene per un italiano è più di una buona abitudine, è uno stile di vita anche quando si è poveri e c'è la crisi. L'italiano con la propria semplicità è sempre attento nel cucinare, anzi spesso adora farlo. Un sacco di volte mi è capitato di essere ospitato durante i miei viaggi a casa di persone, ricche o povere, la cura era la stessa, con una abituale propensione alla buona e sana cucina semplice. Alla povertà si è sempre supplito con la fantasia alimentare degli italiani. Eppure oggi tale abitudine della cucina sana è messa a rischio dalle organizzazioni criminali di tipo mafioso e non solo. Il nostro gusto è a rischio. In modo strisciante e subdolo siamo arrivati a un punto che non si sa spesso cosa si cucina. Lo scandalo della carne di cavallo, finita in percentuale in determinate tipologie di prodotti che non la prevedevano, ne è un esempio. Il biologico contraf-

fatto ne è un altro. Per non parlare dei prodotti provenienti dai terreni contaminati dai rifiuti tossici. Dietro tutto questo si nascondono spesso le forme di agro-mafia con le loro truffe, con i macelli clandestini e con il controllo dei mercati e dei loro prezzi. La crisi aumenta la degenerazione del sistema d'alimentazione in quanto con meno soldi a disposizione si rischia di buttarsi ad acquistare il cibo che definisco *new low cost*, proveniente da chissà dove e che puzza di frode lontano un miglio. A questa situazione il consumatore deve reagire consultando i consigli delle organizzazioni di categoria dei produttori italiani e del mondo cooperativo e imprenditoriale che sulla buona tavola ci hanno sempre creduto facendone una missione e che da tempo stanno lanciando allarmi simili a quello lanciato in questo articolo. Il cittadino consumatore può e deve difendersi acquisendo la consapevolezza che anche in un periodo di crisi deve prestare attenzione al mangiare sano. Conoscere i fenomeni degenerativi del sistema aiuta ad evitarli. ■



# Api d'accusa

**Danni ambientali ed economici dalla scomparsa delle api, dovuta anche ad alcuni pesticidi.**

**S**tiamo perdendo le api e questo potrebbe avere conseguenze ecologiche ed economiche disastrose. La maggior parte del cibo che mangiamo – circa l'84 per cento delle 264 specie coltivate – dipende in modo significativo dall'opera delle api e degli altri insetti impollinatori. Sono molti i fattori che stanno contribuendo al loro calo complessivo: malattie e parassiti, cambiamenti climatici, pratiche agricole di stampo industriale. Ci sono, però, alcuni pesticidi – i neonicotinoidi – che sono veri e propri killer delle api. Oltre ai fenomeni d'intossicazione acuta che portano alla loro morte immediata, sono stati osservati altri molteplici effetti come perdita dell'orientamento, della memoria olfattiva, aumento delle malformazioni. La maggioranza dei Paesi comunitari – Italia esclusa – si è espressa a favore di un bando temporaneo di due anni di tre dei pesticidi killer: il *Clothianidin*, l'*Imidacloprid* e il *Thiametoxam*, prodotti di punta dei giganti dell'agro-chimica *Syngenta* e *Bayer*. Ignorando i risultati delle ricerche scientifiche sulla

tossicità dei loro pesticidi, *Syngenta* e *Bayer* hanno fatto di tutto per ostacolare il bando. Di fronte a questi tentativi di sabotaggio, *Greenpeace* non è rimasta in silenzio. Alcuni di noi, insieme agli apicoltori, hanno partecipato alle assemblee degli azionisti delle due multinazionali in Svizzera e Germania, mentre gli attivisti hanno portato il nostro messaggio fin sulla facciata dei loro palazzi. Alla fine le ragioni di apicoltori, ambientalisti e agricoltori hanno prevalso sugli interessi del settore agro-chimico. Anche se i Paesi membri non hanno raggiunto una maggioranza qualificata per mettere automaticamente in atto il bando, il segnale politico è stato così forte che la Commissione Europea si è impegnata comunque a procedere alla sua formalizzazione. Ma la strada per salvare le api e con loro l'equilibrio del nostro ecosistema è appena cominciata. Chiediamo all'Ue e ai governi nazionali di approvare adeguati piani d'azione a livello europeo per vietare tutti i pesticidi più dannosi per le api e gli altri impollinatori e aumentare i finanziamenti per ricerca, sviluppo e applicazione di pratiche agricole ecologiche. Per saperne di più: [www.salviamoleapi.org](http://www.salviamoleapi.org). ■

**Maria Carla Giugliano**  
ufficio stampa Greenpeace



ever green di Stefano Generali

## Un mare di rifiuti

Sempre più plastica abbandonata nei mari e negli oceani. Ha, infatti, raggiunto dimensioni preoccupanti la distesa di detriti galleggianti – circa 100mila tonnellate – concentrati in un'area nel centro nord dell'Oceano Pacifico. Si tratta di una zona chiamata Pacific garbage patch, individuata nel 1997 che, a causa di particolari correnti oceaniche, raccoglie e intrappola i rifiuti dispersi nell'ambiente marino, trasformandosi in una vera e propria discarica. Gli studiosi stimano che solo il 20 per cento di questi rifiuti sono causati da navi e piattaforme petrolifere, mentre per l'80 per cento provengono da terra.

## Moda da cani

Il mondo dell'alta moda internazionale da qualche tempo ha allargato i propri orizzonti, chiamando sulle passerelle più prestigiose alcuni noti creatori di accessori e abiti per cani. Non si tratta di una tendenza passeggera: lo stesso Fashion Institute of technology di New York, una struttura leader a livello mondiale nei servizi di formazione sul design di moda, ha avviato corsi specialistici in design e marketing di prodotti destinati agli animali domestici che stanno facendo il pieno d'iscrizioni.



# Media **mente**

*I mezzi di comunicazione di massa e l'appiattimento delle menti: un pericolo per le giovani generazioni.*

16

**Q**uando vedo intorno a me tanti bambini con gli occhi curiosi e arditi e adolescenti in tumultuosa e persino rabbiosa tensione di crescita, simili tra loro eppure tutti diversi l'uno dall'altro, mi chiedo se sia possibile evitare che sboccino tra breve in adulti conformisti e omologati: se sia possibile, cioè, sperare che nel giro di una generazione o due ci si ritrovi in una società d'individui meno dipendenti dai mezzi di pressione che rischiano di schiacciare gli adulti di oggi in una massa indistinta e succube, facilmente manovrabile.

Non ho una risposta per questa domanda, ma so che si dovrebbe fare il possibile per aiutare i giovanissimi a difendersi da quei mezzi di pressione a cui le generazioni precedenti hanno riconosciuto un potere smisurato di influenzare i comportamenti, il pensiero, la vita di ciascuno: e so che soltanto così si può immaginare di avere, domani, una comunità di persone capaci di autonomia di giudizio.

Capaci, per intendersi, di indignarsi per proprio conto e non per conto terzi, di commuoversi per un sentire autentico e non perché "si deve", di applaudire perché convinti di farlo e non perché tutti lo fanno. Le persone non sono peggiori o migliori di un tempo; i mezzi di comunicazione di massa sono progrediti quanto a capacità di diffusione e penetrazione dei messaggi, ma qua-

litativamente non sembrano migliorati né peggiorati, non è questo il punto: il punto di caduta si è cristallizzato nella delega che le generazioni del benessere hanno dato ai mezzi nel riconoscimento dei modelli collettivi, diciamo pure dei valori e dei disvalori. È lì che, senza che ce ne accorgessimo, si è pericolosamente abbassata per tutti e per ciascuno la soglia della capacità personale di critica, che è come dire la soglia di difesa della persona in quanto tale.

Non è, ripeto, questione di mezzi, ma questione di delega, di una nostra delega. L'opinione pubblica si è sempre formata, nel mondo moderno, "anche" sotto l'influsso dei mezzi di comunicazione di massa: prima il giornale, poi la Tv, infine il web. Ma all'ampliamento del potere dei mezzi ha corrisposto l'ampliamento della rinuncia alla responsabilità di decidere con la propria testa: fino al limite estremo che tocca la stessa capacità di decidere con la testa e dunque la qualità delle persone. Gli adulti di oggi non sembrano più in grado di trasmettere alle nuove generazioni, e alle future, quel benessere diffuso che, in termini economici, appariva ormai assicurato *sine die*. Visto che crollano tante presunte certezze, forse è il caso di dare uno scrollone proprio a quel sistema di rimbambimento generale delle menti e delle coscienze che abbiamo messo in piedi delegando alla comunicazione di massa il ruolo di scegliere i modelli al posto nostro, per tutti noi. ■

**beni di consumo** di Rita Nannelli

## Piatti **forti**

Freschi, salutari, dal sapore forte. Nella top ten dei consumi alimentari del 2013, stilata dall'Institute of Food technology di Chicago e pubblicata sulla rivista "Food Technology", ai primi posti c'è il cibo piccante, affumicato, salato, il cui consumo è quasi raddoppiato negli ultimi 3 anni, ma anche quello fresco considerato salutare da 9 persone su 10. L'80 per cento cerca la dicitura "fresco" quando fa la spesa, il 58 per cento nel menu del ristorante. Seguono nella classifica i prodotti fatti in

casa, stagionali, non congelati, da animali ruspanti, non in gabbia. Anche le vitamine sono ricercate: il 78 per cento dei consumatori a caccia soprattutto della D, C, B e omega 3. Prodotti biologici e no-ogm quelli che le mamme preferiscono mettere nel piatto dei figli. Ma si mangia sempre più da soli, bambini compresi. Tra i "piatti forti", infatti, quelli pronti monodose e sulle tavole dei ristoranti le porzioni da "un morso" sono cresciute dell'8 per cento in 3 anni. Buon piazzamento anche per le mini porzioni dolci o salate da viaggio, acquistate dal 45 per cento dei consumatori in partenza.





# Fosforescente

**Alla ricerca di giacimenti di fosforo, minerale impiegato in agricoltura, fondamentale per il futuro della vita sulla terra.**

17

Lo scrittore e divulgatore americano Isaac Asimov (1920-1992), in un articolo del 1959 scrisse che la vera “strozzatura” per il futuro della vita sulla Terra è costituita dall'esaurimento del fosforo. Il fosforo è, insieme all'ossigeno, all'idrogeno, al carbonio e all'azoto, uno degli elementi essenziali per la vita. Il fosforo presente nel terreno, per lo più sotto forma di fosfato di calcio, viene assorbito dai vegetali, i quali lo trasferiscono agli animali, i quali lo restituiscono al terreno attraverso gli escrementi e i propri corpi, alla fine della vita. Fino a quando la popolazione umana e la richiesta di alimenti sono state limitate, il fosforo del terreno è stato sufficiente per conservare buone rese in agricoltura, eventualmente integrato

con gli escrementi animali messi nel terreno. A partire dall'Ottocento si è visto che occorre fornire al terreno altro fosforo che venne ottenuto dapprima trattando con acido solforico le ossa, poi trattando dei minerali fosfatici che sono stati trovati in Marocco, in Tunisia, in Egitto, in Florida, nelle isole del Pacifico e in pochi altri posti. Purtroppo il ciclo del fosforo è un ciclo aperto; il fosforo fornito al terreno va in gran parte perduto perché gli escrementi umani e animali adesso finiscono nei fiumi e nel mare. Dove esistono dei depuratori delle acque di fogne, il fosforo finisce nei fanghi che in genere sono bruciati o sepolti in discariche. Col passare del tempo alcuni ricchi giacimenti di mine-

rali fosfatici si sono esauriti ed è stato necessario cercarne sempre di nuovi. Nel mondo vengono estratti e usati circa 250 milioni di tonnellate di minerali fosfatici ogni anno; le riserve sembrano abbastanza grandi, sufficienti per molto tempo, ma aumenta anche la richiesta, soprattutto da parte dell'agricoltura di molti paesi emergenti. Le principali riserve di minerali fosfatici si trovano in paesi politicamente instabili, in condizioni geologiche che ne fanno aumentare il costo di estrazione, il che fa aumentare il costo dei prodotti agricoli con danno soprattutto per le popolazioni più povere e più affamate. E soprattutto per il fosforo non ci sono sostituti. L'unica soluzione è intercettare il fosforo prima che finisca nel mare o vada perduto. Le “miniere del futuro” potrebbero essere gli scarichi delle fogne urbane e degli allevamenti zootecnici e i fanghi dei depuratori, trattati in modo da recuperare almeno gran parte del loro fosforo. Si avrebbe un doppio vantaggio, il recupero di fosforo per l'agricoltura e una minore pressione sulle riserve di minerali fosfatici, e si eviterebbero i danni ecologici provocati dall'immissione di escremento nell'ambiente. Il fosforo presente negli escrementi quando finisce nei fiumi, nei laghi e nel mare, diventa nutrimento per le alghe che si moltiplicano eccessivamente e sottraggono ossigeno alle acque naturali, un fenomeno noto come eutrofizzazione, dannoso per la pesca e per il turismo. C'è un bel po' di lavoro per chimici e biologi. ■



rali fosfatici si sono esauriti ed è stato necessario cercarne sempre di nuovi. Nel mondo vengono estratti e usati circa 250 milioni di tonnellate di minerali fosfatici ogni anno; le riserve sembrano abbastanza grandi, sufficienti per molto tempo, ma aumenta anche la richiesta, soprattutto da parte dell'agricoltura di molti paesi emergenti. Le principali riserve di minerali fosfatici si trovano in paesi politicamente instabili, in condizioni geologiche che ne fanno aumentare il costo di estrazione, il che fa aumentare il costo dei prodotti agricoli con danno soprattutto per le popolazioni più povere e più affamate. E soprattutto per il fosforo non ci sono sostituti. L'unica soluzione è intercettare il fosforo prima che finisca nel mare o vada perduto. Le “miniere del futuro” potrebbero essere gli scarichi delle fogne urbane e degli allevamenti zootecnici e i fanghi dei depuratori, trattati in modo da recuperare almeno gran parte del loro fosforo. Si avrebbe un doppio vantaggio, il recupero di fosforo per l'agricoltura e una minore pressione sulle riserve di minerali fosfatici, e si eviterebbero i danni ecologici provocati dall'immissione di escremento nell'ambiente. Il fosforo presente negli escrementi quando finisce nei fiumi, nei laghi e nel mare, diventa nutrimento per le alghe che si moltiplicano eccessivamente e sottraggono ossigeno alle acque naturali, un fenomeno noto come eutrofizzazione, dannoso per la pesca e per il turismo. C'è un bel po' di lavoro per chimici e biologi. ■

**chissà cosa** di Jacopo Formaioni

## Ha da **accendere?**

Inventato nel 1816 dal tedesco J.W. Döbereiner, era un grande accendino da tavolo in voga nell'alta società. Negli anni le misure diminuirono e ai primi del Novecento si diffuse maggiormente, insieme al vizio del fumo. Ma gli accendini rimasero un lusso fino agli Anni Cinquanta, mentre stava



spopolando ormai da tempo l'intramontabile Zippo, inventato da George Blaisdell: ancora oggi il suo click risulta irresistibile. Con la produzione in serie anche l'accendino divenne un bene di largo consumo, tanto che oggi il primo produttore mondiale, la Bic, dice di produrne più di 1,5 miliardi l'anno, più di 5 milioni al giorno. E l'accendino lotta anche contro il fumo: in India ha preso piede un modello che mentre si accende intona una musichetta “il fumo uccide”.



# Mi oppongo!

**Quando l'opposizione delle popolazioni locali non è giustificata: il caso della geotermia, rinnovabile e non inquinante.**

18

**D**opo aver subito per decenni l'imposizione di impianti industriali catastrofici, l'Italia non sembra più disposta a chinare il capo rispetto alle esigenze produttive in chiave locale. Al punto che sembra davvero difficile mettere in opera anche un solo impianto industriale sul nostro territorio. Negli Anni Sessanta i posti più belli delle coste italiane furono sacrificati a un progresso industriale che doveva sembrare improcrastinabile: Marghera, Francavilla, Manfredonia, Brindisi, Taranto, Ragusa-Priolo, Termini Imerese, Porto Torres, Bagnoli, Civitavecchia, Piombino, La Spezia. Un po' di raffinerie, qualche acciaieria e moltissima chimica. Oggi tutto il comparto industriale è in crisi e i lavoratori si sono ridotti di oltre il 60 per cento, ma il carico inquinante di quelle bombe chimiche è sempre lì, in attesa di essere disinnescato. Ma è possibile farlo? E con quali costi?



Una delle priorità maggiori dell'attuale ministro dell'Ambiente Orlando dovrà essere quella di recuperare quei territori dopo aver chiuso quasi tutti gli impianti. Ma i costi sono elevatissimi, tanto che a Bagnoli i giudici sospettano che ditte appaltanti, amministratori locali e, addirittura, direttori generali del Ministero, fossero coinvolti in una megatruffa che consisteva nel non fare assolutamente nulla per disinquinare, tanto l'obiettivo non sarebbe mai stato raggiunto. E i tempi? Parliamo di decenni. Varrebbe appena la pena di ricordare che a pagare

dovrebbero essere i padroni, ma spesso si trattava di impianti a partecipazione statale e, dunque, ecco che paghiamo tutti noi. Oggi sono cambiate le cose? Non ci sono più, per fortuna, pretese industriali sovradimensionate, però la conflittualità locale è aumentata e le popolazioni non sono più disposte a sopportare imposizioni sui propri territori. Molte volte hanno ragione: nuovi impianti di incenerimento dei rifiuti, per esempio, non hanno più quelle giustificazioni che potevano avere anche solo dieci anni fa. E hanno ragione nel combattere chi continua a puntare sui combustibili fossili maggiormente inquinanti e a pretendere maggiori efficienze e risparmi. Ma alcune opposizioni non si riescono a comprendere. Una di quelle meno giustificate è l'opposizione alla geotermia, gonfiata dalle polemiche sulle trivellazioni, ritenute addirittura responsabili di sismi come quello emiliano dello scorso anno. Intanto questo non è fisicamente possibile, ma come si fa a opporsi allo sfruttamento del calore del sottosuolo? Purché piova, quell'energia è rinnovabile per sempre, non ci sono emissioni inquinanti e l'impatto paesaggistico è modesto. Eppure dal Monte Amiata a Ferrara insorgono comitati contro l'energia geotermica. È davvero bizzarro che chi si è scioppato per decenni senza protestare l'inquinamento delle fonti fossili comunque declinato, e magari usa l'auto tutti i giorni, oggi si sollevi contro una forma di energia pulita e rinnovabile. Basterebbe studiare un po' per fare le distinzioni necessarie. ■

#mariotozzi

al naturale di Stefano Generali

## Tecnologia avanzata

*I rifiuti elettronici aumentano vertiginosamente con il diffondersi di telefoni cellulari, videogiochi e accessori hi-tech, ma il loro smaltimento è ancora oggi un problema. Per questo in Emilia Romagna è stato avviato un progetto sperimentale*



*di raccolta in speciali cassonetti ad alta tecnologia, che per ora coinvolge 19mila famiglie di Bologna, Ravenna, Rimini e Ferrara. L'obiettivo è quello di recuperare il maggior numero di rifiuti elettronici (composti da materie prime preziose che possono essere riutilizzate nei cicli produttivi) e di evitare l'immissione nell'ambiente di materiali pericolosi per la salute. Info sul web all'indirizzo: [www.rifiutieletronici.com](http://www.rifiutieletronici.com).*



# Il grande freddo

Numero uno nella conservazione dei cibi. Dalle antiche ghiacciaie al moderno frigorifero, breve storia del freddo.

19

Immaginate che in casa non ci sia il frigorifero. Tutto d'un colpo cambierebbero il rapporto col cibo, l'organizzazione dei pasti, il sistema dei sapori, il ritmo stesso della vita quotidiana.

Che il freddo aiuti a conservare gli alimenti non è mai stato un segreto. Fin dall'antichità gli uomini si sono ingegnati a raccogliere neve e ghiaccio nei mesi invernali (laddove era possibile farlo) e a riporli in ambienti freschi, spesso sotterranei: cantine scavate sotto casa, buche nel campo o nel giardino. Di ghiacciaie come queste ne nacquero un po' dappertutto, talvolta per usi domestici, in altri casi al servizio di intere comunità.

Al porto di Cervia, una grande ghiacciaia (tuttora esistente) serviva a conservare il pesce. A Parigi, una ghiacciaia pubblica fu costruita ancora a metà dell'Ottocento per ospitare sotto terra i depositi dei mercati cittadini.

Tuttavia, fino al XIX secolo, il modo più diffuso e sicuro di conservare il cibo restò quello di disseccarlo mediante salagione, talvolta col rinforzo dell'affumicatura. Così nacque la grande tradizione dei salumi, dei pesci e delle verdure sotto sale. Altre preparazioni utilizzavano l'aceto, l'olio, lo zucchero, sempre al fine di combattere la volatilità dei prodotti stagionali, di "fissarli" nel tempo facendoli durare il più a lungo possibile.

Poi compare il frigorifero, una macchina capace di generare artificialmente il freddo. Il primo brevetto è dell'americano John Gorrie, nel 1851. Nei decenni successivi, il tedesco Franz Windhausen la perfeziona. Il francese Charles Tellier realizza nel 1876 il primo impianto frigorifero su un piroscalo. Poi i frigoriferi sono applicati ai vagoni ferroviari, consentendo il trasporto delle carni fresche anche a grandissima distanza. I primi frigoriferi domestici appaiono negli Stati Uniti agli inizi del Novecento; in Italia si diffondono negli Anni Cinquanta-Sessanta. Col frigorifero, l'uso del freddo prende il sopravvento sulle altre tecniche di conservazione. Il vantaggio è evidente: il freddo consente di conservare freschi gli alimenti. Di non modificare il loro sapore naturale. Perciò l'invenzione del frigorifero rivoluziona il sistema alimentare, la percezione del sapore, i valori del gusto. Nel 2012 la *Royal Society* di Londra – la principale accademia scientifica britannica – ha proposto una classifica delle venti invenzioni più importanti nella storia dell'alimentazione, dal coltello alla pentola, dal forno al mulino. Le prime posizioni sono tutte prese dalle tecniche per conservare il cibo: l'antica ossessione, il primo obiettivo di sempre. Al terzo posto le scatolette. Al secondo la pastorizzazione. Il primo posto (giudizio unanime di tutti gli studiosi) spetta al frigorifero.

Ora che l'estate sta arrivando, ricordiamoci ogni tanto di ringraziare il suo inventore. ■

il buongustaio di Silvia Inghirami

## A buon mercato

Una gara gastronomica, un mercato, taverne con piatti medioevali e, come finale, il grande banchetto. L'occasione per una bella gita in terra umbra è il Mercato delle Gaite di Bevagna, uno dei borghi più belli d'Italia. Ma il buon cibo antico non è l'unico motivo che può spingere il turista in provincia di Perugia gli ultimi dieci giorni di giugno. La manifestazione ricostruisce

con attinenza storica e dovizia di particolari la vita quotidiana degli abitanti del paesino nel periodo compreso tra il 1250 e il 1350. Le antiche botteghe dei mestieri medievali riaprono i loro battenti e riprendono le attività e le strade si popolano di bevanati che in abiti d'epoca vivono la quotidianità dei loro avi mangiando,

lavorando, giocando proprio come loro. Sul fronte enogastronomico, le specialità del posto sono l'olio d'oliva, il Sagrantino docg, gli asparagi selvatici e, nella stagione, tartufo e porcini.



# In cattiva **compagnia**

**Prezzi livellati "volontariamente" dalle compagnie petrolifere a fini speculativi. A sostenerlo è ora un'indagine della Guardia di Finanza, mentre l'Antitrust denuncia cartelli e oligopoli. E nonostante il calo delle vendite, abbiamo i carburanti più cari d'Europa.**

■ **Claudio Strano**

**P**artendo da un esposto del *Codacons* basato su un'analisi dell'Università "Cattolica" di Milano, le indagini della Guardia di Finanza e della Procura di Varese, sono giunte ad accusare le sette maggiori compagnie operanti in Italia di livellare "volontariamente" al rialzo i prezzi alla pompa per speculare fuori del mercato reale. *L'Unione Petrolifera (Up)* si è affrettata a respingere gli addebiti formulati per la prima volta in Italia in termini di truffa aggravata e aggrottaggio, sottolineando che "allo stato la presunta esistenza di reati accertati è del tutto infondata". Ma tant'è. Si parla, nei documenti del *Gip* di Varese, di "rialzo e ribasso fraudolento", "manovre speculative su merci" e deliberata "truffa". «Un conto è, però, parlare di speculazione finanziaria internazionale – obietta **Pasquale De Vita**, presidente dell'*Up* – che noi stessi abbiamo denunciato più volte, un altro è collegarla al comportamento degli operatori nazionali. Il prezzo – puntualizza – lo fanno i paesi produttori che detengono l'80 per cento del petrolio mondiale».

## A caro prezzo

Difesa d'ufficio o ennesimo scaricabarile? Quel "certo" livello dei prezzi alla pompa che viene "suggerito", consente ai petrolieri di guadagnare anche in tempo di crisi, mentre i gestori hanno margini risicatissimi di guadagno e i consumatori non hanno più soldi per il pieno. L'impoverimento delle famiglie ha fatto sì che alle proteste di gestori e autotrasportatori si sommassero i mal di pancia degli automobilisti: qualcuno, forse, ha mai riflettuto sulla natura non "progressiva" dei prelievi sulla benzina, dei prezzi per i parcheggi o dei pedaggi autostradali? Una cosa è certa: contraccolpi positivi sui listini italiani non se ne vedono mai. Perché? Un recente rapporto dell'*Antitrust* «ha fatto emergere che il prezzo internazionale del carburante è molto più variabile rispetto a quello praticato in Italia», risponde **Alessandro Noce**, direttore *Energia* dell'*Autorità garante della concorrenza e del mercato*. La discesa dei prezzi di marzo e aprile non deve ingannare, perché di spazi per "tagliare" ce ne erano anche troppi. Ma tornando alle indagini dei finanziari, «hanno consentito – riferisce il *Codacons* – di accertare che la cau-



sa principale dell'aumento dei prezzi è attribuibile al ruolo rilevante dei fondi di investimento in *commodity* (materia prima come petrolio, rame, argento, oro, ndr) ed *Etf* sul petrolio (fondi indicizzati quotati in borsa, in tempo reale, come semplici azioni, ndr). I quali, influenzati da azioni speculative, da un lato hanno attratto investitori in grado di determinare un aumento del prezzo del petrolio pur restando estranei al suo mercato reale, dall'altro hanno determinato un intervento speculativo da parte delle compagnie petrolifere attraverso il ricorso a strumenti di finanza derivata». Insomma, il petrolio è uno dei beni più preziosi d'investimento e fa comodo alle stesse compagnie che hanno in pugno la filiera mantenere i prezzi al dettaglio elevati. Come per il grano e per altre *commodities*, e in barba al libero mercato, il prezzo si forma sulle piazze finanziarie, e in questo caso l'indice di riferimento internazionale è il *Platts*. Resta sempre da capire perché un litro di benzina, da noi, è più caro di 30 centesimi rispetto alla media europea.

## Farsi carico

Un mix tra eccessivo carico fiscale, inefficienza della rete distributiva, oligopolio dei petrolieri sta alla base dell'anomalia italiana. Che per di più poggia su un assetto "verticalmente integrato", come lo definisce l'*Antitrust* nel suo libro bianco, con l'83 per cento degli impianti di proprietà delle compagnie petrolifere che controllano il prodotto dalla raffinazione ai nostri serbatoi. Il carico fiscale si avvicina solo a quello olandese e di pochi altri paesi. Il livello di tassazione (accise + *Iva*) si attesta tra il 54 e il 58 per cento. Le accise sono delle imposte di produzione e vendita che si scaricano sui carburanti per fronteggiare i costi di varie emergenze più o meno comprensibili e condivisibili: dalle guerre alle missioni di pace, dai costi delle alluvioni a quelli delle manovre di Governo. Nessuno in Italia le abolisce, anche a emergenza finita. Anzi, «negli ultimi tre anni abbiamo assistito a un loro aumento esponenziale – attacca De Vita – al netto del quale oggi la benzina costerebbe 1,5 euro al litro». Ci troviamo così a pagare senza accorgercene i costi della guerra in Abissinia del 1935 (1,90 lire), della crisi di Suez del 1956 (14 lire), del disastro del Vajont del 1963

## Auto... biografia

Tutto il sistema-auto procede verso la paralisi. Lo certificano i dati sul traffico, in calo del 34% sulle strade italiane. L'Italia è preceduta solo da Portogallo (-50%) e Spagna (-38%) in questa speciale classifica modulata da *Inrix* su 32 paesi, che un lato positivo lo mostra solo per l'ambiente. L'aria, infatti, sta traendo i maggiori benefici dalle minori emissioni di CO<sub>2</sub> e dallo sviluppo di soluzioni alternative come i motori ibridi. Per il resto il declino dell'autotrazione in Italia – il paese più motorizzato al mondo dopo il Lussemburgo, con un'auto ogni 1,6 abitanti – è un altro frutto marcio della crisi, visto che c'è un nesso conclamato tra l'indice della mobilità e i problemi del lavoro e della disoccupazione di una nazione. La diminuzione dei consumi petroliferi nel primo trimestre è stata dell'8,8% rispetto allo stesso periodo del 2012, anno in cui si è registrato il 10,1% in meno di benzina e gasolio pari a 63,8 milioni di tonnellate rimaste nei depositi. D'altronde è lo stesso parco automobilistico nazionale a contrarsi: -13% di nuove immatricolazioni, sempre secondo i dati trimestrali dell'*Up*, spia evidente della spirale recessiva e della paura ad investire e a "muoversi" degli italiani. In attesa, sempre, che l'*Autorità dei Trasporti*, istituita alcuni mesi fa, operi positivamente su tutto il sistema delle comunicazioni.



(10 lire), dell'alluvione di Firenze del 1966 (altre 10 lire). Tra i balzelli più salati quelli per finanziare la guerra del Libano del 1983 (ben 205 lire), ma anche i fondi per i terremotati del Friuli del 1976 (99 lire) e dell'Irpinia dell'80 (75 lire). E se vogliamo ragionare direttamente in euro, si va dai 4 centesimi per gli immigrati in fuga dalla Libia nel 2011, ai 2 centesimi, nello stesso anno, per il decreto "Salva-Italia" di Monti o per il terremoto dell'Emilia che da provvisori sono diventati permanenti. Le Regioni inoltre possono imporre addizionali per far fronte ai propri impegni di spesa e al taglio dei trasferimenti statali. Anche al netto della componente fiscale, tuttavia, siamo costantemente oltre la media europea. *Gpl* compreso, aumentato del 18 per cento nell'ultimo anno (dati *Istat*) contro l'1-2 per cento dell'Europa. Ma c'è dell'altro, e riguarda la nostra rete distributiva, "la più inefficiente d'Europa" secondo le società di ricerca specializzate. Un'inefficienza che costa agli italiani circa 3 miliardi di euro all'anno.



## Pompe di benzina in Europa

dati 2011



**23-24mila**  
le stazioni in Italia,  
un record,  
pari al **18%**  
del totale europeo

## Quanto mi costi?

Chi non si è trovato in difficoltà nel cogliere, su un'autostrada percorsa a 130 all'ora, i prezzi dei carburanti a 3 decimali? Per far sì che queste informazioni arrivino all'utente in modo più chiaro, dal 9 aprile è entrata in vigore la prima delle misure previste dal decreto 17 gennaio 2013 in materia di pubblicizzazione dei prezzi dei carburanti: si tratta del divieto di esporre nei cartelloni stradali prezzi sotto forma di sconti incomprensibili e privi di riferimenti certi. «Nessuno stop a campagne di sconto e promozionali – precisa **Gianfrancesco Vecchio**, garante per la sorveglianza dei prezzi – ma un modo corretto di pubblicizzare le campagne evitando, per esempio, che lo sconto rispetto a un prezzo non noto o l'enfasi su uno sconto riservato a specifiche categorie di utenti o a particolari situazioni generino confusione». Dal 24 maggio, inoltre, è in vigore l'obbligo di esporre i prezzi con minore evidenza della terza cifra decimale, mentre dal 23 giugno sarà obbligatoria l'elencazione dei prezzi dall'alto verso il basso secondo l'ordine gasolio, benzina, *gpl*, metano. Se poi si possiede uno *smartphone*, c'è una semplice *App* scaricabile gratuitamente chiamata "Prezzi Benzina" con cui è possibile trovare il distributore di carburante più economico e vicino.



## In pompa magna

Si contano una pletera di piccoli impianti cosiddetti "colorati" (quasi 24mila) pari al 18 per cento del totale europeo (130mila), e al doppio quasi dei più grandi paesi in rapporto alla superficie. La maggior parte funziona in modalità servita mostrando resistenza alle nuove tecnologie. L'erogato annuo è, invece, tra i più bassi e in continua discesa: 43 milioni contro 365 milioni di metri cubi, pari all'11,5 per cento del totale europeo. I costi degli impianti così non si coprono e sui consumatori, stima la *Fondazione Cerm (Competitività Regolazione Mercati)*, la mancata razionalizzazione vale altri 4-5 centesimi di rincaro rispetto all'Europa. Il futuro, però, è cominciato. I protagonisti della nuova fase sono le pompe "no logo", dette anche "bianche", gestite da operatori indipendenti (oltre 2mila quelle censite dall'*Antirtust*), nonché i punti vendita collegati alla Grande distribuzione organizzata (*Gdo*) in progressiva crescita. Da 9 a 13 centesimi di euro al litro è quanto resta in tasca ai consumatori rispetto agli impianti colorati. «Un differenziale che si mantiene al Nord-Est costantemente superiore agli 11 centesimi – aggiunge l'*Antirtust* – con un picco di 14,8 centesimi al litro». Si parla per questo di "modello" da esportare anche in quelle aree del paese dove attualmente gli indipendenti non rappresentano uno stimolo concorrenziale. Già adesso sarebbe indispensabile una catena di fornitura slegata dalle compagnie petrolifere, da realizzare attraverso la cessione di depositi di stoccaggio a società che non operano a valle nella distribuzione dei carburanti. La *Gdo* può contribuire in modo determinante a questa razionalizzazione, come già avvenuto del resto in Francia e nel Regno Unito. Un migliaio di stazioni permetterebbero di ridurre l'attuale numero da 23mila a 13-14mila, con un risparmio per le famiglie e per l'industria italiana di almeno 2,5-3 miliardi di euro all'anno, a parità di fiscalità. Oggi siamo molto lontani da questo traguardo, ma la strada è stata aperta. Tra gli operatori potenzialmente più forti c'è Coop, che per ora gestisce solo una decina di impianti, e altri ne ha in programma nel suo piano di sviluppo. Queste le carte giocate per portare aria nuova in un settore molto delicato per le tasche degli italiani. ■



*Donne e uomini, ragazzi e pensionati... Circa un milione di italiani che spendono tempo e competenze per gli altri, che s'impegnano in prima persona. Un esercito di volontari che arriva a 3 milioni se si contano tutti coloro che in qualche modo sono toccati dall'attività di volontariato, dal donatore di sangue a chi fa un'offerta. Ma, mentre i volontari si dedicano a chi ha bisogno e nuove organizzazioni nascono pur tra mille difficoltà, le istituzioni pubbliche tagliano lo stato sociale e si distinguono per disimpegno.*

**G**iulio è appena andato in pensione e ha deciso di dedicare buona parte del tempo libero al servizio volontario presso la Pubblica Assistenza. «Perché lo faccio? Perché lo sento come un dovere morale. E poi perché mi sento meglio quando posso aiutare chi ha bisogno». Giuseppe e Franca vanno ogni settimana nella sede della Caritas a distribuire pasti e generi di prima necessità a vecchi e nuovi poveri. «È un impegno faticoso, ma gratificante, che ci mette a contatto con persone che soffrono un doppio disagio – dice Giuseppe –: non avere di che vivere e patire l'umiliazione di mettersi in fila per un piatto di minestra calda». Roberto frequenta la quinta liceo, tra poco ha gli esami di stato, ma questo non gli impedisce di continuare a prestare i suoi occhi a un'anziana signora che non è più in grado di usare i propri per coltivare l'antica passione della lettura. Anna fa parte del gruppo di volontari del progetto *Ausilio* della Coop (vedi box pag. 28) e ogni settimana porta la spesa a domicilio di anziani e persone non autosufficienti. «Portare la spesa è importante, ma altrettanto importante è il rapporto che si riesce a stabilire con queste persone, spesso sole, con le quali scambiarsi momenti di comunità nel senso che anch'io ricevo qualcosa da loro». Il volontariato, dunque, come un dare e un avere, continua Anna, «nel senso che quello che fai non è solo una cosa materiale, ma è il rapporto umano che si stabilisce con le persone».

Chi si avvicina al volontariato vuole innanzitutto rispondere al bisogno degli altri, può essere spinto anche dalle proprie convinzioni morali, oppure perché ha voglia di impegnare in maniera utile e altruista il tempo a sua disposizione. Qualcuno è spinto dalle amicizie, qualche altro dal caso, ma tutti, in un modo o nell'altro, fanno del dono di sé una propria scelta di vita.

**Con il termine volontariato si intende "quell'insieme di attività svolte per libera scelta e gratuitamente, finalizzate a obiettivi sociali e culturali in favore degli altri e/o della collettività" (Enciclopedia Treccani). L'attività di volontariato può essere svolta individualmente o all'interno di un'organizzazione strutturata.**

Una bella realtà, dunque, ma non secondo il *World Giving Index* (Wgi) del 2012 che piazza l'Italia solo al 57° posto per generosità e volontariato. Ai primi posti della classifica ci sono Australia, Irlanda, Canada e Nuova Zelanda, agli ultimi Togo, Grecia, Albania e Montenegro. Nel 2010 eravamo molto più in alto nel Wgi (al 29° posto): in due anni abbiamo perso 28 posizioni. «Il volontariato è un fenomeno complesso molto difficile da comparare da Paese a Paese – obietta Edoardo Patriarca, presidente del *Centro nazionale per il volontariato* – per la mancanza di criteri condivisi e uniformi. Il Wgi si basa su tre aspetti della solidarietà: donare soldi, donare tempo e aiutare stranieri e bisognosi. Questi sono solo una parte, importante, dei compiti del volontariato in Italia che ha una tradizione di secoli e una forza generativa

# Praticare

**Uno stile di vita, un modo d'intendere la convivenza.**

**Questo il senso del volontariato secondo Luigino Bruni, professore di economia politica alla "Bicocca" di Milano**

«**S**e togliessimo tutti i volontari l'Italia sarebbe un paese senza sapore», dice Luigino Bruni, professore di economia politica alla "Bicocca" di Milano. La sua idea di volontariato è un'idea antropologica, un'idea di esistenza, la capacità di riconoscere nelle persone un valore in sé. L'idea che la vita abbia un senso quando si è capaci di occuparsi degli altri. «Ecco perché il volontariato è una dimensione del vivere – spiega Bruni –. Non c'è il momento del volontariato e il momento della normalità. C'è invece l'idea che i beni più preziosi di questo mondo sono le persone e non le merci e i soldi». Insomma, il volontariato come stile di vita, un modo di intendere la convivenza.

**Lei parla spesso di gratuità? Che cosa intende con questa parola?**

«Intendo un luogo dell'esistenza dove tu vedi nella sua purezza un qualcosa che è presente in tutti. Il volontario vive la gratuità in senso relazionale, attraverso il dono di sé. Siccome la gratuità non è gratis, se noi dovessimo fare l'errore di dire che i volontari vivono la gratuità e tutti gli altri no, sarebbe un disastro perché significherebbe togliere la gratuità dalla vita normale, perfino dalla vita politica».

**Che differenza c'è tra gratuità e dono?**

«La gratuità è una dimensione dell'esistenza, non una donazione. Il volontario vive la gratuità in quanto è espressione di relazione autentica con l'altro. Naturalmente posso vivere la gratuità anche se sono pagato, dando tutto nelle mie ore di lavoro, donate come esistenza dentro un contratto regolato. Passione, gratuità e dono non possono che essere gratuiti, perché nel lavoro ci metto me stesso oltre la mia professionalità. In questo senso la gratuità non coincide col prezzo zero, ma col prezzo infinito perché il valore della gratuità è incommensurabile».



# la virtù

Luigino Bruni,  
professore di  
economia politica  
alla "Bicocca"  
di Milano



Però in Italia il volontariato, il donare sé e non cose e basta, non attrae più molto i giovani. Come si può educare a quest'importante virtù civica.

«Ora c'è questa proposta – che io appoggio – del volontariato obbligatorio di sei mesi per tutti i giovani che il nuovo Governo vorrebbe introdurre, sul modello della Francia. Mi sembra una buona base di partenza per far crescere le virtù civiche anche nel nostro Paese».

Ha senso quantificare economicamente il lavoro volontario?

«Ha senso per far vedere quanto valore aggiunto c'è nel volontariato, però stiamo attenti a non farlo diventare rilevante. Il valore del volontariato non si misura dal peso. Valutare il volontariato solo in base alle ore di lavoro in rapporto al Pil sarebbe come dire che il lievito vale per quanto pesa, invece che in base al principio attivo che introduce nella società. Quello che oggi dovremmo fare di più è rilanciare nella gente l'idea della gratuità come virtù civile: non una cosa che fai ogni tanto quando vai ad assistere un anziano, ma una dimensione del vivere di tutti. In

altre parole il volontariato non è il monopolio della gratuità ma è il luogo che ce lo mostra nella sua purezza, perché tutti dobbiamo vivere di gratuità, non solo i volontari».

Nel senso che tutti potremmo averne bisogno, prima o poi?

«Nel senso che va evitato l'effetto del capro espiatorio, l'idea che se prendi il capro e lo butti fuori dal villaggio espelli il male dalla comunità. In breve la gratuità non deve essere monopolio dei volontari altrimenti si finisce con il buttare via la gratuità dalla città».

■



ancora invidiabile, contribuendo in maniera determinante a gestire alcuni settori vitali per il Paese». Il confronto con i paesi anglosassoni, infatti, risente di una differenza fondamentale tra le due culture. «Nei paesi anglosassoni abbiamo a che fare con un modello culturale di tipo calvinista dove si pensa che le persone svantaggiate sono povere perché hanno fatto degli errori, non hanno lavorato – spiega **Luigino Bruni**, professore di economia politica alla Bicocca di Milano –, e c'è quest'idea di cultura della colpa grazie alla quale prevale il modello caritatevole-filantropico con le sue due radici: una è quella di dire che, anche se se lo sono meritati, però avere in mezzo alla strada gente che sporca e che puzza non conviene; e poi c'è il principio tipicamente calvinista che il ricco deve restituire qualche cosa al povero perché in questo modo elabora il senso di colpa dell'arricchimento. Nella cultura cattolica invece prevale l'idea comunitaria per cui il bisognoso non è tanto una persona pigra quanto uno sfortunato da aiutare». Come dire, il nostro è più un fare *con* che un fare *per*. Senza nulla togliere al valore della filantropia, il volontario d'Italia è uno che partecipa, uno che si impegna in prima persona.

## Giovani di cuore

Ma quante sono in Italia le persone che regalano parte del loro tempo a beneficio della collettività? L'ultimo censimento risale a 10 anni fa quando i volontari erano poco più di 800mila e le associazioni circa 21mila. L'Istat sta facendo un nuovo censimento di cui presto avremo i risultati. Se proprio vogliamo dare dei numeri, potremmo dire che sono almeno 50mila le organizzazioni di volontariato e 3 milioni coloro che, in qualche modo, sono toccati dall'attività di volontariato: dal donatore di sangue al cittadino che fa un'offerta. Ma le persone che si impegnano in prima persona come Giulio, Giuseppe, Franca, Roberto e Anna, sono circa un milione, di tutte le età e di tutti i ceti sociali.

Da una rilevazione della *Fondazione volontariato e partecipazione (Fvp)* e del *Centro nazionale per il volontariato (Cnvv)* emerge che nonostante le difficoltà che vivono i giovani in Italia, una fetta importante della popolazione giovanile continua o inizia a fare volontariato. «Su 100 soci attivi nelle organizzazioni di volontariato meno

- di 23 sono giovani – racconta **Giulio Sensi**, direttore della rivista *Volontariato Oggi* –. In proporzione alla quota di popolazione è un dato positivo. Le organizzazioni del Nord-Est sembrano avere la “maglia nera” della presenza giovanile con solo il 17 per cento di soci attivi giovani, mentre nel Centro osserviamo la quota massima della presenza giovanile del nostro campione (che è comunque inferiore al 28 per cento). Le organizzazioni di volontariato del settore ambientale e internazionale hanno le basi associative attive in proporzione più numerose».

## Ragion di stato sociale

*L'Organizzazione Internazionale del Lavoro (ILO)* ha messo a punto e distribuito un modello sulla base del quale stimare l'incidenza del volontariato sul Pil. Dal prossimo anno lo farà anche *I-stat*. Intanto abbiamo un dato approssimativo, ma indicativo, che valuta in 8 miliardi di euro (lo 0,7 per cento del Pil) l'ipotetico fatturato sociale di tutti coloro che prestano il loro tempo a qualche azione di volontariato all'esterno del proprio ambito familiare.

Purtroppo, parallelamente a quanto di positivo sta accadendo nel mondo del volontariato, nella gestione dello Stato Sociale avviene, invece, un progressivo e sempre più drastico disimpegno

**In Italia il volontariato è regolato dalla legge 266 del 1991 secondo la quale il volontariato organizzato nelle associazioni deve avere i seguenti requisiti: gratuità assoluta delle prestazioni; divieto assoluto di retribuzione degli operatori soci delle associazioni che, a loro volta, devono essere organizzate secondo principi democratici.**

da parte delle istituzioni pubbliche, sia a livello centrale che periferico. Dal 2001 al 2012 il totale degli stanziamenti per i vari Fondi è passato da 1.115 milioni a soli 193 milioni, con un taglio netto di circa l'83 per cento per cento (vedi tabella a destra), in evidente e colpevole controtendenza rispetto all'aumentare del disagio sociale e delle fasce di povertà. La conferma di questa linea si ritrova negli stanziamenti pubblici contro la povertà come, ad esempio, gli assegni sociali, i *bonus* incapienti, il fondo antiusura che, dal 2007 al 2009, stando ai dati del Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali, sono stati ridotti del 22 per cento.

D'altra parte i finanziamenti pubblici sono determinanti per chi non riesce a trovare altre fonti di finanziamento. Per esempio, nel campo della prote-

# Volontariato

**Ritratto del volontariato italiano. La parola a Edoardo Patriarca, presidente del Centro Nazionale per il volontariato.**

Edoardo Patriarca,  
presidente del  
Centro nazionale per  
il volontariato



«**D**ov'è che oggi i ragazzi incontrano i percorsi di passione per la città e la comunità in cui vivono?»

Dove è che assumono l'idea che esista un bene comune? Dove comprendono che l'impegno non è solo un fatto moralistico, ma anche un modo per stare bene?», così **Edoardo Patriarca**, presidente del *Centro nazionale per il volontariato*, individua nel mondo del volontariato più che nella scuola e nella famiglia i luoghi in cui sperimentare dedizione, disciplina, fedeltà agli impegni presi. «Sono virtù civiche che oggi possono essere testimoniate e trasmesse alle giovani generazioni da un volontariato, di qualsiasi tipo esso sia, che svolge un ruolo educativo».

**Qual è il quadro attuale del volontariato in Italia?**

«I dati ci dicono che il volontariato italiano è solido, che i giovani continuano ad occuparsi degli altri, che continuano a nascere nuove organizzazioni. Ma ci

zione civile che in Italia è più che mai utile, solo un terzo delle organizzazioni potrebbe sopravvivere senza trasferimenti pubblici. Ma anche nel sociale l'autofinanziamento non funziona al cento per cento.

Insomma, sono almeno dieci anni che lo Stato comprime gli interventi economici a sostegno della parte più disagiata della popolazione e dei settori che fanno tradizionalmente parte del cosiddetto Stato Sociale, comprese le associazioni del volontariato che, com'è ovvio, per poter sopravvivere e prestare la loro opera “gratuita”, hanno bisogno di fondi. Ed è anche per far fronte a questa latitanza dello

parlano anche di una fatica crescente a fronteggiare tutte le emergenze sociali. Segnali di sofferenza arrivano in continuazione: i ritardi nei pagamenti dei crediti nei confronti delle organizzazioni di volontariato da parte della Pubblica amministrazione, la difficoltà a trovare fondi per i rimborsi dei costi vivi dell'attività. Altri fattori, uniti a questi, contribuiscono alla sofferenza: la precarizzazione delle vite e delle condizioni di lavoro – spesso può permettersi di fare volontariato soprattutto chi ha un lavoro stabile –, il crescere dei bisogni e delle situazioni di vulnerabilità, la decrescente fiducia delle persone per i membri della propria comunità. Nonostante questo le organizzazioni continuano a nascere e anche il numero di chi fa volontariato non accenna a diminuire».

Quali sono le aree di miglioramento del nostro sistema di volontariato e quali azioni bisognerebbe adottare per promuoverne la diffusione?

«Credo che il volontariato “educativo”, e le sfide connesse, dovrebbe diventare un campo d'azione non specialistico, al di là delle associazioni che lo fanno per vocazione. Dovrebbe, invece, essere una costante presente in tutte le espressioni del volontariato come luoghi importanti in cui sperimentare dedizione, disciplina, fedeltà agli impegni presi. Gli ambiti

da presidiare sono tanti. Uno di questi è quello che riguarda il nostro patrimonio artistico che rischia di essere deturpato o abbandonato: tenere aperti luoghi che altrimenti rimarrebbero chiusi richiama la bellezza che è l'altra faccia del bene. Poi il volontariato vicino alle famiglie: ce ne sono in grossa difficoltà, con genitori che vivono l'esperienza del “sandwich”, dovendo crescere i figli e assistere i propri genitori. Possiamo immaginare strumenti di reti di volontariato in cui le famiglie riscoprono il mutuo aiuto? Non dimentichiamoci poi il tema delle povertà che è oggi assolutamente da presidiare. Un'altra frontiera importante è l'integrazione degli immigrati. Mi chiedo: chi può farsi strumento d'integrazione e cittadinanza attiva di famiglie che continueranno a giungere nei nostri paesi? È chiaro che gli enti locali non ci possono arrivare, mentre il mondo del volontariato può integrare e favorire le diversità anche tramite il volontariato etnico».

È sufficiente la legislazione attuale?

«Credo che sarebbe utile un lavoro di revisione leggera della legge 266 sul volontariato per aggiornarla ai nostri tempi. Ma serve anche rilanciare con forza una politica fiscale in grado di valorizzare in misura consistente e culturalmente decisiva la propensione al dono degli italiani». ■



## Stanzamenti statali per i fondi sociali

(valori x1.000.000)

| Fondi  | 2001         | 2002         | 2003         | 2004         | 2005       | 2006       | 2007         | 2008         | 2009         | 2010         | 2011       | 2012       |
|--|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|------------|------------|
| nazionale per le politiche sociali al netto della quota Inps | 1.071        | 1.091        | 995          | 1.032        | 557        | 825        | 1.000        | 712          | 578          | 435          | 218        | 70         |
| infanzia e adolescenza                                       | 44           | 44           | 44           | 44           | 44         | 44         | 44           | 44           | 44           | 40           | 39         | 40         |
| non autosufficienza  | -            | -            | -            | -            | -          | -          | 100          | 300          | 400          | 400          | -          | -          |
| inclusione sociale immigrati                                 | -            | -            | -            | -            | -          | -          | 50           | -            | -            | -            | -          | -          |
| politiche giovanili  | -            | -            | -            | -            | -          | 3          | 130          | 130          | 130          | 81           | 13         | 13         |
| politiche della famiglia                                     | -            | -            | -            | -            | -          | 3          | 220          | 330          | 239          | 174          | 51         | 53         |
| pari opportunità   | -            | -            | -            | -            | -          | 3          | 50           | 44           | 30           | 3            | 17         | 17         |
| <b>totale</b>  | <b>1.115</b> | <b>1.135</b> | <b>1.039</b> | <b>1.076</b> | <b>601</b> | <b>878</b> | <b>1.594</b> | <b>1.560</b> | <b>1.421</b> | <b>1.133</b> | <b>338</b> | <b>193</b> |

Fonte: Libro nero del Welfare a cura di “I diritti alzano la voce” e “Sbilanciamoci!”

# Impegno Coop

**Il volontariato in Coop. Ausilio per la spesa, un'opportunità per chi vuole donare tempo ed energie ad azioni concrete, coerenti con i valori della Cooperativa.**

28



**S**i chiama *Ausilio per la spesa*, ma non si limita a recapitare, attraverso una fitta rete di soci Coop volontari, la spesa ad anziani e persone non autosufficienti. Quello che entra nelle case di queste persone insieme alla spesa è una piccola ma preziosa dose di umanità. Le storie che raccontano i volontari di *Ausilio* parlano il linguaggio della solidarietà vissuta con passione e coinvolgimento. Per Coop questa è roba di tutti i giorni. La cooperazione stessa è nata come esperienza di volontariato. E ancora oggi sono centinaia i soci che dedicano tempo, intelligenza e creatività alle molteplici attività sociali che Coop organizza nei territori: centinaia di iniziative che, se non avessero il supporto gratuito e disinteressato dei soci, non potrebbero esistere. Dai corsi di Educazione al Con-

## Ausilio per la spesa 2012

|                           |               |
|---------------------------|---------------|
| spese totali              | <b>7.699</b>  |
| ore dedicate al progetto  | <b>14.540</b> |
| totale volontari iscritti | <b>241</b>    |
| totale utenti iscritti    | <b>323</b>    |

sumo, ad incontri e conferenze sull'ambiente, alle raccolte di generi alimentari. Per non parlare della partecipazione di tanti soci alla

vita sociale e istituzionale che sta a fondamento della Cooperativa stessa: ogni anno più di 60 assemblee, decine di riunioni, numerose Consulte delle Presidenze delle Sezioni soci. Anche questo è volontariato. «Ma *Ausilio* lo è nel senso più pieno della parola perché tocca uno dei punti deboli della nostra società», spiega **Massimo Favilli**, direttore Politiche sociali di Unicoop Tirreno. «*Ausilio per la spesa* è un'iniziativa importante – prosegue Favilli –, anche perché, oltre a dare un sostegno concreto a persone che ne hanno bisogno, riesce a fornire uno spunto per un maggior dialogo tra le associazioni di volontariato presenti in una comunità. Uno dei nuovi obiettivi che ci diamo come Cooperativa è di estendere sempre di più l'impegno nel volontariato di *Ausilio* cercando di “influenzare” nuove fasce di cittadini (ad esempio studenti e dipendenti Coop) così da determinare un ampliamento delle persone che si avvicinano al volontariato e costituire una maggiore integrazione nel “sistema” in cui *Ausilio* opera: Coop come struttura commerciale e sociale, le associazioni di volontariato, la città di riferimento». ■

► Stato, che, sia pure tra mille difficoltà, negli ultimi anni il volontariato è cresciuto notevolmente e ha consolidato i legami con una società nella quale aumentano le aree di sofferenza sociale. Più problematici invece i rapporti con la politica.

«Le associazioni sono spesso inascoltate, sottorappresentate nel panorama sociale, interpellate solo nel periodo elettorale per poi scontrarsi con una serie di “no” – dice Sensi -. I Presidenti che esprimono soddisfazione verso le politiche locali dell'ultimo anno (i dati sono del 2011) sono il 46 per cento. Anche qui c'è da fare una distinzione territoriale. I presidenti delle organizzazioni di volontariato operanti nelle regioni del Nord-Ovest e del Nord-Est mostrano livelli di soddisfazione più alti (superiori al 50 per cento), mentre di contro il tasso di fiducia per la politica locale crolla al Sud

al di sotto del 30 per cento. Tutti d'accordo, invece, nel constatare la latitanza della politica nazionale sui temi del volontariato».

Ciò nonostante la sfida continua perché, come dice Bruni, «senza il volontariato questo sarebbe un paese più povero». Ma anche al volontariato oggi è chiesto uno sforzo per innovare la sua missione, mentre la politica deve aprire le orecchie e le casse. «Dietro al servizio concreto che si dà con generosità dovrebbe esserci un'idea di comunità, una visione – osserva Patriarca -. Ma gli ambiti da presidiare sono tanti e le istituzioni pubbliche dovrebbero avere maggiore capacità di ascoltare questo nostro mondo rispetto al passato e una reale partecipazione alle decisioni che riguardano gli aspetti in cui operiamo». Sarebbe già un ottimo inizio per ristabilire quella fiducia fra volontariato e politica che è crollata negli ultimi anni. ■

# A buon fine

■ Barbara Sordini

Tutto è nato un pomeriggio. Come sempre Cecilia Canepa andava a prendere a scuola i suoi ragazzi quando è entrata per caso nel refettorio e ha assistito allo sparcchiamento: pietanze cucinate e mai toccate, interi sacchi di pane, cassette e cassette di frutta fresca... Il pensiero è andato subito a tutte quelle persone che non sempre riescono a mettere insieme un pasto al giorno; andando più a fondo, ha scoperto che non era possibile ridistribuire questo cibo perché la legge italiana non lo prevedeva. La signora Canepa non si è persa d'animo. Ha coinvolto subito la *Fondazione Banco Alimentare onlus*, scoprendo che a New York da vent'anni esiste *City Harvest*, associazione *no profit* che opera grazie a una legge sulla distribuzione del cibo avanzato dalle mense. Detto fatto, insieme a Marco Lucchini, direttore generale della *Fondazione Banco Alimentare*, parte per l'America. Al ritorno, riesce a fare approvare in Parlamento la normativa numero 155, detta *Legge del Buon Samaritano*, che regola (prima in Europa) la raccolta e la redistribuzione a chi ne ha bisogno di alimenti e cibo cotto non utilizzato nella ristorazione organizzata e nella Grande Distribuzione.

## Dieci anni dopo

Correva l'anno 2003: nell'agosto 2004, Unicoop Tirreno inizia la sperimentazione del *Buon Fine*, il progetto che oggi coinvolge 63 negozi a marchio con la sottoscrizione di 47 protocolli d'intesa con associazioni *onlus* di volontariato, individuate nei diversi territori grazie all'intermediazione delle Sezioni soci, che ritirano in molti casi con frequenza quotidiana, le merci invendibili dai negozi per distribuirle nelle proprie mense o direttamente alle famiglie indigenti. Dall'entrata in vigore della *Legge del Buon Samaritano*, il 25 giugno ricorrono i 10 anni: «La nostra Cooperativa – dice **Fabio Brai**, responsabile territoriale Area Metropolitana di Roma – ha organizzato per quella data una tavola rotonda con le tre organizzazioni nazionali che operano sul territorio romano: il *Banco Alimentare Lazio* che fa riferimento all'Iper Casilino, la *Comunità di Sant'Egidio* che opera presso il Super-

Ricorrono i dieci anni dall'entrata in vigore della legge che ha reso possibile il Buon Fine.

mercato del Laurentino, la *Caritas* che raccoglie gli alimenti all'Iper dell'Eur, all'Iper e al Super di Aprilia. L'invito è stato rivolto anche a Cecilia Canepa, la “musa ispiratrice” del disegno di legge in Italia». L'appuntamento “Buon Samaritano, una legge andata a Buon Fine”, sostenuto anche dal patrocinio della Regione Lazio, si terrà, a partire dalla mattina, presso la sala Tempio di Adriano in piazza di Pietra. «Nell'occasione – continua Brai – Unicoop Tirreno presenterà il proprio operato svolto nei diversi territori grazie al *Buon Fine*, le *onlus* con cui siamo convenzionati e un video realizzato dal Settore comunicazione di Unicoop Tirreno che racconta la giornata tipo di un'associazione di volontariato e il lavoro svolto dal negozio per preparare il cibo da distribuire ai bisognosi».

## Ben organizzati

«Nel magazzino del negozio interessato vengono organizzati degli spazi appositi per la conservazione degli alimenti – spiega **Fabio Guidi**, responsabile area Organizzazione soci di Unicoop Tirreno – e la merce consegnata alle associazioni necessita di una gestione organizzativa anche dal punto di vista contabile-fiscale. Un ruolo centrale assumono le Sezioni soci che gestiscono il rapporto tra soci-negozio-*onlus* del loro territorio. In prospettiva dovremmo riuscire ad avere una rendicontazione da parte delle associazioni, magari con incontri periodici, perché se da un lato conosciamo quanto destiniamo al *Buon Fine*, dall'altro non sappiamo il numero delle persone che ne hanno usufruito». In totale, i 63 negozi di Unicoop Tirreno coinvolti nel progetto, nel 2012 hanno destinato al *Buon Fine* un valore di 1 milione e 409.091 euro, per 109.031 kg per 394.381 pezzi.

Chi opera direttamente sul posto sono i responsabili di negozio, come **Gabriella Marrucci** del Supermercato di Follonica via Chirici che nel 2012 ha destinato al progetto un totale di valore pari a 85.474 euro per 6.046 kg di merce: «Il nostro rapporto con la *San Vincenzo de Paoli*, la *onlus* che opera sul territorio, è quotidiano – dice Marrucci –: ogni mattina vengono a ritirare la merce e in quei 4/5 giorni all'anno che rimaniamo chiusi, passano la sera prima». ■

BUON  
FINE

BU  
FI

# Gestione positiva

30

**Il Bilancio 2012 di Unicoop Tirreno: 1.184,5 milioni di vendite, 294,9 milioni di patrimonio netto e 1.165,4 milioni di raccolta del Prestito Sociale. Positiva la gestione ordinaria, ma pesano fortemente le svalutazioni delle partecipazioni in Ipercoop Tirreno e DiCo.**

■ Luca Rossi

I 2012 è stato l'anno in cui si è disvelata in pieno la crisi dei consumi compresi i consumi alimentari delle famiglie dove la contrazione ha superato il 4 per cento. «Era partita nel 2007 come crisi finanziaria – ricorda **Leonardo Caporioni**, direttore Amministrazione e Bilancio di Unicoop Tirreno – per poi toccare l'economia reale riversandosi infine sui consumi nel 2012 con una grave persistenza nel 2013».

In questo sempre più difficile contesto Unicoop Tirreno ha mantenuto fermo il suo ruolo a difesa dei soci e consumatori. «Questo è dimostrato – continua Caporioni – dall'incremento delle offerte promozionali e delle offerte riservate ai soci. Abbiamo inoltre trasferito sui prezzi al consumo gli incrementi subiti dai nostri fornitori in misura inferiore alla media di quanto risulta dalle altre Coop. Importante anche l'introduzione del nuovo modello vendite progressivamente esteso nel Lazio e a Viareggio

con effetti positivi sulle vendite». Pur in un contesto di crisi dei consumi (alimentata anche dai provvedimenti governativi d'incremento della tassazione) sui mercati finanziari si è registrato

un miglioramento degli andamenti dopo che, a fine 2011, la crisi dello *spread* determinò una consistente riduzione delle quotazioni dei titoli. «La ripresa dei mercati avvenuta nel 2012 ha consentito di recuperare tali valori e a noi di conseguire un ottimo risultato della gestione finanziaria».

Tuttavia un aggravio importante nei risultati di bilancio, ricorda Caporioni, «è determinato dalle svalutazioni

delle partecipazioni: *Ipercoop Tirreno*, che gestisce i nostri punti vendita in Campania, ha visto confermato il risultato negativo presente ormai da anni rendendo sempre più evidente la natura in buona parte strutturale dei suoi problemi. A ciò si è aggiunta la svalutazione della nostra partecipazione (pari al 16 per cento del capitale) nella società *DiCo* alla quale, insieme ad altre sei Coop, avevamo affidato la gestione dei *discount DiCo*: da alcuni anni chiudeva il bilancio con pesanti perdite che hanno reso necessaria la cessione ad altri operatori commerciali in cambio di una società di gestione di 54 supermercati presenti prevalentemente nel Lazio. Le due svalutazioni di partecipazioni (14 milioni ciascuna) hanno aggravato pertanto il risultato di bilancio della Cooperativa costituendone la causa principale della perdita di esercizio».

Per quanto riguarda il *Prestito Sociale* si è registrato il calo dei prestiti liberi e il successo del prestito vincolato che ha consentito di recuperare buona parte della raccolta.

In sintesi, quindi, è da evidenziare nella capogruppo Unicoop Tirreno il risultato positivo di 7,5 milioni della gestione ordinaria (la somma delle gestioni commerciali e immobiliari da un lato e finanziarie dall'altro). A questo si aggiungono tuttavia oneri straordinari complessivi di 24,4 milioni (comprese le svalutazioni di partecipazioni che hanno pesato negativamente per 28 milioni). Questi risultano determinanti per il risultato finale della Cooperativa che registra una perdita di 18,7 milioni. Nel 2012, inoltre, sono stati realizzati investimenti per 26 milioni di euro tra ristrutturazioni di punti vendita (Viareggio e altri) e nuove aperture (Orbetello e S. Maria Capua Vetere). ■



**Leonardo Caporioni, direttore Amministrazione e Bilancio di Unicoop Tirreno**

# Assemblee separate

## Sezioni soci Unicoop Tirreno

dal 4 al 14 giugno 2013

il 24 giugno l'Assemblea Generale dei Delegati

| n. Sezione soci               | giorno | data | ora   | città             | luogo  |
|-------------------------------|--------|------|-------|-------------------|--|
| 16 Roma Laurentino            | mar.   | 4    | 16,30 | Roma              | Centro Anziani Fonte Ostiense<br>v. E. Pea, 120 (5° ponte)                     |
| 30 Costa d'Argento            | mar.   | 4    | 16,30 | Porto S. Stefano  | Sala Gasparrini, chiesa Immacolata al Valle                                    |
| 4 Rosignano                   | mar.   | 4    | 17    | Rosignano S.      | Sala delle Conferenze - p.za del Mercato                                       |
| 18 Roma Nord                  | mer.   | 5    | 17    | Roma              | Parrocchia S. Felicità e Figli Martiri<br>v. Don Giustino Maria Russolillo, 37 |
| 22 Irpinia                    | mer.   | 5    | 16,30 | Avellino          | Centro Samantha della Porta - v. Morelli e Silvati                             |
| 2 Versilia                    | mer.   | 5    | 18    | Viareggio         | Spazio palestra c/o Super Coop - v. S. M. Goretti, 1                           |
| 5 Cecina-Donoratico           | gio.   | 6    | 17    | Donoratico        | Sala Arci - v. Mazzini, 37   |
| 26 Paglia-Vulsinia            | gio.   | 6    | 17    | Fabro Scalo       | Sala del Teatro Comunale   |
| 15 Roma Colli Aniene          | gio.   | 6    | 17    | Roma              | Sala Parrocchia Sacro Cuore - v. B. Bardanzellu                                |
| 21 Etruria                    | gio.   | 6    | 17    | Cerveteri         | Sala Bar Jolly - v. S. Maria, 36/38  |
| 12 Civitavecchia              | ven.   | 7    | 16,30 | Civitavecchia     | Sala della Compagnia Portuale - v. XXIV Maggio, 2                              |
| 23 Area Vesuviana             | ven.   | 7    | 16,30 | Quarto            | Auditorium Parrocchia del Divin Maestro<br>v. Marmolito, 17a                   |
| 10 Colline Metallifere        | ven.   | 7    | 16,30 | Massa Marittima   | Sala Consiliare - v. N. Parenti  |
| 3 Livorno                     | ven.   | 7    | 17    | Livorno           | Sala Arci La Rosa - v. Cuoco, 16   |
| 17 Persone giuridiche         | lun.   | 10   | 15    | Vignale Riotorto  | Sede Unicoop Tirreno   |
| 11 Grosseto                   | mar.   | 11   | 17    | Grosseto          | Hotel Airone - v. Senese, 35   |
| 19 Casilina                   | mar.   | 11   | 16,30 | Frosinone         | Sala Convegni Cassa Edile - p.le De Matteis                                    |
| 7 Piombino                    | mar.   | 11   | 17    | Piombino          | Teatro Metropolitan - p.za Cappelletti, 2                                      |
| 27 Agro Falisco               | mar.   | 11   | 16    | Civita Castellana | Bar Garden - loc. Pizzo Garofalo   |
| 6 San Vincenzo-Venturina      | mer.   | 12   | 17    | San Vincenzo      | Sala Cittadella delle Associazioni - v. Pertini                                |
| 9 Follonica-Castiglione d.P.  | mer.   | 12   | 16,30 | Follonica         | Sala Tirreno - v. Bicchocci, 53/a  |
| 25 Valnerina                  | mer.   | 12   | 16,30 | Amelia            | Arciragazzi Casa del Sole  |
| 24 Castelli romani            | mer.   | 12   | 16,30 | Pomezia           | Sala Hotel Enea - v. del Mare, 83  |
| 20 Pontina                    | gio.   | 13   | 17,30 | Terracina         | Aula Magna Liceo Scientifico "L. da Vinci"                                     |
| 8 Elba                        | gio.   | 13   | 16    | Portoferraio      | Sala della Provincia - v.le Manzoni, 11  |
| 13 Viterbo                    | gio.   | 13   | 16,30 | Viterbo           | Sala Conferenze della Provincia - v. Saffi                                     |
| 14 Roma Largo Agosta          | ven.   | 14   | 16,30 | Roma              | Sala Parrocchia S.S. Sacramento - l.go Agosta, 10                              |
| 28 Cimini                     | ven.   | 14   | 17    | Ronciglione       | Sala Banca di Credito Cooperativo - c.so Umberto                               |
| 1 Carrara                     | ven.   | 14   | 17    | Massa             | Sala Parrocchia San Sebastiano - l.go Matteotti                                |
| 29 Est Maremma                | ven.   | 14   | 16,30 | Sassofortino      | Centro Civico - v. Garibaldi c/o Palestra Comunale                             |
| <b>Ass. Generale Delegati</b> | lun.   | 24   | 10    | Vignale Riotorto  | Sede Unicoop Tirreno   |

### Ordine del Giorno:

1. Approvazione del bilancio chiuso al 31 dicembre 2012 e deliberazioni relative;
2. Informazioni in merito alla Società di revisione.

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.

### Omaggio ai soci partecipanti

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

- > 3 barattoli di polpa di pomodoro Coop;
- > 1 pacco di riso roma parboiled Coop.



## Roma

**1 giugno**

Sabato 1 giugno dalle ore 9,30 alle 12,30, presso la Villa De Sanctis, Casa della cultura in via Casilina 665 a Roma, ha luogo l'incontro "La scuola in salute", prevenzione dei comportamenti a rischio nei giovani, promosso dalla Sezione soci Roma largo Agosta con il patrocinio della Regione Lazio e del V Municipio del Comune di Roma. In programma le conclusioni del progetto realizzato nell'Istituto "Di Vittorio-Lattanzio", una proiezione video, una mostra fotografica e una tavola rotonda con il vice presidente di Unicoop Tirreno Sergio Costalli, il presidente del V Municipio Gianmarco Palmieri, la psichiatra e psicoterapeuta Cecilia Di Agostino, lo psichiatra e psicoterapeuta Gabriele Cavagioni dell'Università "La Sapienza" e la docente di Letteratura Italiana e Storia Annamaria Calò. È stato invitato il presidente della Regione Lazio, Nicola Zingaretti, e come moderatore Vittorio Renato Cirodano dell'associazione culturale "La scuola che verrà".

**1 e 15 giugno**

Il 1 al 15 giugno avranno luogo due giornate di lettura: la prima nel parco di Tor Tre Teste e la seconda nell'area verde in viale Alessandrino angolo via del Campo, con orario 11-19. Gli eventi sono a cura dell'Associazione "Fusolab" con la Biblioteca itinerante, in collaborazione con il centro commerciale Casilino. Prevista anche un'area di lettura per bambini.



**7 giugno**

Il 7 giugno alle ore 10,30 presso la Sala "Walter Tobagi" - Fnsi in corso Vittorio Emanuele II, 349 a Roma si tiene la giornata di presentazione, a cura dell'Associazione Stampa Romana, della II edizione del progetto "Donne Dentro e Fuori", promossa dal Liceo Artistico Statale "Enzo Rossi" - Roma 2 in collaborazione con Unicoop Tirreno e la Casa Circondariale di Rebibbia Femminile, dove l'istituto è presente con un corso di decorazione pittorica. Il progetto prevede l'attivazione di un laboratorio creativo per le detenute i cui lavori saranno poi esposti e messi in vendita il 14 e 15 giugno a cura dei Comitati soci di Roma e delle Province di Roma, Latina e Frosinone. Alla



Mimmo Calopresti

presentazione intervengono Monica Maggioni, direttore Rainews24, Sarah Varetto, direttore SkyTg24, Angiolo Marroni, garante dei diritti dei detenuti del Lazio, Alessandro Reale, fiduciario sezione staccata liceo artistico "Enzo Rossi" Rebibbia Femminile, Fabio Brai, della direzione Politiche sociali di Unicoop Tirreno, un rappresentante del CCF Rebibbia. Partecipazione straordinaria di Mimmo Calopresti, regista, attore, scrittore.

## S.M. Capua Vetere (CE)

**dal 1 giugno**

Il Comitato promotore dei soci di Santa Maria Capua Vetere (Area Vesuviana) assieme alla Croce Rossa Italiana sezione di Caserta, organizza un ciclo di incontri di formazione per intervenire in caso di incidente o di necessità di disostruzione pediatrica delle vie respiratorie. Il corso di primo soccorso si terrà dal 1 al 15 giugno, mentre il corso di disostruzione pediatrica nelle date 5 e 19 ottobre, 2 e 16 novembre, sempre alle ore 9,30. Prenotazioni presso il punto d'ascolto del Supermercato. La partecipazione ai corsi è gratuita. I corsi di svolgeranno presso i locali della Sezione soci c/o Supermercato Coop.

## Piombino (LI)

**3 giugno**

Con il patrocinio del Comune di Piombino il 3 giugno alle 21 avrà luogo presso il teatro Metropolitan "C'era una volta... e c'è ancora!" -



"Piombino le sirene e *La Proletaria*", una serata dedicata alla città di Piombino, dalla nascita della *Proletaria* ad oggi. Ingresso gratuito a offerta libera; il ricavato sarà devoluto alla *San Vincenzo de Paoli onlus*. Partecipano alla serata il *Teatro dell'Aglio*, l'*Accademia dei piccoli aglietti*, laboratorio teatrale della *UniTre* di Piombino, la classe 5<sup>a</sup> G Aziendale dell'Istituto Professionale Ceccherelli del prof. Franco Dell'Omodarme.

## Sassofortino (GR)

**3 giugno**

Il 3 giugno alle ore 17,30 presso il centro civico in via Garibaldi (c/o la palestra) a Sassofortino, la Sezione soci Est Maremma organizza un incontro informativo pubblico dal seguente tema "Alimentazione e movimento. Promozione di corrette abitudini alimentari e motorie", con la partecipazione di Massimiliano Matteoni, biologo - nutrizionista e consulente di Unicoop Tirreno. L'incontro è gratuito e aperto a tutta la cittadinanza.





Supermercati con servizio Box Office presso i quali si 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.

Spettacoli in vendita presso le biglietterie del servizio Box Office.

**Zuccherò** 26 giugno Nelson Mandela Forum, Firenze

**Goran Bregovic** 28 giugno Buca del Palio, Fucecchio (FI)

**Paolo Fresu e Omar Sosa** 5 luglio Cassero Fortezza Medicea, Poggibonsi (SI)



**Festival Melodiadelvino** 29 giugno Cantina Petra, Suvereto (LI) - 4 luglio Tenuta Rocca di Montemassi, Roccastrada (GR) - 6 luglio Tenuta Rocca di Frasinello, Gavorrano (GR)

**Marco Mengoni** 13 agosto Arena Mario Incisa della Rocchetta, San Guido in Bolgheri (LI)

#### **Teatro della Versiliana**

Marina di Pietrasanta (LU)

**Il mercante di Venezia** con Silvio Orlando 12 luglio



**Max Gazzè** 21 luglio

**Riccardo III** con Massimo Ranieri, 26 luglio

**Otello - Balletto di Roma** 27 luglio

**Gli uomini vengono da Marte le donne da Venere** con Paolo Migone, 10 agosto

**Stefano Bollani e Irene Grandi** 11 agosto

# Archivio d'impresa

**L'Archivio storico di Unicoop Tirreno nel portale degli Archivi d'Impresa del Ministero dei beni culturali e ambientali.**

In un'Italia dove i beni culturali continuano a essere bistrattati, il nostro impegno (della Cooperativa e di tutti coloro, collaboratori, soci e dipendenti, che lo hanno permesso) ha avuto un importante riconoscimento. Infatti, la *Fondazione Memorie Cooperative*, con l'*Archivio Storico* di Unicoop Tirreno, è stata inserita tra le imprese che partecipano, con la loro documentazione, al *Portale degli Archivi d'Impresa*, un'area tematica dedicata agli archivi d'impresa all'interno del *Sistema Archivistico Nazionale (San)*. Il progetto, ideato e promosso dalla Direzione Generale per gli Archivi, ha l'obiettivo di salvaguardare gli archivi storici delle imprese pubbliche e private italiane, valorizzare la cultura d'impresa nel nostro Paese e promuovere gli studi e la ricerca in questo settore ([www.impreses.an.beniculturali.it](http://www.impreses.an.beniculturali.it)).



Il Portale consente di accedere a un'ampia gamma di fonti archivistiche – più di mille archivi d'impresa – e a fonti bibliografiche; sono inoltre disponibili testi, immagini, audio, video, conservati e messi a disposizione dagli archivi delle grandi, medie e piccole imprese italiane. Visitando la sezione "partner", alla lettera F, compare tra gli altri soggetti anche una scheda dedicata alla *Fondazione*; cliccando sul nome si viene rimandati a una serie di pagine nelle quali si riportano:

una breve descrizione della *Fondazione* e dell'*Archivio*; i link al sito della *Fondazione*, all'inventario *on line* dell'*Archivio* e al sito di Unicoop Tirreno; una selezione di immagini dei materiali che si conservano in archivio con una breve scheda descrittiva.

Dunque studenti, storici di professione o semplici appassionati hanno un ulteriore strumento a disposizione per sperimentare l'emozione della scoperta e "il piacere dell'archivio", per dirla con le parole della storica Arlette Farge, nel suo *Il piacere dell'archivio*. Una "porta" ulteriore per entrare nella storia della cooperazione di consumo nell'area tirrenica: tracce documentarie senza le quali non si può rispondere a chi si interroga sulla storia e quindi sulla natura di un'impresa diversa. La memoria e la storia ci aiutano a comprendere come "il calabrone ha volato e può continuare a volare", in scenari economici e sociali profondamente diversi da quando il volo è partito. ■

\* direttore scientifico della *Fondazione Memorie Cooperative*

# Cose turche

34

■ **Alessandra Bartali**

*Strapiombi e piccole insenature creati dalle montagne, comode spiagge, musei, ristoranti, bar, negozietti dove acquistare souvenir, anche culinari, della Turchia. Antalya e Bodrum d'estate si prendono la rivincita sulla Capitale.*

**È** una città turca che accoglie il 30 per cento del turismo nazionale, ospita tre università e altrettanti festival del cinema tra cui il più importante del Paese, ha un museo archeologico pluripremiato e una squadra di calcio che milita nella *Süper Lig*. Ma non si parla di Istanbul (che, come tutti gli appassionati di calcio sanno, di squadre da serie A ne ha tre), bensì di **Antalya**, una città di circa un milione di abitanti sulla costa sud occidentale della Turchia.

## Tutto compreso

La fama e il fascino della Capitale la relega solo apparentemente a un ruolo di secondo piano nel panorama turistico turco, ma Antalya si prende la rivincita nei mesi estivi, quando il richiamo del Mediterraneo attira anche gli abitanti dello Stretto del Bosforo, oltre ai visitatori di mezza Europa. Quest'ultimi, in realtà, molto spesso sciamano direttamente dall'aeroporto verso uno dei numerosi *resort* dei pacchetti tutto incluso, situati sulla costa vicino alle spiagge di Konyaalti e Lara, col risultato che la città resta

appannaggio dei viaggiatori indipendenti. Meglio così, visto che i palazzi dell'era ottomana che caratterizzano le strette strade del Kaleiçi (il quartiere centrale) mal si adattano a essere ammirate in mezzo a orde di turisti urlanti. La quiete predomina così all'interno delle mura, che proteggono la città vecchia dal ritmo concitato della metropoli. Il che non vuol dire che nel Kaleiçi ci si annoi, ricco com'è di bar, ristoranti e negozietti dove fare shopping: solo che offre una dimensione più intima di altre zone cittadine, si acquistano bellissimi narghilè al posto dei falsi vestiti firmati che abbondano nei quattro enormi centri commerciali cittadini e si gusta il raki locale mangiucchiando i tirmis, simili ai lupini nostrali.

## Entrare nei dettagli

Il raki, se qualcuno ve lo chiedesse, è una bevanda tipicamente turca e non greca, al pari del caffè con la polvere lasciata a depositare sul fondo, anche se sì, è lo stesso che si beve ad Atene o a Creta. Per capire l'orgoglio nazionale che sta alla base di questi dettagli basta visitare il museo di Atatürk, l'eroe nazionale che sconfiggendo i greci dette vita nel 1923 alla repubblica turca e tuttora è oggetto di una sorta di religione civile. I musei, tra l'altro, sono un buon riparo dall'umidità estiva. Dopo aver visitato anche quello archeologico (ricco di statue di divinità che vanno dal neolitico all'età del bronzo e ai periodi greco e romano), non resta che saltare su un dolmus, i tipici taxi for-



mato extra-large che funzionano come autobus con tanto di corse prefissate e stazioni e, finestrini rigorosamente aperti, farsi portare fino ad una delle spiagge della zona. La scelta è tra la comodità della sabbia di Belek e Side e la zona rocciosa di Kemer, Kiris o Tekirova. In ogni caso il paesaggio è di quelli che restano impressi, grazie ai giochi di strapiombi e piccole insenature creati dalle montagne Taurus.

## Un giorno al museo

Seguendo le montagne verso ovest si arriva a **Bodrum**, più piccola di Antalya ma non meno amata dalla borghesia di Istanbul. Il merito è dello scrittore, giornalista ed etnologo Cevat Sakir che, esiliato in questo paese di pescatori per le sue critiche alla pena di morte, iniziò ad organizzare negli anni Trenta i *Mavi Tour*, visite guidate lungo la costa rivolte ai membri dell'intelligenza turca che venivano a trovarlo. E, a Bodrum come altrove, col tempo l'intelligenza ha passato il testimone alla massa. Poco importa se il mausoleo di Alicarnasso (questo il vecchio nome della città), considerato una delle sette meraviglie dell'antichità, è stato spazzato via da un terremoto e alcuni reperti che conteneva sono volati fino a Londra, destinazione *British Museum*. Gli abitanti di Bodrum hanno raccolto l'eredità di Sakir e hanno trasformato il castello sorto sulle rovine del mausoleo in uno dei musei di archeologia sottomarina più importanti dell'area.

Per il resto, la permanenza di reperti come l'anfiteatro romano (scampato al terremoto) e la collaborazione delle istituzioni locali hanno creato le premesse perché la capacità imprenditoriale locale portasse buoni frutti.



## Spiagge dorate

Per non deludere nessuno, la città ha deciso di offrire tutto: oltre ai reperti archeologici, il mare rappresenta il punto d'attrazione maggiore, e non solo per le minicrociere in caicco lungo la costa turca a suo tempo decantata da Sakir, che partono da moltissime spiagge. La parte orientale della città è frequentata da giovani ben vestiti: la spiaggia fa da panorama a bar, ristoranti e locali notturni, che alternano musica *chillout* dall'aperitivo al tramonto a vere e proprie serate danzanti, con rari episodi di ubriachezza molesta a rendere il tutto un po' meno bello, una volta passata l'euforia. Il decoro, invece, non abbandona mai l'altra metà di Bodrum, dominata dal *Marina Yacht Club*, sia nell'arredo urbano che nella tipologia di persone che vi passeggiano: tutto è plasmato ad uso e consumo di chi scende dalla barca per fare acquisti in un rivenditore *Slam*, gustarsi una bottiglia di vino d'alto rango o concedersi una cena (naturalmente coi fiocchi) a ter-

ra. Per mantenere questi standard qualitativi le spiagge della zona, per la maggior parte di ghiaia, sono tenute pulitissime dalle autorità locali e mettono a disposizione gratuitamente lettini e ombrelloni. Il lusso, alla fine, sa essere anche democratico. ■



**Partenze scontate per i soci Coop**  
**Estate in Turchia: Antalya o Bodrum**  
 (vedi pag. 5)

**ESTATE IN TURCHIA**  
**Antalya**  
 partenza da Roma, Bergamo e Bologna, 7 notti in hotel Crowne plaza 5\* in mezza pensione  
 prezzo a persona a partire da Euro 735,00 comprese tasse, assicurazione e trasferimenti ad Antalya

**ESTATE IN TURCHIA**  
**Bodrum**  
 partenza da Roma, Bergamo e Bologna, 7 notti in hotel Azka 4\* in mezza pensione  
 prezzo a persona a partire da Euro 680,00 comprese tasse, assicurazione e trasferimenti a Bodrum

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

# In commissione

36

Il CdA della Cooperativa ha deciso di prorogare di un anno il mandato dei Comitati Direttivi delle Sezioni soci per consentire di apportare le necessarie modifiche al Regolamento delle Cariche Sociali, al Regolamento delle Sezioni Soci e, eventualmente, allo Statuto

**Prorogato di un anno il mandato dei Comitati Direttivi delle Sezioni soci per consentire alla Commissione di apportare le modifiche necessarie ai regolamenti.**

della Cooperativa per adeguarli all'esigenza di favorire il massimo di rappresentatività, qualificazione e motivazione dei nuovi organismi di rappresentanza dei soci. Pertanto le elezioni dei Comitati che erano previste per l'ottobre 2013 sono rinviate all'ottobre 2014.

Il vice presidente Sergio Costalli è stato designato dal CdA a presiedere la Commissione consiliare (mista) che ha il compito di predisporre la proposta di modifica da sottoporre al vaglio preventivo del CdA, della Consulta delle Presidenze delle Sezioni soci e successivamente all'approvazione dei soci nell'Assemblea straordinaria della Cooperativa prevista entro la primavera del prossimo anno.

La commissione consiliare mista è composta da: Sergio Costalli (presidente), Severino Lojaco, Simonetta Radi e Stefano Veglianti, per il CdA; Maurilio Campani per la Consulta delle Presidenze delle Sezioni Soci; Massimo Favilli e Francesca Mencuccini, dirigenti della Cooperativa, in qualità di esperti. ■

## Un giorno di festa

**Anche quest'anno i genitori hanno accolto i figli negli uffici e nei negozi per la Festa della mamma e del papà che lavorano in Unicoop Tirreno.**

Palloncini e bolle di sapone, cacce al tesoro in negozio e merende cooperative. Festa grande il pomeriggio del 24 maggio in cinque negozi – Iper Roma Casilino e Livorno, Follonica e Guidonia, Mini di Riotorto – e nella Sede di Vignale per la ricorrenza della mamma e del papà che lavorano.

Ideata e promossa dal *Corriere della Sera*, l'iniziativa si ripete ormai da tredici anni in Unicoop Tirreno. Presso la sede di Vignale i bambini hanno partecipato alle attività guida-

te dagli animatori e visitato gli uffici dove lavorano i genitori per finire poi con una merenda alla mensa aziendale. Nei negozi, invece, gli animatori hanno accompagnato i piccoli ospiti tra gli scaffali e i reparti in un clima di gioco che porta alla scoperta del Supermercato come ambiente di vita dove lavorano i genitori e dove si va a fare la spesa, conoscendo e riconoscendo prodotti, mansioni, valori. ■

■ **Beatrice Ramazzotti**

**FESTA 13<sup>a</sup>**  
**della MAMMA e del PAPA' CHE LAVORANO**  
venerdì 24 maggio 2013  
I genitori possono portare i figli sul posto di lavoro e passare un pomeriggio insieme  
Sede Vignale (orario 14.30-18.30)  
visite agli uffici, merenda e animazione  
coop



**Tarquinia, 18 aprile 2013** La banda musicale cittadina "G. Setaccioli" si è esibita in versione *marching band* tra le corsie del Supermercato. L'occasione è il varo del Nuovo Modello Vendite (re-styling e abbassamento dei prezzi) del Supermercato inaugurato nel 1988. Il 27 giugno i punti vendita interessati dal progetto saranno quelli di Massa e Avenza. **B.R.**

# Porta portale

Articolazione semplice e intuitiva, grafica moderna, più opportunità per le cooperative e ampia visibilità alle news. Il nuovo portale Coop tra le potenzialità dei social network, con i quali è fortemente integrato, e lo spazio blog.

■ Susanna Orlando



La home si apre con una rotazione di contenuti di primo piano, mentre in alto i menu a scomparsa guidano tra i percorsi principali, primo fra tutti la scelta della cooperativa d'appartenenza. Le notizie si visualizzano in uno spazio orizzontale scorrendo la linea temporale (*timeline*), quasi fossero frame di un video; ma il percorso può essere personalizzato anche sulla base dei temi di maggiore interesse. Molto più ricca e articolata anche la presenza delle cooperative. «La nuova piattaforma – spiega Gabriella Masciuga, dirigente responsabile del Settore

Comunicazione di Unicoop Tirreno che ha seguito come responsabile *web* di Coop Italia il cambiamento – è basata su tecnologia *open source* e questo consente alle singole cooperative di costruire, secondo le proprie esigenze, un vero e proprio sito fatto di ambienti tematici, anche completamente indipendenti e differenziati, che sfruttano una sola tecnologia e semplificano il lavoro di gestione. Il nuovo portale – continua Masciuga – ha un'integrazione forte con i diversi *social network* e ne utilizza pienamente le potenzialità. Per fare un esempio, tutti i contributi multimediali sono collocati e organizzati sui *social*, come YouTube. Inaugurato anche un ambiente dedicato ai *blog* partendo con due temi: “la cucina di casa Coop” e “l'ambiente”, che si avvale delle collaborazioni di esperti nel settore». ■

## La spesa in un click

Lavorare, fare la spesa e fotografarsi nel mentre. C'è tempo **fino al 12 giugno** per partecipare al concorso lanciato sulla pagina Facebook di Unicoop Tirreno *L'impresa è far la spesa!* che invita i fan a mandare una foto che renda l'idea della conciliazione tra questi due



compiti quotidiani: il lavoro e il momento della spesa. Il concorso è aperto a tutti, per partecipare basta essere fan della pagina. Le foto vincitrici saranno tre e il risultato sarà dato dal numero di “Mi piace” ricevuti da ciascuna foto, a cui si aggiungerà il giudizio di una giuria formata da dipendenti Unicoop Tirreno. In palio ci sono tre cornici digitali. **B.R.**



## Pipistrelli in villa

Cinque *Bat Box* sono state installate su altrettanti pini nel grande parco di Villa Ada, a Roma. All'iniziativa hanno collaborato l'Assessorato all'Ambiente del Comune di Roma, il circolo *Sherwood* di *Legambiente* e Unicoop Tirreno che ha donato le ormai note cassette di legno per i pipistrelli (le cinque utilizzate, più tre di riserva). Agli studenti delle scuole medie “Giuseppe Sinopoli” di Roma il compito di monitorare la frequentazione delle *Bat Box* e fare un censimento dei pipistrelli in collegamento con gli esperti del Museo di Storia Naturale di Firenze. **B.R.**

### 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**

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**

*Il vantaggio è esteso fino a 3 accompagnatori dello stesso nucleo familiare del socio (coniuge, figli).*

### AQUALANDIA Lido di Jesolo (VE)

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

*Per i soci Coop:*

dal 18 maggio al 14 settembre:

**Sconto 3 €** su ingresso giornaliero.

*Il vantaggio è esteso ad un accompagnatore del socio.*

La promozione non è cumulabile con altre in corso ed è valida solo per l'acquisto presso le casse del Parco.

### ONDALAND Vicolungo (NO)

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

Aperto tutti i giorni dal 2 giugno al 2 settembre

dalle ore 10.00 alle ore 19.00.

*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 9 giugno - 1 settembre.

*Per i soci Coop:*

ingresso **16,5 € anziché 20**

ingresso gratuito per bambini di altezza fino a 120 cm.

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

### ACQUAGARDEN Corfinio (AQ)

Tel. 0864.728293 - [www.parcoacquagarden.it](http://www.parcoacquagarden.it)

*Per i soci Coop:*

ingresso giornaliero (9:00-19:00) **8 € anziché 10**

ingresso mezza giornata (9:00-14:00 o 14:00-19:00)

**6 € anziché 7**

Ingresso gratuito per bambini di età inferiore ai 3 anni.

*Il vantaggio è esteso al nucleo familiare del socio.*

### PARCO REGIONALE LA MANDRIA

Ente di Gestione delle aree protette dell'Area metropolitana di Torino

Venaria Reale (TO)

Tel. 011.4993381 - [www.parcmandria.it](http://www.parcmandria.it)

*Per i soci Coop:*

**Tariffe agevolate** per la partecipazione ad attività culturali e percorsi naturalistici

### CONSORZIO TURISTICO DI SAN MARINO 2000

San Marino - Via Piana, 103

Tel. 0549.995031 - [www.sanmarino2000.sm](http://www.sanmarino2000.sm)

*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 loro sito internet).

### 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 e sul biglietto famiglia 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.

*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)

*Per i soci Coop:*

Ingresso **5 € anziché 8**

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

Ad ogni Socio titolare della Carta SocioCoop sarà fornita in omaggio una cartoguida del Parco (fino a esaurimento disponibilità).

*Il vantaggio è esteso a tutto il nucleo familiare del socio.*

### OASI WWF

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

Per conoscere in dettaglio l'elenco delle oasi, visita il sito [www.e-coop.it](http://www.e-coop.it).

*Per i soci Coop:*

Ingresso adulti **3 € anziché 5**

bambini e ragazzi sotto i 14 anni **2 € anziché 3** (secondo figlio ingresso gratuito).

*Il vantaggio è esteso ad un accompagnatore del socio.*

Visite guidate **3 €** a persona (sia adulti che bambini).

**Sconto 5%** su tutti i servizi a pagamento presso i Punti di vendita Wwf Oasi e sulla partecipazione a eventi.

Per aperture, orari e attività consultare il sito del Wwf.

## I TEATRI

### San Carlo Napoli

> 8-9 giugno

**Gala Wagner**, tenore solista, Orchestra e Coro del Teatro di San Carlo, direttore Hartmut Haenchen, maestro del Coro Salvatore Caputo.

> 17 giugno

**Aldo Ciccolini**, pianoforte, musiche di Mozart, Clementi, Debussy, Castelnuovo Tedesco.

> 21 giugno

**Festa della musica**, Orchestra e Coro del Teatro di San Carlo.

> dal 22 al 28 giugno

**West side story / The Broadway classic** di Leonard Bernstein, Orchestra del Teatro di San Carlo.

> dall'11 al 14 luglio

**Café Müller** (musica di Henry Purcell) - **La sagra della primavera** (musica di Igor Stravinsky), regia e coreografia Pina Bausch.

> dal 21 al 26 luglio

**Carmina Burana** (musica di Carl Orff), Orchestra, Coro, Corpo di Ballo e Coro di Voci Bianche del Teatro di San Carlo, direttore Jordi Bernàcem, maestro del Coro Salvatore Caputo, direttore del Corpo di Ballo Alessandra Panzavolta, direttore del Coro di Voci Bianche Stefania Rinaldi, scene e costumi Shen Wei.

**Info** ufficio promozione del Teatro 0817972468, promozionepubblico@teatrosancarlo.it, www.teatrosancarlo.it

## I CINEMA

### 4 Mori Livorno

Piazza Tacca, 1

Sconto per i soci Coop 5 euro (anziché 7).

**Info** 0586896440

### Cosmopoli Portoferraio (LI)

Salita Napoleone, Centro congressuale de Laugier. Sconto per il socio e un accompagnatore: 6 euro (anziché 7).

**Info** 3479071843

### Metropolis Marciana Marina (LI)

Viale Giuseppe Vadi, 7

Tariffa intera 8 euro (10 euro i film in 3D); sconto per il socio e un accompagnatore 6 euro (8 i film in 3D).

**Info** 3479071843

www.cinemametropolis.it

### Multisala Supercinema Orbetello (GR)

Corso Italia, 131

Soci Unicoop Tirreno: 5 euro (anziché 7), proiezioni in 3D: 7 euro (anziché 9).

**Info** 0564867176.

*Pubblichiamo gli spettacoli dei teatri e tutte le altre iniziative che prevedono sconti sui biglietti per i soci Coop grazie alle convenzioni stipulate da Unicoop Tirreno.*



Leonard Bernstein

## I MUSEI

### Museo di Storia Naturale del Mediterraneo

Via Roma, 234 - Livorno

#### Wild & the City - Vita selvaggia in città

Fino al 14 giugno mostra sugli animali selvatici e sul fenomeno dell'inurbamento che li avvicina sempre più all'ambiente urbano, cui spesso finiscono per stabilirvisi in maniera permanente, adattandovisi e modificando il proprio comportamento. Nel periodo della mostra sono previsti laboratori e attività in compagnia dello staff scientifico del museo: costruzione di nidi e mangiatoie per uccelli, bird watching urbano, cattura, inanelamento e successiva liberazione di uccelli nell'orto botanico del museo.

Biglietto 5 euro (soci 3), attività e laboratori 8 euro (soci 6).

Museo e mostra aperti tutti i giorni escluso lun.; mer. e ven. 9-13; mar., gio., sab. 9-13 / 15-19; dom. 15-19.

**Info** 0586266711-47

musmed@provincia.livorno.it

www.provincia.livorno.it/attivita/museo/home.htm

### Explora. Il museo dei bambini

Via Flaminia 82, Roma

Explora è un museo strutturato come una piccola città a misura di bambino progettata secondo il principio dell'apprendimento sul campo.

Riduzione del 10% sul biglietto di ingresso al museo (per tutto il nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone), sul biglietto settimanale campus, sugli acquisti presso Explora Shop e il ristorante. Da 1 a 3 anni non compiuti 3 euro, gratuito fino a 1 anno non compiuto.

Aperto dal martedì alla domenica con quattro turni di visita, 10, 12, 15, 17, della durata di 1 ora e 45 minuti. Per partecipare al laboratorio permanente Officina in cucina dedicato all'educazione alimentare, attivo il sabato, la domenica e i festivi nei turni 10,45 e 15,45 è necessario prenotare. Explora organizza anche feste di compleanno e campus durante le vacanze estive.

**Info** 063613776, info@mdbr.it

www.mdbr.it

## LA CULTURA

### Università Popolare

Via Quattro Novembre, 157 - Roma

Presentando la carta SocioCoop al momento dell'iscrizione i soci di Unicoop Tirreno e loro familiari hanno diritto allo



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

sconto del 10% su tutti i corsi organizzati da Upter presso le proprie sedi di Roma, del Lazio e Toscana nell'anno accademico 2012-2013 compresi i corsi estivi. Per gli indirizzi e i programmi dei corsi dei comuni della provincia di Roma, di Rieti e di Siena [www.upter.it](http://www.upter.it).

**Info** [info@upter.it](mailto:info@upter.it), 066920431; per ulteriori informazioni i soci possono contattare Cristina Pani 0669204362, [cristina.pani@upter.it](mailto:cristina.pani@upter.it)

### Palazzo Branciforte

Via Bara all'Olivella - Palermo  
Storico edificio nel cuore di Palermo, prestigioso polo culturale fra arte, storia, tradizione, gastronomia e lettura. Biglietto di ingresso per i soci Coop 5 euro (anziché 7).

Aperto fino al 31 ottobre, da martedì a domenica 9.30-19.30

**Info** 0918887767, [info@palazzobranciforte.it](mailto:info@palazzobranciforte.it), prenotazioni 199757511, [www.civita.it](http://www.civita.it) e [www.palazzobranciforte.it](http://www.palazzobranciforte.it)

## GLI SPETTACOLI

### Lirica in piazza XXVIII edizione

Massa Marittima (GR)

> 1 e 3 agosto

**Rigoletto**, musica di Giuseppe Verdi

> 2 e 4 agosto

**Il Trovatore**, musica di Giuseppe Verdi

La riduzione del 10% è applicata individualmente al titolare della carta *Socio-Coop* e non si applica ai posti ridotti. Il biglietto di "Lirica in Piazza" dà inoltre diritto allo sconto del 15% sull'ingresso al Calidario Antica Sorgente Etrusca di Venturina (LI) e alla riduzione sul biglietto di ingresso al Complesso Museale di San Pietro all'Orto di Massa Marittima (GR).

**Info** 0566906248-46, [lirica@comune.massamarittima.gr.it](mailto:lirica@comune.massamarittima.gr.it), [www.liricainpiazza.it](http://www.liricainpiazza.it); i biglietti si possono acquistare presso le biglietterie Box Office, on line ([www.boxol.it](http://www.boxol.it) e [www.boxofficetoscana.it](http://www.boxofficetoscana.it)), o telefonicamente con carta di credito al numero 055210804.

## LE TERME

### Terme Etrusche del Calidario

Via del Bottaccio, 40 - Venturina (LI)  
Sconti per i soci Coop: 15% sull'ingresso all'Antica Sorgente Naturale, 10% sul pernottamento in residence, 10% sui trattamenti estetici. Lo sconto, esteso al nucleo familiare fino a max 4 persone, si applica tutto l'anno.

**Info** 0565.851504, [www.calidario.it](http://www.calidario.it)

### Terme di Petriolo

Località Petriolo Monticiano (SI)  
Sconti per i soci Coop: 20% su tutti i trat-



tamenti da listino, compreso l'ingresso giornaliero. Lo sconto è esteso a tutto il nucleo familiare del socio titolare della carta e si applica tutto l'anno.

**Info** 0577757104, [info@termepetriolo.it](mailto:info@termepetriolo.it), [www.termepetriolo.it](http://www.termepetriolo.it)

### Grotta Giusti Resort Golf & Spa

Monsummano Terme, Pistoia

### Bagni di Pisa Palace & Spa

San Giuliano Terme (PI)

Convenzioni valide per il socio Coop + 1 accompagnatore fino al 31 dicembre 2013 escluso i periodi 11-18 agosto, 7-8 e 26-31 dicembre.

> **Hotel** sconto del 30% sulla tariffa ufficiale pubblicata (da dom. a gio.); sconto del 20% sulla tariffa ufficiale pubblicata (ven. e sab.); sconto del 20% sul **Lunch** (bevande escluse) al ristorante gourmet; up grade gratuito in camera di categoria superiore, su disponibilità; welcome drink.

> **Centro Termale** sconto del 10% sugli abbonamenti; Mid-week (lun.-ven.) sconto del 15% su piscina e grotta termale; sconto del 10% sui trattamenti singoli del centro termale; Weekend (sab.-dom.) sconto del 10% su piscina, grotta termale e trattamenti singoli del centro termale.

> Sconto del 10% sui voucher regalo (hotel & spa).

**Info** 057290771, [www.grottagiustispa.com](http://www.grottagiustispa.com)

**Info** 05088501, [www.bagnidipisa.com](http://www.bagnidipisa.com)

### Hotel Hermitage & Park Terme

Via Mazzella 80 - Ischia Porto (NA)

La struttura offre ai soci Unicoop Tirreno con estensione al nucleo familiare fino a un max di 4 persone che occupino la stessa camera:

> Sconto del 10% su tutte le offerte weekend pubblicate sul sito [www.hermitageischia.it](http://www.hermitageischia.it).

> Sconto del 16% su tutte le offerte settimanali termali e benessere pubblicate sul sito.

> Sconto del 10% su trattamenti termali e benessere presso il centro termale *Cinthia* situato all'interno della struttura.

**Info** 081984242 - [hermitage@fabahotels.it](mailto:hermitage@fabahotels.it)

### Antiche Terme di San Teodoro

C. da Bagni 20 Villamaina, Avellino  
Aperto dal 1 aprile al 31 ottobre. Sconti del 20% su soggiorno, ingresso piscina termale esterna, area relax, sauna, bagno turco, vasca idromassaggio, secondo ciclo di cure convenzionate Asl. Lo sconto, esteso al nucleo familiare fino a max 4 persone, si applica senza esclusioni di giorni o periodi.

**Info** 0825442313-14, [www.termedivillamaina.it](http://www.termedivillamaina.it), [termesanteodoro@libero.it](mailto:termesanteodoro@libero.it)



## I CENTRI ESTIVI PER RAGAZZI

### Il Mastio

Summer camp - Villaggio estivo per ragazzi da 8 a 14 anni a due passi da Firenze per studiare l'inglese giocando a contatto con la natura con docenti-animatori madrelingua.



Per i soci Coop: dal 16 giugno al 10 agosto, quattro periodi di vacanze articolati su tre differenti percorsi, della durata di due settimane: *English* vacanza con animatore insegnante madrelingua per ampliare la capacità linguistica: 940 euro anziché 1.100. Sono previsti tre periodi diversi secondo la fascia d'età; *Special English* due animatori-insegnanti madrelingua, sempre vacanza e gioco, ma anche un impegno maggiore in aula per parlare il più possibile l'inglese: 990 euro anziché 1.160. Per ragazzi dagli 11 ai 14 anni; *Avventura* all'insegna della natura, del gioco e della scoperta: 880 euro anziché 1.030. Per ragazzi dagli 8 ai 13 anni. Dal secondo fratello sconto di euro 70 su tutti i programmi.

*Grazie a un corso tenuto dall'Associazione Italiana Celiachia al personale di cucina, nel periodo 16-29 giugno e 28 luglio-10 agosto Il Mastio può garantire pasti anche ai ragazzi celiaci.*

**Info** Ufficio Bresso (MI) - v. A. Strada 33, 026100066

Villaggio Diacceto (FI) 0558326738, mastio@mastio.it, www.mastio.it

### ASD Atletica Grosseto

### Banca della Maremma

Via Veterani Sportivi 3 - Grosseto

Offre ai figli dei soci Coop lo sconto del 15% sulla quota settimanale della prima settimana di frequenza presso il campo scuola "Bruno Zauli" di Grosseto. Qualora i figli di soci Coop siano anche iscritti alla Società Atletica Grosseto-Banca della Maremma attraverso il Centro Avviamento allo Sport (CAS), usufruiscono dello sconto totale della quota di iscrizione e dello sconto del 15% sulla quota settimanale della prima settimana di frequenza.

**Info** 056421189, www.gol.grosseto.it, gr065@fidal.it

### Le orme

Agriturismo Santa Caterina

Loc. Granaione - Campagnatico (GR)

Vacanze avventura per ragazzi da 9 a 16 anni. 7 giorni/6 notti in pensione completa più attività e corsi, materiale e attrezzature come da programma: 495 euro a persona, 420 per i soci Coop (sconto di 50 euro per la famiglia di soci Coop che iscrive più di un figlio/a). Quota di iscrizione (comprendente assicurazione RCT obbligatoria) 25 euro a partecipante. Date dei soggiorni: 23-29 giugno, 7-13 luglio.

**Info** Le Orme Soc. Coop. v. F. Ferrucci 6 Grosseto, tel/fax 0564416276, info@leorme.com - www.leorme.com.

### Il girasole di Legambiente

Centro Nazionale per lo sviluppo sostenibile di Legambiente "Il Girasole" Loc. Enaoli - Rispescia (GR)



Soggiorni estivi, attività ecoturistiche, convegni, seminari, corsi di formazione residenziali.

Sconto del 10% per i soci Coop.

**Info** 0564487711, info@legambienteilgirasole.it, www.legambienteilgirasole.it

### Campi Avventura

I Campi Avventura sono attività turistiche ed educative in immersione totale nella natura realizzate da operatori di turismo responsabile e sostenibile associati ad Aitr.

Sconto per i soci Coop del 10% sulla "quota" vacanza esposta al pubblico (sconto non cumulabile con altre promozioni). Per prenotare i soci Coop possono accedere all'apposito modulo di prenotazione online disponibile sui siti [www.e-coop.it](http://www.e-coop.it) e <http://campiavventura.it/go/Coop> indicando il nome e il riferimento della carta socio Coop.

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

**Info** Junior panda Avventure, via dei Reti, 28a Roma, 0644362315 partner@campiavventura.it [www.campiavventura.it](http://www.campiavventura.it)



## I CORSI ESTIVI



Parti per una Vacanza Studio!

Corsi di lingua in **tutto il mondo**, per **tutti i livelli ed età**, durante **tutto l'anno**.

Cogli al volo l'offerta dedicata ai SOCI COOP

Sconto 15%

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

FOLLOW US ON



Azienda certificata ISO 9001:2008

### School and vacation

Milano - Via Fratelli Ruffini, 1  
Speciali vacanze studio "Parti e impari" per i soci Coop: sconto del 15% su corsi di lingua all'estero in tutto il mondo e per tutti i livelli di età (per ragazzi dai 9 ai 19 anni e per adulti e universitari). Sconti sull'acquisto di un viaggio studio all'estero in diverse località e con partenze di gruppo e individuali. Per prenotare, il socio Coop può rivolgersi direttamente alla struttura.

**Info** 02433533, [www.schoolandvacation.it/coop](http://www.schoolandvacation.it/coop)

### Centro Linguistico Agorà

Piazza Grande 64, Livorno  
Corsi di lingue individuali o di gruppo per adulti e ragazzi con sconti per i soci Coop esclusi quelli di lingua araba, giapponese, cinese.  
Agenzia formativa accreditata dalla regione Toscana, il centro linguistico Agorà è sede di esami Trinity College London, ente certificatore riconosciuto dal Ministero P.I. per la valutazione della Lingua Inglese. Insegnanti madrelingua.

**Info** 0586895887, [info@agoralivorno.com](mailto:info@agoralivorno.com); [www.agoralivorno.com](http://www.agoralivorno.com)

## I PARCHI

### Ente parco regionale della Maremma

Via del Bersagliere 7/9, Alberese (GR)  
Per i soci Coop e i loro accompagnatori, dietro presentazione della carta SocioCoop, è possibile usufruire dello sconto di 1 euro sui biglietti di ingresso al Parco Regionale della Maremma (percorsi a piedi, in bicicletta) e per l'ingresso all'Acquario della Laguna di Orbetello a Talamone (via Nizza 12, tel. 0564887173), acquistabili presso il centro visite di Alberese (0564407098, [centrovisite@parco-maremma.it](mailto:centrovisite@parco-maremma.it) aperto tutti i giorni, inclusi i festivi, 8-17,30 - fino al 30 settembre - e 8,30-13,30 (dal 1 ottobre). Il Parco offre, inoltre, l'opportunità di visite a cavallo, in carrozza, in canoa e in bici, per le quali non sono previsti

**consulta  
il sito  
[cartasocio.it](http://cartasocio.it)**

sconti per i soci Coop.

**Info** 0564393211, [info@parco-maremma.it](mailto:info@parco-maremma.it), [www.parc-maremma.it](http://www.parc-maremma.it)

### Parco Naturalistico Archeologico di Vulci

Da lun. a dom., compresi festivi e pre-festivi, dalle 10 alle 18; mar. 14-18.

Biglietto d'ingresso ridotto per i soci Coop su presentazione della carta al momento dell'acquisto: 5 euro (anziché 8); lo sconto è esteso a tutto il gruppo familiare, sconto del 20% per acquisti al bookshop.

Da visitare gli scavi archeologici dell'antica metropoli etrusco-romana, le tombe etrusche, i reperti esposti nel Museo Nazionale Archeologico del Castello della Badia, il parco naturalistico. In primavera estate il parco organizza un calendario di eventi, che comprende visite guidate in notturna, passeggiate a cavallo, attività sportive, tiro con l'arco, escursioni sensoriali, canoa. Presso la "Locanda del Parco", punto di ristoro interno al parco, e al "Casale dell'Osteria" si possono assaporare i piatti della tradizione maremmana.

**Info** 0766879729, 076689298, [info@vulci.it](mailto:info@vulci.it), [www.vulci.it](http://www.vulci.it)

### Aquafelix

Via Terme di Traiano loc. Casale Alta-villa Civitavecchia Nord  
Fino al 2 settembre.

Biglietto ridotto per il socio Coop e un suo accompagnatore 16,50 euro anziché 20. Per i bambini di altezza inferiore a mt. 1,20 l'ingresso è gratuito.

**Info** 076632221, [amministrazione@aquafelix.it](mailto:amministrazione@aquafelix.it), [www.aquafelix.it](http://www.aquafelix.it)

### Rainbow Magicland

Via della Pace, Valmontone (RM)

Sconto sul biglietto presentando la carta SocioCoop alle casse del parco: 5 euro sui prezzi di listino (35 euro adulti, 28 euro bambini fino a 10 anni). Prezzo del biglietto in pre-acquisto: 24 euro per il socio con possibilità di estendere lo stesso prezzo ad 1 accompagnatore. I biglietti pre-acquistati sono a data aperta e sono validi fino al 6 gennaio 2014 compatibilmente con il calendario di apertura del parco. Non sono nominativi e danno accesso diretto al tornello di ingresso senza fare la fila alle casse del parco. Possono essere richiesti, pagati e ricevuti via web.

**Info** e acquisti: Interclub Servizi tel. 065813099 oppure [spettacoli@interclubservizi.com](mailto:spettacoli@interclubservizi.com). Calendario aperture: [www.magicland.it](http://www.magicland.it)

42



## Angolo cultura

*Avere il più alto numero al mondo di beni patrimonio dell'umanità, ma spendere per la cultura la metà della media dell'Unione Europea. Paradosso del Belpaese in cui oltre il 5 per cento della ricchezza nazionale è prodotta proprio dai settori legati all'arte e alla creatività. Segno che "con la cultura si mangia" eccome, anzi "si mangia meglio", perché aiuta occupazione ed economia, e migliora la qualità della vita, numeri e libri alla mano.*

**L**e ragioni ce l'hanno spiegate a sufficienza (ma non hanno convinto tutti, ndr), perché la nostra classe dirigente ne è sicura: la cultura non si mangia perciò non serve. Per altri è bella e sarebbe utile, però non abbiamo i soldi per permettercela. Quindi negli ultimi dieci anni fondi falcidiati. Ma spostiamoci nell'altra parte del campo provando a vedere che i tagli alla cultura, alla ricerca, all'istruzione non sono – udite udite – antieconomici, perché una fetta della ricchezza nazionale è prodotta proprio dalla cultura, nonostante le si metta i bastoni tra le ruote. Del resto la storia nostrana ce lo insegna: nel Rinascimento tutto il mondo leggeva letteratura italiana, ascoltava musica italiana, e questo consentiva ai banchieri di fare grandi affari.

## Per farla colta

«Tutte le analisi periodicamente condotte sulle caratteristiche dell'occupazione in Italia e in Europa registrano una situazione alquanto anomala: i paesi con un patrimonio culturale, storico e artistico maggiore offrono un numero di posti di lavoro più basso dei paesi poco "dotati". L'Italia è da questo punto di vista il paese emblematico – spiega **Carla Collicelli**, sociologa e vice direttrice del *Censis* –: mentre nell'Europa dei 27 nel 2009 lavoravano nei principali comparti del settore culturale, oltre 3,6 milioni di persone, pari all'1,7 per cento dell'occupazione totale, in Italia questi erano meno di 250mila, con una percentuale di appena l'1,1 per cento». E di questi tempi

le cose non vanno meglio. «Anzi l'Italia ha anche il primato dei tagli di bilancio realizzati nel settore culturale nei momenti di crisi economica, a differenza di quanto accade altrove, dove

i finanziamenti rivolti a questo settore

vengono per lo più tutelati nei provvedimenti di *austerità*», completa il ragionamento Collicelli. Dunque un paradosso: non incentivare proprio

nel Belpaese un modello di sviluppo economico che abbia come motore la cultura, l'arte, la ricerca,

l'alta specializzazione. Per i sociologi bisogna tirare in ballo le tradizioni civiche e politiche: un passato centrato sulla dominanza culturale di un ceto elitario ristretto ha provocato un grande ritardo nel comprendere che la cultura stava diventando e doveva sempre più diventare un fenomeno di massa. Ed ecco che si è presa tutta un'altra strada. Parlano i dati dell'ultimo studio dell'Ufficio Statistico dell'Unione Europea (*Eurostat*). Se da un lato l'Unesco stima che sia l'Italia a detenere il più alto numero al mondo di beni patrimonio dell'umanità, la spesa pubblica destinata dal Paese alla cultura è la metà della media dell'Ue – anche la Grecia spende più di noi –. E per l'istruzione ci aggiudichiamo il penultimo posto della classifica (questa volta davanti alla Grecia): l'8,5 per cento del Pil contro il 10,9 per cento dell'Unione Europea.

Si capisce allora perché «mangiare con la cultura è sempre più difficile, perché le risorse pubbliche e private per il sapere, la conoscenza, la ricerca sono state continuamente tagliate. Ma se questo è vero, è vero anche che una gran parte della ricchezza prodotta nel Paese deriva dai settori della cultura e della creatività – sottolinea **Walter Dondi**, direttore della *Fondazione Unipolis* (del Gruppo *Unipol*) che, senza scopo di lucro, persegue finalità di ricerca scientifica e culturale, di promozione della sicurezza e dell'inclusione sociale –. Quindi la cultura "dà da mangiare a tante persone", ma conmetterla solo alla questione economica è riduttivo. Ha a che fare – ci tiene a precisare Dondi – con l'identità delle persone, la loro libertà. Voglio dire che c'è una dimensione non economica della cultura, che è più importante e che riguarda i suoi valori intrinseci».

## Patrimonio d'interesse

Sulla stessa lunghezza d'onda la vice direttrice del *Censis* che alla domanda se sia "antieconomico" non investire in cultura risponde: «Le questioni sollevate da quest'interrogativo hanno sia un valore etico e culturale che economico. Dal punto di vista culturale è uno spreco non rendere fruibile e non sviluppare la cultura di un paese. Se poi questo paese è l'Italia lo è anche di più. Da un

## Basta la parola

**Cultura** Quanto concorre alla formazione dell'individuo sul piano intellettuale e morale e all'acquisizione della consapevolezza del ruolo che gli compete nella società.



punto di vista etico si contraddicono i principi di rispetto, eguaglianza e giustizia. Dal punto di vista economico non si utilizzano le potenzialità che una buona politica culturale può produrre in termini d'occupazione e reddito».

Infatti negli ultimi cinque anni, in piena crisi, l'occupazione nelle industrie culturali italiane è cresciuta in media dello 0,8 per cento l'anno, creando 55mila posti di lavoro. Il settore che meglio ha resistito alla crisi, come emerge dal *Rapporto 2012 Symbola-Unioncamere, L'Italia che verrà*, che descrive un mondo editoriale, di produzione musicale, design, società di creativi e di grafici web che frutta al Paese il 5,4 per cento della ricchezza prodotta, equivalente quasi a 76 miliardi di euro, e che riesce a dare un lavoro a 1 milione e 400mila persone. Che tradotto significa che il 5,6 per cento del totale degli occupati in Italia ha un impiego legato alla cultura... più della meccanica. Se poi si guarda all'indotto e ai settori che la cultura attiva, il valore aggiunto prodotto passa al 15 per cento dell'economia nazionale e arriva a impiegare 4 milioni e mezzo di persone, con il 18,1 per cento di chi ha un lavoro. Insomma un bel giro d'affari. Per il presidente di *Unioncamere Ferruccio Dardanello* si sta affermando «un nuovo modello di sviluppo in cui è crescente l'interesse per il carattere strategico della cultura e della creatività, fattori decisivi per una nuova politica fatta d'innovazione, qualità, benessere, sostenibilità. Ma in Italia manca un quadro organico di politiche economiche basate sul potenziale produttivo del settore culturale».

Allora si potrebbe dire che «con la cultura si mangia meglio. Nel senso che l'industria culturale e creativa non solo aiuta a espandere l'occupazione e a far crescere l'economia, guadagnando spazio nel mercato dei beni e servizi, ma contribuisce anche a migliorare la vita delle persone sotto il profilo qualitativo – aggiunge un altro spunto alla riflessione **Alessandro Rosina**, professore di demografia e statistica sociale presso l'Università Cattolica di Milano –. Una funzione del tutto coerente con la crescente consapevolezza che lo sviluppo non può essere solo quantitativo, misurato attraverso il prodotto interno lordo, ma deve inglobare dimensioni più ampie del benessere, che la cultura aiuta ad arricchire».

## Beni e mali culturali

L'Italia è il paese europeo che **investe meno** nella cultura: l'**1,1 per cento** del Pil contro la **media europea del 2,2 per cento** e **meno della Grecia (l'1,2 per cento)**.

In cultura spendono tutti più dell'Italia: dalla **Francia (2,5 per cento del Pil)** al **Regno Unito (2,1)**, alla **Germania (1,8)**.

**Penultimi** nella spesa per l'istruzione: **8,5 per cento** del Pil contro una **media europea del 10,9**.

In **5 anni**, tra il 2007 e il 2011, sono stati creati **55mila posti di lavoro nell'industria culturale**. Con una **crescita media annua dello 0,8 per cento** è il settore che meglio ha resistito alla crisi.

Mondo editoriale, produzione musicale, design, società di creativi e di grafici web fruttano al Paese il **5,4 per cento della ricchezza prodotta**, equivalente quasi a **76 miliardi di euro**. Un'industria culturale che riesce a dare un lavoro a **1 milione e 400mila persone**.

L'**export della cultura** vale **oltre 38 miliardi di euro**, il **10 per cento del totale** nazionale.

Grande influenza della cultura sull'andamento del **turismo**: il **33,6 per cento** del totale della spesa turistica in Italia, pari a **23,3 miliardi di euro**, è attivato dalle industrie culturali.

(fonte: dati Eurostat e Unioncamere)



## Venire a conoscenza

Ma per Rosina, autore del libro *L'Italia che non cresce. Gli alibi di un paese immobile* (Laterza), c'è di più: «La cultura ha anche un effetto indiretto positivo di stimolo al resto dell'economia. È, infatti, dimostrato che l'uso di servizi culturali e creativi aumenta nelle aziende la propensione e la capacità di fare innovazione, favorisce la trasmissione del sapere e l'uso delle nuove tecnologie. Per questo può avere in Italia un ruolo importante di sostegno e incentivo alla crescita».





Un po' come dimostra, con dati, esempi passati e recenti (dall'impero romano, agli incentivi alla cultura del presidente americano Roosevelt, alla riscoperta scientifica di Trieste) e proposte concrete, il libro *La cultura si mangia!*, dello scrittore e critico letterario **Bruno Arpaia** e del giornalista scientifico **Pietro Greco** (edito da Guanda). Il ragionamento potremmo riassumerlo così: fin qui eravamo sempre riusciti a conciliare il progresso economico con l'immobilismo culturale; quando i soldi girano nessuno si preoccupa se i migliori cervelli vanno altrove o se molti cervelli rimangono in pausa, consentendo a chi li manipola di continuare a fare, indisturbato, i propri comodi, con ottimi standard d'ignoranza. Ma il modello di sviluppo scelto dall'Italia negli Anni Sessanta, quello "senza ricerca", oggi non funziona più, perché gli unici beni che un paese con un'economia sviluppata può produrre in maniera competitiva sono quelli ad alto valore tecnologico aggiunto, o



Servono con urgenza nuovi investimenti, nuova immaginazione, nuova competenza: ma non solo per le ricadute immediate degli investimenti in cultura. Perché la cultura della tutela, dato il suo altissimo status costituzionale, può essere, con la scuola, la ricerca, l'università, fattore essenziale d'aggregazione civile, di una consapevolezza del passato che è il rovescio e l'identico di ogni progetto per il futuro. ”

**Salvatore Settis**, archeologo e storico dell'arte, ex direttore della Scuola Normale Superiore di Pisa.

meglio ad alto «tasso di conoscenza» aggiunto. Per produrli, però, c'è bisogno di luoghi in cui questa nuova conoscenza si crea, che non sono altro che i centri pubblici e privati di ricerca scientifica. Ed ecco che si ritorna al punto di partenza. L'Italia non investe in ricerca e istruzione e anche l'industria nostrana non brilla per generosità: spende in ricerca una quota di *Pil* (intorno allo 0,4 per cento) che è inferiore di quattro quinti rispetto a quella degli altri paesi avanzati.

## Arti e mestieri

«Manca una strategia di valorizzazione, con la conseguenza negativa che quelle che potrebbero essere opportunità su cui investire diventano costi da tagliare. Non solo il patrimonio artistico, ma anche il turismo, il *design*, più in generale molti settori del *made in Italy*, possono diventare il valore aggiunto di un'Italia che ritrova un suo spazio strategico di sviluppo puntando sulla qualità», rimarca Rosina. E allora la domanda delle domande: che cosa dovrebbero fare la politica e il Governo per sostenerla? «Il Governo dovrebbe agire innanzitutto spostando risorse da settori improduttivi e parassitari agli investimenti nei beni culturali, nell'arte, nei musei ecc. – risponde la vice direttrice del *Censis* –. In secondo luogo bisognerebbe stimolare e sostenere le iniziative culturali imprenditoriali, soprattutto giovanili, ma anche dei grandi gruppi industriali che possono sponsorizzare restauri e nuove forme di fruizione culturale. Infine è necessario intervenire sulla scuola e l'università, visto che i pur numerosi studenti italiani nell'ambito della cultura, delle arti e della scienza, trovano difficilmente occupazione in Italia, per la carenza di risorse, ma probabilmente anche per una debole finalizzazione dello studio verso possibili sbocchi occupazionali». Insomma, come sottolinea Dondi, «investire in cultura non è un lusso, perché è il primo fattore di crescita economica e sociale di un paese. Infatti i dati ci dicono che i paesi che crescono di più sono quelli che investono di più in cultura, istruzione e ricerca, mentre in Italia cresce l'analfabetismo di ritorno, la percentuale dei laureati è tra le più basse d'Europa e calano

# Cultura **cooperativa**

**Come dalla cultura e dalla creatività può nascere lavoro.  
L'esempio della Fondazione Unipolis al fianco dei giovani.**

«**C**i auguriamo che la nostra attività possa servire a trattenere in Italia tanti giovani, a promuoverne l'occupazione, evitando l'emigrazione qualificata a cui oggi stiamo purtroppo assistendo. Ma anche per sollecitare le nuove generazioni a mettersi in gioco, a crearsi il lavoro, il futuro. Per questo puntiamo sui settori della cultura e della creatività e sul modello d'impresa cooperativa». Con queste parole **Walter Dondi**, direttore della *Fondazione Unipolis*, riassume il senso e gli obiettivi della Fondazione in generale e del progetto *Culturability*, in particolare, cioè la responsabilità della cultura per una società sostenibile. Nato nel 2009, ha promosso un dibattito su questi temi,

anche attraverso la sua presenza sul *web*, una serie di iniziative concrete sul territorio, ha sostenuto progetti pluriennali in varie città, con l'idea di fondo che

la cultura sia un fattore di coesione e inclusione sociale, favorendo l'accesso alla conoscenza e all'educazione da parte delle persone più deboli e tradizionalmente escluse. «La cultura può essere anche un potente fattore di sviluppo economico e sociale, ma solo se abbandona ogni concezione riduttiva e strumentale, assumendo, invece, la funzione di leva per promuovere l'affermazione di una società in grado di valorizzare talenti e competenze e, in quanto tale, di perseguire maggiore uguaglianza, diritti sociali e civili. È questo il manifesto, diciamo così, di *Culturability*», spiega Dondi.

E la risposta dei giovani è stata di quelle che ti convincono che la strada intrapresa è quella giusta. Al bando, indetto a febbraio e chiuso a fine aprile, *Culturability*, *fare insieme in cooperativa* – con l'obiettivo di promuovere la costituzione di nuove imprese nei settori culturale e creativo, in forma cooperativa e con finalità di carattere sociale – hanno risposto circa 3mila giovani per 840 progetti (a ciascuno hanno lavorato almeno 3 giovani tra i 18 e i 35 anni) provenienti da tutta Italia. Da quelli sviluppati interamente su internet, ad altri legati all'editoria, alla musica, al teatro, al cinema: progetti creativi realizzati per lo più da giovani laureati o con ulteriori specializzazioni, di cui 10 – quelli che avranno superato la selezione di fine anno, dimostrando di essere veri progetti d'impresa – riceveranno 20mila euro a fondo perduto dalla *Fondazione Unipolis* e una rete di supporto, così come quella che in questi mesi sta garantendo con iniziative nei vari territori di provenienza dei progetti. «Un piccolo contributo per i giovani, il lavoro, la cultura – dice con soddisfazione Dondi – che ci auguriamo s'impegnino a dare anche altri. Un successo reso possibile anche dalla disponibilità sia a livello locale che nazionale di *Legacoop* che mi stimola a fare un invito a tutto il Movimento Cooperativo Italiano: a impegnarsi ancora di più nella formazione di nuova cooperazione presso i giovani. Perché il grande interesse per il progetto e la risposta che abbiamo avuto dimostra, tra le altre cose, proprio la disponibilità e l'apertura delle giovani generazioni verso l'impresa cooperativa». ■



ogni anno gli iscritti alle università. Allora il Governo dovrebbe guardare avanti, finalizzando le poche risorse che ha verso attività innovative, selezionando meglio e di più quelle che possono produrre nuova occupazione. Ma perché la cultura assuma una nuova e assoluta centralità, va considerata un diritto – precisa Dondi –, parte integrante ed essenziale di un moderno sistema di *welfare* nel qua-

le sia accessibile a tutti. E qui entra in gioco il ruolo decisivo del sistema educativo, dalla scuola per l'infanzia all'università». Diamo un'occhiata ai sinonimi di cultura: conoscenza, istruzione, dottrina, erudizione, sapere, scienza, educazione, formazione; e ora ai suoi contrari: ignoranza, arretratezza, barbarie. Ripartire dal significato delle parole potrebbe essere un primo importante passo in avanti. ■

# Usufrutta

*Meglio senza buccia, e meglio a morsi che in succo, anche a fine pasto. Ma c'è frutta e frutta; attenzione a quella zuccherina e ai semi oleosi.*

■ Ersilia Troiano

**È** proprio il caso di dire “ultima per ordine ma non per importanza”, quando si parla della frutta. Consumata classicamente a fine pasto, è un’ottima soluzione anche per un leggero e sano spuntino di metà mattina o pomeriggio. Dal punto di vista nutrizionale, è ricca d’acqua e zuccheri semplici, come fruttosio, glucosio e saccarosio, apporta buone quantità di fibre alimentari, utili per la salute e il benessere intestinale, di vitamine – in particolare A e C – e sali minerali,

soprattutto potassio. Contiene inoltre numerose sostanze antiossidanti come, ad esempio, gli antociani (uva e frutti di bosco), la quercetina (mele), la luteina (kiwi) e i più conosciuti carotenoidi (ananas, agrumi, albicocche, melone, pesche).

Per apprezzarne odori e sapori, ma anche per godere appieno dei suoi nutrienti, la frutta deve essere consumata quando gli zuccheri e le cosiddette sostanze aromatiche hanno raggiunto il giusto grado di maturazione.

## Fuori pasto

Meglio lontano dai pasti? Assolutamente no, a meno che non si soffra di disturbi digestivi. In tal caso, infatti, essendo ricca d’acqua può contribuire a diluire i succhi gastrici e rallentare la digestione. Nessuna prova scientifica, invece, a supporto della convinzione di molti che mangiarla dopo i pasti faccia ingrassare. Al contrario, mangiare frutta a conclusione del pranzo o della cena contribuisce al senso di sazietà, evitando la tenta-





zione di consumare dolci o *snack*, magari meno sani e più calorici. E, ancora, grazie alla vitamina C, può migliorare l'assorbimento del ferro presente nelle verdure o in altri alimenti d'origine animale.

Più che "una mela al giorno", le porzioni quotidiane raccomandate di frutta sono tre; una porzione di frutta corrisponde a 150 g circa, ovvero a un frutto medio/grande (arancia, mela, pera) o a due-tre frutti piccoli (albicocche, mandarini) per gli adulti, e alla metà circa per i bambini fino a 10 anni.

Attenzione, però, c'è frutta e frutta. Via libera ad agrumi, fragole, pere, pesche, susine, mele e albicocche, ma attenzione a quella zuccherina (banane, fichi, uva, cachi, datteri). E, soprattutto, a quella oleosa.

## A piccole dosi

Quanto poi alla buccia, è meglio toglierla. Anche se ben lavata, la buccia può, infatti, contenere residui di sostanze chimiche, anche se utilizzate in maniera del tutto appropriata a quanto previsto dalla legge.

Infine la frutta da bere. Per praticità, ma anche per la convinzione (sbagliata) che le loro qualità nutrizionali siano del tutto sovrapponibili alla frutta, i succhi vengono spesso considerati una valida alternativa alla frutta, soprattutto per i bambini. Ancora più sbagliato è preferirli all'acqua, abitudine molto diffusa soprattutto nel periodo estivo.

Il rischio peggiore è, infatti, proprio quello di berne quantità eccessive assumendo, di conseguenza, troppe calorie e zuccheri semplici. Gli zuccheri sono già contenuti naturalmente nella frutta e presenti in succhi, nettari e prodotti simili (ad esempio frullati) anche nelle varianti senza zuccheri aggiunti. Infine, anche se addizionati di vitamine e sali minerali, queste bevande non contengono della frutta la fibra, importantissima anche per bambini. ■



# Speciale estate

49

***Insalate multicolore e piatti semplici e fantasiosi, conservando al meglio alimenti e bibite.***

Salutiamo fino al prossimo autunno zuppe e minestre calde e lasciamoci prendere dalla voglia di fresco, che si fa sentire anche a tavola. Tra i banchi dell'ortofrutta c'è solo l'imbarazzo della scelta. Albicocche, fichi, fragole, pesche, nespole, fagiolini, pomodori, lattughe, melanzane, zucca e zucchine... e il nostro frigorifero si riempie dei colori e dei profumi della bella stagione. Siccome, poi, la voglia di stare ai fornelli diminuisce, largo ai piatti unici. Diamo libero sfogo alla fantasia con insalate multicolore e piatti semplici a base di legumi e verdure, limitando l'abuso di formaggi, latticini e insaccati e sperimentando accostamenti originali o inconsueti, ad esempio, con frutti esotici come l'avocado o frutti di bosco come mirtilli e lamponi. Riduciamo anche l'utilizzo di condimenti come salse o olio, abbondando di erbe aromatiche e spezie.

Con l'aumentare delle temperature è importante prestare ancora più attenzione alla gestione del frigorifero. In estate più che mai è vietato conservare avanzi o alimenti a temperatura ambiente – anche la frutta e la verdura, che magari in inverno ci permettiamo il lusso di tenere fuori dal frigo – e d'obbligo scongelare in maniera corretta gli alimenti, cuocendoli direttamente o ponendoli in frigorifero la sera prima. Caldo e sete e il frigo si riempie di bevande. A parte i dubbi sul loro presunto potere dissetante e, soprattutto, il carico di zuccheri semplici o dolcificanti che ci assicuriamo sostituendole all'acqua, tenete sempre presente che sovraccaricare il frigo significa ridurre la capacità di mantenere le giuste temperature perché l'aria fredda non circola bene in un frigorifero affollato. Un piccolo termometro, facilmente reperibile anche nei negozi di articoli casalinghi, può essere un valido aiuto per controllare che le temperature non vadano mai oltre i

4-5 gradi, almeno nei ripiani centrali. E, a proposito di bevande, se è vero che l'alimentazione in estate deve anche aiutarci ad

assumere la giusta quantità di liquidi, è anche vero che nessuna bevanda può e deve sostituire l'acqua, meglio se del rubinetto. Se per gusto o praticità la preferiamo imbottigliata, rispettiamo l'ambiente e scegliamo quelle che fanno meno strada per arrivare sulla nostra tavola ovvero quelle provenienti dalle fonti più vicine a noi. ■

# Fior di pelle

50

■ **Barbara Bernardini**

**Prevenzione e rimedi per le macchie della pelle. Con qualche accortezza in più sotto il sole estivo.**

**N**ell'Ottocento si usava la polvere di riso. Era così che le dame e anche gli uomini di corte imbellettavano la pelle per farla sembrare più bianca, segno inconfondibile di bellezza e potere. In due secoli i canoni di bellezza e i simboli del potere sono cambiati e oggi, semmai, ci si chiude nei solarium per poter sfoggiare un'abbronzatura impeccabile anche in inverno. La pelle ambrata è diventata un simbolo di bellezza molto ricercato, ma in ogni caso tutti, che preferiscano essere chiari o scuri, concordano sul fatto che la carnagione, specialmente del viso, deve essere omogenea, priva cioè di quelle discromie, macchie o alterazioni di colore di qualsiasi tipo che rendono il volto stanco e "vecchio".

## Contro sole

Ora che inizia l'estate e il sole si fa più forte, viene da chiedersi se non sia proprio lui a trasformarsi nel nemico numero uno per la pelle. «Il sole è un fattore scatenante per molte macchie, ma talvolta può non essere la principale causa – spiega **Maurizio Benci**, specialista in Dermatologia e Venereologia e membro della *Società Italiana di Dermatologia Estetica e Correttiva* –. Esistono alcuni

farmaci fotosensibilizzanti, altre macchie poi sono di natura post-infiammatoria. Un esempio per tutti: se una persona ha l'acne, dovrà proteggersi dal sole, perché le cicatrici fresche possono pigmentarsi». Se ne deduce quindi che non tutte le macchie abbiano la stessa origine. «Molte lesioni pigmentate che vengono etichettate genericamente come "macchie" sono in realtà di natura disparata – chiarisce Benci –: dalle semplici cheratosi seborroiche pigmentate,

che sono lesioni benigne, alle cheratosi attiniche pigmentate, considerate istologicamente dei carcinomi *in situ*, fino addirittura a lentigo maligne, veri melanomi *in situ*. Poi c'è il cloasma gravidico, la pigmentazione tipica della gravidanza e delle alterazioni ormonali, in questo caso il sole è solo un fattore che aggrava la patologia, ma non è la causa d'insorgenza. Le cheratosi solari, invece, spesso pigmentate, possono essere banalizzate come semplici "macchie", mentre sono vere modificazioni in senso tumorale della pelle indotte dalle radiazioni ultraviolette. Senza dubbio in questo caso il sole è la causa scatenante, insieme alla predisposizione individuale», sottolinea Benci.

## Darsi alla macchia

La genetica sembra giocare un ruolo dominante, perciò ciascuno dovrebbe conoscere e "accettare" il fatto di essere più o meno sensibile allo sviluppo di patologie cutanee e prendere le opportune precauzioni. «Per capire quale tipo di macchia ci troviamo davanti è necessario usare il dermatoscopio – spiega ancora Benci –. Questo piccolo microscopio a contatto ha aperto un microcosmo nella diagnosi delle patologie dermatologiche. Senza questo strumento la semplice visita è ormai obsoleta».

Assodato che il panorama delle macchie cutanee è molto più complesso di quanto si possa immaginare, se ne deduce che anche la scelta delle soluzioni per riportare la pelle all'aspetto uniforme non sia banale e che di fatto solo lo specialista dermatologo possa individuare il trattamento più adatto. «Per le lentigo solari i mezzi più innovativi ed efficaci sono le luci pulsate o i laser cosiddetti *Q-switched* – continua il dermatologo –, mentre per il cloasma l'unico laser che ha una relativa utilità è quello frazionale non ablativo (tipo *Fraxel, ndr*), tutti gli altri possono addirittura peggiorare il problema. Per le cheratosi attiniche pigmentate, sicuramente la terapia fotodinamica con acido aminolevulinico è la terapia più innovativa».



## Il trucco c'è...

E se si volesse provare a schiarirle con i cosmetici? Vale la pena di investire tempo e soprattutto denaro in prodotti da spalmare sulla pelle? «I cosmetici in commercio sono sicuri e hanno un'attività comprovata – risponde Benci –. Meglio evitare sempre cosmetici comprati su internet, non marcati Ce. La legislazione è molto diversa tra i vari paesi, talvolta sono permesse sostanze vietate in Europa». Ovvio che le creme destinate al grande pubblico abbiano dei limiti, per questo a volte sono necessarie molecole schiarenti che non sono ammesse nei cosmetici, ma che se utilizzate sotto attenta supervisione dermatologica danno ottimi risultati. «È importante che sia lo specialista a prescrivere e supervisionare il trattamento – avverte Benci –: queste molecole portano alla morte cellulare i melanociti (le cellule che producono il pigmento, ndr) inducendo uno sbiancamento permanente e irreversibile della pelle. Mi riferisco all'idrochinone – specifica –, farmaco odiato e amato dai dermatologi e portato alla ribalta dall'uso estremo che ne ha fatto Michael Jackson». E allora meglio prevenire e cominciare prestissimo a farlo. I bambini devono assolutamente evitare le scottature e il sole dalle 12 alle 15, quando la radiazione ultravioletta è molto forte mentre le lampade abbronzanti dovrebbero essere abbandonate o utilizzate solo sotto controllo dermatologico. Il sole sì, ma, per una pelle sana e bella, abbronzatura solo d'estate e con moderazione. ■

**Maurizio Benci** Specialista in Dermatologia e Venereologia, membro della Società Italiana di Dermatologia Estetica e Correttiva, responsabile di Branca della Casa di Cura Leonardo (Vinci, FI) [www.mauriziobenci.it](http://www.mauriziobenci.it)

### GLOSSARIO

## Macchia o neo?

**Lentigo solari** sono caratterizzate da accumuli di pigmento scuro, la melanina, dentro le cellule della pelle che non la producono (i cheratinociti) e sono superficiali.

**Neo o nevo** è costituito da melanociti, le cellule che producono la melanina, che hanno un'origine diversa da quelle della pelle e si addensano in strati più o meno profondi.

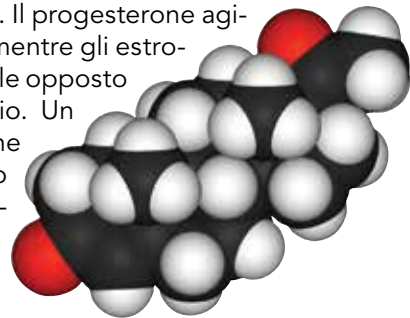
## Nessun dolore

Uno dei serpenti più temuti al mondo, il mamba nero, potrebbe diventare uno dei migliori alleati della medicina moderna. Il rettile, noto scientificamente col nome di *Dendroaspis polylepis*, possiede un veleno che contiene due proteine tanto efficienti nel bloccare il dolore quanto la morfina e con effetti collaterali inferiori: le mambalgine. La scoperta è stata pubblicata sulla rivista "Nature", ed è il risultato di una ricerca per individuare antidolorifici alternativi alla morfina, verso cui i pazienti sviluppano spesso assuefazione e dipendenza.



## Soggetto del desiderio

È il progesterone l'ormone che determina il desiderio sessuale nelle donne. La scoperta, di un'équipe di scienziati dell'Università di Santa Barbara in California, ha finalmente fatto luce su una parte ancora misteriosa della biologia umana. Il progesterone agirebbe negativamente, mentre gli estrogeni darebbero il segnale opposto aumentando il desiderio. Un risultato importante che potrebbe portare allo sviluppo di nuove terapie contro il calo della libido femminile.



## All'impronta

Nel corpo umano ci sono più batteri che cellule. Se questa non è una sorpresa lo è, invece, il fatto che ogni persona possieda una sua "impronta" microbica. Lo ha dimostrato una ricerca americana con un progetto ambizioso che ha caratterizzato i batteri presenti in 12 punti del corpo dimostrando che ogni persona è caratterizzata da alcune popolazioni prevalenti di batteri, in particolare sulla pelle, sulla testa e nelle narici, mentre all'interno della bocca i batteri sono più simili. Apparentemente inutili, studi come questo servono a individuare la relazione tra le popolazioni di microbi nostri commensali e la predisposizione alle malattie.

# Quel mazzolin di fiori

**Fiori italiani e africani per il bouquet Solidal Coop, un progetto di commercio equo e solidale che unisce i produttori di rose FairTrade del Kenya con i produttori e soci della cooperativa Flora Toscana.**

■ **Anna Somenzi**

«**Q**uest'anno è un disastro, dobbiamo ancora riscaldare, fare trattamenti. E non fiorisce nulla». **Carlo Benedetti** se la prende con il tempo: «È lui che decide». Benedetti sta consegnando le calle a *Flora Toscana*, una cooperativa di floricoltori di Pescia, la città dei fiori. Una realtà con più di quarant'anni di storia che, dagli

inizi di cooperativa per gli acquisti, diventa poi centro di commercializzazione per i propri soci, che investono tutte le loro energie nella coltivazione e nell'innovazione.

## Fior di quattrini

È così che al garofano, produzione classica della zona, si affiancano via via nuove varietà di fiori nelle loro serre per diversificare le produzioni. Nel 2000 lanciano, pionieri in Italia, la coltivazione in vaso della Protea, una pianta sudafricana, e altre piccole piante da casa, avviando al fianco dei fiori recisi la commercializzazione dei vasi. Ma la crisi si fa sentire anche qui, le strutture costano, gli interventi anche, l'energia anche di più. E poi la gente compra meno fiori: secondo i dati *Ismea* nel 2012 gli acquisti sono diminuiti del 5-6 per cento rispetto all'anno precedente. Anche se qualche segno positivo si fa vedere dall'adesione agli incentivi dedicati ai giovani agricoltori dalla regione Toscana, come nel caso di Lorenzo Franceschini, 24 anni, che ha deciso di continuare l'attività di famiglia, anche grazie a quest'iniziativa.





Lorenzo Franceschini, 24 anni, socio *Flora Toscana*, produttore di crisantemi e piante in vaso a Montecarlo (LU).



Rose Nanjala, 39 anni, raccoglie le rose per *Karen Roses* in Kenya da oltre 10 anni. Con gioia dice: «Lunga vita a *Karen Roses* e al *FairTrade*».

## La vie en rose

Ma c'è un progetto che *Flora Toscana* abbraccia con molto interesse ed è il **bouquet Solidal Coop**: un progetto che unisce i produttori di rose *FairTrade* del Kenya ai floricoltori italiani, la varietà stagionale delle nostre produzioni con la costanza dell'offerta delle rose africane. Le rose arrivano da Eldama Ravine, Rift Valley, Kenya. Fondata nel 1997 occupa 1.200 lavoratori, soprattutto donne, e produce 90 milioni di steli ogni anno. Rispetto agli altri vivai della zona, quello di Ravine è una delle realtà più piccole, pur rappresentando uno dei più importanti datori di lavoro per la popolazione locale. E soprattutto è fatto di rapporti di lavoro corretti. Presso Ravine i fiori vengono coltivati razionalizzando l'acqua e i fertilizzanti impiegati. Quando è possibile inoltre si utilizzano antiparassitari biologici al posto di pesticidi chimici, a tutto vantaggio di chi lavora e dell'ambiente. I lavoratori sono remunerati in modo equo e nel rispetto della legalità hanno garanzie sindacali e contrattuali. I produttori oltre al prezzo equo e stabile ricevono il *FairTrade premium*, che viene impiegato per migliorare la vita della comunità.

## Motivo floreale

È dal 2007 che *Flora Toscana* importa le rose *Solidal Coop*, dal dicembre 2011 diventa importatore diretto da Ravine Roses, eliminando un passag-

## Buone nuove

### Nuovi prodotti nella lista della spesa a marchio Coop.

#### Fior fiore spremute di frutta fresca

100% di succo di frutta appena raccolta, matura. Non da concentrato. Tre proposte: frutti tropicali, agrumi siciliani e mele italiane. Un litro di spremuta da 3 kg di frutta tropicale: ananas, mango, guava rosa, banana e arancia. Per gli agrumi: 10 arance bionde, due rosse, mezzo limone e sette mandarini tutto dalla Sicilia, cinque le mele italiane.



#### Crescenza di capra

Dopo il successo ottenuto dal latte uht (a lunga conservazione) di capra a marchio Coop, arriva anche la crescenza di capra in confezione da 100 g. È fatta con latte 100% italiano e proviene da allevamenti di capre piemontesi. Ha gusto delicato, è facile da digerire ed è naturalmente ricca di calcio e fosforo.



#### Farina di grano tenero 00 antigrumi

Perfetta per la preparazione di pasta e soprattutto creme senza l'ombra di grumi. Ottenuta dalla macinazione del cuore del chicco, si caratterizza per un basso tenore di ceneri. È la sua uniforme consistenza a garantire nell'uso di non formare i grumi, con due vantaggi: non è necessario il setaccio e l'impasto è più duttile e lavorabile.



#### Fior fiore bresaola da scottona

Le carni sono di bovine irlandesi allevate libere, all'aperto. La fesa viene salata e stagionata in Italia a Grosotto (SO), in Valtellina, nell'ambiente montano caratteristico del prodotto. La bresaola viene poi tagliata e riposta nella vaschetta, pronta per il consumo.



gio e garantendo un prezzo migliore al produttore e una maggiore freschezza del prodotto a chi l'acquista. Dalla fine del 2012 è certificata *GlobalGap* – buone pratiche agricole riconosciute a livello internazionale –, certificazione che si aggiunge a *Sa8000* e *Iso14001*, specifica per i requisiti di un sistema di gestione volto a ridurre l'impatto ambientale di processi, prodotti e servizi. Oggi *Flora Toscana* prepara i bouquet aggiungendo alle rose del Kenya i fiori dei suoi 135 produttori e soci, non contrapponendo le produzioni, ma scegliendo di creare un ponte tra le persone, le capacità, i prodotti. Un'opportunità di lavoro e di mercato basate su relazioni eque che danno una speranza per il futuro di tutti. ■

# Caldo umido

■ **Roberto Minniti**

## Aria condizionata o deumidificata? Il clima giusto in casa.

Il clima giusto in casa, senza i fastidiosi effetti collaterali della climatizzazione. Di fronte a un'esigenza sacrosanta come questa, il pensiero va immediatamente al rapporto conflittuale con il condizionatore; pochi, invece, prendono in considerazione uno strumento che offre benessere nelle giornate più calde senza mai macchiarsi dei malanni che l'aria fredda di *split* e apparecchi portatili indubbiamente provoca. Per evitare i raffreddori di mezza estate, torcicollo e mal di gola e non soffrire il caldo, la soluzione c'è e si chiama deumidificatore, un apparecchio decisamente più economico che toglie umidità dall'aria e che, da solo, è in grado di rendere decisamente più respirabile l'atmosfera delle giornate e

delle serate in cui la colonnina della temperatura raggiunge livelli insopportabili.

Gli effetti positivi dell'uso di un deumidificatore al posto del climatizzatore sono indubitabili. Tassi di umidità molto alti, come quelli che non di rado siamo costretti a sopportare, infatti, impediscono all'organismo di difendersi attraverso lo scambio di calore con l'esterno. E questo perché l'umidità impedisce la corretta sudorazione, il meccanismo che il nostro corpo utilizza per raffreddarsi. Abatterla, spiegano i medici, significa percepire una temperatura decisamente inferiore.

Se il relax d'estate è assicurato, un deumidificatore non finirà in cantina neppure in inverno, specie nelle abitazioni più umide, dove la funzione di abbattimento dell'umidità ha un ruolo fondamentale per impedire la formazione di muffe e gli effetti negativi sugli allergici. Basta non esagerare, spiegano i pneumatologi, seccando troppo l'aria e rendendo più difficile l'azione protettiva delle mucose.

## Ore d'aria

Chi è intenzionato a comprare un deumidificatore non ha che l'imbarazzo della scelta. Ne esistono di diversi tipi, ma la selezione è relativamente semplice. Punto essenziale è la capacità di deumidificazione, espressa in litri per 24 ore: un dato di efficienza e, al tempo stesso, indispensabile per capire la dimensione dell'ambiente che il nostro apparecchio riuscirà a "trattare". In generale le aziende indicano un apparecchio da 10 litri al giorno per un ambiente di 45 metri cubi (dunque una stanza non superiore a 15-18 metri quadri). Ma è meglio dotarsi di apparecchi più prestanti se non si vuole essere costretti a spostarli di camera in camera.

Oltre a prestare attenzione ai consumi del deumidificatore che vorremmo portare in casa (e che dovremo cerca-



re attentamente, visto che per questi elettrodomestici non è prevista l'etichetta energetica) è bene anche dare un'occhiata alla rumorosità, tenendo conto che al contrario di quanto accade con un condizionatore, qui il ronzio non riusciremmo a confinarlo fuori la finestra, ma finirà per dare fastidio solo a noi.

*Timer* e *igrostato* (il meccanismo che consente di tenere l'umidità a livello costante staccando il motore per non farla scendere sotto il valore impostato dall'utente) sono abbastanza comuni nei modelli in commercio. Controllate che siano presenti nel modello che avete scelto.

Due particolari non da poco, poi, possono fare la differenza durante l'uso quotidiano del deumidificatore: la capacità del contenitore di raccolta e la presenza di filtri specifici. Nel primo caso la scelta di un apparecchio "capiente" avrà il vantaggio di evitarci di dover svuotare continuamente la macchina perché riprenda a funzionare (cosa che durante le giornate più afose potrebbe accadere con frequenza fastidiosa). L'offerta di filtri *Hepa*, invece, è particolarmente importante per gli allergici che ne godranno in salute.

## Semi freddo

Se proprio non riuscite a rinunciare al freddo-freddo di un condizionatore, potrete sempre optare per i modelli portatili che al loro interno prevedono un buon deumidificatore, in modo tale da poter utilizzare solo questa funzione e affiancarla alla refrigerazione solo quando indispensabile.

Per un acquisto del genere, però, le caratteristiche da valutare sono molte. Oltre a quelle già descritte per la funzione di deumidificazione, c'è innanzitutto la potenza, collegata a una serie di fattori ambientali. Non tutti sanno, ad esempio, che maggiore è il numero di persone in una stanza più alta sarà la temperatura, a causa del calore corporeo e della respirazione. Allo stesso modo fanno la loro parte le fonti di calore elettriche derivate da computer, televisori, monitor, lampade e apparecchiature elettroniche di vario tipo. Da non dimenticare anche che i piani superiori del condominio sono sensibilmente più caldi di quelli inferiori e che le finestre senza doppi vetri favoriscono l'accumulo di calore all'interno.



A parte questi fattori, però, occorre considerare che un climatizzatore poco potente (da 7000 Btu/h circa) raffredda un ambiente fino a 25 metri quadri, uno di potenza intermedia (da 9000 Btu/h) è adatto per un salone da 35 mq, mentre i modelli più performanti da 12000, 18000 e 22000 Btu/h sono in grado di refrigerare ambienti fino a 50, 80 e 120 metri quadrati. Comprare un prodotto adeguato all'ampiezza della stanza evita esagerazioni (e consumi inutili) e scongiura che si porti a casa un apparecchio insufficiente all'ambiente che dovrebbe lavorare sempre al massimo della potenza, con elevati consumi e vita ridotta del dispositivo.

Più importante ancora della potenza, però, è l'indice d'efficienza energetica che indica la quantità d'energia consumata per raffreddare un ambiente in relazione alle sue prestazioni. Più è alto questo numero più sarà efficiente l'apparecchio che stiamo per acquistare.

Vale anche la pena riflettere sul tipo di tecnologia utilizzato dal condizionatore. Le due più comuni usate sono la *inverter* e la *on/off*. Nel caso di quest'ultima, ogni volta che nella stanza viene raggiunta la temperatura desiderata, il motore stacca e si riaccende solo quando la temperatura si rialza. È facile comprendere come, in questo modo, aumenti la spesa elettrica, dato che il condizionatore ha un picco di consumi proprio quando si accende. Inoltre il *comfort* è minore, a causa del getto di aria fredda che va e viene. Con l'*inverter*, invece, l'apparecchio resta acceso modulando la potenza in base alla temperatura, è più silenzioso e consente un risparmio energetico del 30-40 per cento rispetto all'*on/off*. ■

# guida all'acquisto deumidificatori condizionatori

## deumidificatori

| marca e modello                                 | capacità di deumidificaz. (litri in 24 h) | tanica raccolta condensa (litri) | altre caratteristiche  | prezzo* (euro) |
|---|---|----------------------------------|--|----------------|
| <b>ARGO</b><br>NARCISO                          | 16  | 3,5                              | filtri lavabili antimuffa e antibatteri<br>regolazione dell'umidità tramite umidostato | 180            |
| <b>DELONGHI</b><br>TASCIUGO ARIADRY             | 21  | 4                                | umidostato - filtro lavabile - funzione <i>Combi**</i>                                 | 290            |
| <b>MITSUBISHI</b><br>MJE16V                     | 16  | 4                                | timer fino a 8h - funzione "asciugatura panni"<br>filtro fotocatalitico                | 305            |
| <b>OLIMPIA</b><br>SPLENDID<br>AQUARIA<br>THERMO | 22  | 3,5                              | funzioni: purificazione, deumidificazione,<br>deumidificazione e riscaldamento         | 290            |

## condizionatori

| marca e modello                                | classe energetica | potenza (btu/h) | eer  | altre caratteristiche (euro)  | prezzo* |
|--|-------------------|-----------------|------|---|---------|
| <b>ARGO</b><br>DADOS 9                         | A                 | 9.000           | 2,70 | deumidificazione 3 velocità di ventilazione + auto  | 420     |
| <b>DELONGHI</b><br>PAC PINGUINO                | A                 | 8.000           | 2,86 | deumidificazione (30 l/24 h) - funzione di<br>sola ventilazione - ricircolo condensa<br>3 velocità di ventilazione + funzione Quiet | 400     |
| <b>OLIMPIA</b><br>SPLENDID<br>ELLISSE<br>GREEN | A                 | 9.000           | nd   | non necessita tanica  | 440     |
| <b>ZEPHIR</b><br>ZDY9000                       | A                 | 9.000           | nd   | deumidificatore (50 l/24h) - filtri antipolvere<br>timer 24h - velocità 3 + auto  | 490     |

\*prezzi rilevati sul mercato di riferimento - \*\*resistenza che permette di riscaldare e deumidificare contemporaneamente

Deumidificatore o condizionatore? Una risposta univoca non è possibile, visto che la scelta dipende dalle esigenze di ogni ambiente e di ogni utilizzatore. Nel primo caso è preferibile non creare un clima domestico troppo secco per evitare fastidi a naso e gola. E ricordare che la situazione ideale prevede un tasso di umidità compreso tra il 40 e il 60 per cento. Per un uso appropriato del climatizzatore è bene tenere a mente che la differenza di temperatura tra ambiente esterno e interno non dovrebbe mai superare i 5-6 gradi per evitare colpi di freddo, raffreddori e dolori muscolari.

Dunque se fuori il termometro segna 30 gradi, dentro casa o in ufficio è il caso di non scendere sotto i 24. Altrettanto importante è evitare che l'aria fredda venga puntata direttamente sul nostro corpo (meglio i modelli con alette che oscillano automaticamente o, almeno, in grado di essere orientate a mano). E poi attenzione anche all'uso notturno: nel caso dei condizionatori monoblocco (quelli della tabella) non sempre è presente la funzione "notturno" che riduce intensità e rumore ed è facile trovarsi durante il sonno a temperature troppo basse... per non ammalarsi.

In promozione negli Iper nord dal 6 al 19 giugno  
e negli Iper sud dal 6 al 16 giugno

### Condizionatore portatile Kennex modello PC26-AME

Sistema di funzionamento: freddo/caldo/deumidificatore - Potenza frigorifera: 9.000 - Potenza freddo: 1.100 Watt - Potenza caldo: 950 Watt - Timer - Sistema di evaporazione automatico - 3 velocità - Capacità contenitore: 1 litro - Filtri lavabili - Telecomando - Dimensioni: cm 55x30xh76

**Prezzo 289 euro**



### Deumidificatore Kennex modello PD10-DAE

Umidità asportata: 10 litri/24h - Potenza: 250 Watt - Capacità tanica: 2,3 litri con arresto automatico in caso di riempimento - Pannello elettronico - 2 velocità - Timer 24h - Filtri lavabili

**Prezzo 119 euro**  
(disponibile anche nella versione da 20 l a 149 euro)



promo



# Si mantiene bene

# In misura ridotta

57

**In catalogo il set degli articoli in doppia parete termica per mantenere calde o fredde le bevande.**

Un tè freddo o un caffè caldo... più a lungo. Per mantenere la temperatura, calda o fredda, delle bevande *WD Lifestyle* ha realizzato innovativi bicchieri, brocche e tazzine in vetro borosilicato, che Unicoop Tirreno ha inserito nel catalogo soci 2013-2014. La particolarità di questo vetro è la doppia parete termica, frutto di una lavorazione in gran parte manuale, che mantiene la temperatura – fredda o calda che sia – più a lungo del vetro normale; ciò vale per la brocca e i bicchieri da bevanda e anche per i *mug* che possono quindi essere utilizzati per il caffè,

ma anche per il gelato. Le eccellenti doti di resistenza agli sbalzi termici e un basso coefficiente di dilatazione permettono di utilizzare questo vetro anche in freezer, nei forni elettrici e a microonde. **C.V.**

*lifestyle*  
**WD**  
Mug, doppia parete  
capacità 25 cl



Mug  
gratis con 700 punti

**300 punti**  
+ 4,00 €  
Solo su prenotazione.

**SPENDI**

Set 2 bicchieri bibita,  
doppia parete  
capacità 40 cl each



Set 2 bicchieri Bibita  
gratis con 1.000 punti

**400 punti**  
+ 6,00 €  
Solo su prenotazione.

**SPENDI**

Brocca doppia parete  
capacità di 0,9 l.



Brocca  
gratis con 1.300 punti

**700 punti**  
+ 6,00 €  
Solo su prenotazione.

**SPENDI**

**Il riduttore di flusso a docce e rubinetti di casa per consumare molta meno acqua.**

Non tutti sanno che l'acqua, apparentemente disponibile e abbondante nelle nostre abitazioni, è invece un bene prezioso del tutto assente in molte parti del mondo. Un bene che tende ad avere un valore economico sempre più alto, poiché nel secolo scorso il consumo d'acqua dolce è quasi sestuplicato (crescendo più del doppio della crescita della popolazione) e l'acqua disponibile per gli ecosistemi e per gli uomini è solo l'1 per cento di tutte le risorse di acqua dolce disponibili sulla terra (fonte *Green Cross Italia*). Per ridurre sino al 50 per cento i consumi domestici d'acqua si può ricorrere a un semplice e poco dispendioso rimedio: l'applicazione ai rubinetti e alle docce di un piccolo riduttore di flusso o miscelatore d'aria. È un rimedio assolutamente efficace poiché permette di razionalizzare i consumi senza avere la percezione di aver compiuto un reale sacrificio, ma dando la possibilità a una famiglia di 3 persone di consumare circa 6mila litri l'anno di acqua in meno. Tutto sta nel sostituire questo piccolo oggetto ai tradizionali filtri rompigetto presenti all'estremità dei rubinetti. Il riduttore di flusso mescolerà l'aria all'acqua in uscita dal rubinetto, aumentando il volume del getto d'acqua, ma riducendo la sua portata. Questi dispositivi, che costano pochi euro, si ripagheranno in pochi mesi e, tenuto conto che buona parte dell'acqua utilizzata per usi domestici è acqua calda, contribuiranno anche alla riduzione del consumo d'energia (carburante o elettricità) impiegata per riscaldarla. La loro efficacia, poi, è talmente provata che alcuni enti e amministrazioni comunali si sono impegnati, durante campagne di sensibilizzazione sul risparmio idrico, a distribuirli gratuitamente ai propri cittadini e utenti. In commercio è possibile trovarli sia singolarmente, sia in pratici *kit* per "famiglie virtuose" composti normalmente da 3 riduttori di flusso per rubinetti più 1 per la doccia. ■



# Tutto fumo

58

■ **Silvia Inghirami**



Il migliore è il *Red King*. Non ha dubbi **Daniele Pancaldi**, category di *Coop Italia*, ad assegnare la “palma d’oro” alla razza regina del salmone. Taglia, contenuto di grassi e consistenza, colore delle carni rendono questa specie la più pregiata tra quelle pescate: il suo sapore delicato deriva da ciò che ha mangiato nella sua vita e dall’habitat in cui è vissuto, per lo più le fredde acque dell’Alaska. La differenza si avverte immediatamente al palato anche se non si è un esperto e si conosce la differenza solo tra un “allevato” e un “selvaggio”.

**Il mare e l’affumicatura fanno la differenza tra due salmoni. A confronto il norvegese e il canadese.**

chilogrammo, inferiore a prosciutto e bresaola; per il “selvaggio” c’è una maggiorazione di circa il 20 per cento». Ma l’aspetto economico non può essere l’unica ragione del successo: «Il salmone affumicato – sottolinea Pancaldi – non è più un prodotto delle feste: è continuativo e destagionalizzato, viene cioè acquistato tutto l’anno. Da tempo fa parte della cultura alimentare italiana: i consumatori non hanno più dubbi sulla qualità, si fidano. A favorire gli acquisti anche la varietà di confezioni disponibili (da 50, 100, 250 grammi) e i tempi lunghi di conservazione».



## Il migliore

Ma chi sono i “consumatori-tipo”? «Uomini e donne di età compresa tra i 20 e i 40 anni, che hanno un’abitudine all’acquisto mensile». Persone informate, attente al sapore e alle qualità nutrizionali del prodotto, ma che difficilmente si lasciano orientare dalla scelta della provenienza geografica, non sempre ben visibile in etichetta. «La maggioranza del salmone affumicato venduto in Italia è allevato ed è norvegese, mentre il canadese è solo una nicchia – riferisce Pancaldi –. Questo nonostante il primo abbia un prezzo superiore di circa il 10 per cento”. In cosa dif-

## Tipo ideale

feriscono? «Il norvegese è più pregiato e io trovo che sia più buono, ma i gusti sono un fatto personale. Naturalmente mi riferisco a due prodotti derivanti da pesci allevati: è ovvio, altrimenti, che il selvaggio canadese sia migliore». Il sapore è dato dal tipo di lavorazione? «No, sostanzialmente dall’origine. Il mare della Norvegia conferisce una sapidità caratteristica». Forse influisce il modo in cui sono allevati i pesci? «Non credo: in entrambi i paesi vi sono gabbie nel mare e i mangimi sono farine di pesce».

feriscono? «Il norvegese è più pregiato e io trovo che sia più buono, ma i gusti sono un fatto personale. Naturalmente mi riferisco a due prodotti derivanti da pesci allevati: è ovvio, altrimenti, che il selvaggio canadese sia migliore». Il sapore è dato dal tipo di lavorazione? «No, sostanzialmente dall’origine. Il mare della Norvegia conferisce una sapidità caratteristica». Forse influisce il modo in cui sono allevati i pesci? «Non credo: in entrambi i paesi vi sono gabbie nel mare e i mangimi sono farine di pesce».

## Testa di legno

Che ruolo gioca il legno usato per affumicare il prodotto? «Un ruolo importante, ma non è legato tanto al paese quanto al produttore. I processi di salatura e affumicatura sono ormai standardizzati e molto simili. La salatura può avvenire a secco (usando sale marino che viene cosparso sulla superficie di taglio dei filetti) oppure a umido (per iniezione o per immersione in salamoia). Per l'affumicatura quasi tutti adoperano il legno di faggio e le macchine determinano il quantitativo di fumo da immettere». La meccanizzazione toglie fascino a un alimento che nella fantasia collettiva resta di pregio, ma basta pensare al livello delle vendite (oltre 5 milioni di tonnellate) per capire che il frutto del lavoro paziente di qualche artigiano scandinavo o canadese non riuscirebbe ad accontentare neppure gli amanti delle tartine. E, invece, il salmone oggi viene usato non solo per un cocktail o per condire la pasta, ma per farcire un panino, creare una mousse e per sostituire una pietanza che non si ha tempo di preparare. ■

### Segni caratteristici

Il salmone ha ottime caratteristiche nutrizionali grazie al contenuto proteico elevato e al buon livello di acidi grassi omega 3. Inoltre, apporta notevoli quantità di vitamina D e di fosforo. L'affumicato ha una maggiore quantità di proteine, ma con il processo di affumicatura perde parte del contenuto di omega 3. Unica nota negativa l'alto contenuto di sodio.

#### composizione chimica e valore energetico per 100g di parte edibile

|                          |        |
|--------------------------|--------|
| Acqua (g)                | 64.9   |
| Proteine (g)             | 25.4   |
| Lipidi (g)               | 4.5    |
| Colesterolo (mg)         | 50     |
| Carboidrati disp. (g)    | 1.2    |
| Zuccheri solubili (g)    | 1.2    |
| Energia (kcal)           | 147    |
| Energia (kJ)             | 613    |
| Sodio (mg)               | 1880   |
| Potassio (mg)            | 420    |
| Ferro (mg)               | 0.6    |
| Calcio (mg)              | 19     |
| Fosforo (mg)             | 250    |
| Tiamina (mg)             | 0.16   |
| Riboflavina (mg)         | 0.17   |
| Niacina (mg)             | 8.8    |
| Vit. A retinolo eq. (µg) | 13     |
| Vit. C (mg)              | tracce |

Fonte: Inran

# L'ultima albicocca

59

**Negli orti e nei frutteti di Galàtone, in provincia di Lecce, gli ultimi alberi dell'albicocca con le lentiggini, precoce, piccola, profumata e molto longeva.**

**G**alàtone, un piccolo centro a pochi passi dalla riviera Jonica, è stato in passato uno dei centri agricoli più importanti della provincia di Lecce. Fino al primo dopoguerra, Galàtone era uno snodo di scambi commerciali tra agricoltori e grossisti che acquistavano e rivendevano i prodotti locali nel nord della Puglia. Commercianti e contadini si davano appuntamento al limite della città, a un crocevia che segnava il confine tra la città e la campagna dove si svolgevano le trattative.

Tra i prodotti più apprezzati le **albicocche** di una varietà molto precoce, di piccole dimensioni e molto profumata, con screziature scure simili a lentiggini vicino al peduncolo. “Li pitta Santo Luca” (li dipinge San Luca), dicevano gli anziani ai bambini quando chiedevano ragione della colorazione insolita. Il profumo dell'albicocca, la sua dolcezza e la sua morbidezza, tanto che quasi si liquefà in bocca, la rendevano uno dei prodotti più interessanti dell'agricoltura salentina, ma purtroppo la penalizzano oggi: troppo delicata per la manipolazione industriale e per i viaggi sulle lunghe distanze.

Oggi rimangono pochi esemplari di questa varietà, la maggior parte concentrata in due frutteti, mentre gli altri sono sparsi negli orti famigliari di Galàtone, Nardò e Seclì. *Slow Food* sta cercando di incentivare gli agricoltori a reimpiantare le piante tradizionali.



Anche perché, come tutte le vecchie varietà frutticole, l'*albicocca di Galàtone* è molto longeva: produce dopo tre anni dall'impianto e continua a fruttificare ben oltre i cinquant'anni, mentre le varietà moderne, più adatte a un'agricoltura più tecnologica, hanno una vita produttiva di circa sette/dieci anni. Esiste ancora nell'agro di Galàtone un albero di ottant'anni, un vero patriarca vegetale, che piega i suoi rami carichi di frutti fino a toccare il suolo.

Una leggenda la fa risalire addirittura ai Templari che l'avrebbero introdotta nella zona di Lecce e Otranto al ritorno dai loro viaggi in Oriente. In effetti non sarebbe così strano: l'origine dell'albicocca va ricercata in Armenia e l'albicocca, come la maggior parte delle piante originarie del Vicino e Medio Oriente, è stata appunto importata, secondo gli storici dell'agricoltura, proprio ai tempi delle Crociate dai Cavalieri Templari. L'albicocca tradizionale fruttifica nella prima quindicina di giugno. ■

# Luna piena

60

*Le tante espressioni della gastronomia semplice e tipica della Lunigiana: il vino di Luni, il formaggio col marchio della luna, la pasta fresca, le castagne, i testaroli.*

■ **Eleonora Cozzella**

**P**arlare di Testaroli vuol dire prima di tutto parlare di una delle aree più caratteristiche della Penisola. La Lunigiana è una lingua di terra, con affaccio sul mare a forma di luna, florida durante l'impero romano e poi caduta per secoli nella povertà perché è stata meta di conquiste straniere – i longobardi e i normanni nel Medioevo – poi è stata teatro delle lotte tra le maggiori città della Toscana contro Milano e Genova. Nel frattempo imperversava la malaria e dalla costa gli abitanti si ritirarono nell'interno, lasciando via via il porto interrarsi. Nel XVII secolo l'area (eccetto il principato di Massa Carrara) finisce sotto il dominio di Firenze. E, con il congresso di Vienna del 1815, la Lunigiana fu suddivisa tra il regno di Sardegna, il ducato di Modena e quello di Parma.

Tutte queste vicende non hanno impedito alle diverse generazioni di creare una cultura gastronomica molto interessante, sia pur povera. Anzi, ne è nata la grandiosa cucina tipica dei popoli che sanno ingegnarsi per onorare la tavola anche quando la natura sembrerebbe avversa.



## Contaminata

Questo angolo d'Italia è il punto in cui Liguria, Toscana e Emilia Romagna si toccano. E, dal punto di vista gastronomico, si influenzano. La contaminazione non si è arrestata fin dall'età romana quando la Lunigiana era sinonimo di ottimi vini ("Il vino di Luni ha la palma tra quelli dell'Etruria" scriveva lo storico Plinio il Vecchio) e attività casearia sopraffina ("Il formaggio segnato con il marchio della luna offrirà innumerevoli colazioni ai tuoi figli" diceva il poeta Marziale). In questo territorio convergono le tradizioni e i prodotti di diverse regioni. Dall'Emilia Romagna l'arte norcina e la passione per la pasta fresca, l'allevamento ovino dalla Toscana, dagli Appennini le castagne, dalle rive del fiume Magra le erbe spontanee. Mestieri e materie prime umili per risultati di gusto eccelso: le erbe spontanee che crescono nella zona sono alla base della prelibata torta d'erbi, i funghi di bosco diventano salse e intingoli, i panigacci – simili a focaccine sottili che si cuociono in ciotoline di coccio arroventato – da mangiare con formaggi freschi e salumi del luogo, dalla spalla cotta al fiocco, dal filetto alla mortadella. Fiore all'occhiello dell'allevamento sono il pregiato agnello di Zeri, ottimo arrosto con le patate, il capretto alla cacciatora, il coniglio con polenta. Le castagne, i cui alberi coprono le colline lunigianesi, sono protagoniste di molte specialità: la farina si usa per le lasagne bastarde, gli gnocchi meschi, i pani del fivizzanese, la marocca di Casola, gli sgabè e il castagnaccio. I dolci vanno da quelli secchi, come il buccellato, la pasteriala, la spongata pontremolese, ai cremosissimi amor pontremolesi.

## Gira dischi

Pontremoli (in provincia di Massa Carrara) e tutta la Lunigiana sono famosi per i testaroli, dischi di pasta a base di farina di grano (ma si presume che in passato fossero di farro), usati come pasta anche se tecnicamente si tratta di un pane azzimo, di spessore sottile e forma circolare, del diametro di circa 40-45 centimetri, che nella versione più artigianale sono tutelati dal presidio *Slow Food*. Semplicità assoluta: farina, acqua e sale. Per un risultato magico ottenuto oggi come secoli e secoli fa, grazie all'uso sapiente dei "testi", da cui il loro nome appunto deriva.

Il testo è il contenitore in ghisa (un tempo in argilla) nel quale avviene la prima fase della loro cottura. È un grande patrimonio della civiltà lunigianese. Questa cottura è, infatti, una modalità forse unica in Italia, autotona della Lunigiana e accomuna gli antichi popoli liguri apuani ai popoli che abitavano la parte meridionale del bacino del Mediterraneo.

## Mezzo soprano

I testi sono una sorta di piccoli forni portatili composti da due parti, quella inferiore chiamata sottano (dove vengono posti gli alimenti) e quella superiore, il soprano, che fa da coperchio.

Sia sottano che soprano sono posti su un fuoco di legna di faggio o di castagno e arroventati, la parte interna di entrambi è a contatto con la fiamma viva: quando il sottano ha raggiunto la temperatura giusta viene ritirato dal fuoco e vi si versa la pastella.

Si lascia quindi cuocere scoperto per qualche istante poi si chiude sovrapponendo il soprano e formando così una campana all'interno della quale avviene la cottura.

La preparazione successiva prevede che si taglino a losanghe per poi essere versati in una pentola d'acqua salata bollente. L'accortezza è di spegnere subito il fuoco e continuare questa particolare cottura per tre minuti.

Infine si scolano con la schiumarola e si condiscono con il pesto – come vuole la tradizione della Lunigiana – o con sugo ai funghi, ma anche con solo olio e pecorino sono squisiti: la loro porosità consente di assorbire i condimenti molto più delle normali paste, e hanno una consistenza gradevolissima al palato. ■

## Luni park

### *Viaggio all'anfiteatro di Luni, un piccolo Colosseo.*

Affascinante e anche un po' triste la storia della città di Luni, che dà il nome alla Lunigiana: è passata nel volgere di pochi secoli dallo splendore di età romana, quando era un porto fiorente da cui partivano merci pregiate (in particolare il marmo delle Alpi Apuane, il legname delle foreste appenniniche, i rinomati formaggi e vini locali), alla decadenza cominciata con le invasioni longobarde, proseguita con la conquista normanna, le guerre tra città toscane e Genova e Milano, senza contare la malaria che ha portato la cittadinanza a spostarsi all'interno. Anche il nome della cittadina è affascinante e ancora un po' avvolto nel mistero. Per alcuni deriverebbe semplicemente dalla forma di falce o mezza luna del porto cittadino, per altri risalirebbe al fatto che la città, ancor prima della conquista romana, era nota ai navigatori greci che l'avevano dedicata alla dea Selene, che corrisponde alla dea italiaca Luna. In ogni caso del periodo di splendore imperiale restano importanti testimonianze. In primis l'anfiteatro che è stato costruito, in piccolo, con struttura molto simile al Colosseo della Capitale. E che merita assolutamente una visita (si parte dal museo in via Luni 37 a Ortonovo (SP) da dove si viene accompagnati all'anfiteatro, la mattina alle 10,30 e il pomeriggio alle 15,30 d'inverno e alle 17,30 d'estate. Info: 0187.66811, sba-lig.museoluni@beniculturali.it).



La struttura, di tipica forma ellittica, poteva ospitare circa 7mila persone, a dimostrazione della ricchezza e popolarità di Luni. Il centro dell'anfiteatro, cioè l'arena, è costituito da un'area pianeggiante, in passato probabilmente coperta di sabbia. Intorno si sviluppa la cavea, cioè l'insieme delle gradinate in muratura, disposte su due anelli concentrici e separate da un corridoio. Qui prendevano posto gli spettatori, in settori separati in base al censo e al ceto. Le gradinate terminavano esternamente col cosiddetto muro di summa cavea, che circondava tutto l'anfiteatro. All'interno della costruzione non mancavano spazi per le diverse funzioni: dal magazzino per attrezzature e scenari, alle gabbie per gli animali destinati ai combattimenti, fino ai luoghi di preghiera per chi si preparava a combattere (e quindi a probabile morte).

Dell'anfiteatro di Luni restano i muri di sostegno e gli archi di pietra grigia, mentre praticamente nulla rimane delle colonne e del marmo bianco che rivestiva le gradinate. Un grande pezzo di storia che andrebbe conosciuto meglio e valorizzato. Come ogni tanto accade quando, d'estate, vi si mettono in scena rappresentazioni teatrali o concerti sotto le stelle.

# menu economico

62



## Crostini rustici

### Ingredienti per 4 persone

- 6 fette di pane casareccio ■
- 100 g di tonno in scatola ■
- 1 cipollotto fresco ■
- 10 foglie di basilico ■
- pomodorini ciliegini ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■

### Preparazione

Sbriciolare il tonno sulle fette di pane, unire i pomodorini tagliati a rondelle, la cipolla tritata, aggiungere sale, pepe e olio e terminare con piccole foglie di basilico a guarnizione.  
 > Le fette di pane possono essere precedentemente tostate e agliate.

### Preparazione facilissima

Tempo 10 minuti

Costo economica



### Abbinamento

Le bollicine rappresentano un buon modo di iniziare un pranzo. Perciò si consiglia un **Prosecco di Valdobbiadene** o un **Brut Charmat**.

### La dietista

#### 494 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦ Colesterolo ♦♦

Piatto unico estivo e completo. Sapevate che il basilico è ricco di sostanze antiossidanti? Con i pomodori una perfetta accoppiata di gusto e salute.

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.



## Pomodori ripieni di panzanella

### Ingredienti per 4 persone

- 8 pomodori maturi ma sodi ■
- 250 g di pane raffermo ■
- 1 cipolla rossa ■
- 1 ciuffo di basilico ■
- 1 cetriolo ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■
- aceto qb ■

### Preparazione facilissima

Tempo 15 minuti

Costo economica

### Preparazione

Togliere ai pomodori la calotta superiore e metterla da parte. Svuotarli delicatamente conservando la polpa tritata in una ciotolina con un po' di sale, aggiungere del sale anche all'interno dei pomodori e capovolgerli per farli ben scolare dell'acqua di vegetazione.

**Per la panzanella** Ammollare il pane a pezzetti in acqua fredda, sgocciolarlo e strizzarlo molto bene. Aggiungere la cipolla a fettine, la polpa tolta dall'interno dei pomodori, il cetriolo sbucciato e tagliato a dadini, abbondanti foglie di basilico spezzettato grossolanamente e condire con olio, sale, pepe e aceto.

Riempire con la panzanella i pomodori, riposizionare le calotte tenute da parte e tenere in frigo prima di servire.

### La dietista

#### 320 Kcal a porzione

Proteine ◆◆ Carboidrati ◆◆ Grassi ◆◆

Tipica del Centro Italia, la panzanella c'è in tante versioni a seconda degli ingredienti (mozzarella o insaccati vari) aggiunti che possono, però, alterarne l'equilibrio nutrizionale e appesantirne il gusto.



### Abbinamento

Valido abbinamento un **Trebbiano Toscano**, d'annata.



## Frittata di patate e cipolle

### Ingredienti per 4 persone

- 400 g di patate ■
- 1 cipolla ■
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato ■
- 4 uova ■
- sale e pepe ■
- olio extravergine d'oliva qb ■

### Preparazione

Lessare le patate, sbucciarle e farle freddare. Affettare la cipolla e farla appassire in pochissimo olio, a fuoco basso. Aggiungere alle cipolle le patate tagliate a rondelle e farle insaporire. Sbattere le uova con il sale, il pepe e il prezzemolo. Mescolare tutti gli ingredienti e farli cuocere dai due lati in una padella con olio molto caldo fin quando si sarà formata una crosticina dorata.

### Preparazione facilissima

Tempo 20 minuti

Costo economico

### La dietista

#### 285 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦ Colesterolo ♦♦

Piatto completo dal punto di vista nutrizionale, facile e veloce. È un'ottima soluzione per un pranzo o una cena estiva. Le patate sono una buona fonte di carboidrati. Evitiamo pertanto di esagerare con il pane.



### Abbinamento

Si consiglia con questo secondo un **Trebbiano**.



L'equilibrio nutrizionale di queste ricette economiche dimostra come la sobrietà nelle scelte di consumo faccia bene al portafoglio, ma contribuisca a ridurre gli sprechi, anche di calorie e nutrienti.



## Mattonella al cioccolato

### Ingredienti per 4 persone

- 3 albumi d'uovo ■
- mezzo litro di panna ■
- 1 cucchiaio di zucchero ■
- 100 g di cioccolato fondente ■

### Preparazione facilissimo

Tempo 15 minuti  
Costo economico

### Preparazione

Montare a neve ferma gli albumi e in un altro contenitore montare la panna, ridurre a scaglie metà del cioccolato e mischiare delicatamente tutti gli ingredienti insieme a un cucchiaio di zucchero. Mettere il composto ottenuto in uno stampo da plumcake e tenerlo in freezer per almeno 4 ore. Fare fondere il cioccolato rimasta a bagnomaria in un pentolino e al momento di servire togliere la mattonella dal freezer, sformarla dallo stampo, tagliarla a fette e guarnirla con il cioccolato fuso.

> Questo dolce è molto comodo perché si può togliere dal freezer, tagliare le fette necessarie che non hanno bisogno di essere scongelate e riporlo di nuovo in freezer.

### La dietista

#### 560 Kcal a porzione

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

Mattonella di nome e di fatto? No, se mettiamo in pratica il consiglio di congelarla e tagliarne solo piccole fettine da consumare. Valida alternativa anche per una fresca merenda, soprattutto per i bambini.



### Abbinamento

Ideale un **Passito di Pantelleria** robusto o un **Vin Santo Toscano**.

# Libri di testo alla Coop

Prenotali e Risparmia

PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCONTO DEL  
**15%**

SUL PREZZO DI COPERTINA

PER I NON SOCI

SCONTO DEL  
**10%**

SUL PREZZO DI COPERTINA

PRENOTAZIONE  
A PUNTO VENDITA

È POSSIBILE PRENOTARE i testi per SCUOLE MEDIE INFERIORI  
E MEDIE SUPERIORI

QUANDO: dal 6 GIUGNO al 31 OTTOBRE

CONSEGNA: fino al 30 NOVEMBRE

PRESSO IL PUNTO VENDITA PRESCELTO

Dopo il 30 novembre, gli ordini relativi a testi eventualmente non pervenuti sono da considerare annullati.

PRENOTAZIONE ON LINE

sul sito web [www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it)

È POSSIBILE PRENOTARE i testi per SCUOLE MEDIE INFERIORI  
E MEDIE SUPERIORI

QUANDO: dal 6 GIUGNO al 31 OTTOBRE

CONSEGNA: PRESSO IL PUNTO VENDITA PRESCELTO

Tutte le informazioni sul sito

Unicoop Tirreno non potrà essere ritenuta responsabile della mancata evasione delle prenotazioni causata da insufficienti ristampe da parte degli editori o da disservizi degli stessi.



semi **seria** di Simona Marchini

# Filosofia di vita

*Il ruolo dei genitori perché i figli non siano esseri soli ed egoisti, schiavi della tecnologia, incapaci di provare le emozioni suscitate dalla musica, dalla poesia, dalla natura, dalla vita.*

**A** volte ci si chiede sgo-  
menti in quale mondo  
stiamo vivendo e fin  
dove può arrivare la degradazione del  
costume. Penso, tra i tanti orrori, alle  
due ragazzine di Udine. Ne ho profon-  
da pena per come un essere umano  
giovannissimo, in formazione, possa  
essere manipolato al punto di perder-  
si di vista, di oscurare la centralità  
della coscienza fino al delitto, come  
in un videogioco, che in quanto tale  
non è reale, e quindi non genera emo-  
zione e orrore del “male”. Io parlo da  
vent’anni della minaccia annunciata  
all’integrità della mente di bambini e  
ragazzi. Il progetto era farne consu-  
matori senza discernimento e quel  
progetto è stato realizzato. Basta  
guardarsi intorno. Piccoli automi at-  
taccati alle macchine, dal videogioco  
al computer, al televisore, sempre più  
distanti da se stessi, e quindi dagli al-  
tri. Risultato? Una società incapace  
di convivenza e di scambio, un mondo  
di monadi chiuse nel proprio involu-  
cro. I danni relazionali e umani sono

immensi. Ma soprattutto l’impossibi-  
lità di essere felici nella condivisione  
e nella partecipazione a ciò che ci cir-  
conda. Egoismi meschini, povertà di  
obiettivi e aspirazioni, solitudine sen-  
za conforto. Naturalmente l’umanità  
non è mai completamente sorda alle  
voci del cuore, dell’identità, dell’etica.  
Ci sono luoghi della speranza in cui  
gli individui si fanno esempi operativi  
di “umanesimo” applicato. Ma sareb-  
be fondamentale, a mio avviso, che i  
genitori si rendessero conto del dan-  
no di una tecnologia invasiva, unico  
totem e idolo contemporaneo che sta  
ormai entrando in modo prepotente  
nella vita di tutti i giorni e soprat-  
tutto nelle scuole. Aiutate i bambini  
a vivere, se non altro parallelamente,  
l’esperienza dell’emozione viva, non  
mediatica, della natura, del teatro,  
della musica, della pittura, della bel-  
lezza. E dell’amicizia, del gioco condi-  
viso. Regalate ai vostri figli qualcosa  
che non si compra, ma che accarezzi  
la loro anima bella come la magia stu-  
pefacente dell’aurora. ■

**Distanze ridotte, linguaggio del corpo, rapporti meno ingessati. In spiaggia cambiano i costumi che dicono qualcosa della psicologia di ciascuno.**

# Fatti di costume

**Rita Nannelli**

Quello che altrove ci metterebbe in imbarazzo, al mare ci sembra la cosa più naturale del mondo: seminudi, sdraiati a pochi centimetri dagli altri, raccontare la nostra vita al telefono ben sapendo che il vicino d'ombrellone non si lascia scappare una battuta, giocare in bella vista anche se siamo delle schiappe. Oltre al corpo, in spiaggia mettiamo a nudo la personalità.

## Corpo a corpo

Sotto il sole va in scena una piccola grande rivoluzione dei costumi – e non è un gioco di parole –, ma come e perché si diventa tipi da spiaggia?

«Si è costretti a stare in mezzo agli altri, a occupare spazi ridotti dove è inevitabile convivere con il vicino d'ombrellone ed entrare a far parte, in qualche modo, della vita dell'altro anche se per poco tempo – risponde

## Tipi da spiaggia

**Identikit dei più diffusi tipi da spiaggia. Se li conosci, li eviti o ci fai conoscenza.**

**In splendido isolamento L'indifferente** Per lo più giovane donna che va in spiaggia per rilassarsi, non per fare nuove amicizie. Come riconoscerla? Costruisce intorno a sé un isolamento fisico marcato, occhi socchiusi, auricolari. Se ha una sdraio accanto la occupa con una borsa. Il messaggio è chiaro: meglio lasciarla in pace.

**Stagione della caccia La cacciatrice** Ragazza estroversa, in cerca di conoscenze. S'incontra lungo il passeggio centrale, dove può osservare più persone e mettere in atto il gioco della seduzione. Le onde sono il suo palcoscenico naturale, con le sdraio come platea. Un consiglio per avvicinarla: un bel sorriso e la battuta pronta... ma non volgare.

**Di vedetta Il controllore** Non si sbaglia: maschio adulto, per lo più con figli. Vuole proteggere la prole e poter osservare tutto quello che avviene intorno. Per lui il luogo ideale è l'ultima fila, meglio se in posizione leggermente sopraelevata, in tipica postazione da vedetta.

**Facciamo conoscenza L'estroverso** Nessuna difficoltà a entrare in relazione con gli altri

bagnanti, è sempre in prima fila, a due passi dal mare, vicino al luogo dei giochi e degli incontri. Pronto o pronta a cogliere i segnali di disponibilità degli altri per fare nuove conoscenze.

**Dall'alto in basso Lo snob** In spiaggia proprio con si mette le infradito. Non ama mischiarsi con gli altri, resta sulla sua barca, ma dalla barca "domina" e soprattutto si fa guardare avvicinandosi alla riva. Lui guarda gli altri dall'alto in basso.

**Ci vuole un fisico bestiale Il seduttore** Sportivo, dinamico, punta tutto sul fisico abbronzato. Ci si imbatte nel *tombeur de femmes* sulla battigia, dov'è impegnato in abili palleggi per farsi ammirare. Ma la palla, come da copione, rotola ai piedi di una bella fanciulla: scena d'ordinaria seduzione estiva.

**Di nascosto L'introverso** Chi non ne conosce uno. Si isola anche dagli amici con cui è arrivato, mettendosi al centro dell'ombrellone, le sdraio su tutti i lati gli fanno da barriera fisica, occhiali d'ordinanza per "nascondersi meglio" dal mondo, ascolta musica con le cuffie, non partecipa mai alle attività del gruppo. Insomma il più classico dei classici: il timido.

**Ombre rosse L'isolato** Versione estrema dell'introverso, non parla, è concentrato nella lettura, geloso della sua privacy, detesta la pelle abbronzata, tanto che non lascia quasi mai l'ombra. È di solito quello che sta con la maglietta.



Mariacandida Mazzilli, psicologa e psicoterapeuta, responsabile del sito [www.psicologiadonna.it](http://www.psicologiadonna.it) –. Mangiare, parlare, leggere, mandare *mail* con il telefonino non sono più gesti privati, ma condivisi con estranei». A parlare, in realtà, è il linguaggio del corpo. «Di questa convivenza il corpo poco vestito diventa l'elemento più importante, il codice comunicativo uguale per tutti, non importa se si è ricchi o poveri, professionisti o disoccupati, si è corpi prima di tutto, si è come gli altri, con gli altri», spiega Mazzilli. Insomma è un po' come se la nudità ci imponesse altri valori, come la cura del corpo e la bellezza fisica, che diventano più importanti degli altri, più che mai, e nello stesso tempo stare seminudi aiuta a omologarci, a integrarci con chi abbiamo accanto.

## Incontri ravvicinati...

«La personalità si libera di tutti quei cliché che in città, al lavoro, la tengono imprigionata; ci si allontana dai ruoli e dalle responsabilità, e forse si riesce ad essere più se stessi – Mazzilli ci aiuta a andare dietro l'apparenza dei comportamenti balneari –. In spiaggia nascono amori, amicizie, ci si confronta più facilmente con la vicina di sdraio sull'educazione dei figli o sul rapporto con il compagno. Una partita di pallone mette insieme il notaio e il bidello, il ragazzino bocciato con quello bravo a scuola, si fa gruppo dimenticandosi di tutti quegli stereotipi che regolano i nostri rapporti nella quotidianità cittadina». La prossemica (l'insieme delle regole sociali che disciplinano le distanze personali) rende così più facile il dialogo con gli altri, s'instaura, secondo gli psicologi, una "democrazia della distanza": non si percepisce più la vicinanza come invasione dello spazio proprio (anche se non per tutti è così), mentre di solito non tolleriamo la presenza di una persona ferma a meno di un metro da noi. E anche i metri di giudizio in spiaggia sembrano capovolgersi: lontano da casa siamo più tolleranti, è come se pregiudizi, diffidenze e abitudini non facessero parte della vita da spiaggia. Ma come ha scritto qualcuno, quello che succede d'estate non ha importanza... Purtroppo in questo caso. ■

## C'è da stare allegri

Se funzionano con i francesi che sono, secondo un vecchio adagio, italiani solo più arrabbiati, faranno tendenza anche nel Belpaese. A Parigi si fa la coda – soprattutto le donne – per i "club del ridere", luoghi d'incontro, un po' seduta di yoga un po' cabaret, in cui tra piccoli giochi di ruolo, che simulano le più comuni situazioni quotidiane, gag e scherzi, la parola d'ordine è ridere e ridere ancora. Perché una bella risata, dicono psicologi e neuroscienziati, libera endorfine, stimola la creatività, allontana lo stress, fa bene al corpo. Una seduta di buonumore che dura una quarantina di minuti; a seguire un quarto d'ora di respirazione profonda e ben fatta, in assoluto silenzio, e cuorcontento si torna a casa, al prezzo più o meno di un biglietto del cinema. Certo una risata non cancella la crisi, ma aiuta a sopportarla meglio.

## Degni di nota

Anche quest'estate si balla sotto le stelle: coreografie di gruppo con Gustavo Lima e la sua *Gatinha Assanhada*, ritmi latineggianti con *Morosita* di Karmin Shiff e *pop dance* con *Live it up* dell'incontenibile Jennifer Lopez. E poi ci sono i *Daft Punk* con *Get Lucky*, motivo Anni Ottanta, perfetto per l'ora dell'aperitivo; Robin Thicke con *Blurred lines* che farà muovere tutti, anche i più imbranati, e Arianna che con *Sexy People* ripropone *Torna a Surriento* in salsa *dance* dei giorni nostri (successo assicurato). Il rap di Fabri Fibra, *Ring Ring*,



continuerà a risuonare anche nelle discoteche all'aperto, ma è *Ti porto via con me*, secondo i dj più scafati, la canzone perfetta per le notti estive "che tutto sembra possibile", di un Jovanotti sempre freschissimo. Sarà vero tormentone?

## Fascia costiera

Senza lacci o spalline. Che sia un bikini o intero, il costume è a fascia, nero, rosa, color carne, con motivi floreali dai colori accesi o con ruche stile diva Anni Cinquanta. Seducente, ma decisamente poco comodo, se decidete di presentarvi in spiaggia con un costume *strapless*, ricordatevi di darvi una controllatina dopo ogni tuffo.

Dal Nord Europa agli Stati Uniti, dalla Germania al Brasile è boom di Repair Café, luoghi d'incontro dove si portano oggetti di tutti i tipi da riparare, tra una bevuta e una fetta di dolce. A quando il primo Repair Café made in Italy?

# Esami di riparazione

70

■ **Alessandra Bartali**

Si chiama obsolescenza programmata e a dispetto del nome criptico detta legge nelle nostre vite di cittadini del Terzo Millennio, scendendo le uscite dal nostro conto corrente. Qualche esempio? La batteria del cellulare non funziona più e anziché sostituirla conviene acquistarne uno nuovo. La lavastoviglie fa acqua, ma cambiare la centralina costa quasi quanto quella in promozione nel negozio di elettrodomestici. E ancora computer con monitor improvvisamente difettosi a 2 anni dall'acquisto, borse con cerniere che si inceppano



al millesimo tentativo di chiusura e lettori dvd che si mangiano il disco numero 500 che si tenta di inserirvi. Ovvero appena la garanzia scade. Niente di tutto ciò è casuale, ma rientra in una ben precisa strategia di molti produttori, soprattutto del settore tecnologico, che mira a limitare la durata degli oggetti per aumentare le vendite. Con tanti saluti all'ambiente e alle tasche dei consumatori, addomesticati a partecipare con entusiasmo alla gara al possesso dell'ultimo modello.

## Ti sistema io!

Ma a quasi 100 anni dai primi diabolici vagiti delle aziende nel lucrosissimo universo dell'obsolescenza programmata (negli Anni Venti la durata delle lampadine fu strategicamente abbassata da 2.500 a 1.000 ore), i consumatori si ribellano. E tentano di spezzare il circolo vizioso del ri-acquisto forzato coltivando l'arte della riparazione. Se in Italia aumenta il lavoro per calzolai, ciabattini e sartorie, nel Nord Europa fioriscono da qualche tempo i Repair

Café, luoghi dove i cittadini portano oggetti arrivati prematuramente a fine ciclo vitale per farli resuscitare da alcuni volontari esperti nella riparazione. Il tutto senza circolazione di denaro, se non quello speso per bevande e dolciumi vari, come compete a qualsiasi caffè. L'idea è nata nel 2009 ad Amsterdam, dove Martine Postma, un'ex giornalista intraprendente e indignata dagli sprechi, ha messo in piedi la *Repair Café Foundation*, ottenendo circa 400mila euro dal Governo olandese. Da allora in tutto il paese i caffè della riparazione si sono moltiplicati e hanno trovato emuli (non tra i Governi, ma tra i cittadini) anche in Germania, Inghilterra e Belgio, in Brasile, Canada e negli Stati Uniti. Gli oggetti a cui si tenta di dare una seconda vita sono i più disparati e vanno dai capi d'abbigliamento ai tagliaerba, anche se il settore tecnologico è di gran lunga il più rappresentato.

## Café corretto

In molti casi i *Repair Café* non hanno un regolare orario di apertura, ma sono eventi programmati a cadenza più o meno regolare, dove l'affluenza aumenta ad ogni incontro: proprio a Palo Alto, città della Silicon Valley nonché culla dell'innovazione digitale statunitense, il secondo evento ha triplicato le presenze del primo e circa 100 persone non sono state accolte per mancanza di spazio. Anche a Londra gli avventori aumentano a ritmi esponenziali, mentre in Germania sono gli stessi *Repair Café* a spuntare come funghi: ben 17 nell'intero paese. Gli utenti sono uomini e donne di ogni età e hanno uno scambio interattivo con i cosiddetti esperti della riparazione (carpentieri, elettricisti, sarti e tecnici di computer) che in media riescono ad aggiustare il 50 per cento degli oggetti. Oltre all'obiettivo pratico di rendere funzionante qualcosa di solo apparentemente irrecoverabile, infatti, i *Repair Café* si pongono l'obiettivo di tramandare

conoscenze pratiche che altrimenti andrebbero perdute, riducendo al tempo stesso il volume di materie prime e l'energia necessaria a realizzare nuovi prodotti. «Simili iniziative, inoltre, insegnano a rivedere l'idea del possesso materiale e a concepire alternative alla cultura dell'usa e getta», si legge sul sito [repaircafe.org](http://repaircafe.org).

## Correre ai ripari

Ma la riscoperta dell'arte della riparazione rappresenta davvero un'inversione di tendenza della nostra società consumistica o è solo una risposta pratica alla crisi economica? Secondo **Luisa Leonini**, docente di sociologia dei consumi all'Università di Milano, la risposta è affermativa in entrambi i casi: «La crisi porta di per sé a una rivalutazione dei consumi. Occorre, però, attendere la sua fine per capire se questo fenomeno avrà effetti durevoli o se sarà stata solo una strategia sul breve periodo. Certo che, parallelamente alle iniziative di riutilizzo, altri segnali lasciano presagire un cambio di marcia rispetto

alla società consumistica in cui siamo cresciuti – continua la sociologa –. Penso alla diffusione del consumo critico, all'interesse per la provenienza e il contesto lavorativo degli oggetti d'acquisto, all'attenzione crescen-

te per temi quali il riciclo e la riduzione degli imballaggi». Anche **Andrea Bertaglio**, vicepresidente del *Movimento per la decrescita felice*, vede certe iniziative come spie di una consapevolezza diversa: «Alcune persone adottano comportamenti meno spreconi pensando esclusivamente al portafoglio, ma altre sono stimolate a rimettere in discussione un modello socioeconomico che fa acqua da tutte le parti. Anche se in Italia un meccanismo del vuoto a rendere per le bottiglie, come quello vigente in Germania, – commenta Bertaglio – verrebbe tuttora giudicato come un vezzo da fricchettoni, più che un modo per ridurre il consumo di vetro e plastica». E infatti di *Repair Café* in Italia, per ora, nemmeno l'ombra. Anche se la neonata *PcOfficina* di Milano, dove sul modello delle ciclofficine si riparano computer tra una birra e una chiacchiera, potrebbe esserne un primo assaggio. ■



# Massima. Sicurezza

Da un'esperienza di laboratori di comunicazione visiva, organizzati nel carcere di Spoleto, nasce l'idea di un libro di ricette fatte dai detenuti. Ora Cucinare in massima sicurezza è in libreria.

Classe 1978, originario di Cesena, esperto di comunicazione visiva e disegno grafico, laureato in etnografia, Matteo Guidi è l'artista-antropologo che ha ideato e curato il libro *Cucinare in massima sicurezza* ([www.stampalternativa.it](http://www.stampalternativa.it), pp. 156, 14 euro) da poco in libreria. Una raccolta dei metodi e delle ricette usati dai detenuti nelle sezioni di Alta Sicurezza che dà un'immagine inaspettata di un mondo troppo spesso dimenticato.

Carcere e cucina: com'è nata quest'associazione?

«Nel 2009 ho tenuto dei laboratori di comunicazione visiva organizzati dalla cooperativa sociale *Co.mo.do* di Perugia per 12 detenuti del carcere di Spoleto. In un momento di confronto uno di loro ha detto che nella sua cella faceva il pane. Da qui l'idea di un libro con le ricette realizzate in carcere».

Come le ha raccolte?

«Attraverso uno scambio di lettere che ha coinvolto prima il carcere di Spoleto e in seguito altre prigioni di massima sicurezza. Un colloquio epistolare durato quasi tre anni in cui si proponevano ricette, disegni, nascevano commenti e discussioni. In ogni penitenziario una figura di riferimento ha raccolto il materiale fra i compagni di detenzione per poi spedirmelo. Tutto a spese mie e dei singoli cuochi detenuti».

Il libro contiene anche i disegni che illustrano come vengono costruiti gli utensili utilizzati.



«Disegnare gli utensili invece di fotografarli è stata una scelta in linea con il "fai da te" al quale devono adattarsi i detenuti per la preparazione dei piatti. Le illustrazioni, realizzate da uno dei condannati all'ergastolo

ostativo, danno l'idea del complesso di "manovre" che ogni giorno queste persone affrontano per instaurare un personale rapporto con il cibo».

Una cosa positiva e una negativa legate a quest'esperienza.

«Il privilegio di conoscere persone di grande creatività laddove tutto sembra perduto. Ma anche la frustrazione che nasce quando le cose più semplici come, per esempio, cucinare possono in carcere risultare di una difficoltà enorme».

A chi si rivolge *Cucinare in massima sicurezza*?

«La speranza è che sia accessibile a tutti e che il terreno comune della preparazione del cibo faccia da "ponte" verso l'universo dei reclusi». ■



**Non una, ma più mete, pochi giorni, risparmiare, grazie alle compagnie low cost e a nuove formule di soggiorno offerte da internet e, perché no?, insolite: come cambiano le vacanze.**

# Meta... morfosi

■ **Barbara Autuori**

**A**gosto vacanza mia non ti conosco (o quasi). Basta parafrasare il famoso adagio popolare per descrivere le nuove modalità con cui gli italiani vanno in ferie da qualche anno a questa parte. Una tendenza che si va consolidando e che verrà confermata anche in quest'estate 2013. «Ormai l'abitudine di fare le canoniche due settimane di ferie agostane si sta praticamente perdendo» conferma **Federico Belloni**, responsabile di *TSM Consulting* (Trend Strategy & Marketing in Tourism, [www.tsmconsulting.it](http://www.tsmconsulting.it)), società specializzata nella consulenza strategica, operativa e gestionale per il settore turistico e alberghiero. «Il turista di oggi – spiega – tende a frammentare il proprio monte ferie suddividendolo nell'arco dell'anno».

## Al volo

Un cambiamento che in molti riconducono alla contrazione dei *budget* per le ferie, ma che non sarebbe corretto addebitare del tutto all'imperante crisi economica. «Questa metamorfosi riflette, infatti, anche le trasformazioni della società, di cui il turismo è spesso uno specchio fedele. Chi va in vacanza oggi cerca di vivere più di un'esperienza e ogni "pezzetto" di ferie si lega a una motivazione diversa» sottolinea Belloni che all'attività di consulente affianca quella di docente di marketing del turismo all'Università di Barcellona. Ecco allora che alla villeggiatura con la famiglia si cerca di alternare lo svago per praticare lo sport preferito con gli amici, la gita mirata alla città d'arte o il tour enogastronomico. Una ricerca di varietà che è stata nutrita e assecondata dall'avvento delle compagnie aeree *low cost* che hanno ridisegnato la geografia delle destinazioni turistiche. «L'abbattimento del costo del biglietto aereo ha rappresentato

un grosso vantaggio per il turista che, anche con pochi soldi a disposizione, riesce ad arrivare in luoghi prima inaccessibili». Un'opportunità nuova che ha favorito mete a breve-medio raggio come le tante città europee che oggi sono più facilmente raggiungibili ed economiche di molte destinazioni turistiche vicino casa. «Se prima si viaggiava secondo mete prestabilite – continua il consulente – adesso si sceglie la destinazione basandosi sul prezzo più conveniente, sapendo che prima o poi si presenterà l'occasione *low cost* per andare anche nella località preferita».

## Sì viaggiare

Se al risparmio sul viaggio si somma poi quello sul soggiorno, allora la possibilità di una vacanza all'insegna dell'economia diventa facilmente realizzabile. Sono sempre di più, infatti, i turisti che si disegnano ferie "fai da te" attingendo alle mille possibilità che offre la rete. Navigando sui vari siti internet non è difficile trovare sistemazioni con un ottimo rapporto qualità-prezzo: le opportunità migliori, di solito, si scovano sui portali di vendita collettiva dove si registra anche un buon livello di affidabilità. «Gli eventuali riscontri negativi dei clienti – spiega, infatti, Belloni – possono comportare la cancellazione dell'operatore dal sito». Un compito di verifica e controllo che viene svolto molto efficacemente anche dalla stessa comunità virtuale dei turisti che tendono a scambiarsi informazioni. Il ricorso a qualche accorgimento specifico come evitare i periodi di alta stagione, prenotare con molto anticipo o al contrario adattarsi all'estrema flessibilità del *last minute*, combinato sapientemente con le possibilità che offre la rete, può dunque regalare vacanze economiche, ma non per questo scadenti. E il turista del Terzo Millennio ha imparato a mixare queste modalità così bene che, secondo gli ultimi dati della *World Tourism Organization* (l'agenzia *Unwto* delle Nazioni Unite), la gente non ha smesso affatto di viaggiare, ma sta sperimentando nuovi equilibri.





## Pacchetto vacanze

Ne è un esempio l'esplorazione sempre più assidua di località poco conosciute dove i costi contenuti fanno la differenza. Paesi come la Slovenia e la Croazia, per esempio, possiedono un'attrattiva crescente su turisti che puntano su un buon rapporto qualità-prezzo: strutture ricettive di tutto rispetto, paesaggi naturali incontaminati, pacchetti studiati per vari tipi di esigenze si stanno rivelando carte vincenti. E a chi si sente anche un po' pioniere Belloni consiglia vivamente l'Albania che a Nord offre ottime opportunità per gli appassionati della montagna e del trekking e a Sud spiagge bellissime adatte anche alle famiglie con bambini: il tutto condito da un'accoglienza semplice ma calorosa. Se, invece, si vuole restare entro i confini nazionali, sarà sufficiente mettere un dito sulla cartina e disegnarsi itinerari al di fuori dei soliti schemi. In questo modo si riuscirà a vivere un'esperienza autentica, fatta di relazioni con la gente del posto, capace di regalare un bagaglio culturale nel suo significato più ampio senza spendere un patrimonio. ■

## Idee vacanziera

### Per risparmiare un po'.

**Vacanza groupage** È un soggiorno con un numero limitato di posti che, se raggiunto il numero massimo di partecipanti, permette di prenotare un soggiorno con servizi coordinati a un prezzo conveniente. Possono aderire ai *groupage* singoli, famiglie o gruppi precostituiti. Info: [www.socialholiday.eu](http://www.socialholiday.eu).

**Scambio casa** Sono sempre più numerosi i portali che mettono in contatto cittadini di tutto il mondo pronti a scambiare un soggiorno nelle rispettive località di residenza a costo zero: [www.homelink.it](http://www.homelink.it); [www.homeforexchange.com](http://www.homeforexchange.com); [www.scambiocasa.com](http://www.scambiocasa.com).

**Chi viaggia in auto** può fare rifornimento presso le *pompe bianche*, distributori indipendenti dov'è possibile risparmiare almeno 8-9 centesimo al litro. L'elenco delle pompe bianche è in continuo aggiornamento su [www.federconsumatori.it](http://www.federconsumatori.it).

# A lunga conservazione

**Come agisce, a che cosa serve, quali sono gli effetti, anche nella vita di tutti i giorni. Le tante forme dell'energia descritte dalla fisica, ma che cosa sia ancora nessuno lo sa.**

"Che energia serve alla Morte Nera per polverizzare il pianeta Alderaan?" Lo chiede Terry Jones, astronomo dell'Università del Minnesota (Usa), al test d'ammissione al suo corso di fisica. La domanda fa riferimento a un episodio di *Guerre Stellari*... Ma non è tanto la domanda a spiazzare quanto la risposta perché non c'è una vera risposta, o meglio, non c'è una risposta più vera di un'altra. L'energia non è, in realtà, una sostanza, ma riveste molte forme e trova mille impieghi: una molla compressa accumula energia elastica comoda per stendere i panni del bucato, le vibrazioni degli atomi e molecole generano energia termica in grado di riscaldare il cibo e la casa, il processo di digestione rilascia energia chimica, i neutroni e i protoni del nucleo di un atomo rimangono uniti grazie all'energia nucleare. E l'energia si presenta anche sotto forma di onde elettriche e magnetiche, come la luce e le onde radio. Proporre una definizione univoca di "energia" non è, quindi, semplice e va oltre le possibilità attuali della scienza: i fisici non sanno che cosa sia benché sappiano descrivere molto bene come agisce, a che cosa serve e quali sono i suoi effetti, anche nella vita di tutti i giorni. È stato Einstein nel 1905 a scoprire che massa ed energia sono le due facce della stessa medaglia, strettamente legate alla velocità della luce. In altre parole  $E = MC^2$  cioè l'energia  $E$  rilasciata dalla distruzione di una massa  $M$  è uguale a  $M$  volte il quadrato della velocità della luce  $C$ . Dato che quest'ultima è elevatissima (300 milioni di metri al secondo nel vuoto) la distruzione di pochi atomi è sufficiente a produrne un'enorme quantità. Ma l'energia può anche cambiare forma, è stato Galileo il primo ad accorgersene. Guardando un pendolo oscillare si rese conto che la massa appesa convertiva parte della sua quota in movimento. Ne dedusse che l'energia potenziale, in grado di elevare un corpo rispetto alla superficie terrestre opponendosi alla gravità, si trasformava in energia cinetica, quella del moto associato alla velocità. Insomma, lo stesso meccanismo che sfrutta il ciclista furbo: in discesa acquisisce velocità senza pedalare per sfruttarla nella salita successiva, almeno all'inizio.

Poi gradualmente gli scienziati sono riusciti a dimostrare che l'energia non si crea, non si distrugge, ma c'è e si conserva. Ecco il primo principio della termodinamica. ■



**Amati dai giovanissimi, ai concerti fanno il tutto esaurito, molto affiatati tra loro, si considerano tenaci e baciati dalla fortuna. I Modà, raccontati dalla voce del gruppo Kekko Silvestre, in tour per il nuovo album, un vero inno alla Gioia.**

## 74 Alla modà

■ **Maria Antonietta Schiavina**

**T**utto esaurito ai concerti e file interminabili ad aspettarli fuori dagli stadi: molti giovanissimi, ma anche madri e padri che, con la scusa di accompagnare i figli, si accodano per sentire i Modà, ripartiti alla grande con *Gioia tour* in aprile da Roma – dove nel 2011 Kekko Silvestre, voce della *band pop*, chiese di interrompere gli spettacoli per assistere la sua compagna durante il parto –, per portare in giro l'album *Gioia* (nome della bambina di Silvestre). Ventitré canzoni abbinata a una serie di clip molto efficaci, frutto di un grande lavoro e della voglia di dare al pubblico sempre qualcosa in più. «Ora la mia piccola cammina, dice papà e con la sua nascita mi ha portato oltre a una grande gioia anche tanta fortuna», afferma Kekko che dai giorni dei primi approcci con il successo è molto maturato artisticamente. Senza, però, montarsi la testa e senza soprattutto perdere di vista certi valori. Dal 2004, anno del vostro primo contratto discografico, avete fatto molta strada, la canzone presentata a *Sanremo* va per la maggiore, i vostri spettacoli sono sempre seguitissimi. Vi sentite a un punto d'arrivo o al nastro di partenza?

«Al nastro di partenza senz'altro. Quando dopo tanti anni raggiungi un successo è tutto nuovo, perché la carriera cambia completamente, ma poi devi cercare di mantenerla al livello a cui sei arrivato».

**A prima vista sembrate un gruppo affiatato.**

«Lo siamo davvero e non abbiamo mai litigato, anche perché se non vai d'accordo e non ti rispetti, non riesci ad andare avanti. La nostra è quasi una famiglia, andiamo in vacanza insieme, facciamo tutto insieme, sia nel lavoro che nel privato, coinvolgendo anche le nostre compagne. I Modà sono una famiglia allargata e, oltre ai musicisti, c'è anche Paolo, il nostro fonico, che fa parte del nucleo, una squadra vincente che ha superato anche molti ostacoli».

**Il vostro ultimo lavoro si intitola *Gioia*. Perché questa scelta?**

«*Gioia* è il nome di mia figlia e il disco è in suo onore, anche se la canzone dedicata a lei è il secondo pezzo presentato a *Sanremo*».

**Che tipo di padre è Kekko?**

«I miei amici dicono che da quando sono papà invece di camminare volo, ed è vero. Gioia è la figlia che cercavo da tempo, un desiderio che avevo e che si è realizzato nel migliore dei modi».



Cosa fate quando non siete in giro per concerti o in sala di registrazione?

«C'è chi sta con la famiglia e chi si occupa di altre cose. Io, per esempio, oltre a stare con la mia compagna e la bambina, appena posso, vado a giocare a calcetto».

Per strada vi fermeranno continuamente. Come vivete il rapporto con i vostri fan?

«I Modà devono il successo che hanno per metà all'affetto della gente. Non eravamo ancora conosciuti a livello nazionale, ma il nostro pubblico era già folto, abbiamo avuto un sostegno forte in tutta Italia, e questa cosa non puoi dimenticarla. Non è da Modà».

A chi dovete dire grazie per il vostro successo?

«Alla nostra tenacia, ma anche alla fortuna, perché se incontri le persone sbagliate non ce la farai mai, pur essendo il numero uno. Sono le persone giuste che fanno la differenza».

Anche il talento ha una grande fetta di merito, perché se si incontrano le persone giuste, ma non si ha talento non si arriva lontano.

«Certo, ma il talento fa parte della tenacia: se una canzone è bella è destinata a avere successo, mentre una canzone mediocre non conquisterà mai la gente. Però per scrivere una bella canzone bisogna lavorare molto, perché nulla è dovuto al caso».



Un giovane cantante o un giovane gruppo può trasmettere emozioni e riempire i palazzetti come fate voi. Eppure i talent show sfornano molti talenti o pseudo

talenti, che poi si ritrovano davanti a un vicolo chiuso. Qual è la vostra opinione in merito?

«I talent show sono una cosa in più, non ne parliamo né bene né male. Noi veniamo dalla strada, dai concerti nei pub, ci spostavamo con il camioncino, cercando i contatti per conto nostro e abbiamo fatto molta fatica per arrivare a essere riconosciuti come gruppo valido... Il talent show è una via, ma ce ne sono altre, e raggiungere il successo è quasi impossibile se parti da zero, capita a pochissimi. Puoi avere la prima spinta, ma poi sta comunque a te e a quelli che ti gestiscono mantenere la rotta giusta... E le delusioni, se non sei preparato, sono più difficili da sopportare». ■

# Tenere banco

Come smaltire l'enorme mole di "rifiuti tecnologici"? Una mole, in un certo senso, paradossale, essendo composta in gran parte non da rifiuti propriamente detti, ma da oggetti funzionanti divenuti, però, obsoleti o inadatti alle esigenze del proprietario. Oggetti che magari sarebbero perfetti per utenti con esigenze diverse.

Il *Banco Informatico Tecnologico e Biomedico* ([www.biteb.org](http://www.biteb.org)), più in breve *BITeB*, è una *onlus* con base a Milano la cui missione s'innesta proprio su questo paradosso suddetto: *BITeB* raccoglie oggetti tecnologici dismessi – soprattutto computer, stampanti e attrezzature biomediche –, li mette a punto e rigenera laddove necessario, dopodiché prolunga la loro vita donandoli gratuitamente a organizzazioni di volontariato e del terzo settore. *BITeB* accetta donazioni da tutti, sia dal privato che dall'azienda più o meno grande che deve rinnovare l'intero parco macchine e che non sa che farne delle vecchie attrezzature. Un caso tipico è quello degli ospedali che sono costretti a un continuo aggiornamento dei macchinari medici. Ma quello che per un grande ospedale italiano è un macchinario obsoleto, in un piccolo ospedale in un paese in via di sviluppo può essere una risorsa preziosissima e di enorme valore. *BITeB* è composta interamente da volontari, per lo più informatici in pensione, universitari e tecnici che impiegano parte del loro tempo libero per revisionare e collaudare le attrezzature, gestire il magazzino e organizzare le spedizioni. Nei suoi dieci anni di vita, *BITeB* ha raccolto e restaurato decine di migliaia di pezzi di attrezzature tecnologiche per donarli a più di 1.600 organizzazioni *no profit* beneficiarie. ■

## Dove vai?

Volete fare una vacanza lontano volando *low cost*, sapendo più o meno il quando, ma essendo aperti per il dove? *Drungli* ([www.drungli.com](http://www.drungli.com)) è il sito perfetto per semplificarvi la vita e per aiutarvi in modo piacevole nella scelta. Il sito ha solo di due campi: uno in cui selezionate l'aeroporto di partenza, l'altro in cui selezionate il periodo in cui volete volare. Invio, ed ecco che *Drungli* trova per voi mete di viaggio e voli a basso, talvolta bassissimo, prezzo, su cui non vi resta che cliccare per procedere all'acquisto. Potrete ulteriormente filtrare la lista dei risultati ottenuti a seconda del tipo di vacanza che volete fare, cliccando sulle apposite iconcine: il cuore per la vacanza romantica, la foglia per la vacanza nella natura e così via.



# Basta un poco di zucchero

Per essere buoni non serve troppo zucchero. Lo racconta, con una divertente storiella d'amore, lo spot Galbusera sui biscotti BuoniCosì, senza zuccheri aggiunti appunto.

**G**albusera, l'italianissima azienda che da più di settant'anni produce biscotti, *snack* salati e *cracker*, ha realizzato uno spot che si concentra sui biscotti senza zuccheri aggiunti *BuoniCosì*. Lo spot è organizzato intorno a un'idea centrale, che è poi quella che lo *speaker* fuori campo sottolinea in chiusura: «Si può essere buoni senza essere zuccherosi». Idea – si deve osservare – interessante e condivisibile in sé; ma per comunicarla ad un vasto pubblico e fargliela assumere in maniera convinta non basta enunciarla. Bisogna mettergliela, per così dire, “davanti agli occhi”. Così i creativi (Francesco Poletti e Serena di Bruno, con il *copy* Luca Beato, insieme al regista John Immesoete per la casa di produzione *MovieMagic* e la musica di Ferdinando Arnò) hanno immaginato una storia in cui “si veda” chiaramente che il concetto di “zuccheroso” ha in sé qualcosa di eccessivo e di non necessario. E la prima cosa che fanno è quella di passare dalla dimensione gustativo-alimentare a una dimensione metaforica. Cosa evoca, fuori dal campo alimentare il concetto di “zuccheroso”? Sicuramente il colore rosa, il soffice, il tenero, l'infantile. Ed ecco fatta la

storia. Un giovanotto, per dimostrare il suo amore alla propria ragazza, Lucia, si traveste da coniglione rosa e si fa issare da un montacarichi fin davanti alla finestra di un ufficio in cui la sua amata (Sara Cardinaletti) è impegnata in una tesissima riunione di lavoro. Proprio mentre il capufficio sta annunciando con aria grave un andamento molto insoddisfacente dell'azienda, il ragazzo-coniglione rosa si mette a strimpellare con un ridicolo banjo (più o meno un giocattolo infantile) una serenata alla sua Lucia: lei risulta molto imbarazzata dal gesto sicuramente eccessivo e inappropriato, che non manca di scatenare, per di più, l'ironia del collega a fianco. Per parte sua, il capufficio, severo e tutto d'un pezzo (contrasto interessante rispetto alla “zuccherosità” del giovane), fa chiamare gli agenti di sicurezza che mettono in fuga l'innamorato. Ma Lucia non rimane vittima del suo imbarazzo (cosa che l'avrebbe resa antipatica al pubblico). Nella scena successiva i due ragazzi si ritrovano insieme a mangiare i biscotti *Galbusera* fianco a fianco su una panchina davanti all'azienda, dove finalmente lei si lascia andare ad un gesto “equilibratamente” tenero. Una linea narrativa molto semplice e chiara per uno spot simpatico e divertente. ■



tele obiettivo di Beatrice Ramazzotti

## Rete di distribuzione

Dodici minuti di spasso, curiosità, manie. È l'effetto sorpresa garantito in ogni puntata. Si tratta di Lorem Ipsum, il programma ideato da Matteo Curti, in onda su DeeJay Tv, che raduna per temi la marea quotidiana di video postati su YouTube. L'idea geniale è che già di per sé i temi lanciati sono originali e ogni volta ci si

stupisce nel vedere che esistono filmati – tra l'altro con indici di visualizzazione impressionanti – nelle categorie “Gruppi rock di ispirazione religiosa”, “Vicini di casa” o “Fobie”, solo per citarne alcuni. La redazione sforna ogni giorno delle perle che possono essere viste e riviste sul sito [deejay.it](http://deejay.it). A chi cerca di esorcizzare le vertigini consigliamo vivamente la puntata “Il fascino del vuoto”.



# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



## ACCUMULA PUNTI CON LO SHOPPING ONLINE



ACCUMULA



lastminute.com



GROUPON

Marionnaud



LA REDOUTE

SCOPRI ALTRI PARTNER CHE FARANNO ACCELERARE LA TUA RACCOLTA PUNTI SU  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.com)



# LA CONVENIENZA A

OGNI QUINDICI GIORNI TANTISSIMI

RISERVATO AI SOCI

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA  

## DALL'1 AL 15 GIUGNO

CONIGLIO INTERO  
FATTORIE NATURA  
al kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

Anziiché 6,90 €

**4,83€**

MASSIMO  
5 CONF.  
PER OGNI CARTA

SCONTO  
30%  
ALLA CASSA



LATTE UHT GRANAROLO  
parzialmente scremato  
1 litro x 6

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**4,30€**

0,72 € al litro

MASSIMO  
6 CONF.  
PER OGNI CARTA



BISCOTTI GENTILINI  
novellini/osvego  
1 kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**2,99€**

MASSIMO  
4 PEZZI  
PER OGNI CARTA  
TRA I DUE TIPI



CILIEGIE  
2 kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCONTO  
40%

MASSIMO  
10 CONF.  
PER OGNI CARTA



2 COPPE GELATO GELATO D'ITALIA  
vaniglia e cioccolato/tiramisù/  
stracciatella - 260 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

Anziiché 3,90 €

**2,34€**

9,00 € al kg

MASSIMO  
6 CONF.  
PER OGNI CARTA  
TRA I VARI GUSTI



BIRRA BECK'S  
33 cl x 12

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**5,99€**

1,51 € al litro

MASSIMO  
6 CONF.  
PER OGNI CARTA



SETTECOLLI BRUNELLI  
600 g ca. - al kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

Anziiché 13,70 €

**7,53€**

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA

SCONTO  
45%  
ALLA CASSA



OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA  
100% ITALIANO FRANTOIO DELLA  
FATTORIA PIETRO CORICELLI  
3 litri

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

Anziiché 23,98 €

**11,99€**

4,00 € al litro

SCONTO  
50%

MASSIMO  
4 PEZZI  
PER OGNI CARTA



CANTINA CALDIROLA  
Montepulciano d'Abruzzo doc la cacciatora/  
nero d'Avola Sicilia igt la cacciatora/  
castelli romani bianco doc - 5 litri

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**7,90€**

1,58 € al litro

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA  
TRA I VARI GUSTI



# A MISURA DI SOCIO

I PRODOTTI IN OFFERTA SPECIALE

UNICOOP TIRRENO



coop ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

**DAL 16 AL 30 GIUGNO**

**BOVINO ADULTO  
MACINATO SCELTO**  
confezione famiglia - al kg

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 7,90 €

**5,53€**

MASSIMO  
5 CONF.  
PER OGNI CARTA

**SCONTO  
30%  
ALLA CASSA**



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

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 7,80 €

**4,68€**

5,85 € al kg

MASSIMO  
6 CONF.  
PER OGNI CARTA

**SCONTO  
40%**



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

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**3,89€**

0,65 € al litro

MASSIMO  
4 CONF.  
PER OGNI CARTA



**ALBICOCCHIE**  
2 kg

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**SCONTO  
40%**

MASSIMO  
10 CONF.  
PER OGNI CARTA



**CORNETTO CLASSICO ALGIDA**  
conf. x 12 - 900 g

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**3,99€**

4,43 € al kg

MASSIMO  
6 CONF.  
PER OGNI CARTA



**BIRRA MORETTI**  
33 cl x 6

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**2,50€**

1,26 € al litro

MASSIMO  
4 CONF.  
PER OGNI CARTA



**MORTADELLA BOLOGNA IGP  
DUE TORRI ALCISA**  
1,2 kg ca. - al kg

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 11,90 €

**6,54€**

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA

**SCONTO  
45%  
ALLA CASSA**



**CONDI RÌ NERI**  
tradizionale in olio  
285 g x 2

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 4,99 €

**2,49€**

4,37 € al kg

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA  
TRA I DUE TIPI

light senza olio  
170 g x 2

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 4,99 €

**2,49€**

7,32 € al kg

**SCONTO  
50%**



**DASH LAVATRICE**  
polvere - 80 misurini  
3,20 kg x 2

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**10,90€**

1,70 € al kg

liquido - 84 lavaggi  
3,066 litri x 2

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**10,90€**

1,78 € al litro

MASSIMO  
2 CONF.  
PER OGNI CARTA  
TRA I DUE TIPI





# LE OFFERTE CON I PUNTI

PUNTI COLLEZIONAMENTO SE LI SPENDI COSÌ VALGONO IL DOPPIO.

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

RISERVATO AI SOCI UNICOOP TIRRENO

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA **coop incoop ipercoop** DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

## DALL'1 AL 30 GIUGNO

SMARTPHONE SAMSUNG  
Mod. S6500 MINI 2

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**69,90€**

+ 750 PUNTI

OPPURE  
**84,90€**

Display da 3.3" multi-touch  
Sistema Operativo Android 2.3  
Processore da 800 MHz  
Wi-Fi  
ChatON servizio Instant Messaging Multimediale  
HSDPA fino a 7.2 Mbps  
Fotocamera 3 Megapixel  
Memoria 4 GB espandibile  
A-GPS



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

TV LED 32" QBELL  
Mod. QTX.32KF

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**169,90€**

+ 1000 PUNTI

OPPURE  
**189,90€**



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA  
**coop**

Connessioni: Scart, Component, VGA, USB  
Dimensioni: 78 x 21 x h 51 cm

COPPIA GUANCIALI IN FIBRA NATURALE E ANALLERGICO  
100% COTONE  
saponetta/ortocervicale

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**8,90€**

+ 200 PUNTI

OPPURE  
**12,90€**



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

MADE IN ITALY

CIABATTA MARE UOMO/DONNA SENSI  
colori assortiti

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**8,50€**

+ 250 PUNTI

OPPURE  
**13,50€**

Dotate di una particolare suola in con sottopiede traforato e di un fondo che permettono un'ottima ventilazione.



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA  
**coop**

MADE IN ITALY

SPIAGGINA CON BRACCIOLI CUSCINO E POGGIATESTA  
IMBOTTITO

4 posizioni - fantasie assortite

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**12,00€**

+ 400 PUNTI

OPPURE  
**20,00€**



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

BAULETTO LETTO 100% COTONE  
set singolo 6 pezzi - COMPOSTO DA: 2 federe  
+ 2 sotto con angoli - 125 x 195 cm + 2 sopra 160 x 280 cm

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**19,90€**

+ 500 PUNTI

OPPURE  
**29,90€**

set 1 piazza e mezzo 6 pezzi  
COMPOSTO DA: 2 federe  
+ 2 sotto con angoli - 125 x 195 cm  
+ 2 sopra 180 x 280 cm

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**24,90€**

+ 500 PUNTI

OPPURE  
**34,90€**

set matrimoniale 8 pezzi  
COMPOSTO DA: 4 federe  
+ 2 sotto con angoli - 180 x 195 cm  
+ 2 sopra 240 x 280 cm

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**29,90€**

+ 500 PUNTI

OPPURE  
**39,90€**

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA  
**coop**

LETTINO IN ALLUMINIO CON POGGIATESTA E TETTINO  
PARASOLE

5 posizioni

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**29,00€**

+ 500 PUNTI

OPPURE  
**39,00€**



QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE NEI PUNTI VENDITA  
**coop**





# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



## EURONICS

**IoMeritoClub** premia la tua fedeltà ai negozi Euronics che aderiscono all'iniziativa garantendoti, con l'attivazione gratuita della CARD, sempre preziosi vantaggi:

- **promozioni speciali dedicate**
- **bonus esclusivi personalizzati**
- **anteprima novità tecnologiche**
- **sconti e premi imperdibili**

Con i punti maturati nella CARD potrai sempre ottenere uno sconto immediato alla cassa di 3 euro per ogni 100 punti acquisiti.

Altrimenti potrai utilizzare i tuoi punti per scegliere i fantastici premi sul catalogo, costantemente aggiornato, consultabile online su [www.cds.euronics.it](http://www.cds.euronics.it) o sulle brochure distribuite nei punti vendita;

- **vantaggi assicurati presso tanti partners.**

Tante offerte e agevolazioni per il tempo libero, lo sport, le vacanze.

## Converti i punti IOMERITOCLOB in punti Coop

Ogni 100 punti IoMeritoClub avrai 300 punti Coop



**300**  
punti Coop

**ACCUMULA**

Per convertire i punti, recati presso un punto vendita Euronics che aderisce all'iniziativa. Scaricando i punti IoMeritoClub riceverai un voucher da compilare e presentare, insieme alla tua carta SocioCoop nel tuo punto vendita Coop.

I punti saranno accreditati sulla carta SocioCoop, entro 7 giorni.

**La conversione dei punti IoMeritoClub in punti Coop è possibile fino al 28 febbraio 2014.**

## Converti i punti Coop in punti IOMERITOCLOB

Ogni 100 punti Coop avrai 33 punti IoMeritoClub



**SPENDI**

Per convertire i punti, recati nel tuo punto vendita Coop. Scaricando i punti Coop riceverai un voucher da presentare, insieme alla tua carta IoMeritoClub in un punto vendita Euronics che aderisce all'iniziativa.

I punti saranno accreditati sulla carta IoMeritoClub entro sette giorni.

**La conversione dei punti Coop in punti IoMeritoClub è possibile fino al 28 febbraio 2014.**

**Euronics**

Per cercare i punti vendita Euronics che aderiscono all'iniziativa visita il sito [www.cds.euronics.it](http://www.cds.euronics.it) o chiama il numero verde 800 067 367.



# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



WD Lifestyle è un marchio nato nel 2003, oggi presente in oltre 800 negozi al dettaglio in tutta Italia, oltre a esportare una componente rilevante della propria produzione. Oggetti unici per la casa, concepiti in maniera innovativa e cosmopolita da designers che conferiscono a ogni singolo oggetto il giusto rapporto tra stile e praticità.

## UN MODO ASSOLUTAMENTE NUOVO DI BERE!

**LA DOPPIA PARETE TERMICA MANTIENE  
LA TEMPERATURA PIÙ A LUNGO.**

*Solo su prenotazione.*

### Brocca

gratis con 1.300 punti



**SPENDI**

*Solo su prenotazione.*

### Set 2 bicchieri Bibita

gratis con 1.000 punti



**SPENDI**

*Solo su prenotazione.*

### Mug

gratis con 700 punti



**SPENDI**



### Brocca doppia parete

Brocca in doppio vetro borosilicato, capienza di 0,9 l.



### Set 2 bicchieri bibita, doppia parete

Set di 2 bicchieri bibita 40 cl in doppio vetro borosilicato.



### Mug, doppia parete

Mug 25 cl in doppio vetro borosilicato.

**IL VETRO BOROSILICATO È IDEALE PER SERVIRE BEVANDE FRESCHE E CALDE.**

#### I vantaggi del vetro borosilicato

Il vetro borosilicato è un materiale noto per le sue qualità di resistenza agli sbalzi termici, sopporta alte e basse temperature, particolarmente adatto all'uso alimentare.



# SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

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



## I VANTAGGI DELLE LAME IN CERAMICA:

- Maggior durezza
- Inattaccabilità dalla corrosione
- Riduzione dell'ossidazione dei cibi tagliati
- Lame ultra-taglienti
- Non richiedono ri-affilatura
- Non trasferiscono gusti né odori al cibo
- Lavabile in lavastoviglie

## Set ceppo in nylon grigio e 4 coltelli neri

Ceppo in porcellana bianca con fili di nylon di colore grigio. Qualsiasi tuo coltello si adatterà a questo fantastico ceppo: grazie agli speciali fili di nylon ogni lama potrà essere riposta in tutta sicurezza mettendo ordine nella tua cucina. Lavabile in lavastoviglie.

**Dimensioni ceppo:** h. 20 cm, diametro ca. 11 cm.

- **Coltello verdura** con lama in ceramica Zirconia Oxide e manico in ABS con rivestimento antiscivolo TPR. Misure: 18 cm (lama con manico)
- **Coltello spelucchino** con lama in ceramica Zirconia Oxide e manico in ABS con rivestimento antiscivolo TPR. Misure: 20 cm (lama con manico)
- **Coltello multiuso** con lama in ceramica Zirconia Oxide e manico in ABS con rivestimento antiscivolo TPR. Misure: 22,5 cm (lama con manico)
- **Coltello cucina** con lama in ceramica Zirconia Oxide e manico in ABS, rivestimento antiscivolo TPR. Misure: 29,5 cm.



Solo su prenotazione.

**Ceppo in porcellana e  
coltelli in ceramica**

gratis con 5.200 punti



**2.200** punti  
**+ 30,00 €**

**SPENDI**

# ASSEMBLEE DEI SOCI COOP



## ORDINE DEL GIORNO:

1) APPROVAZIONE DEL BILANCIO CHIUSO AL 31 DICEMBRE 2012 E DELIBERAZIONI RELATIVE.

2) INFORMAZIONI IN MERITO ALLA SOCIETÀ DI REVISIONE.

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:**

3 barattoli di polpa  
di pomodoro Coop

+

1 pacco di riso  
roma parboiled  
Coop



## MANIFESTA LE TUE IDEE

Consulta il calendario riportato all'interno  
e partecipa all'Assemblea della tua Sezione soci.

