



LA **STRETTA**

Crisi di fiducia e crisi dei consumi.
Il futuro incerto dell'Italia,
soprattutto quello dei giovani,
all'indomani della manovra.
I dati del Rapporto Coop
su consumi e distribuzione.



Un certo non so che

■ Intervista a Miguel Benasayag
sulla società dell'incertezza

Poveri di calcio

■ La crisi dello sport nazionale

Tic tac

■ Consigli per guarire dai tic

Ti telefono o no

■ Guida all'acquisto
degli smartphone



LE CHIANTIGIANE

CONSORZIO PRODUTTORI IN CHIANTI



*Chiantigiane
Società Cooperativa Agricola*

SOCIETÀ COOPERATIVA AGRICOLA



IL BUONO DELLA TERRA, IL BENE DEL MARE.



NUOVA LINEA IODÌ. PORTA IL BENESSERE IN TAVOLA.

Per vivere bene è importante assumere ogni giorno quantità adeguate di microelementi essenziali, tra cui lo iodio.

Lo iodio è fondamentale per il buon funzionamento della tiroide, ghiandola che regola il metabolismo energetico ed il normale sviluppo dell'organismo.

La linea iodi comprende patate, pomodorini e carote delle migliori varietà che contengono 45µg di iodio in 100 g (pari al 30% RDA).

Così al gusto e alle proprietà nutritive di patate e verdure si unisce il prezioso apporto dello iodio.



**Passa a Coopvoce.
Per te la tariffa fuoriclasse.**



**PER
SEMPRE**

**SENZA
SCATTO
ALLA
RISPOSTA**

**10CENTESIMI
AL MINUTO
VERSO TUTTI**

NUMERO ASSISTENZA AUTOMATICA
4243688
REGISTRATI
ALL'AREA CLIENTI SUL SITO
www.coopvoce.it

CONVENIENZA E TRASPARENZA

La tariffa promozionale "10 Tutti", valida per chi porta il proprio numero in CoopVoce tra il 1 Ottobre e il 19 Novembre 2011, prevede chiamate verso tutti i numeri nazionali a 10 centesimi al minuto con tariffazione a scatti anticipati di 30 secondi da 5 centesimi, senza scatto alla risposta e sms nazionali a 10 centesimi. I già clienti CoopVoce possono attivare la tariffa "10 Tutti" con un costo di attivazione pari a 9€ che verrà scalato dal credito residuo della SIM. Per maggiori dettagli e compatibilità sull'offerta visita la pagina sul sito www.coopvoce.it.



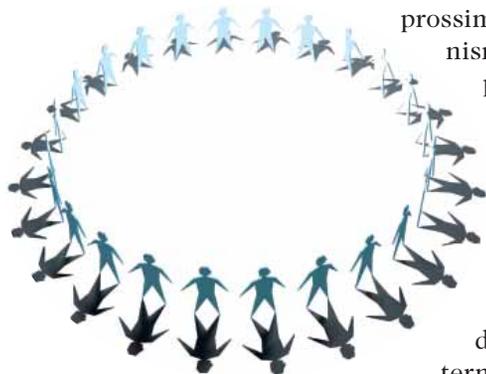
Cooperatori secondo natura

Solidarietà e collaborazione elementi fondamentali dell'evoluzione della specie umana e antidoto alla crisi economica. È suonata l'ora del Coop Capitalism?

Alcuni studi recenti hanno dimostrato che, nel processo evolutivo della specie umana, la cooperazione svolge un ruolo centrale paragonabile alla mutazione e alla selezione. Esperimenti comparati sulle scimmie e sui bambini hanno evidenziato che nell'uomo esiste un innato istinto altruista, più disponibile alla relazione e all'incontro con gli altri: il bambino di un anno offre il suo cibo e tende ad aiutare un adulto in difficoltà, la scimmia se ne frega. Ma la scoperta più sensazionale l'hanno fatta due scienziati americani, James Rilling e Gregori Berns, i quali sono arrivati alla conclusione che aiutare il prossimo stimola i meccanismi neurologici del piacere, come se un gesto di generosità verso gli altri soddisfacesse un desiderio personale. Insomma, non sono solo la competizione e l'istinto di sopraffazione a determinare la selezione naturale tra gli individui. C'è

anche e soprattutto la collaborazione cooperativa. Questo spiega il sorgere di comunità morali, oltre che religiose, per le quali gli uomini sono disposti a combattere e addirittura a morire. Ma suggerisce anche qualcosa di più concreto e attuale che le scienze sociali ed economiche dominanti hanno sistematicamente ignorato o, peggio ancora, mistificato suggerendo il solo, indiscutibile, principio della competizione egoista come ovvia e necessaria strategia per conseguire il massimo vantaggio nella società. Trasposto sul piano economico, questo modello è stato portato alle estreme conseguenze dal liberismo economico degli ultimi trent'anni, con esiti disastrosi per la coesione sociale, il

benessere della comunità, fiorire di conflitti e causa di drammatiche diseguglianze. Alla base di tutto ci sono secoli di teorie che hanno messo al centro dei fattori di progresso l'individualismo e la competizione sfrenata. Ma forse si sbagliavano. Ne è convinta Noreena Hertz, economista e scrittrice inglese che teorizza una nuova visione del capitalismo ispirata proprio all'esperienza delle cooperative, il *Coop Capitalism*. Non è un caso, infatti, che le cooperative abbiano retto meglio di altre imprese alle bordate della crisi mondiale. La Hertz – e con lei altri economisti – sostiene che la crisi si supera solo se si abbraccia un modello economico basato sulla solidarietà e la collaborazione. Intendiamoci, non si tratta di trasformare tutte le società in cooperative. È, come si dice, una questione culturale per cui la legge fondamentale del *Coop Capitalism* non sarà più la massimizzazione del profitto, ma la ricerca di soluzioni e scelte che pongano al primo posto nella scala delle gerarchie le conseguenze umane, sociali e ambientali nel medio e nel lungo periodo. Esattamente il contrario del mitico mercato che, lasciato a se stesso, non è affatto quella macchina perfetta capace di autoregolarsi generando ricchezza, equità e giustizia. Quanto agli strumenti politici per affermare questa nuova concezione dell'economia che metta al centro l'uomo e non il profitto, un'economia – oggi possiamo dirlo – secondo natura, forse si può imparare qualcosa da quei paesi emergenti, come il Brasile, che hanno adottato con successo modelli non appiattiti sul libero mercato. Il contrario di quanto sta avvenendo nella vecchia Europa, e in particolare in Italia dove da oltre un decennio i governi di destra esaltano l'egoismo mercatista e si accaniscono contro il solidarismo cooperativo. ■



Quando la comprensione delle parole diventa difficile, cresce il senso di isolamento.

Contro l'isolamento da perdita uditiva, ecco cosa può fare oggi la tecnologia



La vita è fatta di relazioni e le relazioni si nutrono di conversazioni. In questo flusso continuo di parole ci destregiamo con facilità se il nostro udito è in buona salute, **siamo in difficoltà se non riusciamo più a capire le parole che sentiamo.** Intorno a noi tutti comunicano, ma noi restiamo esclusi: l'iniziale sensazione di disagio si trasforma ben presto in isolamento. L'udito da solo non può migliorare, se vogliamo

riportare le nostre relazioni personali e professionali a una condizione di serena normalità, dobbiamo chiedere aiuto alla scienza audiologica. Rivolgamoci a degli specialisti e facciamo un test dell'udito e, dopo aver ufficializzato la diagnosi, è opportuno prendere in considerazione l'uso di un apparecchio acustico. **Il centro specializzato Audiovox dispone di Genie, un software multimediale per l'adat-**

tamento personalizzato.

Il software riproduce realisticamente nel centro audioprotesico le situazioni di ascolto degli ambienti in cui si vive e regola gli apparecchi sulle singole esigenze. La ricerca audiologica ha fatto passi incredibili nello sviluppo delle nuove tecnologie per l'ascolto. **I nuovi micro ricevitori RITE, invisibili allo sguardo e a orecchio libero come una lente acustica, si collocano direttamente**

all'interno del condotto

uditivo così da convogliare il suono più pulito e nitido direttamente verso il timpano. Grazie alle dimensioni ridottissime, non provocano fastidiosi sensi di occlusione. Ma questo è solo l'inizio! La tecnologia per l'udito offre strumenti di grande valore scientifico, che ognuno di noi può scegliere consapevolmente in base alla propria età, personalità e al tipo di esistenza che conduce.

✂ presentando questo coupon

Solo da Audiovox 30 giorni di prova

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

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

Inoltre, solo per questo mese, alcuni dei nostri modelli più avanzati vi aspettano con **prezzi speciali** e **finanziamenti a tasso zero.**

Fissate il vostro appuntamento.

AUDIOVOX®
APPARECCHI ACUSTICI

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

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

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

Speech Guard, il «guardiano» della voce

Quando l'udito comincia a perdere forza, le parole arrivano al cervello sfocate e diventa difficile seguire il filo del discorso. Lo Speech Guard è un **chip elettronico**, invisibile quando indossato, ideato per mettere a fuoco la voce e migliora la comprensione delle singole parole. La percezione sonora complessiva è molto più naturale, perché le voci riacquistano chiarezza e profondità.



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



Udito sfocato
senza Speech Guard



Udito a fuoco
con Speech Guard



nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOP TIRRENO

Direttore responsabile

Aldo Bassoni

Redazione

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

Hanno collaborato

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

210

ottobre 2011

Progetto grafico e impaginazione

Marco Formaioni
per Studiografico M (Piombino.LI)

Copertina

Archivio Coop

Impianti e stampa

Coptip Modena

Direzione e redazione

SS1 Aurelia Km 237
frazione Riotorto
57025 Piombino (LI)
tel. 0565/24720
fax 0565/24210

nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

Editore

Vignale Comunicazioni srl

Pubblicità

Vignale Comunicazioni srl
cell. 3387382948
fax 0565/252531

sergio.iacullo@unicooptirreno.coop.it

Responsabile pubblicità

Roberta Corridori

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

Tiratura prevista: 296.675 copie
Chiuso in tipografia il 20/9/2011

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

Font utilizzate

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

5 Il punto

Aldo Bassoni

Cooperatori secondo natura

contatti

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

firme

- 12 Salvatore Calleri
Colpi di luce
- 13 Maria Carla Giugliano
Tossico indipendenza
- 14 Tito Cortese
Complesso di colpa
- 15 Giorgio Nebbia
Petroli vegetali
- 16 Mario Tozzi
Risorse innaturali
- 17 Massimo Montanari
Frutto misto
- 65 Simona Marchini
Inni alla vita
- 74 Giovanni Manetti
E ora viene il brutto

attualità

- 18 La notizia
Aldo Bassoni
Un certo non so che
- 20 Primo piano
Aldo Bassoni
La stretta
- 42 Inchiesta
Claudio Strano
Poveri di calcio

soci

- 26 **Viaggio
nel tempo**
- 27 **Prodotti scelti**
- 28 **Facciamo la collezione**
- 29 **Nuova Civitavecchia**
- 30 **Luoghi sacri**
- 37 Servizi ai soci
- 75 Convenienza

salute

- 46 **Tic tac**
Barbara Bernardini
- 48 La ricerca

prodotti

- 50 **Carta vincente**
Anna Somenzi
- 52 **Ti telefono o no**
Roberto Minniti
- 54 **In gamba**
Daniele Fabris
- 56 **Gran toro**
Eleonora Cozzella
- 58 **Irresistibile bionda**
Silvia Inghirami
- 59 **Cottore liete**
Francesca Baldereschi
- 60 **150° a tavola / 3**
Paola Ramagli
- enneci
- 66 **Da un capo all'altro**
Barbara Autuori
- 67 **Tempi moderni**
- 68 **Chiamale
se vuoi emozioni**
Patrice Poinssotte
- 69 **Le vite degli altri**
- 70 **Produzione in serie**
Rita Nannelli
- 71 **Scienza infusa**
- 72 **Piccolo mondo
moderno**
Maria Antonietta Schiavina
- 73 **Triplavù**

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

La salute è un lusso

Per mia sfortuna l'estate scorsa ho passato le ferie tra un accertamento sanitario e l'altro. Ho iniziato con una normale analisi del sangue (115 euro), ho proseguito con un ecodoppler (42 euro), poi ho dovuto fare una risonanza magnetica, e siccome era urgente, non potendo aspettare i tempi della sanità pubblica, sono andato in una clinica privata (262 euro). Di nuovo un altro esame del sangue mirato alla tiroide (37 euro). In tutto fanno 456 euro. E non è finita perché nelle prossime settimane ho in programma una visita neurologica e altri accertamenti diagnostici. Sono tanti soldi, ma io posso permettermeli anche se mi pesano. E chi non può permettersi di sborsare tutti questi euro cosa fa? Mi domando se è giusto aver caricato ancora con nuovi ticket la già pesante tassa sulla sanità che noi, lavoratori dipendenti, paghiamo già attraverso l'Irpef mentre chi le tasse non le ha mai pagate denuncia redditi esigui usufruisce magari di esenzioni e agevolazioni. Perché si infierisce sempre sui più deboli? Con la scusa di risanare i conti dello stato si rende inaccessibile a molti cittadini un servizio essenziale come la sanità, mentre guai a toccare i grandi patrimoni, i ricchi e i privilegi di ogni genere.
via e-mail

La sua vicenda è la conseguenza di una precisa scelta di campo del Governo: scaricare il prezzo della crisi su chi già paga. Il costo crescente della sanità pubblica fa il paio con altri servizi essenziali, come la scuola, ridotti allo stremo da politiche restrittive che di fatto favoriscono la sanità e la scuola privata in perfetta coerenza con le teorie economiche liberiste che non prevedono più la presenza dello stato in settori economici strategici. E questo è niente. Intanto i tagli ai comuni e alle Regioni comporteranno il ridimensionamento di altri servizi pubblici fondamentali, come i trasporti. Non oso pensare cosa accadrà quando entrerà in vigore la delega assistenziale presentata dal Governo prima dell'estate. Siccome non c'è rimasto più niente da tagliare senza colpire la carne viva della gente, c'è da aspettarsi provvedimenti infami tipo l'abolizione di detrazioni per figli a carico, oppure, per chi ha un assegno di cura, l'impossibilità di detrarre gli oneri relativi a una badante. È lo smantellamento dello stato sociale in nome di un sistema economico e finanziario fallimentare che deve essere salvato senza toccare gli interessi di chi ha provocato il disastro nel quale siamo precipitati.

Aldo Bassoni



L'ago della bilancia

Tutte le persone oneste odiano i ladri, ma io credo di odiarli in modo particolare, certo di più quelli potenti e quelli meschini. Credo che siate al corrente che alcune "brave persone" che usano le bilance della frutta e verdura, prima pesano e poi aggiungono merce che non viene pagata. Propongo quindi di fare come ho visto al Conad di Venturina (LI) che ha le bilance alla cassa e così i furbi sono fregati. Non rimetteremo il bilancio in pareggio... ma tutto fa lettera

Bello stile

Sono un vostro assiduo lettore e vi scrivo per dirvi che ho molto apprezzato la nuova veste del giornale, più colorato e leggibile. Gli argomenti, spesso molto interessanti, erano di difficile comprensione a causa di un carattere troppo piccolo. Adesso arrivano le dolenti note: il giornale rimane spesso ammucchiato alle casse (talvolta anche in cattivo stato), non viene consegnato a chi fa la spesa. A che serve rendere un giornale più bello - spendendo anche soldi - se non viene dato a chi ne ha il diritto? lettera, socio di Piombino (LI)

Coop denigrata Condannata Esselunga

"Un'aggressione violenta e lesiva che correttamente il Tribunale di Milano ha ritenuto opportuno sanzionare come illecita concorrenza e che noi di Coop non ci saremmo mai sognati di fare nei confronti di un concorrente. Pur in un contesto di dura competizione imprenditoriale, il rispetto degli altri e la legalità dei comportamenti e degli atti è parte integrante dell'essere cooperativa". È il giudizio di Coop in merito alla sentenza di condanna per concorrenza sleale nei confronti di Esselunga. Sentenza che ha accolto il ricorso presentato tre anni fa da Coop Italia contro Bernardo Caprotti e il libro "Falce e carrello". Il Tribunale di Milano ha sancito che il libro integra "un'illecita concorrenza per denigrazione ai danni di Coop Italia", condanna Esselunga a un risarcimento pari a 300mila euro e al ritiro del pamphlet dal mercato. Vietato inoltre reiterate la pubblicazione e diffonderne gli scritti.

coop risponde

Servizio Filo Diretto di Unicoop Tirreno
Numero verde 800861081

Punti di riferimento

Ogni mese promuovete dei prodotti che si possono acquistare con i punti e ho letto che valgono doppio. Volevo sapere se posso utilizzare una cifra qualsiasi di punti e averne raddoppiato il valore.

Ogni giorno si può utilizzare anche solo un punto per avere un centesimo di sconto sulla spesa.

I prodotti di cui parla lei, invece, sono promossi con un numero fisso di

punti e per sfruttare l'opportunità del raddoppio è necessario spendere esattamente la quantità richiesta.

Ad esempio, su un prodotto pubblicizzato a 65 euro o 55 euro più 500 punti lei potrà spendere 500 punti al valore di 10 euro anziché 5; spendere un numero minore di punti calcolati al valore di un centesimo a punto; spendere più di 500 punti, ad esempio 600. In questo caso

500 punti avranno valore doppio, mentre l'eccedenza verrà calcolata ad un centesimo.



In prima linea

Acquisto sempre i prodotti a marchio Coop. Ultimamente ho notato un proliferare di linee diverse e vorrei capire in che cosa differiscono le une dalle altre.

Già da un po' di tempo oltre al classico prodotto Coop può trovare numerose altre linee. Eccole di seguito.

Fior Fiore una selezione

di prodotti della migliore gastronomia. Dalle specialità del territorio e della tradizione ai prodotti più ricercati.

ViviVerde prodotti biologici ed ecologici orientati al rispetto dell'ambiente.

Bene.Sì prodotti pensati per il benessere dell'organismo con caratteristiche nutrizionali specifiche.

Solidal acquistati a condizioni eque in alcuni paesi di Asia, Africa, Centro e Sud America, senza la presenza di intermediari.

Club 4-10 prodotti innovativi e gustosi adatti a comporre una dieta bilanciata per bambini. Pensati e studiati con il contributo e la supervisione di un comitato scientifico.

Crescendo la linea che segue i bambini fin dai primi mesi.

Senza glutine prodotti a marchio studiati per venire incontro alle esigenze delle persone intolleranti al glutine.

Servizio Pit (lun., mer. e ven.: 9,30-13,30), fax 0636718333. Info salute: tel 0636715444
e-mail: pit.salute@cittadinanzattiva.it; servizi: 063671855; e-mail: pit.servizi@cittadinanzattiva.it;
giustizia: 0636718484; e-mail: pit.giustizia@cittadinanzattiva.it.

10

Rendere conto

Nell'ultimo estratto conto la mia banca mi ha addebitato dei costi relativi a spese di commissione di 2,50 euro per ogni prelievo effettuato presso ATM di banche diverse dalla mia. Nel contratto che ho sottoscritto queste spese sono contemplate, ma in maniera non del tutto chiara per il linguaggio usato. Come posso tutelarmi? via e-mail

Di norma le spese di commissione per prelievo effettuato presso un ATM che non rientra nel circuito della banca di cui si è clienti vanno corrisposte, a meno che il

contratto sottoscritto non preveda diversamente. Nel suo caso specifico, con molta probabilità, la banca non le ha fornito un'adeguata informativa rispetto alle singole clausole presenti nel contratto.

Questo tipo di segnalazione è abbastanza diffusa tra i consumatori che lamentano appunto un linguaggio poco chiaro, talvolta addirittura incomprensibile. Che cosa fare in questi casi?

Innanzitutto si consiglia di contestare all'istituto bancario l'anomalia riscontrata, con una raccomandata a/r, in modo da avere un riscontro formale e poter poi valutare come tutelarsi eventualmente nelle sedi opportune se ci fosse la necessità. Per evitare questi problemi in futuro, l'Abi ha di recente siglato un protocollo d'intesa con le associazioni dei consumatori così

da garantire ai clienti bancari una maggiore tutela in materia di trasparenza.

L'accordo, infatti, mira a semplificare le informazioni sui conti correnti e a renderle più chiare. È previsto un foglio informativo più snello che darà la possibilità agli utenti di confrontare e comparare con facilità costi, prodotti e servizi offerti dalle singole banche, permettendo così una vera concorrenza e competitività del mercato.

Info

Abi (Associazione bancaria italiana) www.abi.it
Accordo ABI-Associazioni dei consumatori www.abi.it/doc/130279182119379_g_servizi_1.pdf

Claudia Ciriello

sede nazionale CittadinanzAttiva



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

Fatto a scale... mobili

Passato il tormentone estivo sulla manovra con provvedimenti presi e cancellati, alla fine cosa cambia per le pensioni?

Dopo il dietrofront sul tentato blitz d'agosto sulle pensioni di anzianità (quando il Governo aveva proposto di escludere dal computo degli anni di servizio il militare e la laurea), le modifiche al sistema pensionistico tradotte in legge riguardano la scala mobile delle pensioni, il contributo di solidarietà e il pensionamento delle donne.

Il blocco della perequazione automatica riguarda le pensioni d'importo superiore a cinque volte il trattamento minimo *Inps* (cioè 2.341 euro lordi mensili). La misura vale due anni, dal 2012 e 2013. In pratica per le pensioni d'importo superiore a 2.341 euro lordi mensili la perequazione automatica nel prossimo biennio dovrebbe operare come segue: 70 per cento di rivalutazione sull'importo fino a tre volte il trattamento minimo (1.428 euro);

Acqua in bocca

Una mia amica sostiene che bere acqua fa bruciare calorie. È possibile?

La sua amica ha ragione:

l'acqua si può considerare come un alimento a calorie negative. Proviamo a capire meglio. Per definizione una kilocaloria è la quantità d'energia necessaria ad aumentare la temperatura di un litro d'acqua di 1 grado. Se io bevo dell'acqua alla temperatura di 10° C, una volta assorbita, il mio corpo dovrà spendere energia per portarla a 37° C (è la temperatura che avrà quando sarà eliminata come urina).



Quindi se, ad esempio, bevo 1 litro d'acqua, il mio corpo dovrà spendere 17 kilocalorie per portarla alla giusta temperatura. Supponiamo, invece, di bere 2 litri d'acqua fresca al giorno, le kilocalorie consumate saranno ben 32, che equivalgono

a circa 10 grammi di crostata con la marmellata.

Naturalmente ciò funziona solo se bevo acqua fresca; se la temperatura è già uguale a quella del corpo, non brucio calorie. Il consiglio di bere molta acqua è, invece, legato all'importanza di tenere idratato il nostro organismo e anche l'acqua tiepida di una tisana va benissimo per questo scopo.

Dunque per quest'inverno vi consiglio di non riscaldare troppo la casa: così costringerete il corpo a bruciare più ca-

lorie per la termoregolazione e i grammi di crostata permessi aumenteranno.

11

Grande concentrazione

Quali sono gli alimenti che hanno la più alta concentrazione di antiossidanti?

Lossigeno dell'aria serve da combustibile per le nostre cellule per produrre energia, ma questa combustione non è perfetta e genera delle "scorie" definite radicali liberi. Si tratta di specie chimiche molto reattive che attaccano le cellule causando notevoli danni, soprattutto al *dna*. Ebbene, gli antiossidanti li neutralizzano e li trasformano in sostanze inoffensive. Le molecole con proprietà antiossidanti sono dei composti fitochimici che si trovano in grande concentrazione soprattutto nella frutta e nella verdura. Se proviamo a fare una classifica degli alimenti in base alla presenza d'antiossidanti, ai primi posti troviamo i frutti di bosco, con il mirtillo nero sul podio, ma anche le mele, le pere, le ciliegie, le albicocche e tutti gli agrumi. È opportuno ricordare, però, che non conta solo l'attività antiossidante di un vegetale: per esempio, le proprietà antiossidanti del cavolo sono molto inferiori rispetto a quella di una mela, ma il primo ha delle proprietà anticancro superiori.

* Biologo nutrizionista ed etologo alimentare

nessuna rivalutazione per gli importi superiori a tre volte il trattamento minimo (1.428 euro).

Un'altra misura che ha resistito alle continue modifiche è il contributo di solidarietà. Verrà applicato ai redditi sopra i 90mila euro dei pensionati e dei dipendenti pubblici. La trattenuta si applica con tre scaglioni: fino a 90mila euro lordi nessuna trattenuta; per lo scaglione di pensione compreso tra 90 e 150mila euro lordi la trattenuta

è del 5 per cento; per lo scaglione successivo cresce al 10.

Infine il pensionamento delle donne a 65 anni che con la manovra di agosto è stato ulteriormente avvicinato rispetto alla manovra di luglio: il progressivo avvicinamento ai 65 anni comincerà nel 2014 (quando serviranno 60 anni e 4 mesi per andare in pensione). Nel 2023 le donne dovranno avere 65 anni e nel 2050 potranno ritirarsi dal lavoro solo a 68 anni e 9 mesi.

ora legale di Salvatore Calleri



Colpi di luce

Scontro finale per salvare il mondo dal mercato selvaggio, dai debiti, dai titoli tossici e da chi li distribuisce a piene mani tra i comuni mortali. E la luce tornerà... almeno nel telefilm.

Sul globo terraqueo incombono delle nebulose speculative di sonante pecunia. Orde barbariche di agenti bancari maleodoranti e maledetti si aggirano tenebrosi a tormentare i comuni mortali.

Il dio mercato decide sul tempo monetario, aiutato da umanoidi plastici trafficanti in titoli tossici e dipendenti dal rating. Le terre di mezzo "eurosee" vengono altresì attaccate da siffatti umanoidi speculanti e sempre più orchestri. La battaglia incombe. La povertà inneggiante la peste ha il sopravvento sulle un tempo ricche eurosee terre. La fame avanza e tutto sembra ormai perduto. I comuni mortali arrancano nella quotidiana miseria. Il fine mese appare sempre

più come un miraggio. Una nuova specie di umanoidi con la coppola fanno la loro apparizione. Odoranti di pecunia riciclatante e luccicante si muovono cavalcando destrieri appariscenti e robo-

anti. I comuni mortali continuano ad avere fame. Tutto sembra perduto. Dal cielo piocono debiti. Manager affamati di titoli tossici si aggirano come zombies tra le rovine. Il cielo è sempre più nero. Ma quando tutto sembra volgere al peggio appare dall'alto la luce. John torna tra noi con i suoi occhiali neri per la sua nuova missione. Arrivano le sue armate di bontà. Da un lato i monaci del *Pugnus dei*, guidati da *Lasko*, attaccano gli umanoidi orchestri e riciclatanti. Dall'altro arrivano gli sbirri di *Cobra 11* con le loro carrozze luccicanti atte ad affrontare zombies e coppole. I comuni mortali si risvegliano dal torpore abbracciando i forconi e affiancando le colonne luminose. La battaglia finale ha inizio. Lo scontro è duro. Arrivano le fate valchirie a sostegno di monaci e sbirri. Orchi, umanoidi, manager e coppole hanno la peggio e si dissolvono come i vampiri alla luce del sole. Piocono margherite. Le terre "eurosee" tornano a sorridere. La fame cessa. L'ordine della luce regna sovrano. Gli sbirri rimangono a tutela. I monaci rientrano pronti alla pugna necessaria. Il globo terraqueo per questa volta è salvo. John ascende al cielo. Torna la calma. Torna la luce. ■



Tossico **indipendenza**



13

La campagna *Detox* di Greenpeace ha messo a segno una tripla vittoria: dopo *Puma* e *Nike* anche *Adidas* ha annunciato che diventerà *toxic-free*. I tre maggiori marchi dell'abbigliamento sportivo si sono impegnati pubblicamente a ridurre a zero il rilascio di sostanze chimiche pericolose in tutta la loro filiera produttiva e nei prodotti entro il 2020. È una vittoria per il nostro Pianeta e per milioni di persone in Cina e altrove che dipendono dai fiumi per l'acqua potabile e l'agricoltura. Con le inchieste *Panni sporchi* e *Panni sporchi 2* Greenpeace ha fatto suonare l'allarme. Nel primo caso, l'organizzazione ha denunciato l'esistenza di rapporti commerciali tra le più famose marche d'abbigliamento e aziende produttrici responsabili per il rilascio di sostanze tossiche inquinanti nei fiumi cinesi. Nel secondo ha poi fornito ulteriori prove che sostanze chimiche persistenti nell'ambien-

te, bioaccumulanti (cioè che si accumulano lungo la catena alimentare) e capaci di alterare il sistema ormonale dell'uomo – come il nonilfenolo – vengono usate nel processo di manifattura da più di 14 marchi internazionali, tra cui *Kappa*, *H&M* e *Abercrombie&Fitch*. I risultati delle ricerche di Greenpeace sono

solo la punta di un iceberg. L'uso di composti pericolosi nell'industria tessile è un problema globale che rischia di intossicare le acque di tutto il mondo. *Puma*, *Nike* e *Adidas* finalmente lo ammettono: non esistono "livelli sicuri" di sostanze tossiche e solo una politica di "scarichi zero" può fermare l'industria che inquina le nostre acque con i composti chimici. Nei prossimi mesi gli esperti di Greenpeace si confronteranno con tutte queste aziende per garantire che gli annunci pubblici si trasformino in fatti concreti. La campagna *Detox* ha ancora molta strada da fare, ma grazie alla partecipazione di migliaia di persone stiamo vincendo. Se in tanti non avessero sfidato i grandi marchi dello sport, facendosi sentire attraverso il sito web di Greenpeace, aprire la strada a un futuro libero da sostanze tossiche avrebbe richiesto molto più tempo. ■

Maria Carla Giugliano
ufficio stampa Greenpeace

ever green di Stefano Generali

Led passion

Cresce in tutta Europa il mercato delle lampade a led, che sono chiaramente destinate a diventare la tecnologia dominante per l'illuminazione del futuro. La crescente domanda di queste lampade, alimentata dalle politiche comunitarie per il risparmio energetico, ha prodotto in Europa un giro d'affari nel 2010 di 78,4 milioni di euro, soprattutto in Germania, Regno Unito, Francia e Italia. Secondo una recente ricerca dell'agenzia Frost & Sullivan, intitolata "World Led lighting market", oggi l'Italia controlla il 16,3 per cento del mercato europeo, per un totale di 12,8 milioni di euro.

Perfette sconosciute

Sono oltre 8 milioni e mezzo le specie animali e vegetali sulla Terra: 6 milioni e mezzo sulla terraferma e le altre in acqua, di cui il 90 per cento è ancora sconosciuto e da scoprire. Sono i risultati del primo censimento virtuale realizzato da un gruppo di ricercatori dell'Università delle Hawaii, pubblicato recentemente sulla rivista internazionale *PLoS Biology*. Si tratta del più completo tentativo mai realizzato per contare la vita sul Pianeta, da cui si viene a sapere che degli oltre 7,77 milioni di animali presenti sulla Terra solo 953mila sono descritti e catalogati dall'uomo.



Complesso di colpa

Siamo tutti responsabili per la povera Italia di oggi dove da sempre la classe dirigente, che non vuol dire solo la classe politica, non sa fare il proprio mestiere.

14

La riflessione a cui induce il brutto momento che viviamo come collettività nazionale potrebbe infine aiutarci a vedere meglio le cose come sono davvero, e non come ce le siamo raccontate per troppo tempo. A cominciare da ciò che investe le responsabilità personali di ciascuno, ciascuno guardando magari per una volta alle proprie e non soltanto a quelle degli altri. Forse si scoprirebbe che questo Paese non soltanto è vissuto per diversi decenni al di sopra delle proprie possibilità economiche, ma ha perso di vista, nella generale confusione dei ruoli, il senso della competenza e della capacità, spesso credendo o fingendo di vederle laddove c'erano solo inettitudine e mediocrità.

Questo non vale soltanto per i governanti (quelli degli opulenti Anni Ottanta che hanno lasciato il Paese in debito per chi sa quante generazioni, e quelli di oggi che promettevano posti di lavoro a milioni e basse imposte per poi portarci a livelli record di disoccupazione e di tasse): vale anche per la società civile, in tanti campi in cui le insufficienze sono state prese alla leggera. Sicuramente nelle Amministrazioni Pubbliche, ma anche nelle imprese private dell'industria del commercio e dei servizi, negli snodi determinanti della vita economica e di quella sociale. Non parlo qui delle ru-

berie e degli intralazzi che pure hanno pesato non poco nel decadimento generale, ma della vera e propria incompetenza che è stata tollerata in tanti campi e a tutti i livelli di responsabilità, dai più elevati ai più modesti, e che a questo decadimento ha pure dato una spinta. Quanti celebrati manager hanno contribuito al dissesto di grandi imprese private e pubbliche uscendone poi con tutti gli onori. E quanto poco si è saputo valorizzare la capacità nell'università e nella ricerca, nella scuola, nelle professioni, nelle banche, negli organi d'informazione, negli apparati della sicurezza, della previdenza, dell'assistenza; e ancora nella magistratura, nei sindacati, nello spettacolo, finanche nello sport, nel volontariato, negli impieghi e attività più diverse. Qualche volta accade di sentire un'autocritica, ma riguarda per lo più errori attribuiti a fattori esterni, non la propria personale competenza; e invece troppo spesso si tratta proprio di questo, al di là degli errori sempre comprensibili: di gente che non fa bene il proprio mestiere perché non lo sa fare, e che all'inettitudine affianca la presunzione. Ciò non vuol dire che tutti siano incompetenti: ma certo siamo tutti responsabili se questo Paese non si è dato criteri di selezione della classe dirigente (che non vuol dire solo classe politica) in grado di porlo al riparo dalla regressione che oggi è sotto gli occhi di ciascuno di noi. ■



beni di consumo di Rita Nannelli

Punti di sospensione

Nella sola Tokyo se ne contano a centinaia, diffusi in tutto il mondo, i bar automatici, aperti 24 ore su 24, arrivano anche in Italia. L'impre-scindibile macchina del caffè, il distributore di snack e bibite fredde e quello dei gelati riuniti, grazie a CDA – un'azienda friulana che da oltre 30 anni installa e gestisce distributori automatici di cibo e bevande –, in due Punto Pausa, bar completamente automatizzati e all'avanguardia nel cuore di Udine.



Locali moderni e confortevoli, curati nel design, che ospiteranno anche un distributore automatico per panini caldi e croissant e una macchina "dispensatrice" di succo d'arancia ottenuto dalla spremuta istantanea d'arance fresche. Bevande e alimenti di qualità, provenienti da agricoltura biologica, rigorosamente certificati e in linea con le più attuali direttive in fatto d'alimentazione e salute. Con un occhio all'ambiente: un originale angolo all'interno del Punto Pausa dedicato alla raccolta differenziata. Quando si dice essere "a buon punto"...



Petroli vegetali

Surrogati di prodotti petroliferi da scarti agricoli, erbe, alghe e canne di palude. L'innovazione del dopo biocarburante, contestato per ragioni etiche.

15

Biocarburanti è termine generico per indicare molte diverse sostanze ricavate dalla biomassa vegetale, ma anche animale, adatte per sostituire in tutto o in parte la benzina per motori a ciclo Otto o il gasolio per autoveicoli diesel, gli attuali derivati petroliferi per auto-trazione consumati in ragione di circa mille milioni di tonnellate ogni anno nel mondo. A oltre un secolo fa risale l'inizio dell'uso, al posto della benzina, dell'alcol etilico, oggi ribattezzato bioetanolo, ottenibile per fermentazione di carboidrati ricavati dalla canna, dalla barbabietola, dall'amido, dalla frutta. In quest'ultimi tempi è cresciuta una campagna di contestazione dell'alcol carburante basata sul criterio che i tuberi o i cereali usati come materie prime per l'alcol carburante sono coltivati in terreni che sarebbe eticamente meglio coltivare per produrre alimenti in grado di sfamare gli abitanti dei paesi poveri. La fortunata formula: togliere di bocca il mais ai poveri per far funzionare i *Suv* dei ricchi ha tolto gran parte del favore per i surrogati dei carburanti ottenuti dai vegetali. E ha tolto anche parte dei contributi finanziari governativi che i produttori di alcol carburante erano riusciti ad ottenere per compensare il maggior costo dell'alcol rispetto alla benzina. Alcuni studiosi, in questa direzione, hanno anche condotto ricerche per dimostrare



che la produzione di alcol carburante dalla biomassa vegetale richiede, nelle fasi di coltivazione, di raccolta, di trasformazione della biomassa in alcol, energia in quantità superiore a quella che l'alcol restituirebbe bruciando nei motori a scoppio. Devo dire che sono di quelli che ritengono, al contrario, che l'uso di alcol carburante, ottenibile da prodotti agricoli e da frutta buttati via perché invenduti, da colture in terre abbandonate, potrebbe creare occupazione e avrebbe un bilancio energetico ed ecologico positivo anche in Italia. Comunque alle contestazioni dei biocarburanti si sta reagendo, in molti paesi del mondo, con innovazioni tecniche basate sull'uso, come materie prime, di scarti agricoli, di materiali lignocellulosici, magari ricavati da colture adatte a terre povere e marginali. Molti studi sono rivolti addirittura alla produzione di alghe da cui ricavare carboidrati trasformabili in alcol etilico e anche grassi da trasformare in carburanti adatti per motori diesel, battezzati biodiesel. Si sta scoprendo che, con tutta la nostra scienza, si sa ancora troppo poco sulla composizione chimica di molti materiali vegetali "umili", le erbe o le canne delle paludi, i residui forestali, "merci" e "rifiuti" che non sono finora serviti a nulla e che potrebbero diventare materie prime da trasformare, con processi in parte da perfezionare e in parte da inventare, surrogati dei prodotti petroliferi. ■

chissà cosa di Jacopo Formaioni

Pacchetto e contropacchetto

Figlio "degenere" del più nobile fazzoletto di stoffa, quello di carta si "spiega" per la prima volta al mondo sul finire dell'Ottocento. La carta non è stata che l'evoluzione consumistica di un oggetto che ha sempre accompagnato l'uomo: antigienica pezza "tuttofare" d'epoca romana, ricamato velo da esibire a corte o più sobrio riempitivo da taschino della bella époque. Durante

la Prima guerra mondiale la carta assorbente sostituisce il cotone nelle infermerie e da lì, nel 1924, il fazzoletto è lanciato sul mercato con il nome di Kleenex. L'igiene e la praticità hanno poi fatto il resto. L'Italia è la prima produttrice europea e gli italiani ne sono grandi consumatori: circa l'80 per cento ne fa uso, con oltre 20 milioni di confezioni vendute in un anno. In comodi pacchetti dai diversi formati, sono fedeli compagni da avere a fianco in toilettes poco raccomandabili e ad ogni cambio di stagione. Pronti davvero ad ogni evenienza.





Risorse innaturali

**Lo Stato toglie risorse ai parchi nazionali.
Bel modo di difendere l'ambiente in Italia.**

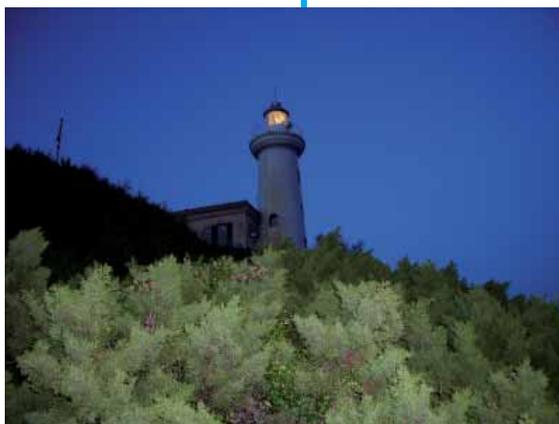
16

L'ambiente in Italia è difeso solo a parole e certo non nei fatti. Abbiamo più volte ricordato come il turismo nei parchi nazionali sia una delle poche voci in attivo della bilancia commerciale italiana, con +16 per cento rispetto all'anno precedente e oltre 30 milioni di presenze nelle aree protette. È un turismo di qualità, di gente che torna e che vorrebbe ritrovare un ambiente poco contaminato e trattenersi magari più a lungo. Come si farà a convincerli che vale ancora la pena, se i parchi italiani vengono ridotti al lumicino? La dotazione ordinaria dei 23 parchi nazionali è stata da tempo

tagliata quasi alla sola sussistenza, per cui ora si cerca di spremere sangue dove non ce n'è più nemmeno una gocciola. I presidenti dei parchi nazionali italiani non ricevono la loro indennità da gennaio e

la Pubblica Amministrazione intima loro di restituire addirittura quanto guadagnato nel 2010. Per risolvere i problemi economici del Paese non si azzerano i doppi ruoli pubblici, ma si tagliano i compensi dei presidenti di uno dei pochi settori in cui lo Stato fa una bellissima figura. I parchi conservano un valore per tutti i cittadini

grazie al superlavoro dei propri dipendenti e del *Corpo Forestale dello Stato*, portano valore economico e incrementano la qualità della vita. I presidenti dei parchi non sono presidenti di bocciofile: tra l'altro hanno la responsabilità legale degli enti e dunque il loro ruolo non può essere onorario, come il ragioniere centrale dello Stato sostiene. E indovinate un po' di che cifre astronomiche si tratta? Quale risparmio si ottiene? In media 1.500 euro netti al mese che, messi tutti insieme, non fanno probabilmente lo stipendio mensile del ragioniere centrale. Siamo tutti disposti a fare sacrifici ed è giusto che chi ha di più paghi di più, ma qui rasentiamo il ridicolo: un risparmio inesistente per chi si prodiga quotidianamente a proteggere i gioielli del Belpaese. Siamo oltretutto in una congiuntura particolare: molti presidenti dei parchi sono in scadenza e vanno rinnovati o sostituiti. Chi si potrà chiamare a zero euro di compenso? Chi vorrà venire, magari spostandosi da un'altra regione? Come si spera che i parchi reggano a questi attacchi continui? Al *Parco Nazionale del Circeo* è stato appiccato il fuoco nei pressi della residenza del presidente, tanto per far capire che aria tira. E, infine, si vorrebbe rivedere la legge 394 istitutiva dei parchi nazionali. Per migliorarla? Può darsi, ma i primi emendamenti non lasciano sperare nulla di buono. Forse sarebbe meglio chiudere i parchi nazionali e dire coerentemente addio in Italia alla protezione della natura. ■



al naturale di Stefano Generali

Un pieno di energie

Sarà italiana la tecnologia del primo impianto ibrido geotermico-fotovoltaico al mondo, previsto nei pressi di Rino, in Nevada, presso uno stabilimento di proprietà di Enel Green Power. L'impianto, per adesso solo geotermico, è già attivo, ma verrà potenziato con 80 mila moduli fotovoltaici che aumenteranno

la potenza di picco della centrale fino a raggiungere la potenza produttiva di 89 Mw. Nei piani di Enel è prevista anche la sperimentazione di un impianto ibrido geotermico-solare termodinamico nella centrale gemella di Salt Wells. Per realizzare le due strutture l'impresa italiana si è aggiudicata incentivi del Governo degli Stati Uniti per 61 milioni di dollari, stanziati nell'ambito di un piano nazionale di sviluppo delle energie rinnovabili.



Frutto misto

Biricoccola, orangelo, prugnocca, dalla California i frutti dei mix tra prugne, albicocche, arance e pompelmi.

17

Sono l'ultimo grido dei supermercati californiani: frutti mai gustati prima, che mescolano sapori di piante ibridate. Hanno nomi strani: orangelo, biricoccola, cilegugna, prugnocca (rispettivamente, un mix di arancia e pompelmo, albicocca e susina, ciliegia e prugna, prugna e albicocca). La novità non è tanto nel fatto in sé (molti frutti che normalmente consumiamo sono un incrocio fra specie diverse) quanto nel modo sistematico con cui avviene la sperimentazione: alcune grandi aziende si sono specializzate in questo campo, mettendo a frutto



sofisticate ricerche di mercato che indagano sui gusti dei giovani e meno giovani consumatori, su quali combinazioni di dolce, amaro e acido stimolano maggiormente le papille gustative a pranzo, a merenda o a colazione. Decine di migliaia di varietà di ibridi preparano l'immissione sul mercato di ogni nuovo frutto.

Tutto questo non deve stupirci. Da sempre, agli uomini è piaciuto "inventare" il loro cibo. Attorno a questa capacità si è costruita la stessa nozione di "cultura alimentare", un sapere che parte dalla natura ma la supera, rielaborando ciò che essa offre. Perfino il pane e il vino (ricordiamolo) non esistono in natura

ma sono invenzioni dell'uomo. Quanto agli ibridi, sono stati per millenni un modo per migliorare le specie vegetali, per selezionare le più produttive e (perché no?) piacevoli al gusto. Sui frutti, poi, la fantasia si è letteralmente scatenata. Forse per l'immagine di superfluità che li ha sempre accompagnati, facendone un simbolo del lusso alimentare, i frutti hanno attirato le attenzioni di nobili e re, ansiosi di "inventare" il frutto che nessuno conosceva, il sapore nuovo per stupire gli ospiti alla propria tavola. Come ha messo in luce un recente studio di Florent Quellier, è una vera "infatuazione" quella che tra XVII e XVIII secolo vede scatenarsi una gara alla moltiplicazione delle specie. Jean de la Quintinie, il famoso "giardiniere del re" al servizio di Luigi XIV di Francia, si vantava di aver selezionato oltre cinquecento qualità di pere, tutte diverse fra loro, dopo infiniti esperimenti di innesto e ibridazione. (È un pregiudizio, osserviamolo fra parentesi, pensare che nel corso dei secoli la biodiversità sia progressivamente calata: il lavoro degli uomini ha operato, spesso, in senso contrario). La notizia che viene dalla California è una buona notizia, perché non ci parla di innaturali esperimenti genetici realizzati in laboratorio, ma di un'intensa complicità fra uomo e natura, che ripropone antichi saperi contadini in un contesto di modernità tecnologica. Il rapporto interattivo tra uomo e natura è sempre stato il segreto della sopravvivenza collettiva, possibilmente piacevole. ■

il buongustaio di Silvia Inghirami

Un vino da favola



Un weekend a pochi chilometri da Torino per scoprire Ivrea, ricca di fascino e storia, il Castello di Masino e un vino unico, l'Erbaluce di Caluso. Il Consorzio per la Tutela e Valorizzazione del Caluso, Carema e Canavese gli dedica, dal 21 al 23 ottobre, l'evento "Erbaluce: la Favola di un Vino" che alla favola, anzi alla leggenda della splendida ninfa Albaluce, deve anche il

nome. Uno dei 7 vitigni italiani il cui nome è indissolubilmente legato al territorio e tra i primi vini italiani a ottenere la doc nel 1967, l'Erbaluce è un bianco sorprendente e profondo, capace di raggiungere gran complessità e si produce solo nel Canavese, territorio connotato dallo spettacolare paesaggio dell'anfiteatro morenico della Serra d'Ivrea. L'iniziativa permetterà di conoscere le 27 aziende consorziate produttrici dell'Erbaluce e degustarne le varianti fermo, spumante e passito.

Un certo non so che

■ Aldo Bassoni

Siamo usciti da una lunga epoca di certezza che era strutturata intorno alla promessa di un futuro sempre migliore, assolutamente positivo, di benessere illimitato, di libertà e di giustizia. La crisi della nostra epoca rende difficile tutto quello che sembrava scontato e ci pone di fronte alla prepotente irruzione dell'incertezza nella realtà. Ma

può l'incertezza trasformarsi in uno strumento utile per vincere il mito della totale impotenza dell'uomo di fronte alla complessità del mondo?

Miguel Benasayag, filosofo e psicanalista di frontiera, è alle prese con questi problemi, vissuti concretamente nel suo lavoro tra i giovani delle banlieues parigine da anni. Per

lui l'incertezza non è sempre sinonimo di fallimento. E spiega perché: «perché l'ultima certezza è la certezza del peggio, perché siamo certi di trovare il peggio che ha sostituito la fede nel meglio. Peggio o meglio non sono sicuri, ed è per questo che l'incertezza è la possibilità di sviluppare la nostra capacità di agire».

Nel suo libro *L'epoca delle passioni tristi* scrive: non si può pensare di educare in modo identico in una società stabile che ha fiducia nel futuro e in una società

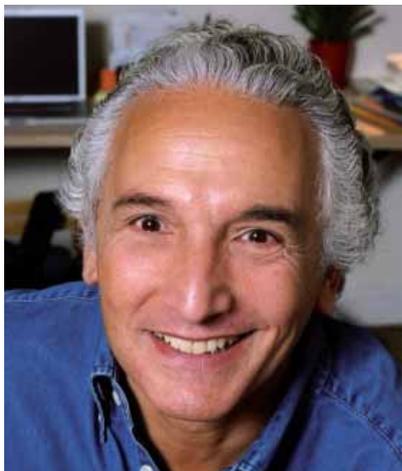
in crisi che ha paura di quello stesso futuro. Che cosa intende dire?

«Per educare oggi dobbiamo fare una cosa strana sia per gli educatori che per i genitori, che è dire noi siamo nella stessa barca, nella barca dell'incertezza. Non sappiamo quale può essere il futuro. Dunque non bisogna trasmettere la certezza, ma la possibilità di gestire l'incertezza».

Oggi, invece, si propone di trasmettere solo rassicuranti nozioni utilitaristiche.

«La follia della pedagogia della competenza ci spinge ad imparare subito delle cose utili e così noi creiamo giovani che non sono attrezzati per affrontare intellettualmente e psicologicamente la vita. Questo è il fallimento dell'educazione. È come dire non c'è più il tempo per sviluppare il desiderio, devi solo essere utile. È preparare la guerra di tutti contro tutti. Al contrario, bisogna mostrare che l'incertezza è assolutamente sopportabile e trasmettere questa posizione esistenziale. Educare significa sviluppare nell'individuo una struttura interna capace dopo di apprendere cose pratiche, ma se noi cominciamo dalle cose pratiche la struttura non viene. Perciò dobbiamo resistere a questa follia dell'emergenza, dobbiamo dire che tu, giovane, devi poter trovare il tuo incrocio con la vita. Solo dopo puoi imparare qualunque cosa».

La società ha infantilizzato gli adulti perché ha fatto esplodere il nucleo



Miguel Benasayag

familiare, dunque i genitori sono sullo stesso piano dei bambini, siamo tutti delle persone che cercano felicità e piacere immediato.

«C'è una realtà che non permette di fare una netta distinzione generazionale perché questo modello di giovinezza non corrisponde ad una età biologica, ma è avvenuta una vera e propria deterritorializzazione totale dell'individuo. Così i genitori sono spinti al fallimento e gli educatori si trovano con un doppio lavoro, educare come genitore e come insegnante. Ma l'insegnante non può fare tutto e non deve nemmeno provarci perché se non riuscirà a fare niente. Semmai deve supplire a questa mancanza sviluppando il legame sociale che non è più strettamente familiare, ma è il tessuto sociale del quartiere».

È sicuro che per i giovani di oggi il futuro appaia più come una minaccia che come una promessa?

«Ripeto. La società propone ai giovani una formazione utile, una formazione pensata in funzione delle esigenze del mercato. Dunque il messaggio ai giovani è questo: prova a non essere te, o di essere il meno possibile te, cerca di essere il meno particolare possibile e adattati alle esigenze del mercato. In questo senso può darsi che una parte dei giovani pensino che il loro futuro possa essere positivo perché i genitori magari stanno bene, ma il futuro rimane negativo perché è di violenza, di minaccia, di divisione».

È un adattamento forzato...

«Sì. Io penso che la nostra società sia troppo aggressiva verso i giovani. Non gli lascia il tempo di perdersi e di capire chi sono. La nostra responsabilità è di resistere a questo. Allora credo che per la maggior parte dei giovani, anche se le loro prospettive non sono minacciose, il futuro significa stare bene individualmente in un mondo che sta male».

Lei dunque è preoccupato per la rimozione di ogni forma di sapere non immediatamente utile. Ma allora come facciamo ad ostacolare questa deriva utilitaristica e tecnocratica?

«Bisogna evidenziarne il carattere irrazionale e pericoloso, bisogna riconquistare una legittimità per la contestazione a questo sistema che finora è vista come romantica e lontana dalla realtà, perché la realtà è l'economia, è il mercato. Bisogna mostrare chiaramente che esistono altre vie da seguire. Per esempio, è importante dimostrare in maniera scientifica e chiara che questa dimensione utilitaristica è condannata al fallimento. Io lavoro per provare a dimostrare che

non siamo idealisti ma concreti. Il senso della mia ricerca è proprio questo».

Siamo sicuri che l'informazione a 360 gradi ci preservi dal ricadere nella barbarie?

«Per molto tempo abbiamo pensato che la diffusione dell'informazione ci protegga dall'arretramento di civiltà. Oggi sappiamo che l'informazione non solo può non essere sufficiente, ma può anche essere utilizzata negativamente, può eclissare la verità. Del resto in Italia avete un esempio di quest'informazione centralizzata e monopolizzata che non ha permesso lo sviluppo di un'informazione più aperta, democratica e territorializzata in rapporto con la mia realtà e con la mia vita. Per creare una solidarietà è molto importante pensare all'informazione come a qualcosa di più vicino altrimenti abbiamo gente che guarda la televisione e non può non sentirsi impotente».

In che modo oggi la cooperazione può costituire un modello valoriale per trasformare la realtà di un'economia tutta tesa all'individualismo, alla competizione, al profitto e alla lotta per la sopravvivenza tra lavoratori e disoccupati. Può la cooperazione, anche in senso culturale, diventare un paradigma di una nuova umanità?

«Io penso che la nostra epoca non ci permetta di pensare in termini di un superamento globale del nostro sistema. Dobbiamo cercare di sviluppare la possibilità di costruire nuovi paradigmi ma non sappiamo – ecco di nuovo il tema dell'educazione all'incertezza – se da questi uscirà un nuovo modello economico e sociale. Però dobbiamo avere il coraggio di fare senza essere troppo pressati dall'emergenza. Il movimento cooperativo è molto interessante e può trovare una massa critica che permette di sviluppare forti legami sociali. Dobbiamo svilupparne la potenza del pensiero e dell'azione senza pretendere di creare modelli alternativi globali perché non è possibile, perché io non posso conoscere i risultati delle mie azioni». ■

Ha collaborato Michele Dorigatti, responsabile Ufficio studi della Federazione Cooperative Trentine.

L'incertezza come possibilità di sviluppare la capacità di agire. La strada indicata dal filosofo e psicanalista Miguel Benasayag per vincere il mito dell'impotenza umana di fronte alla crisi e alla complessità del mondo. Perché in una società instabile l'educazione dei giovani non passa dalle certezze, ma dalla gestione dell'“incerto”.



La stretta

Sfiducia crescente, consumi in calo, compresi quelli alimentari, tenore di vita che scende. E con questa Finanziaria, iniqua e depressiva, che inciderà sulle spese delle famiglie, sulla produzione industriale e sui servizi, il futuro degli italiani è quanto mai incerto. Ma secondo il Rapporto Coop su consumi e distribuzione sono i giovani l'epicentro della crisi.

■ Aldo Bassoni

Di fronte ai dati dell'ultimo *Rapporto Coop su consumi e distribuzione*, lo sconforto è grande. Non si riesce a vedere una luce, e tra tutti i problemi quello dei giovani dal presente incerto e senza futuro è il più grave. Altre crisi almeno una qualche speranza la lasciavano intravedere. C'era voglia di riscatto, il figlio dell'operaio poteva aspirare ad una vita migliore, i genitori tiravano la cinghia per mandare i figli all'università ma erano sicuri che avrebbero avuto una vita migliore della loro. «Oggi sembra che questa voglia di futuro sia in regressione – commenta amaro **Albino Russo**, responsabile del Centro studi *Coop-Ancc* –. E i giovani stessi non credono più all'idea che studiando si possa migliorare. Pensano che il merito non conti e che le strade per raggiungere il successo siano altre». Forse alla fine della crisi le cose cambieranno, ma oggi il velinismo e le carriere pagate con il corpo suggeriscono altre possibilità. Finora sono state le famiglie ad attenuare questo disagio dei giovani, almeno dal punto di vista economico, anche se negli ultimi 10 anni il potere d'acquisto è crollato del 7 per cento. Ma la crisi, secondo gli analisti, durerà ancora, e forse peggiorerà. Il tenore di vita continuerà a scendere. Si calcola che nei prossimi 3 anni i consumi caleranno oltre l'1 per cento anche grazie alle scelte economiche del Governo che continua a penalizzare chi ha sempre pagato. Già oggi l'80 per cento delle famiglie pensa di vivere al di sotto o ai limiti del sopportabile e ricorre sempre di più ai propri risparmi per finanziare i consumi quotidiani, mentre la crisi ha contribuito a accrescere le disuguaglianze soprattutto nel Mezzogiorno ai danni in particolare dei nuclei familiari più giovani e con figli a carico.

Di tasca nostra

Secondo le associazioni dei consumatori, le misure contenute nelle varie manovre economiche che hanno surriscaldato la già torrida estate scorsa peseranno a regime sulle tasche delle famiglie per circa 2mila euro. Una cifra che si aggiunge all'inarrestabile crescita di prezzi e tariffe. «E a pagare saranno i soliti noti, vale a dire le famiglie a reddito fisso e i pensionati – dichiarano **Rosario Trefiletti** e **Elio Lannutti**, presidenti rispettivamente di *Federconsumatori* e *Adusbef* –. Tutto ciò non farà altro che aumentare il malessere delle famiglie, che inciderebbe sull'intera economia determinando ulteriori contrazioni dei consumi, nonché della stessa produzione industriale e dei servizi. Oltretutto, quello che ci preoccupa maggiormente è che questa manovra non si limita ad essere iniqua, sbagliata e depressiva, ma non contiene nemmeno l'ombra di investimenti per il rilancio dell'economia».

I sacrifici, insomma, non saranno

uguali per tutti. Del contributo di solidarietà al 3 per cento sui redditi superiori a 300mila euro non se ne accorgerà nessuno dei 34mila contribuenti interessati. Mentre milioni di italiani che ogni giorno fanno la spesa dovranno tirare ancora la cinghia in attesa di tempi migliori che, per il momento, non si vedono all'orizzonte. Il *Rapporto Coop* fotografa un paese fermo, consumi stagnanti, sfiducia crescente. Ma cosa ci aspetta nell'immediato futuro? «Se il consumatore diventa pessimista e allarmato dal fatto che la ripresa non arriva mai, allora può diventare ancora più cauto e decidere di aumentare il tasso di risparmio e quindi ridurre in maniera consistente i consumi, il che significa andamento negativo della domanda interna e quindi recessione», dice **Fedele De Novellis**, economista *Ref (Ricerche per l'Economia e la Finanza)*. Eh già. Lo spettro della recessione si aggira per l'Europa, e non solo. «Eravamo abituati ad una crescita costante dei consumi, il cui massimo è stato raggiunto nel 2007 – prosegue De Novellis – poi c'è stata una battuta d'arresto tra il 2008 e il 2009, una pallida ripresa negli ultimi 6 mesi e infine si tornerà a scendere di almeno un punto nei prossimi due anni. Di certo nel 2013 saremo ancora abbondantemente sotto i livelli di consumo del 2007». Insomma, la traiettoria crescente del reddito e dei consumi si è interrotta. Per la prima volta dal Dopoguerra la tendenza è alla contrazione.

Crisi d'identità

«Anche i consumi alimentari continueranno a calare nei prossimi anni – interviene Albino Russo –. Il consumo alimentare è un pezzo dell'identità del paese insieme all'abbigliamento e all'arredamento perché noi italiani ci teniamo sia al bello che al buono. Ma la crisi ha prodotto la rottura di un modello di consumo che ci ha sempre visto primeggiare nel mondo talvolta con invidia e ammirazione. Ora la gente cerca di risparmiare dove è possibile risparmiare: rinuncia al jeans di marca, per l'armadio va all'*Ikea*. Insomma tagli dove è possibile perché sei obbligato a spendere in servizi, bollette, casa, benzina, guarda caso tutti settori poco o niente liberalizzati. Questo è il gioco che è successo negli ultimi 10 anni e che con

la crisi si è acuito». Ma come fanno gli italiani a risparmiare sul cibo? Di fronte alla crisi, i consumatori hanno messo in atto nuove strategie di acquisto nel tentativo di far quadrare i conti del proprio bilancio. «Prima di tutto c'è stata una riduzione delle quantità acquistate, soprattutto nelle merceologie del

fresco, che sono maggiormente soggette a rapido deterioramento – spiega Russo –, poi una scelta delle tipologie di vendita più convenienti come il discount, almeno per quanto riguarda i prodotti industriali rinunciando in parte alla qualità; caccia grossa alle promozioni e ai marchi commerciali, come ad esempio il prodotto Coop; ricomposizione dei panieri di spesa: meno prosciutto e più mortadella, meno carne e più uova, meno tagli nobili e più frattaglie; infine riduzione degli sprechi anche acquistando confezioni più piccole». C'è da chiedersi fino a che punto stiamo sottraendo il superfluo, e da quando cominceremo a mangiare più schifozze. «Già oggi molte famiglie, che proprio non ce la fanno più, mangiano peggio – dice Russo –. Ebbene, questa tendenza potrebbe estendersi perché la coperta dei bilanci familiari è sempre più corta e da qualche parte si strappa». L'Italia è uno dei



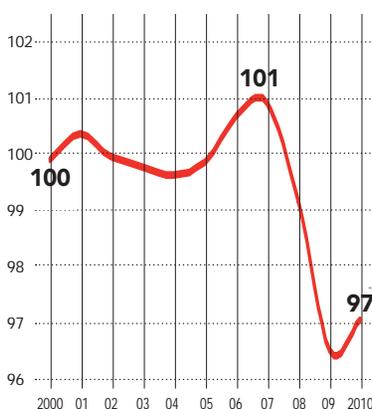
paesi con il più alto tasso di longevità. Un paese dove si campa di più e meglio che altrove. È noto che una delle ragioni di questa nostra longevità è l'alimentazione, la famosa dieta mediterranea. Se ai cambiamenti che spingono verso un'omologazione dei consumi e la perdita di identità nazionale fatta di buon cibo, anche il buon mangiare è a rischio sotto i colpi della crisi economica, vuoi vedere che ci giochiamo pure la salute? E con i tagli alla sanità introdotti dalla manovra numero uno non c'è da stare allegri.

Gioventù bruciata

Poco allegri di sicuro sono i giovani. Il dato più allarmante che emerge dal Rapporto Coop riguarda proprio loro. Interrogati da *Eurobarometro*, i giovani italiani non credono più nella formazione e nell'istruzione superiore per il loro futuro. Nella formazione professionale ha fiducia solo 1 giovane su 2, contro

I consumi pro-capite indietro di oltre un decennio

Consumi a prezzi costanti;
indice 2000=100

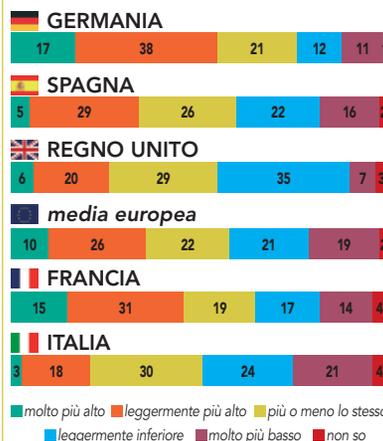


Fonte: elaborazione ref. per Coop

Solo un quinto delle famiglie ritengono di avere un reddito adeguato

percentuali

“Il reddito mensile della sua famiglia è più alto o più basso dell'ammontare indispensabile per avere uno standard di vita minimo accettabile?”

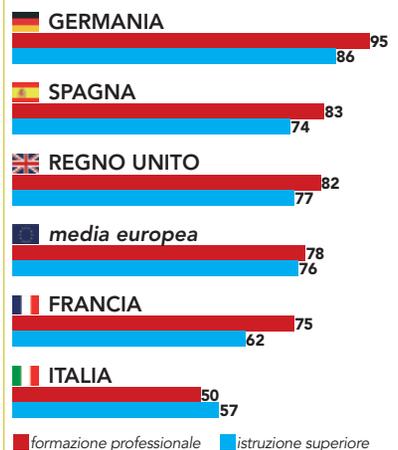


Fonte: elaborazione Ufficio Studi Ancc-Coop su dati Eurobarometro 2010

I giovani (15-35 anni) non credono più nella scuola

percentuali

“Secondo te, l'istruzione è un'opzione interessante per i giovani nel tuo paese?”



Fonte: elaborazione Ufficio Studi Ancc-Coop su dati Eurobarometro 2011

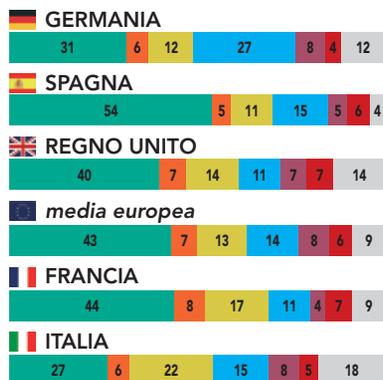
il 95 per cento della Germania e l'83 della Spagna che pure non se la passa meglio di noi. Ma c'è di più. Nella patria delle partite *Iva* e della tanto decantata intraprendenza individuale, solo 1 giovane su 4 sarebbe propenso ad avviare un'attività imprenditoriale (la media europea è del 40 per cento). «Perché stupirsi di questi dati – commenta De Novellis –. È chiaro che i giovani sono l'epicentro della crisi. L'ingresso nel mercato del lavoro è sempre più difficile e i giovani hanno sempre più difficoltà a trovare un'occupazione stabile proprio negli anni più importanti per lo sviluppo del capitale umano. Se poi il laureato accetta un posto da diplomato, ma non ha la possibilità di valorizzare e accrescere le sue conoscenze quel capitale umano che è costato soldi alla società e alle famiglie si perde definitivamente con un danno anche per il paese. Quindi, se la formazione non dà accesso a percorsi professionali soddisfacenti, è normale che il giovane si interroghi sull'utilità dei suoi studi».

Insomma, un paese dove i giovani sono sfiduciati e privi di prospettive è un paese che rinuncia al futuro. Ed ecco perché sono aumentate vertiginosamente le spese per giochi a premi, slot machine, lotterie: alla fine del 2011 saranno oltre 73 i miliardi (quasi il 20 per cento in più rispetto al 2010) immolati sull'altare della dea bendata: più di quanto spendiamo per l'abbigliamento e le calzature, e pari circa al 60 per cento dei consumi alimentari. Ma si sa, chi vive sperando... ■

Tra i giovani (15-35 anni) manca la voglia di mettersi in proprio

percentuali

“Vorresti mettere su un'attività in proprio in futuro?”



■ si ■ no, non ho adeguate capacità professionali
 ■ no, è complesso avviare l'impresa ■ no, perché è rischioso
 ■ no, non ho accesso ai finanziamenti ■ ho già avviato un'attività
 ■ non risponde

Fonte: elaborazione Ufficio Studi Ancc-Coop su dati Eurobarometro 2010

I tartassati

Il Governo tassa gli utili delle cooperative.

Una delle misure che più hanno fatto discutere nella travagliata manovra economica varata dal Governo è quella dell'aumento del 10 per cento della tassazione sugli utili delle cooperative. Sin qui le cooperative avevano una tassazione sugli utili (che è bene ricordarlo restano in cooperativa e vengono reinvestiti) che variava tra cooperative a mutualità prevalente (tassazione sul 30 per cento) e cooperative non a mutualità prevalente (tassazione sul 70 per cento). Le cooperative di consumatori – pur essendo a mutualità prevalente, cioè che realizzano più della metà del fatturato con i loro soci – avevano un regime intermedio, con tassazione al 55 per cento. «Il nostro giudizio – ha spiegato il presidente del Consiglio di sorveglianza di *Coop Italia*, **Ernesto Dalle Rive** – è fortemente negativo. Al di là del risultato economico, tutto da dimostrare, che questa misura produrrà per le casse dello Stato, è il punto di partenza politico che non ci convince, proprio perché nasce al di fuori da ragionamenti o riforme più complessive, ma punta solo sulla cooperazione. Per questo ci pare di essere di fronte a un attacco a un mondo, quello cooperativo, che in questi anni di crisi ha sostenuto il Paese, ha prodotto occupazione e sviluppo. Invece ecco rispuntare vecchi retaggi culturali che non rispondono più alla realtà dei fatti e che dipingono la cooperazione, o almeno una sua parte, come inefficiente e dipendente da una parte



del mondo politico. Da qui si fa derivare una scelta che finisce col rendere il mercato meno libero e che limita la concorrenza. Le cooperative, e Coop ne è un esempio, in Italia sono *leader* in diversi settori di mercato e penalizzandole si finisce col penalizzare proprio la parte sana del mercato. Se oggi Coop ha quasi 7 milioni e mezzo di soci in Italia è perché è stata capace di dare risposte alle loro esigenze e di confrontarsi con gli altri concorrenti. Noi vogliamo continuare a restare dalla parte dei consumatori, perché vogliamo un mercato dove siano i consumatori a decidere e scegliere in modo consapevole e libero».

Rispetto alle conseguenze della nuova tassazione, Dalle Rive ribadisce che «sono in corso stime per valutare l'effetto concreto sui bilanci, ma rispetto a cifre che sono circolate ci pare che il risultato per lo Stato sarà molto inferiore. Alla fine è evidente che pagheremo quel che la legge stabilisce e i nostri piani di sviluppo non si modificano per questo, ma vorremmo anche ricordare che si tratta della terza volta nel giro di pochi anni che la normativa sulla nostra tassazione viene modificata in senso peggiorativo sempre da questo Governo. E dato che dobbiamo fare investimenti e programmare le attività, ci piacerebbe poterlo fare in un clima di certezze».

La versione di Coop

Coop fa il punto sulla manovra finanziaria e sulle sue conseguenze per i consumatori.

■ Dario Guidi

24

Il giudizio critico sulla manovra economica del Governo è netto. E non solo per le misure che aumentano la tassazione delle cooperative, ma ancor di più per la scelta di portare dal 20 al 21 per cento l'aliquota dell'Iva e per l'assenza di misure che favoriscano la crescita e lo sviluppo, a cominciare dalla liberalizzazione di diversi settori. Ma, come nel suo stile, Coop, a maggior ragione in una fase difficile e drammatica per il Paese, alle

osservazioni critiche affianca anche proposte e impegni che si assume in prima persona, scelte di sviluppo e iniziative per sostenere il reddito delle famiglie. «Quando si è una realtà cooperativa che riunisce sette milioni e mezzo di soci, presente dal Trentino alla Sicilia, e si è la più grande catena distributiva del paese, con una quota del 18,3 per cento del mercato – spiega il presidente del Consiglio di gestione di Coop Italia, **Vincenzo Tassinari**

– il dovere è sì di dire la nostra sul piano delle misure di politica economica che vengono adottate, ma riteniamo altrettanto doveroso fare proposte, assumere impegni. Insomma dare il senso che vogliamo contribuire a far uscire il paese dalle secche della crisi, vogliamo far sentire alle famiglie che stiamo dalla loro parte. Ritrovare uno spirito di coesione è oggi fondamentale. E Coop vuole essere un esempio in questo senso».

Lo sviluppo Coop continua

E allora, piuttosto che dalle critiche alla manovra economica, cominciamo proprio dagli impegni in positivo. Che sono in primo luogo quello di confermare e continuare con una strategia di sviluppo della rete di vendita che, da qui al 2013, porterà all'apertura di 55 nuovi negozi (44 Supermercati e 10 Iper), con

un investimento di oltre 500 milioni di euro e 2.500 nuovi occupati. Considerato che la crisi dei consumi colpisce in primo luogo il settore della distribuzione, la cosa assume un rilievo ancora maggiore. «In più – aggiunge Tassinari – Coop, che nel 2011 conta di superare i 13 miliardi di euro di fatturato complessivo (con un più 1,7 per cento sul 2010), conferma la sua presenza e la volontà di svilupparsi nelle regioni del sud, da cui invece altre grandi catene hanno scelto di ritirarsi».

Al piano di sviluppo, si affiancano poi misure più immediate sul tema delle convenienze, come una campagna di forti sconti su un paniere di oltre 100 prodotti a marchio che durerà per i mesi di ottobre e novembre. «Quest'autunno – dice Tassinari – si presenta particolarmente difficile, per le tante incertezze che pesano sul paese e sulle famiglie. Per questo ci pare essenziale mandare un ulteriore segnale che la gente possa raccogliere quando va nei nostri punti vendita. Sulla convenienza abbiamo lavorato tantissimo in questi anni, le cooperative hanno rinunciato a quote di margine per assorbire gli aumenti delle materie prime e non scaricarli sui consumatori. Su questa strada vogliamo continuare, ma è chiaro che – e qui sta una parte importante delle nostre proposte agli altri interlocutori politici ed economici nel paese – se non si ritrova una capacità di costruire risposte condivise e di sistema, allora i rischi aumentano». E qui le riflessioni che il mondo Coop propone si incrociano con la crisi drammatica esplosa dal luglio scorso e con la manovra voluta dal Governo. «Il reddito disponibile delle famiglie è calato di 6-7 punti rispetto al 2007 – afferma il vicepresidente di Ancc-Coop **Enrico Migliavacca** –; il calo dei consumi procapite, sempre dal 2007 a oggi, è stato di circa 4 punti. E ora si aggiunge il colpo dell'aumento di un punto di Iva, che incide su circa il 50 per cento dei prodotti in vendita. Dalle nostre analisi, un punto percentuale di aumento di Iva generalizzato drenerebbe 7 miliardi di consumi in meno, 2 dei quali nei settori alimentari».



Iva, scelta sbagliata

«Il nostro giudizio su aumenti di Iva è sempre stato negativo – aggiunge Tassinari –. È la tassa più iniqua perché pesa in egual misura per tutte le fasce di contribuenti. Proviamo a pensare a cosa accadrebbe se nella delega fiscale in discussione si aumentasse l'Iva anche su prodotti di prima necessità: l'aumento di un centesimo su un chilo di pane peserebbe uguale per la tasca del pensionato come per quella di Marchionne, e questo sarebbe profondamente ingiusto. Ciò detto, l'aumento già deciso con l'attuale manovra è da valutare negativo perché peserà su categorie merceologiche già in recessione, come il multimediale, il tessile, l'abbigliamento o la chimica. Ma soprattutto perché non si tiene conto che c'è ancora in atto una spinta inflazionistica che deriva in larga parte dall'aumento delle materie prime. I dati di questi anni dimostrano che i prezzi a cui noi acquistiamo sono cresciuti di circa 3 punti in più rispetto a quanto noi poi vendiamo. Ciò significa che Coop e la distribuzione italiana si sono tenute in pancia parte degli aumenti per non scaricarli sui consumatori. Prova di ciò è che, analizzando la variazione dei prezzi dal 2007 al 2010 in Europa, l'Italia ha fatto segnare un aumento cumulato del 2,3 per cento, molto inferiore a quello di Francia e Germania, +6,3 per cento e dell'Inghilterra, addirittura +9,6 per cento; segno concreto che in Italia abbiamo fatto la nostra parte. Oggi noi diciamo che serve un impegno comune delle industrie produttrici, un patto per contenere i prezzi e non pensare che tutto si possa mettere sul conto delle famiglie».

Dalle stime Coop il punto di Iva in più produrrà un aumento di costi per una famiglia (con due figli) di 300 euro nel 2011 e altrettanti nel 2012. A queste cifre vanno poi aggiunti gli effetti di aumenti di prezzo derivanti dalle materie prime come il grano, lo zucchero, il mais, il caffè che vanno dal 36 al 90 per cento. Così si comprende perché, ad oggi, le stime che *Coop Italia* ha elaborato sulla base delle richieste dei fornitori per il 2012 sono di aumenti medi del 4,6 per cento.

Un secondo fronte di proposte Coop lo avanza al mondo dell'agricoltura italiana, anche nell'estate 2011 attraversato da polemiche. «Di fronte a una flessione strutturale dei consumi di frutta, verdura e carne, e a un contemporaneo eccesso di produzione, ci pare sbagliato perdersi in polemiche, come quelle sulle pesche, in cui si

sono dette cose non vere anche da parte del ministro competente. Noi, pesche a 20 centesimi al chilo non ne abbiamo mai comprate, perché sono quelle di qualità più scadente; noi vendiamo quelle di qualità e cerchiamo di riconoscere agli agricoltori un prezzo equo, compatibile con il mercato. Riteniamo che l'obiettivo da perseguire in maniera congiunta sia quello di promuovere e comunicare la qualità dei prodotti italiani, i legami col territorio e valorizzare le filiere. Insomma serve una alleanza, senza pensare che ci siano i buoni da una parte e i cattivi dall'altra. Ricordando che alla fine è il consumatore che occorre convincere».

Liberalizzazioni da rilanciare

L'ultimo capitolo riguarda le liberalizzazioni, ormai da tante parti ritenute come una delle leve fondamentali da utilizzare per rilanciare la nostra economia. «Alle liberalizzazioni – conclude Tassinari – noi abbiamo dimostrato di crederci e abbiamo dati che confermano come da queste cose sia derivato un beneficio evidente per i consumatori e le famiglie. Per questo criticiamo il Governo che, dopo un annuncio di apertura, le ha fatte letteralmente sparire e lo sollecitiamo ad andare avanti, ad aprire nuovi settori ad una maggiore concorrenza. Serve uno slancio politico forte, una capacità di cogliere le sfide che Coop ha avuto ma che, anche nel mondo delle imprese distributive, non tutti mostrano di avere».

Le cifre che Coop propone sono ovviamente legate alla (parziale) liberalizzazione della vendita dei farmaci. Con i suoi 105 *Coop Salute*, che hanno portato all'assunzione di 315 farmacisti, il risparmio generato è stato di 11 milioni di euro. Senza che nessuna farmacia abbia chiuso i battenti per crisi, le parafarmacie della Grande Distribuzione hanno proposto prezzi mediamente inferiori del 21 per cento. Considerazioni analoghe si possono fare sul piano della telefonia mobile, dove le attivazioni *CoopVoce* hanno raggiunto la cifra di 680mila schede *Sim*. Pur sfidando colossi enormi, *CoopVoce* ha erogato ai propri clienti traffico telefonico gratuito per 2 milioni e 750mila euro, cui è da aggiungere quasi 1 milione e mezzo di traffico che i soci hanno ottenuto usando i punti. Dunque la sfida del mercato, quando le normative lo consentono, può funzionare e a trarne beneficio, sul piano della convenienza, sono proprio le famiglie e l'economia nel suo complesso. ■



Viaggio nel tempo

**"Piombino, le sirene e La Proletaria"
per ricostruire insieme la memoria
cooperativa della città.**

Conoscere il territorio e la sua storia a partire dal consumo cooperativo. Un percorso a ritroso tra le memorie di soci e cittadini, un grande progetto di ricerca e di ricostruzione della memoria storica che dopo un primo ciclo d'incontri sulla *Storia della cooperazione nel territorio della Val*

di Cornia riservato all'*Università delle tre età* di Piombino dalla locale Sezione soci in collaborazione con l'Area Educazione al Consumo Consapevole e l'Archivio Storico di Unicoop Tirreno, ne propone un altro sulla relazione tra la

storia del territorio, l'economia e la cooperazione che vi si sono sviluppati caratterizzandolo fortemente.

"Piombino, le sirene e La Proletaria" è un viaggio nella cultura cooperativa che va in cerca di testimonianze, ricordi, memorie seguendo le tracce di tante persone, soci e consumatori, la cui storia, non sempre "ufficialmente" registrata, rischia di scomparire.

È saranno gli stessi corsisti, assieme ai

soci attivi della Sezione di Piombino, a svolgere ricerche e a raccogliere documenti per la ricostruzione della memoria collettiva del territorio, coinvolgendo nel percorso la comunità locale. Così dalle aule dell'*Unitre* la ricerca si estenderà, anche grazie al patrocinio del Comune di Piombino, a tutta la popolazione della città invitata a rispolverare documenti, testimonianze, ricordi (chiunque è in possesso di documentazione cartacea, foto ecc. si può rivolgere alla Sezione soci in corso Italia, 159 dal lunedì al venerdì dalle 10 alle 12 e il martedì dalle 17 alle 18.30).

Questo il programma dei prossimi incontri dell'*Unitre*: il 15 ottobre, alle ore 16 presso la Sezione soci, "Da Rochdale a Piombino, viaggio nella storia della cooperazione" a cura di Enrico Mannari, responsabile dell'Archivio Storico di Unicoop Tirreno; il 27 ottobre, alle 17 presso la Sede della Pubblica Assistenza, "Dal ferro all'acciaio: l'identità di Piombino nella lunga durata storica" di Marco Bracci, sociologo della comunicazione e dei processi culturali dell'Università di Firenze; il 10 novembre, sempre alle 17 alla Pubblica Assistenza, "Workshop" tenuto dall'Archivio Storico di Unicoop Tirreno. ■

Info www.memoriecooperative.it



Prodotti **scelti** soci

Scelti dai soci per i soci, ancora più "vicini a noi" e più convenienti dello scorso anno.

■ **Barbara Sordini**

Definite le offerte fino alla prossima estate.

27

Sono i prodotti che hanno scelto i soci, quelli di largo uso in tutte le famiglie e sul cui acquisto si può "sentire" in modo più consistente il risparmio.

Lo *Scelto dai soci*, che ha origine da un percorso di coinvolgimento, ascolto e confronto dei soci attivi con la Direzione commerciale, prosegue per un nuovo anno ma con alcune modifiche che non fanno altro che aggiungere ulteriori valori ai prodotti in promozione.

Ancora una volta la Cooperativa risponde così alle esigenze dei propri soci che, nel corso delle ultime riunioni delle Consulte delle Presidenze delle Sezioni soci, hanno richiesto che i prodotti selezionati fossero sì beni di uso comune e di largo consumo, ma con alcuni elementi caratterizzanti in più.

Ecco allora che a partire dallo scorso settembre fino ad agosto 2012 sono stati individuati tutta una serie di prodotti che appartengono alla linea *Vicino a*

noi e *Fior Fiore Coop* oppure provenienti da fornitori e aziende particolarmente attente agli aspetti ambientali ed etici.

«Dopo un anno d'esperienza del percorso dello *Scelto dai soci* – afferma **Massimo Favilli**, responsabile delle Politiche Sociali di Unicoop Tirreno – abbiamo avuto tanti riscontri positivi. Adesso i rappresentanti dei nostri

soci eletti ci hanno dato alcuni stimoli in più che abbiamo condiviso con la Direzione Commerciale che sintetizzo in tre punti: 1. massima convenienza salvaguardando sempre l'aspetto della qualità; 2. attenzione agli aspetti valoriali, ne sono esempio i prodotti *Vicino a noi*, tipici dei territori di nostra presenza e prodotti da fornitori qualificati; 3. ricerca di un formato particolare, realizzato appositamente per questa tipologia di offerta. I prodotti "scelti dai soci" cercheranno di dare risposta a queste richieste, in alcuni casi centrando tutti e tre gli obiettivi prefissati».

Ma andiamo a scoprire cosa i soci di Unicoop Tirreno troveranno nel mese di ottobre in offerta esclusiva sugli scaffali dei negozi evidenziato con il timbro rosso dello *Scelto dai soci*.

Dall'**1 al 15 ottobre** viene proposta la cassetta mista di carni suine, dalla bistecca alla coppa, dal filetto allo spezzatino all'arista, dal peso variabile intorno ai 2,2 kg circa allo sconto importante del 40 per cento mentre dal **15 al 30 ottobre** arriva la pasta di semola di Gragnano *Fior Fiore Coop*, in formati assortiti e in confezione da 5 kg, con uno sconto altrettanto interessante per i soci del 40 per cento. Una pasta unica, dall'alto valore proteico, ottenuta da semole selezionate, secondo la secolare tradizione degli artigiani di Gragnano che ancora praticano l'essiccazione lenta a temperature medio basse e la trafilatura in bronzo. ■



Grazie Roma

Il Buon Fine arriva a Roma.

Un nuovo protocollo d'intesa contro lo spreco alimentare e per dare una seconda chance al cibo e non solo. Il 30 agosto 2011, a Roma, Unicoop Tirreno e il *Banco Alimentare* del Lazio hanno firmato un accordo per estendere la pratica del *Buon Fine* all'IperCoop di via Casilina e alla piattaforma logistica di Anagni. Il *Banco Alimentare* del Lazio è parte della rete nazionale della Fondazione *Banco Alimentare Onlus* (con sede a Milano) e

persegue finalità di solidarietà sociale, attraverso la raccolta di eccedenze di produzione agricole, dell'industria, della ristorazione e della Grande Distribuzione e alla redistribuzione agli enti che si occupano di assistenza e d'aiuto ai poveri, agli emarginati e in generale a tutte le persone in stato di bisogno. Per Unicoop Tirreno si tratta del 45° protocollo d'intesa relativo al *Buon Fine*. Salgono così a 67 i punti vendita di Unicoop Tirreno in cui gli alimenti e le merci non più vendibili, ma ancora buoni, vengono distribuiti a chi ne ha bisogno e in più si aggiunge la grande piattaforma logistica del Lazio, quella di Anagni (FR).

Facciamo la collezione

28

■ Cristina Vaiani

Con la raccolta dei bollini in Coop da qui a dicembre si collezionano i bicchieri Bormioli e si fa solidarietà.

Bicchieri per l'acqua, calici per il vino, flûte, un'intera linea realizzata in vetro cristallino da Luigi Bormioli e in esclusiva per Coop che li riserva in premio a chi completerà la raccolta dei bollini da qui al 14 dicembre 2011. Nei prossimi tre mesi, infatti, per ogni 20 euro di spesa in Coop si riceverà un bollino da applicare su un'apposita cartolina che, una volta completata, darà diritto al ritiro di un premio. Per accelerare la raccolta si possono acquistare i

prodotti "speedy", evidenziati a scaffale, che "rendono" uno o più bollini mentre se si vuole completare la collezione sono in vendita a prezzo speciale gli accessori caraffa acqua/vino da 1 litro, bicchieri da liquore e da birra.

Articoli perfettamente in linea con i valori Coop che

ha scelto *Bormioli* proprio per l'alta qualità delle sue creazioni, perché espressione del made in Italy nel mondo e perché rispetta l'ambiente perseguendo con i suoi bicchieri, realizzati senza impiego di piombo né materiali pesanti e quindi totalmente riciclabili, uno sviluppo eco-compatibile.

A questi valori Coop ne aggiunge un altro dando la possibilità a chi decide di collezionarli di contribuire al progetto di solidarietà cui l'iniziativa è collegata. Per ogni premio ritirato Unicoop Tirreno devolverà, infatti, un contributo a sostegno della campagna *Io amo la vitamina L* promossa lo scorso aprile da *Arci Toscana* con *Cgil Toscana*, *Legga Coop Toscana*, *Banca Etica Popolare* e Unicoop Tirreno per raccogliere fondi in favore della *Cooperativa Sociale Lavoro e Non Solo* di Corleone che, grazie al progetto dell'*Arci Liberarci dalle spine* ha trasformato in campi di lavoro i terreni confiscati alla mafia. I fondi raccolti saranno utilizzati per l'acquisto di mezzi agricoli e per apportare migliorie in "Casa Caponnetto", ex domicilio dei nipoti di Totò Riina intitolata al giudice Caponnetto, oggi sede della Cooperativa che accoglie i volontari del progetto. ■



CoopVoce in capitolo

Il sito tutto nuovo e lo spirito di solidarietà della telefonia mobile di Coop.

Un sito completamente rinnovato, tante opportunità di risparmio e la possibilità di utilizzare i punti del tesseramento per le ricariche. *CoopVoce*, la telefonia mobile di Coop agisce sempre più sotto l'insegna della convenienza e della trasparenza: collegandosi al sito www.coopvoce.it si trovano continuamente aggiornate

le diverse tipologie di offerta, dalla navigazione internet alla possibilità di ricaricare on line la propria scheda. *CoopVoce* contribuisce inoltre a sostenere la solidarietà tramite il cellulare; così è stato durante la scorsa estate con gli sms solidali del valore di 2 euro interamente devoluti a favore di *Avsi-Agire* per l'emergenza siccità in Corno d'Africa, a favore della quale è sempre possibile fare una donazione collegandosi al sito www.agire.it oppure sul conto corrente intestato ad *Avsi Fondazione* IBAN IT56S0351201614000000002675 causale Emergenza siccità in Africa Orientale - Agire. **B.S.**

Nuova Civitavecchia

Murale esterno, reparti ristrutturati, più prodotti locali, servizi per i soci, qualità e convenienza. Restyling totale per il supermercato e la galleria Coop di Civitavecchia.

29

■ **Beatrice Ramazzotti**

Le novità si vedono da lontano, grazie a un grande, coloratissimo murale, realizzato da un giovane artista graffitato che, armato di pennelli e bombolette spray, ha dato immagine al mondo e ai valori di Coop. A dieci anni dalla sua apertura il supermercato Coop di Civitavecchia è stato completamente ristrutturato e presentato al pubblico la mattina dell'8 settembre 2011. Le novità strutturali riguardano l'inserimento della macelleria assistita, l'aumento nell'offerta *take-away* di formaggi e salumi, la pescheria rinnovata e l'offerta di pescato locale. La presenza di prodotti locali viene rafforzata in gastronomia, pane e pasticceria e ortofrutta. Il no food viene ridefinito con la nascita del

mondo baby, un maggiore assortimento stagionale e nel reparto casa. La zona parafarmacia offre integratori alimentari e prodotti per la cura personale, mentre le persone

intolleranti al glutine troveranno una maggiore offerta di alimenti per celiaci. Particolare enfasi viene data alla comunicazione, con la campagna *Vicino a noi* (prodotti acquistati direttamente dai fornitori locali) in primo piano. Le linee a marchio Coop *Fior Fiore* (le eccellenze gastronomiche) e *ViviVerde* (alimenti biologici) hanno spazi e ambientazione dedicati. Nuovi banchi frigo e illuminazione a led consentiranno un notevole risparmio energetico. Lo sportello del *Prestito Sociale* è adesso accanto al *Punto d'ascolto*. C'è anche un'area per i soci Coop (che a Civitavecchia sono 19.300): uno spazio per comunicare le iniziative sociali e organizzare presidi, lo scaffale dei *Libri Randagi*, una postazione internet e la presenza di una dietista.

All'esterno il parcheggio è stato ridisegnato e il grande murale, realizzato dall'artista Dario Vella, accoglie soci e clienti con una veste nuova e vivace.

Per l'intera ristrutturazione la Cooperativa ha investito circa 500mila euro. Con il punto vendita di Civitavecchia è stata inoltre inaugurata una nuova filosofia commerciale, più tarata sulle peculiarità del territorio, e che consenta ai soci e ai clienti della città di percepire pienamente il forte impegno di Coop verso il contenimento dei prezzi. ■



Giust'appunto

Ottava edizione della Spesa Giusta in Coop, dal 13 al 26 ottobre.

È il momento di massima visibilità del commercio equo: *lo faccio la spesa giusta*, l'ottava edizione sotto l'insegna Coop, in concomitanza con l'iniziativa su scala mondiale promossa da *Fairtrade*, anche quest'anno incentiva la conoscenza dei prodotti a marchio *Solidal*, alimentari e non, **dal 13 al 26 ottobre**. Per Coop è questa un'importante occasione per consolidare il proprio ruolo nell'ambito dell'economia etica che basa la propria missione sul valore sociale e che si concretizza nell'offerta *Solidal* Coop. Grazie a questa

iniziativa tante persone interessate alla spesa sostenibile e al commercio equo e solidale prestano sempre maggiore attenzione alla tracciabilità e alla sicurezza dei prodotti, privilegiando nei loro acquisti prodotti di riconosciuta qualità e processi produttivi e distributivi amici dell'ambiente. Dunque, *lo faccio la spesa giusta* è l'occasione per acquistare a prezzi di promozione, scontati del 20 per cento, il frollino ai cereali con fave di cacao equosolidale Coop (tubo da 230 g); le tavolette di cioccolato al latte e fondente Coop *Solidal* (100 g); i succhi di frutta all'arancia e all'ananas 100% Coop *Solidal* (brik 1 l); il caffè classico Coop *Solidal* Centro America - Africa macinato (sacchetto 250 g); il miele millefiori Coop *Solidal* (vaso di vetro da 500 g).

Luoghi sacri

30

La festa dei serpari, i costumi tradizionali e i riti sacri, gli strumenti musicali dai nomi sconosciuti, e poi il Parco nazionale, i paesi vecchi di secoli dove il tempo si è fermato, la natura selvaggia profumata di fiordaliso e lui, il poeta vate D'Annunzio. Splendida terra d'Abruzzo.

■ **Alessandra Bartali**

Nei libri di geografia e nelle previsioni meteo l'Abruzzo viene incluso nell'Italia Centrale. Per tutto il resto, però, è meridione. Lo dimostrano il numero svariato di strumenti musicali sconosciuti altrove



come la fisarmonica diatonica, la piva e la ciaramella, colonna sonora di tutte le sagre e feste di paese; il persistere di costumi tipici, i cui nomi acquistano un significato solo entro i confini regionali, e il proliferare di processioni, settimane sante e feste religiose. Tra le quali si annidano una

sequela di manifestazioni paganissime e alquanto bizzarre.

Fatti di costume

Come la festa dei serpari (Cocullo), dove se l'occasione è onorare San Domenico, la modalità è tutt'altro che religiosa: ogni primo giovedì di maggio vengono catturati una grande quantità di serpenti che si arrotolano intorno alla statua del santo durante la processione e poi vengono riportati al loro habitat naturale da persone esperte, dette

serpari. L'occasione religiosa sfocia in una celebrazione gaudente anche in Ju Catenacce (a Scanno), il 14 agosto. La sacra unione di due sposi è solo un pretesto, mentre al centro della festa di paese ci sono i balli e i vestiti. Non solo degli sposi, come nei matrimoni tradizionali, ma di tutti i partecipanti e soprattutto delle donne, che indossano l'abito tradizionale di Scanno, con una gonna ingioiellata che può arrivare a pesare fino a 15 chili. A questo ha portato l'isolamento del paese, in parte situato entro i confini del Parco Nazionale d'Abruzzo che, lontano da qualsiasi modello di ispirazione, ha elaborato una moda tutta sua. D'altronde in una regione dove il 65 per cento del territorio è montagna non ci si può aspettare che la comunicazione sia fluida.

La fiaccola sotto il moggio

E se da un lato questo patrimonio naturalistico ha fruttato anche dal punto di vista economico (3 parchi nazionali, un parco regionale e 38 aree protette attirano migliaia di turisti), dall'altro l'isolamento ha decretato a lungo la mancanza di prospettive lavorative. Col risultato che molti abruzzesi sono emigrati Oltreoceano. Chi è rimasto ha dovuto fare i conti con lo spopolamento della propria terra, salvo poi essere ripagato, decenni dopo, da una certa Veronica Ciccone, in arte Madonna, che ai concerti italiani non manca mai di sottolineare le sue origini aquilane. E pare che Madonna alle sorti de L'Aquila ci tenga davvero, almeno a giudicare dalle 500mila sterline devolute alla città in seguito al terremoto del 2009. Ma, a parte i vari John Fante e Dean Martin (all'anagrafe, pare, Dino Crocetti), e qualcuno sostiene addirittura Ponzio Pilato, il personaggio che l'Abruzzo celebra come il più rappresentativo è Gabriele D'Annunzio.



Info

www.mondovivo.it
Num. verde turismo Unicoop Tirreno **800778114**

zio. E lo fa soprattutto a Pescara, nella sua casa natale adibita a museo, e ad Anversa degli Abruzzi dove durante il Parco letterario Dannunziano si leggono brani e opere del poeta e si visitano i luoghi della tragedia *La fiaccola sotto il moggio*, ambientata nel castello normanno-aragonese del paese. Senza dimenticare di assaggiare la famosa ricotta affumicata, per cui qualche anno fa Anversa ha vinto le Olimpiadi del formaggio di montagna.

Il regno della natura

Deviazione dannunziana a parte, in Abruzzo il ruolo di protagonista è della natura. Anche chi ha a disposizione un solo weekend può avere un assaggio del suo dominio incontrastato in questa enclave meridionale dell'Italia centrale: basta entrare nel Parco della Majella di prima mattina e percorrere la cosiddetta "via normale". Si tratta di un sentiero del *Club Alpino Italiano* che attraversa tutto il massiccio da

nord a sud: in 10-12 ore di cammino si toccano cinque vette, si respirano panorami, si vedono donnole o cervi e si annusa il fiordaliso della Majella. Una sorta di *Bignami* d'Abruzzo. Che per essere completo deve scendere fino al mare, nel tratto di costa tra Ortona e San Salvo dove i trabocchi, vecchie macchine da pesca in legno, sono sentinelle lunghe e sgangherate che resistono da decenni alla furia del mare. ■



31

Dolci d'Abruzzo

Ai piedi del Parco della Majella si trova Sulmona, un paese che da secoli ha legato il suo nome all'arte della produzione di confetti. Oltre ad assaggiarne di deliziosi ad ogni angolo, dopo una visita al paese smetterete di pensare che questi dolci servano solo a riempire le bomboniere. A Sulmona dai confetti nascono fiori, frutta e bouquet (uno lo ha ricevuto anche Kate Middleton per il cosiddetto matrimonio del secolo). Così si spiega il museo dedicato, situato dentro uno stabilimento confettiero.



CONVENZIONI E SERVIZI: I SOCI PROTAGONISTI ATTIVI

In *Casacoop*, l'ambiente del portale www.e-coop.it dedicato alle community on line, è attiva l'area di discussione sulle Convenzioni riservate ai Soci Coop per dare voce a tutti coloro che vorranno aiutarci a migliorare il nostro servizio e renderlo più vicino alle proprie esigenze.

In quest'area è possibile scambiare informazioni, commenti e suggerimenti sulle Convenzioni Coop ed essere così, protagonisti attivi. Le vostre opinioni su qualità, consistenza e convenienza delle nostre proposte sono, infatti, per noi indispensabili.

Aiutateci a mantenere alto il controllo e il monitoraggio sull'effettiva applicazione delle condizioni riservate ai Soci Coop presso le strutture convenzionate e soprattutto diciteli se ne siete soddisfatti e se e come ampliare la rete delle Convenzioni e dei Servizi.

NISSAN SKIPASS 2011

XVIII SALONE DEL TURISMO, DEGLI SPORT INVERNALI E DEL FREESTYLE

Modena Fiere 29 ottobre - 1 novembre - Info: www.skipass.it.

Anche quest'anno i soci Coop potranno visitare, usufruendo di uno sconto dedicato, la XVIII edizione di Nissan Skipass, il salone del turismo, degli sport invernali e del freestyle che propone in anteprima le novità del mondo della neve: località sciistiche, attrezzature ed abbigliamento sportivo per vivere la montagna.

Tra gli appuntamenti clou si segnalano la quarta edizione di Stomp it, il contest di snowboard 4 stelle del circuito mondiale TTR, il Campionato Italiano di boulder e quello di speed, una gara spettacolare di velocità su parete di arrampicata.

Accanto allo snowboard e al freeski, protagonisti dello spettacolo nell'arena esterna, tornano anche quest'anno le spericolate esibizioni di bmx, skateboard e in line.

A disposizione del pubblico: pista di pattinaggio, boulder, percorso mountain bike, piste da sci e da snowboard. Nell'area esterna Snowkids, due grandi piste innestate saranno lo scenario e il banco di prova dei campi scuola per bimbi e ragazzi.

Biglietto d'ingresso: **ridotto soci Coop 9 euro anziché 15**

Gratuito per bambini da 0 a 6 anni.

Presentare la carta Sociocoop con un documento di identità, agevolazione estesa ad un accompagnatore.



Tutti a raccolta

32

Una grande raccolta di generi alimentari in sei territori della Cooperativa a favore delle mense dei poveri: coinvolti 26 Comitati soci e 4 Province.

Lunedì 17 ottobre *Giornata internazionale per lo sradicamento della povertà* le Sezioni soci di Follonica-Castiglione della Pescaia, Grosseto, Etruria, Costa d'Argento, Est Maremma e Colline Metallifere organizzano una grande raccolta di generi alimentari da destinare alle mense dei poveri nei punti vendita Coop e Incoop di Follonica, Castiglione della Pescaia, Grosseto e Scansano, Tarquinia e Cerveteri, Orbetello, Porto Ercole, Porto Santo Stefano, Albinia e Fonteblanda, Ribolla, Roccastrada, Roccalederighi, Sassofortino, Sticciano, Monticiano e Paganico, Massa Massa Marittima, Bagno di Gavorrano, Montieri, Gavorrano, Monterotondo, Grilli, Caldana e Searlino.

La raccolta è realizzata in collaborazione con le Associazioni Onlus As.So.Vo.Ce., *Agape Albinia, Fraternità e Condivisione, Senza Frontiere, Umanitaria Semi di Pace, le Auser Onlus* di Gavorrano, Massa Marittima, Ribolla e Scansano, il *Gruppo Volontariato Follonichese* e *San Vincenzo de' Paoli*, partners di Unicoop Tirreno nei progetti di solidarietà *Buon Fine* e *Ausilio*, consistenti il primo nel devolvere ad associazioni che aiutano persone bisognose prodotti ancora buoni, ma non più destinabili alla vendita, il secondo nella consegna della spesa a domicilio a persone anziane e con difficoltà a muoversi.

La giornata del 17 ottobre sarà anche l'occasione per promuovere la conoscenza di questi servizi di solidarietà locale della Cooperativa, al fine anche di svilupparli con l'adesione di nuovi volontari, coinvolgendo la cittadinanza, anche attraverso le istituzioni, le scuole e le stesse associazioni, nella partecipazione attiva a simulazioni del servizio: chi vuole potrà provare l'esperienza diretta di consegna della spesa a domicilio in collaborazione con i comitati di Follonica e Massa Marittima dove *Ausilio* è attivo da tempo. ■

agenda del socio

LE INIZIATIVE DELLE
SEZIONI SOCI DI UNICOOP TIRRENO
NEI TERRITORI DELLA COOPERATIVA.

Follonica, Orbetello (GR)

9 ottobre

Nell'Anno internazionale delle foreste Coop dedica alla foresta due appuntamenti ormai ricorrenti. Domenica 9 ottobre la Sezione soci di Follonica-Castiglione della Pescaia organizza una passeggiata ecologica nel Parco di Montioni che, come nelle passate edizioni, sarà anche l'occasione per raccogliere fondi a sostegno del *Coordinamento Interparrocchiale delle Opere Caritative* di Follonica e per promuovere le buone pratiche della raccolta differenziata. Il programma prevede alle ore 9,30 il ritrovo presso il supermercato Coop di via Chirici e il trasferimento a piedi o in bicicletta a Pratini di Valle (Parco di Montioni); alle 10 partenza per l'escursione guidata e alle 13 pranzo a marchio Coop offerto dagli organizzatori. Quota di partecipazione 12 euro per gli adulti; 10 euro sotto i 10 anni d'età (prenotazioni dal 3 all'8 ottobre dalle 10 alle 12 e dalle 17 alle 19 presso la Sezione soci di Follonica in via Chirici).



Anche il consueto appuntamento presso il Casale del *Wzef* in località Giannella a Orbetello che ogni anno la Sezione soci Costa D'Argento organizza con le Associazioni socio culturale "Incontriamoci", *Wzef* Provincia di Grosseto, la collaborazione del Centro Diurno "Mare" di Orbetello e il Patrocinio di LegaCoop della Provincia di Grosseto, è dedicato alle foreste con una conferenza-dibattito, domenica 9 ottobre alle 11, su "L'impegno di Coop e di *Wzef* per la tutela dei boschi e delle foreste: il ruolo del consumatore per difendere il patrimonio forestale".

Interventi di Angelo Properzi, presidente dell'Associazione *Wzef* della Provincia di Grosseto e Alessio Bartolini, consulente *Wzef* Toscana Boschi e Foreste su "Analisi dello stato di salute delle foreste toscane" e di Elsa Lisci Falaschi della Sezione soci Costa d'Argento e Roberto Giomi del settore Politiche Sociali di Unicoop Tirreno su "La Coop per la difesa dei boschi e delle foreste". A seguire il video di *Coop Italia* "Boschi e foreste". Alle ore 13 ristoro a marchio Coop offerto dagli organizzatori.

Info e prenotazioni presso il supermercato Coop di Albinia, tel. 0564870197.

Massa, Grosseto, Livorno

11, 18, 26 ottobre

Seminario rivolto ai docenti delle classi IV e V della scuola primaria e delle classi II e III della scuola secondaria di primo grado di Marina di Massa, Grosseto e Livorno aderenti al programma ministeriale "Scuola e cibo. Alimenta il tuo benessere: indicazioni metodologiche, percorsi informativi e didattici per coltivare corretti stili di vita".

11 ottobre, ore 10,45: IPSSAR "G. Minuto" Marina di Massa
18 ottobre, ore 10,30: Cittadella dello studente Grosseto
26 ottobre, ore 15: ITC Vespucci Livorno



SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

PARTENZE SCONTATE
IL PALMENTO RESORT** sup**

LOCOROTONDO - PUGLIA OTTOBRE/NOVEMBRE

Soggiorno libero di 2 notti dal 1° Ottobre al 30 Novembre
(escluse festività)
(3 giorni - 2 notti)

110,00 € in BB **145,00 €** in HB

Prezzi da Catalogo: 130,00 € in BB - 160,00 € in HB

HALLOWEEN A GARDALAND

HOTEL LA CARICA* PASTRENGO (VR)**

29 OTTOBRE - 1° NOVEMBRE 2011

(4 giorni - 3 notti)

PREZZO SPECIALE SOCI UNICOOP TIRRENO **190,00 €**

170,00 € 3° e 4° letto adulto/bambino (dai 2 anni)

CAMERA DOPPIA IN MEZZA PENSIONE

240,00 € prezzo in camera singola

QUOTA VALIDA PER UN MINIMO DI 40 PARTECIPANTI



Vedi i dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

TUTTO IN UN GIORNO

gite in compagnia

FESTA DELLA CASTAGNA AD ARCIDOSSO
DOMENICA 16 OTTOBRE 2011

EURO 50,00 A PERSONA (per un minimo di 50 partecipanti)

PROGRAMMA: arrivo con mezzi propri al luogo dell'appuntamento (vicino Grosseto); ritrovo della comitiva e partenza per il monte Amiata; visita a S. Fiora, con giro alle Pievi per le terrecotte di Luca della Robbia; prevista la visita alla Peschiera, laghetto alimentato dalle sorgenti del fiume Fiora; pranzo in ristorante tipico locale; nel pomeriggio trasferimento ad Arcidosso per assistere alla festa della Castagna; rientro in pullman.

SAGRA DEL CINGHIALE A SUVERETO
DOMENICA 4 DICEMBRE 2011

EURO 52,00 A PERSONA (per un minimo di 50 partecipanti)

PROGRAMMA: arrivo con mezzi propri al luogo dell'appuntamento (vicino Massa Marittima); ritrovo della comitiva e partenza per Massa Marittima; trasferimento a Suvereto e pranzo; pomeriggio dedicato alla Sagra del cinghiale; rientro in pullman.

MERCATINO DI NATALE A FIRENZE
VENERDÌ 9 DICEMBRE 2011

EURO 47,00 A PERSONA (per un minimo di 50 partecipanti)

PROGRAMMA: arrivo con mezzi propri al luogo dell'appuntamento (vicino Firenze); ritrovo della comitiva e partenza per Firenze con visita a Piazza Duomo, Piazza della Signoria, Galleria degli Uffizi, Palazzo Vecchio, Campanile di Giotto, Ponte Vecchio; pranzo in ristorante; pomeriggio a disposizione per il Mercatino di Natale in Piazza Santa Croce, con esibizione degli sbandieratori del calcio storico, musica, spettacoli per bambini e così via (il Mercatino sarà aperto fino alle 20.00); rientro in pullman.

Vedi i dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

HOTEL SQUARCIARELLI***

WEEK END DI BENESSERE A FIUGGI - LAZIO

OTTOBRE/NOVEMBRE 2011 (3 giorni - 2 notti)

PREZZO A PERSONA RISERVATO
SOCI UNICOOP TIRRENO

89,00 €

(+ 1 PACCHETTO BENESSERE)

Prezzi da Catalogo: 110,00 €

Soggiorno libero di 2 notti dal 1° Ottobre al 30 Novembre
(escluse festività)

RELAIS & SPA LA CORTE DI BETTONA****

WEEK END DI BENESSERE BETTONA - UMBRIA

OTTOBRE/NOVEMBRE/DICEMBRE (FINO AL 27/12) 2011

(3 giorni - 2 notti)

PREZZO A PERSONA RISERVATO
SOCI UNICOOP TIRRENO

190,00 € IN HB

(+ 1 PACCHETTO BENESSERE)

Prezzi da Catalogo: 209,00 €

Soggiorno libero di 2 notti dal 1° Ottobre al 27 Dicembre
(escluse festività)

Vedi i dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

SHARM EL SHEIKH

IN HOTEL 5 * IN SOFT ALL INCLUSIVE (7 notti)

520,00 € PREZZO SPECIALE A PERSONA

8 OTTOBRE CON VOLO DA NAPOLI - 27 NOVEMBRE CON VOLO DA ROMA FIUMICINO

470,00 € PREZZO SPECIALE A PERSONA

10 DICEMBRE CON VOLO DA ROMA FIUMICINO

ALTRE PARTENZE DA PISA



Da questo numero, troverete su Nuovo Consumo riferimenti e contatti di tutte le agenzie che lavorano e propongono i viaggi scontati per i soci di Unicoop Tirreno. Un modo per conoscerle e sapere dove sono.

ACROSS VIAGGI - 100 anni di storia e di passione

V.le Giacomo Matteotti 18 - 58100 Grosseto - Tel: 0564 27444

email: across.grosseto@gmail.com - www.acrossviaggi.com

AGENZIA VIAGGI LAURELDA S.N.C

per un viaggio indimenticabile ed una vacanza da sogno..... voi sognate e noi vi facciamo viaggiare.

Via Lombroso, 53 - 57025 Piombino (LI) - Tel: 0565 225333

email: dinimiel@etruscan.li.it - www.agenziaviaggi-laurelda.com

RANGIROA VIAGGI - affidatevi a chi ha fatto della vacanza altrui la propria missione!!!

Via Biserno - 57027 San Vincenzo (LI) - Tel: 0565 705557

email: tania@rangiroaviaggi.it - www.rangiroaviaggi.it

TANTE OFFERTE SULLE CAPITALI EUROPEE TI ASPETTANO!
CORRI A VISITARE IL NOSTRO SITO www.mondovivo.it



in collaborazione con



PROGETTO LETTURA

Pubbllichiamo il calendario degli appuntamenti del Progetto Lettura Alimenta gratis la mente a cura delle biblioteche della Toscana e di Unicoop Tirreno.

Livorno

IperCoop Fonti del Corallo

> Sabato 15 ottobre, ore 17

Incontro con Lamberto Giannini, professore di filosofia e pedagogista. Presentazione del libro "Genitori in ascolto". La trasformazione della famiglia! Come costruire una buona relazione tra genitori e figli, la difficoltà di fornire regole per il genitore contemporaneo, la costruzione dell'identità dall'infanzia all'adolescenza.

Cecina (LI)

Supermercato Coop

"I colori della lettura:

misteriosamente giallo/noir"

> Sabato 1 ottobre, ore 16.30

Presentazione del libro "Giallo in Trastevere" di Letizia Triches, con la presenza dell'autrice.

Introduce Silvia Guerrini, Presidente della Cooperativa Sociale Il Cosmo.

> Venerdì 14 ottobre, ore 17

Presentazione del libro "Alisei" racconti di Piera Ventre.

> Sabato 15 ottobre, ore 16.30

Presentazione del libro "Del sangue non siamo padroni" di Ilio Barbieri, con la presenza dell'autore. Introduce Silvia Guerrini, Presidente della Cooperativa Sociale Il Cosmo.

> Sabato 22 ottobre, ore 16.30

Presentazione del libro "Il segreto del Re Sole" di Gianfranco Micali, con la presenza dell'autore.

Introduce Silvia Guerrini, Presidente della Cooperativa Sociale Il Cosmo.

San Vincenzo (LI)

PalazzodellaCultura-SalaEsposizioni

> Giovedì 6 ottobre, ore 16.30

Incontro di formazione per insegnanti, pediatri e genitori sul progetto "Nati per leggere" a cura dell'Associazione "Nati per leggere" "Modalità di lettura in famiglia (lettura dialogica) e in altriluoghi (lettura espressiva, lettura frontale, lettura animata)" con laboratorio pratico, a cura di Alfonso Cucurullo (animatore/attore).

Supermercato Coop

> Giovedì 20 ottobre, ore 16.30



"Lecture musicali" laboratorio musicale a cura dell'Associazione Libri al sole".

Follonica (GR)

Biblioteca della Ghisa

> Venerdì 14 ottobre, ore 9

"Storie di princi-pazzi e princi-plastiche" Lettura spettacolo, tra giochi di parole e intrighi e laboratorio di costruzione di burattini con semplici materiali di recupero.

Saletta Soci Coop

> Venerdì 14 ottobre, ore 17

Presentazione del libro "Lettere di Lia" di Iolanda Raspollini. Edizioni Autore Libri Firenze. Introduce Catia Burgassi.

LA MOSTRA



Suggestioni del Novecento

Un viaggio nella collezione Pieraccini

Viareggio (LU) Galleria d'Arte Moderna e Contemporanea Lorenzo Viani, Palazzo delle Muse, Piazza Mazzini

> Fino al 30 settembre 2012

Orario: dal martedì alla domenica ore 18-23. Lunedì chiuso

Ingresso 3 euro, 1,50 per i soci Coop

Il nuovo allestimento della prestigiosa collezione di Giovanni e Vera Pieraccini e la rinnovata immagine grafica della GAMC corrispondono a una nuova filosofia diretta alla promozione, alla diffusione dell'arte e, in particolare, al confronto tra diverse generazioni di artisti.

Dipinti, grafiche e sculture di autori italiani e stranieri dalla fine dell'Ottocento ai nostri giorni come Pissarro, Boldini, Signorini, Ensor, Soffici, Severini, Kirchner, Grosz, Carrà, Dix, Chagall, Leger, Guttuso, De Chirico, Casorati, De Pisis, Rosai, Archipenko, Arp, Corpora, Capogrossi, Vedova, Scanavino. Insieme a questi grandi nomi sono presenti, nella collezione permanente, gli artisti Versiliesi più importanti; tra tutti Lorenzo Viani, indiscusso protagonista dell'Espressionismo europeo.

Info tel. 0584 581118

gamc@comune.viareggio.lu.it



I CORSI

Alma mater
Centro di orientamento
scolastico

Piombino (LI) via A. Pertini, 25
Polo didattico "L. B. Alberti"



38

Corsi di lingue

Inglese, Francese, Tedesco, Spagnolo, Russo, Cinese

Durata: 60 ore, 2 volte a settimana di 1h 30 min. Test di ingresso

Costo per i soci Coop 420 euro - supplemento di 10 euro per corsi serali - Libri di testo non compresi nel prezzo.

Alla fine del corso i partecipanti potranno sostenere, presso la sede del Polo Didattico "L. B. Alberti", un esame di certificazione esterna accreditato dal Ministero dell'Istruzione (esame "Trinity" per la lingua inglese e "Goethe" per la lingua tedesca) di livello A1/A2 per il corso principianti e di livello B1 per il corso progredito.

Corsi di informatica

Computer, internet, posta elettronica, programmi Word e Excel.

Durata: 40 ore, 2 volte a settimana di 1h 30 min.

Costo per i Soci Coop 320 euro - Libri di testo non compresi nel prezzo.

Argomenti del corso: concetti di base della tecnologia dell'informatica, usare il computer e gestire i file con Windows, elaborazione testi con Word, foglio elettronico con Excel, internet e posta elettronica.

Nel laboratorio al primo piano della scuola è presente anche una rete didattica che permette di sfruttare il laboratorio come "Laboratorio di lingue".

a rete didattica permette un moderno insegnamento delle lingue straniere perché consente lo scambio video tra tutti i personal computer collegati.

Corsi di comunicazione

> Comunicare in pubblico - L'arte di parlar bene.

Costo per i soci Coop 320 euro.

Durata 20 ore, 1 volta a settimana di 2h

Il corso si rivolge a tutti coloro che usano la voce nel proprio lavoro o che sono interessati a migliorare la comunicazione verbale.

Argomenti: parlare correttamente usando adeguati accenti e giuste regole di pronuncia, scoprire le potenzialità della voce, usare le parole in modo chiaro, corretto e convincente, imparare a parlare in pubblico a ben comunicare con gli altri.

Docente Monica Menchi (attrice e regista, diplomata all'Accademia d'Arte drammatica Silvia D'Amico" di Roma).

> Comunicazione digitale
Web 2.0, social networks, blogs, YouTube, Wikipedia.

Costo per i soci Coop 190 euro.

Durata 20 ore.

Rivolto a persone sopra i 18 anni in possesso di qualunque titolo di studio. Argomenti: fornire gli strumenti necessari alla conoscenza della comunicazione applicata al mondo di internet, con particolare riferimento al Web 2.0 (social networks, blogs, YouTube, Wikipedia). L'uso degli strumenti digitali (dal pc agli smart phones, fino all'iPad) e delle tecnologie ad essi connesse coinvolge sempre di più ogni singolo aspetto della vita nei rapporti interpersonali, sul lavoro e nel tempo libero.

Docente Claudia Territo (laureata in Formazione per le Risorse Umane e Master in Comunicazione di Impresa presso l'Università di Siena).

Info tel. 0565-39156,

posta@www.almamaterpiombino.it

www.almamaterpiombino.it



Piscina comunale Follonica

Follonica (GR), via Raffaele Sanzio,
zona impianti sportivi Capannino

Corsi di nuoto

La scuola di nuoto, aperta tutto l'anno con corsi tenuti anche nel periodo estivo, è indirizzata sia ai bambini che agli adulti, principianti e non.

Gli "allievi" vengono divisi in gruppi in base al loro livello di acquaticità e affidati a istruttori *Fin* e *Uisp* con esperienza pluriennale, costantemente aggiornati sui nuovi metodi di insegnamento. Promozione valida fino al 31.08.2012 in esclusiva per i soci Coop.

Nuoto assistito (senza istruttore).

Sconti ai soci di Unicoop Tirreno: 10% sul pacchetto 12 ingressi (costo intero 50 euro); 10% sul pacchetto 26 ingressi (costo intero 100 euro); 10%



sul pacchetto annuale (costo intero 500 euro).

La convenzione è rivolta ai soci di Unicoop Tirreno titolari della carta Sociocoop e ai minorenni appartenenti allo stesso nucleo familiare.

Info tel. 056657093-461950-3281514602
info@amatorinuotofollonica.it
merloach@libero.it



Palestra Coop e Uisp Piombino (LI)

Corsi di ginnastica

Sono aperte le iscrizioni ai corsi per i soci di Unicoop Tirreno e i loro familiari in collaborazione con Uisp - Comitato territoriale di Piombino: ginnastica per adulti e anziani, arti marziali (karate, aikido, iaido), lezioni di ballo latino-americano.

Le iscrizioni si effettuano presso Uisp Piombino, via Lerario 118 (c/o palestra Perticale), dal lun. al ven. orario 10-12 / 16.30-19.30; sab. 10-12 e presso palestra Coop, corso Italia, lun., mer., ven. orario 10-12.30.

Corsi AFA seguiti dalla Asl di Piombino si svolgono la mattina o 16-17. Costo: 68 euro+10 tessera Uisp (quota riferita a 4 mesi).

Corsi per adulti dinamici prevedono attività dolce o aerobica orari 9-12 o 14-17. Costo: 150 euro l'anno (8 mesi da ottobre a maggio) +10 di tessera Uisp, iscrizione gratuita).

Corsi di arti marziali e discipline orientali diversificati per bambini, ragazzi, adulti, agonisti, amatori orario 17-20.30. Costo: da 35 a 37 euro mensili (iscrizione 15 euro).

Corsi di ballo latino-americano mar. e gio. orario 20.30-23. Costo: 35 euro mensili +10 tessera Uisp (iscrizione 15 euro).

Info Uisp tel. 0565225644
Palestra Coop 3291527539
n. verde Unicoop Tirreno 800861081

| TEATRI

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

Teatro Ambra Jovinelli Roma

> 11-23 ottobre

Simona Marchini **La mostra** di Claudio Pallottini e Simona Marchini, con Alessio Sardelli, al pianoforte Andrea Bianchi, regia Gigi Proietti. Produzione Il Sistina.

> Dal 25 ottobre al 6 novembre

Leo Gullotta **Il piacere dell'onestà** di Luigi Pirandello con Cloris Brosca, Martino Duane, Paolo Lorimer, Mirella Mazzeranghi. Regia Fabio Grossi. Produzione Teatro Eliseo.

Info Via Guglielmo Pepe, 43 - Roma
www.ambrajovinelli.org
info@ambrajovinelli.org



Teatro Eliseo Roma

> Dal 18 ottobre al 13 novembre

Alessandro Benvenuti - Rosalinda Celenzano con la partecipazione straordinaria di Alice & Ellen Kessler **Dr. Jekyll e Mr. Hyde. Sogni e visioni**, ideato e diretto da Giancarlo Sepe, liberamente ispirato al racconto di Robert Louis Stevenson, scene Almodovar. Prima nazionale.



Teatro Piccolo Eliseo Roma

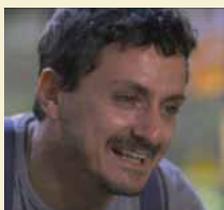
> 11-23 ottobre

Maria Paiato **La Maria Zanella** di Sergio Pierattini.

> Dal 25 ottobre al 6 novembre

Valerio Binasco **Crociate** liberamente ispirato a *Nathan il saggio* di Gotthold Ephraim Lessing. Testo e regia Gabriele Vacis.

Info tel. 0648872222-064882114
info@teatroeliseo.it
www.teatroeliseo.it



Teatro Quirino Roma

> 4-16 ottobre

Raffaele Paganini **George Gershwin... Diario di viaggio di un americano a Parigi** nuova edizione, libretto Riccardo Reim, coreografia Luigi Martelletta, Compagnia Nazionale Raffaele Paganini, Compagnia Almatanz.

> 18-30 ottobre

Massimo Ranieri **Chi nun tene coraggio Nun se cocca ch'è femmene belle** recital ideato e scritto da Gualtiero Pierce e Massimo Ranieri.



> Dal 1 novembre

Geppy Gleijeses, Marianella Bargilli
L'affarista Mercadet di Honoré de Balzac, regia Antonio Calenda, musiche Germano Mazzocchetti.

Info tel. 066794585 – 800013616

www.teatroquirino.it

Teatro Sala Umberto Roma

> Dal 4 ottobre

Passeggiate romane. 100 anni di Varietà da Petrolini a Montesano da un'idea di Alessandro Longobardi, testi di Enrico Montesano e Nicola Fano, con Enrico Montesano.

> Dal 1 novembre

Scoop di Gianni Clementi, con Francesca Reggiani, regia di Valter Lupo.

Info tel. 066794753-97274066

www.salaumberto.com

Teatro Vittoria Roma

> Dal 5 al 16 ottobre

Tosca in Zoom – Spartito cinematografico, regia Massimo Venturiello, direzione musicale Ruggero Mascellino, produzione Musikeria.

> Dal 18 ottobre al 13 novembre

Paolo Rossi **Il mistero buffo**, regia Carolina De La Calle Casanova, produzione La Corte Ospitale in collaborazione con Fondazione Giorgio Gaber.

Info ufficio promozione, tel. 065781960 int. 3, promozione@teatrovittoria.it - Dal 5 set. dal lun. al ven. ore 10,30-14,30

Info tel. 065740170-598

info@teatrovittoria.it

www.teatrovittoria.it

Teatro Bellini Napoli

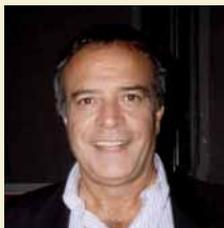
> Dal 27 ottobre

Dignità autonome di prostituzione uno spettacolo di Luciano Melchionna.

Info Katia Prota tel. 0815491266, botteghino tel. 0815499688, botteghino@teatrobellini.it, www.teatrobellini.it (le tariffe per i soci Coop sono quelle ridotte valide per Cral, giovani e anziani).

Info tel. 0815491266

www.teatrobellini.it



Teatro San Carlo Napoli

Ottobre Danza

> Dal 12 al 13 ottobre **Prince Hodong** Balletto di Corea.

> Dal 16 al 18 ottobre **Serata Forsythe - Trittico** Balletto di Lione.

> Dal 22 al 23 ottobre **Omaggio a Mario Pistoni. La coreografia italiana** Corpo di Ballo del Teatro di San Carlo.

> Dal 25 al 27 ottobre, Teatrino di Corte di Palazzo Reale **Carolyn Carlson**.

> 27 ottobre **Il Guarracino** Scuola di Ballo del Teatro di San Carlo.

Stagione Sinfonica

> 1-4 ottobre **Terra** Oratorio commissionato per il 150° dell'Unità d'Italia musiche di Luca Francesconi, testo di Valeria Parrella, direttore Jonathan Webb, maestro del coro Salvatore Caputo, Orchestra e Coro del Teatro di San Carlo.

> 8-9 ottobre

Muhai Tang (direttore) **Sharon Isbin** (chitarra), Orchestra del Teatro di San Carlo, musiche di Glinka, Dun, Dvorák.

> 17 ottobre **Recital Mariella Devia** (soprano), pianoforte Erica Ciccarelli, musiche di Ravel, Liszt, Chopin, Viardot.

> 24 ottobre **Recital Michele Campanella** (pianoforte), Franz Liszt.

> 29-30 **Pinchas Steinberg** (direttore) **Giuseppe Albanese** (pianista), Orchestra del Teatro di San Carlo, musiche di Nino Rota e Johannes Brahms.

Info tel. 0817972468

promozionepubblico@teatrosancarlo.it

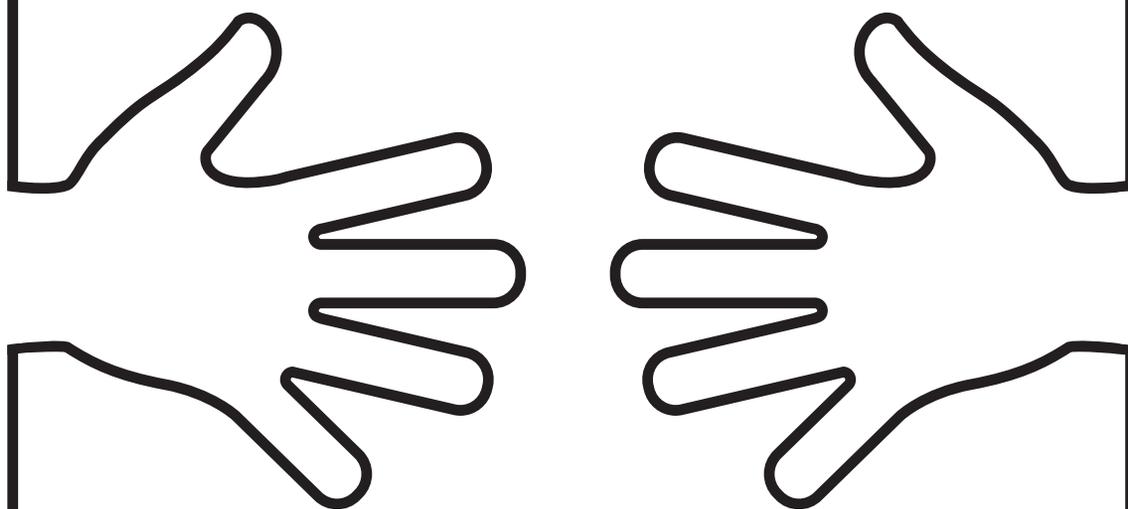
Il **10 novembre** al Teatro dei Concorde di Campiglia Marittima (LI) Silvio Orlando porterà in scena il dialogo etico-filosofico di Diderot, **Il nipote di Rameau**, considerato il capolavoro satirico della seconda metà del Settecento.

Sconto per i soci Coop.

Info e prenotazioni tel. 0565837028
ufficiostampa@teatrodelлагlio.org
www.teatrodelлагlio.org



TRATTIAMO IL MONDO CON I GUANTI



150°
anniversario
Unità d'Italia



 **COOPLAT**
www.cooplat.it

Poveri di calcio

42

■ Claudio Strano

Che il calcio non sia più una cosa seria, governato da leggi diverse da quelle dello sport, o che sia diventato una cosa troppo “seria”, ingestibile e rischiosa, dipende se lo si giudica col metro del tifoso o con il portafoglio di un presidente di club. Partiamo dal primo. Un tempo si recava allo stadio alle due del pomeriggio, maglietta e cappellino e la felicità di identificarsi con l'Inter di Suarez o il Cagliari di Gigi Riva. La sua era una “fede” sentita, cresciuta nei cortili o all'oratorio tra campanili e bandiere che significavano qualcosa. Oggi che non si sa più in quale giorno si giochi e a quale ora, dove si sia accasato Ibrahimovic, quale maglia la *Juve* indossi in trasferta e nemmeno – quel che è più grave – se i goal siano autentici o truccati dal totoscommesse, l'urlo rimane strozzato in gola. O si trasforma in urlo di rabbia. Alla fede subentra lo sconforto, appassionarsi al pallone è diventato un esercizio per fegati forti. Siamo in crisi, poveri anche di calcio.

Il pallone gira storto da qualunque parte lo si guardi: debiti, contratti non firmati, scarsa capacità imprenditoriale, partite

che si moltiplicano a dismisura (380 di solo campionato) per soddisfare le voglie del padrone, cioè le *pay-tv* che da contratto sostengono la baracca pompando il 42 per cento dei ricavi della serie A (dati 2010). *Sky*, la regi-

na, da sola garantisce i 2/3 degli introiti del campionato. Si gioca ogni due giorni per garantire la diretta, le rose si gonfiano del triplo, per ogni calciatore che va in campo 4 sono esuberanti e il sindacato protesta, mentre le società devono rientrare dai debiti da loro stesse creati. Ma quale tarlo c'è che rode alla base il sistema? Il tarlo del denaro ha rovinato il “gioco più bello del mondo”. Il denaro che serve ma non basta mai. A quelli del cappellino, oggi dell'abbonamento a *Sky* e *Premium*, non è rimasto che accendere la Tv e assistere allo spettacolo.

Tifo, passione, interessi, potere, affari: in Italia anche lo sport nazionale è in crisi. Viaggio nel pianeta calcio che ha perso campioni, credibilità e il fascino di un tempo.

Controcampo

Come fare, del resto, a rimanere attaccati a una squadra se, al termine di un anno vissuto con trepidazione, a stabilire la permanenza in A, in B o in C1 sono la giustizia civile o sportiva, uno scandalo, una mancata fideiussione, i mancati pagamenti degli stipendi ai giocatori, irregolarità nei versamenti di Irpef e contributi, ritardi d'iscrizione ai tornei, punti di penalizzazione e ripescaggi? O, peggio ancora, debiti, insolvenze, fallimenti? Le partite (e i campionati, come quello del 2005/2006, riassegnato definitivamente all'Inter solo lo scorso luglio) non si vincono più sul campo e comunque non al 90°. Si vincono dove c'è maggiore forza d'attrazione verso i grandi capitali finanziari (americani, russi, arabi ecc). Dove c'è una organizzazione del sistema più efficiente. Dove regna il professionismo e non il provincialismo e non è l'isteria a governare le società. E ciò si verifica più spesso all'estero, con il pallone nostrano ridotto a Cenerentola d'Europa.

E siamo arrivati così al secondo nodo, quello dei presidenti di club. Anch'esso duro da sbrogliare. Sorvoliamo sulla competenza e sulle capacità manageriali che pure c'entrano e sforziamoci di guardarla dalla loro parte. Se un imprenditore oggi rileva una squadra impegnata nelle serie minori, è sicuro in partenza di rimmetterci mediamente 1,7 milioni di euro all'anno se è in C1, 1 milione se è in C2. Che cosa fa, allora, se è onesto? O ci rinuncia o mette in piedi (come ha fatto la *Spal* in C1) un parco fotovoltaico per pagare gli stipendi ai giocatori. Se, invece, s'imbarca nei blasonati tornei di



Le regole del gioco...

...le dettano Tv e Facebook.

La maggior parte delle risorse economiche e finanziarie di una società sportiva provengono oggi dai diritti televisivi: una torta di 1 miliardo di euro. Di questa somma, come recita la Legge Melandri del 2008, un club incassa il 30 per cento sulla base dei bacini d'utenza, un altro 30 in virtù dei risultati conseguiti sul campo e il restante 40 per cento viene ripartito in parti uguali tra tutti i club. Ma che cos'è un bacino d'utenza? È sostanzialmente il numero dei tifosi e simpatizzanti sparsi per il paese e abbonati alle pay-tv (Sky e Premium) individuato da una società di indagine demoscopica incaricata dalla Lega calcio. Non a caso sul calcolo dei bacini si scontrano ogni anno le big del campionato; ai fratelli poveri

della Lega Pro rimangono poche briciole e nemmeno quelle: dovrebbe essere il 3 per cento dei ricavi, ma non arriva neanche l'1.

Ma oggi nemmeno la televisione sembra più il mezzo migliore per far vedere le partite al mondo intero. Sky debutta, infatti, in questa stagione con le sue dirette in streaming sull'iPad per passare poi, nel giro di qualche mese, su smartphone e pc. Ma c'è chi ha fatto di più, tentando il grande salto sui social network che mettono sul piatto milioni di "contatti". Hanno fatto notizia quest'estate le partite della Coppa d'Inghilterra trasmesse per la prima volta in diretta su Facebook. L'idea è venuta allo sponsor della Coppa inglese, la birra Budweiser, che ha corrisposto i diritti alla League per ospitare le partite sul suo profilo Facebook. Impensabile, fino a pochi anni fa. Un clic su "mi piace" e addio vecchi cori da stadio...

serie A o B per avere un'angolo nei salotti buoni, prima deve vedersela con le lobbies, i complotti, le dispute per i diritti televisivi (sbilanciati a favore dei club più grossi), gli stadi vuoti (che costano e non rendono), i deficit periodicamente ripianati (da chi è in condizioni per farlo), regole non da tutti condivise (l'ultima è il *fair play* finanziario di Platini, che parte quest'anno per rimettere in linea di galleggiamento il calcio europeo). A tutto ciò assistiamo, a un calcio stretto nella morsa di un'austerità resasi necessaria e di una crisi che è di risultati, di gioco e soprattutto di credibilità. Si è faticato a trovare un acquirente della Roma (la cordata Usa di Thomas Di Benedetto) per una cifra alla quale, in Spagna, hanno comprato una squadraccia di provincia come il Malaga.

Profondo rosso

Se l'Italia è all'impasse, nel Vecchio Continente il quadro è articolato con un denominatore comune: sono stati, fin qui, i capitali di mecenati o plutocra-

ti venuti "da altri pianeti" a determinare le classifiche molto più degli schemi di gioco o delle decisioni arbitrali. Per non parlare della moralità nella gestione dei budget. E i capitali lasciati liberi vanno dove le cose funzionano meglio e ci sono maggiori garanzie. Un po' come fanno i *bond*. In mezzo al mare di debiti accumulato dalle principali leghe calcistiche europee, protagoniste di politiche al di sopra delle proprie possibilità, qualcuno che può esibire ricavi in crescita però c'è. È la Premier League inglese, che pur essendo la più indebitata (3,9 miliardi di euro) ha raddoppiato gli introiti negli ultimi 10 anni grazie a un'organizzazione capace di convogliare i dollari americani, i rubli dei russi e i petrodollari degli sceicchi arabi. C'è da dire che una quota consistente degli indebitamenti in questi paesi è imputabile a investimenti nelle infrastrutture sportive e nei vivai, mentre l'Italia (2,3 miliardi di debiti) dopo aver perso il treno dei Mondiali del Novanta non ha saputo investire né nei giovani né nelle

In perfetto equilibrio

Inizia la partita del fair play finanziario.

La risposta più concreta a chi invoca uno stop alle spese pazze, più rigore e programmazione nel medio-lungo periodo è, per ora, quella di Platini. L'ex fantasista della Juve, oggi numero uno dell'Uefa, prova una delle sue famose punizioni questa volta mirando all'incrocio degli asset societari. Si chiama *fair play* finanziario la sua ricetta. L'entrata in vigore sarà graduale a partire dalla stagione 2013-14 ma, poiché prenderà in considerazione le dichiarazioni finanziarie del periodo che finirà nel 2012, è questa la sua stagione di partenza. Si tratta di un regolamento che obbliga a tenere sotto controllo bilanci stratosferici che poi scivolano in rosso e artifici contabili come le plusvalenze che li gonfiano. Dietro c'è il concetto di "equilibrio finanziario", cioè pareggio di bilancio (spendi quello che guadagni) a cui devono attenersi i club delle 53 nazioni aderenti alla Uefa. In pratica un club deve aver registrato almeno 2 bilanci su 3 in positivo negli ultimi 3 anni. Significa che prendendo in considerazione il 2010, 2011 e 2012, tutti coloro che hanno registrato una perdita nel bilancio saranno costretti ad ottenere due bilanci positivi nelle prossime due stagioni, altrimenti le uniche competizioni a cui parteciperanno saranno quelle nazionali. Più precisamente, il regolamento tollera un rosso di esercizio fino a 15 milioni all'anno per le stagioni dal 2011 al 2014 (per un massimo di 45 milioni) e 10 milioni all'anno per le stagioni dal 2015 al 2018 (per un massimo di 30 milioni). Nella terza fase, dal 2018 in poi, i costi dovranno essere pareggiati dai ricavi. Grandi e piccoli club saranno, inoltre, valutati anche per un "coefficiente di rischio" di cui fanno parte i debiti precedenti, il monte stipendi, il rispetto delle scadenze, la cura del settore giovanile e delle infrastrutture sportive, e non saranno più possibili operazioni esterne a copertura delle perdite. Gli indebitamenti dovranno essere ripianati mediante aumenti di capitale o attraverso donazioni, non mediante i prestiti.

44



infrastrutture, lasciandosi divorare dagli ingaggi ai calciatori che rappresentano i 3/4 del fatturato contro una media europea di poco superiore al 50 per cento.

I club della serie A, nel 2009/2010, hanno generato un fatturato di 1,5 miliardi in discesa rispetto all'annata precedente (1,6 miliardi), ma cala anche l'indebitamento finanziario netto, passato da 600 a 500 milioni. Per trovare un esempio di oculatezza bisogna rivolgersi alla *Bundesliga*. In una recente indagine che analizza i diversi indicatori finanziari delle principali leghe europee, i tedeschi risultano i più virtuosi con debiti contenuti al 6 per cento del fatturato. Negli stadi teutonici il biglietto costa mediamente 20 euro e la fiducia nei giovani è praticata (25 anni l'età

media dei giocatori). Poi ci sono i cugini francesi. Il loro è uno dei tornei con maggiori spazi di crescita. Adesso il *Paris Saint Germain* di Leonardo e Pastore, rinvigorito dal denaro fresco di una società del Quasar che ne ha rilevato la maggioranza, può sognare. O per meglio dire, pianificare. Perché oltre ad averli, o a non averli, bisogna anche saperli far fruttare i denari. Come sanno fare gli spagnoli, che trionfano ovunque pur correndo col peso di enormi debiti (3,5 miliardi di euro) sulle spalle: sono 21 le squadre iberiche in rosso. E ogni tanto qualcuna affonda.

La borsa e la vita

E le squadre italiane? Fatturano la metà delle inglesi e delle spagnole e il deficit cresce: il *Real Madrid* ha un giro di affari di 450 milioni di euro, il *Barca* di 430, il *Manchester* di 360, il *Milan* di 200-220. I soldi, come si vede, compongono già la classifica delle migliori e ci resta appena lo spazio "statistico" per una sorpresa. Lo scorso anno fu lo *Schalke 04*, quarta in *Champions League*. Ma il punto – dicono in molti – è che i nostri club, tranne rare eccezioni (*Chievo*, *Udinese* e *Napoli* su tutte), fatturano con una certa miopia. Solo chi è capace di applicare modelli di business aziendale facendosi valere sui mercati ne esce vivo. Nell'ultimo anno la *Lazio*, con i suoi titoli quotati in borsa, è riuscita a guadagnare il 63,8 per cento, ma i *biancocelesti* si ritrovano in mezzo a squadre turche, danesi e tedesche ai primi posti nelle classifiche di rendimento azionario. Quando ci sanno fare, i club quotati in Borsa riescono a resistere ai venti speculativi meglio della finanza (che ha perso il 24,18 per cento negli ultimi 12 mesi) e dell'industria (-4 per cento) cedendo appena l'1,47 contro il 22 di Piazza Affari. A dirlo sono i dati dello *Stoxx 50*, l'indice che raggruppa le 50 migliori aziende quotate del vecchio continente.

Tornando ai tifosi, senza avere in mano un abbonamento Tv oggi sono più un problema di ordine pubblico che altro. La tessera del tifoso e i tornelli agli ingressi che inorgoliscono il ministro Maroni hanno complicato l'accesso al rettangolo verde, specie in trasferta. Donne e bambini è meglio che stiano alla larga visto la crescita degli ultrà. Ci sarà davvero un futuro per il gioco più "popolare" del mondo? ■

Non facciamo squadra

Troppe squadre di professionisti, un numero esorbitante di società che andrebbe ridotto.

Parola di Cesare Bioni, professore di economia e presidente della Covisoc.



Cesare Bioni, docente di Economia e presidente Covisoc

«I debiti elevati dei club nascono da uno squilibrio fra costi e ricavi – premette **Cesare Bioni**, professore di economia delle aziende di credito all'Università di Modena e Reggio e presidente (fresco di riconferma) della *Covisoc*, la commissione della *Federalcalcio* incaricata di vigilare sulla situazione finanziaria delle squadre iscritte al campionato, nonché presidente della commissione licenze *Uefa* – e i

costi che pesano maggiormente sono soprattutto quelli per gli stipendi dei calciatori, più gli ammortamenti relativi all'acquisizione delle loro prestazioni. Questo vale per l'Europa e per l'Italia, dove però abbiamo un numero molto elevato di società professionistiche che molti paesi non hanno. Ed è chiaro che non si può confrontare una società di seconda divisione italiana con una di serie A. Ogni anno ci troviamo a escludere dalle 15 alle 20 squadre della *Lega Pro* semplicemente perché non ce la fanno. Ridimensionare il numero delle società professionistiche è non solo una ipotesi di cui si parla da tempo, ma una strada che personalmente ritengo inevitabile: oggi le regole e i vincoli di natura economico-finanziaria sono praticamente gli stessi, dalla serie A alla *Lega Pro*. I maggiori club italiani possono continuare a indebitarsi perché la proprietà fornisce adeguate garanzie anche personali, dal momento che le società di calcio non hanno una struttura finanziaria capace di coinvolgere le banche a finanziarle».

Non pensa che il movimento calcistico italiano versi in una crisi profonda?

«Ricordo che una quindicina di anni fa quando arrivai alla *Covisoc* escludemmo squadre di città importanti come Torino e Perugia. Oggi i problemi ci sono sì, ma non sono così drammatici. È vero che permane una situazione di debolezza finanziaria. È vero anche che c'è nel complesso una situazione difficile, sempre, però, se mettiamo nel

computo le società di prima e seconda divisione che sono di proprietà di piccoli imprenditori, i quali risentono direttamente della crisi delle loro aziende. Per la A e la B la situazione dei bilanci direi, invece, che è generalmente migliorata. In Italia abbiamo in particolare il problema dei ricavi che rispetto ai costi sono proporzionalmente inferiori a confronto col resto d'Europa. Secondo il Report sul calcio 2011, l'87 per cento dei ricavi della serie A e addirittura il 107 per cento della serie B è rappresentato dai costi per il personale. Si tratta di dati relativi alla stagione sportiva 2009/2010 che si commentano da soli».

Ora si parte col *fair play* finanziario. Come lo vede il presidente della commissione *Uefa* che rilascia le licenze?

«Mi sembra un'idea buona che evita che si ricorra solo e sistematicamente alla copertura delle perdite da parte dei proprietari. Una delle motivazioni principali è quella di creare un maggiore equilibrio competitivo tra le società, un'altra è di fornire i presupposti perché i club sopravvivano anche in caso di ritiro dei proprietari. Va poi aggiunto che l'*Uefa* non vieta il ripianamento delle perdite da parte della proprietà, ma se il ripianamento supera certi limiti stabiliti dall'*Uefa* stessa, ora scatteranno delle sanzioni fino all'esclusione dalle Coppe europee. I bilanci di quest'anno cominceranno a contare per il 2013-2014, perciò le società di serie A che partecipano alle Coppe si trovano a dover rispettare da subito alcuni vincoli che, un giorno, dovrebbero essere estesi anche alle altre squadre per non creare squilibri nel campionato nazionale».

Chi si prende cura dei vivai? Lo scorso anno solo Santon, tra gli under 21, ha giocato con una certa regolarità.

«Il *fair play* finanziario prevede, nell'ambito della regola importante del *break-even* appena citata, voci di costo "virtuose" che non hanno un impatto negativo sul conto economico. Si tratta degli investimenti negli stadi di proprietà e nei settori giovanili che, pertanto, dalle nuove regole trarranno giovamento». ■

Sono 4 le serie professionistiche italiane, 2 di Lega Calcio (serie A e B) e 2 di Lega Pro (Prima e Seconda divisione). In esse militano 127 squadre e circa 3.500 calciatori.

Tic tac

Per lo più di origine psicologica, talvolta manifestazione secondaria di una malattia neurologica. I tic, quei movimenti incontrollabili che cambiano la vita.

■ **Barbara Bernardini**

Carlo Verdone ne ha fatto un'arte. Niente di più efficace per caratterizzare un personaggio che affibbiargli un "tic" un po' ridicolo che lo rende indimenticabile. Ma se al cinema è lecito ridere di questi personaggi bizzarri, una reazione ben diversa ci attende nella vita reale, quando ad essere affetto da tic è un figlio, un parente o un amico.

Tutto un movimento

«I tic si manifestano nei bambini con un picco d'età compreso tra i 5 e i 9 anni – spiega **Letizia Maduli**, direttore dei Centri di Psicologia Emotocognitiva per la Famiglia di Roma –. Quelli più comuni sono l'ammicciamento delle palpebre, la



contrazione dei muscoli del viso o delle spalle, gli schiocchi con la lingua, le torsioni del collo, i movimenti bruschi del capo o i colpi di tosse ripetitivi. Sono movimenti involontari ma coscienti, spesso non intenzionali». È difficile per un genitore capire come intervenire e spesso prevale la mortificazione di vedere il bambino come “segnato” da un problema difficile con cui convivere, che in qualche modo lo renderà diverso dagli altri. Fortunatamente spesso non è così. La maggior parte dei tic che insorgono in età pediatrica sono tic “primari” ovvero non derivano da una malattia neurologica, ma sono spesso manifestazione di un disagio, per lo più transitori, e tendono a scomparire in un periodo che va da poche settimane a un anno.

Fuori controllo

«Quando un bambino manifesta un disagio, tutto il sistema intorno a lui si attiva mettendo in atto una serie di tentativi di soluzione, ma invece di risolvere il problema sfociano in un tic – afferma Maduli –. È fondamentale sapere che il bambino non può controllare il tic e quindi sgridarlo o dirgli di stare calmo, di non agitarsi, di cercare di stare fermo ha l'effetto di aumentare lo stato di tensione fisiologica e favorire un aumento del tic. Quindi riprendere il bambino ogni volta che si osserva il tic, così come fargli notare quando non ce l'ha, elogiandolo con frasi tipo “bravo vedi che se ti impegni ci riesci”, sono modalità di comunicazione errate. È bene confrontarsi anche con gli altri membri della famiglia – continua la dottoressa –, fratelli, nonni, zii, spiegando che è importante non deridere il bambino e non focalizzare l'attenzione sul tic, ma relazionarsi con lui normalmente continuando a parlare o a giocare senza interrompersi per correggerlo». Vanno anche evitati i confronti con gli altri bambini, così come la tendenza a organizzare la vita del bambino e della famiglia in base a quello che si pensa possa essere fatto o meno in funzione del tic. Un atteggiamento positivo e collaborativo può, invece, risolvere il problema. Ma nel caso in cui questo non avvenga, è necessario rivolgersi a uno psicologo professionista che saprà inquadrare il disturbo e applicare la terapia più idonea.

Ammicchi miei

Tic di tutti i tipi.

I tic si distinguono in transitori (durata massima 2-3 mesi) e cronici. Esiste poi un disturbo più serio definito “sindrome di Gilles de la Tourette”, dal suo scopritore, che si accompagna a gravi manifestazioni di tic motori e fonici, e spesso a disturbi ossessivo-compulsivi o a sindrome di iperattività e deficit di attenzione. La causa è probabilmente neurologica e non psicologica. Esiste poi una rara manifestazione di tic che ha origine infettiva, definita “sindrome PANDAS”, scatenata da un'infezione da streptococco, che migliora con un trattamento a base di antibiotici.

Info

www.srm.it; tel 068418055

www.tourette.it

Senza vergogna

«Si usa in genere il trattamento indiretto. Si tratta di un tipo d'intervento psicologico che prevede solo il coinvolgimento dei genitori, un intervento psicoeducativo che fornisce loro gli strumenti per aiutare il figlio a guarire il più rapidamente possibile», conclude Maduli. Ma attenzione, sebbene raramente, un tic che tende a non scomparire potrebbe anche avere un'origine neurologica ed essere la manifestazione secondaria di una malattia. Per questo è necessario, in un certo senso, non arrendersi, ma capire le cause del problema e cercare di rimuoverle, perché non c'è nemico peggiore della salute, di quella fisica e mentale, della “vergogna”. Il disagio di un genitore nel coinvolgere uno psicoterapeuta nella propria sfera familiare è comprensibile, ma non può essere messa davanti al futuro di un bambino in una società dove i fantastici personaggi di Verdone, fuori dal grande schermo, non avrebbero certo vita facile. ■

GLOSSARIO

Linguaggio “cavalleresco”

Il termine tic ha un'origine onomatopeica perché rievoca il rumore di uno schiocco. È stato coniato in medicina veterinaria nel Seicento, quando gli esperti definivano “ticq” o “ticquet” un fenomeno che si osservava in alcuni cavalli, che arrestavano il respiro emettendo uno schiocco secco.

Ago**centrico**

Per migliorare le cicatrici da acne, correggere le smagliature o contro i segni del tempo.

In punta d'ago con il *needling*, una nuova tecnica di chirurgia estetica.

■ Barbara Bernardini

Se temete gli aghi, quest'articolo non fa per voi. Se, invece, sopportate con disinvoltura il leggero fastidio di un'iniezione, sappiate che quel buchino impercettibile può essere un meraviglioso alleato per la giovinezza del volto di uomini e donne. Sembra un controsenso, ma da molto tempo i medici hanno imparato che la "micro-ferita" provocata dalla puntura dell'ago nella pelle induce l'epidermide a multi-

plicare la produzione di collagene in quel punto per riparare il danno. Da qui l'idea di trasformare la puntura sistematica dell'epidermide del volto in un prezioso alleato contro i segni del tempo, perché più collagene sostanzialmente significa meno rughe e una pelle più giovane e compatta.

Bell'età

È nato così il *needling* (*needle* in inglese significa ago, *ndr*) la nuova tecnica di chirurgia estetica che promette ottimi risultati ai non più giovanissimi, costringendo le cellule produttrici di collagene a lavorare a un ritmo da *teenager*. Il risultato promesso è una pelle più liscia, spessa ed elastica a un prezzo contenuto e in soli 30 minuti di trattamento medico estetico meccanico effettuato con uno strumento specifico, il *dermaroller*, associato in genere a prodotti estetici specifici da far penetrare in profondità. A prima vista sembra uno strumento di tortura, un rullo girevole disseminato di aghi filiformi, ma chi lo ha provato testimonia che non è fastidioso né doloroso e consente di accelerare la produzione autonoma di nuovo collagene ed elastina nel derma. Il trattamento è consigliato come anti-invecchiamento oppure per migliorare esiti cicatriziali da acne fino alle smagliature.



Vis à vis

Ogni centro estetico ha il suo protocollo specifico, ma la procedura è abbastanza standard. Viene applicata una crema anestetica un'ora circa prima del trattamento, poi il viso viene deterso e viene applicato il principio attivo che si vuol far penetrare sulla sede cutanea da trattare. Il *needling* con il *dermaroller* viene effettuato rollando il cilindro con micro-agoi sterili placcati oro, per 5-10 minuti in tutte le direzioni: verticale, orizzontale, diagonale. Al termine, in genere, viene lasciata in posa per 20-30 minuti una maschera alla vitamina C al 20 per cento. Dopo il trattamento la pelle rimane arrossata e si ha un lieve edema soprattutto per le prime 6-12 ore, ma già il giorno successivo si può tornare al lavoro e alla vita sociale. La produzione di nuovo collagene ed elastina inizia subito, ma è massima a distanza di 6-8 mesi dal trattamento e la pelle continua a migliorare per un anno circa. Per un buon risultato occorrono dalle 3 alle 5 sedute a distanza di 1-2 mesi, poi 1 seduta ogni anno per il mantenimento. ■



Cambio pelle

Il needling in sintesi.

- > Migliora le cicatrici da acne.
- > Corregge le smagliature.
- > Migliora le alterazioni da cronoinvecchiamento, lassità cutanee, raggrinzamenti sul viso, sul collo e sul décolleté.
- > Migliora i danni del foto-invecchiamento.

Il costo del trattamento è diverso da centro a centro, in un range indicativo compreso tra 350 e 450 euro a seduta. Effettuato presso i maggiori centri e professionisti di medicina e chirurgia estetica su tutto il territorio nazionale.

Lavorare stanca

35 ore settimanali. Questo sarebbe il limite massimo di lavoro che l'organismo riesce a sopportare senza stress, secondo uno studio appena pubblicato su *BMC Psychiatry*. Secondo i ricercatori dell'Istituto di Scienze della Salute di Aragona, in Spagna, che ha analizzato oltre 400 dipendenti dell'Università di Saragozza, chi effettua un lavoro monotono per 40 e più ore alla settimana ha una probabilità molto più alta di incappare nella cosiddetta "sindrome da burnout", un disturbo psicofisico legato all'accumulo di stress per questioni professionali.

49

Lezioni di cioccolato

Gli sportivi (e golosi) di tutto il mondo possono iniziare a leccarsi i baffi. Uno studio dell'Università del Texas a Austin ha dimostrato che la migliore bevanda per scolpire i muscoli ed eliminare la ciccia è nientemeno che il latte al cioccolato. Non solo, ma il latte al cioccolato, parzialmente scremato, bevuto regolarmente dopo l'esercizio fisico, determina un incremento significativo della *performance*, con tempi minori di recupero muscolare e migliore resistenza alla fatica. Comparato alle normali bevande a base di carboidrati, consente ai muscoli di utilizzare il doppio d'ossigeno con un vantaggio significativo negli sport di *endurance*. C'è da augurarsi che il latte al cioccolato diventi il prossimo *doping*...

Batti e ribatterio

Sembra un controsenso e invece è una promessa della microbiologia. Secondo un gruppo di ricercatori inglesi il batterio chiamato *bdellovibrio* potrebbe essere la risposta vincente contro le epidemie di germi intestinali devastanti, come il recente ceppo di *escherichia coli* che ha ucciso



decine di persone in Germania. È stato scoperto che il batterio funge da spazzino intestinale scalzando dalle pareti dei visceri i germi patogeni come le salmonelle, con una efficacia del 90 per cento. Se i test futuri confermeranno le promesse, miliardi di batteri in pillola diventeranno una potente arma della medicina contro le infezioni.

Carta **vincente**

Carta 100% riciclata, cartapaglia e cuoio rigenerato per i quaderni, plastica riciclata per penne ed evidenziatori. La linea ecologica ViviVerde Coop per la cancelleria di casa, l'ufficio e la scuola.

R ■ **Anna Somenzi**

icoprono il 31 per cento della superficie della Terra, accolgono e proteggono l'80 per cento della biodiversità, conservano e salvaguardano il suolo e le risorse idriche. 300 milioni di persone vivono nella foresta, 1,6 miliardi di persone dipendono, nel mondo, dalle foreste e solo in Europa sono 3,4 milioni quelli che hanno un lavoro grazie alle foreste, il 30 per cento delle quali è sfruttato per la produzione soprattutto di legno e derivati.

Usi e costumi

Per partecipare alla tutela del patrimonio forestale un modo efficace è non sprecare una materia prima importante come la carta, dandole il giusto valore, raccogliendola per riutilizzarla, partecipando alla raccolta differenziata attiva ormai su tutto il territorio nazionale. Una sensibilità verso l'ambiente e un'attenzione all'uso e riuso di materie prime importanti che sembra sempre più radicato, se è vero, come dichiara *Comieco* (Consorzio

Nazionale Recupero e Riciclo degli Imballaggi a base cellulosa) che la raccolta differenziata di carta e cartone non conosce crisi e prosegue il suo trend di crescita segnando un +3,5 per cento nel 2010 grazie alla raccolta nelle famiglie aumentata del 7,4 per cento.

Il meglio verde

Per questo Coop propone la prima linea di cancelleria a marchio *ViviVerde* realizzata in materiale riciclato: 11 prodotti per la casa, l'ufficio e la scuola, convenienti e "verdi". Quaderni in diversi formati, dal classico 15x21 cm a quelli grandi 21x29,7 cm con spirale a quadretti oppure metà a righe e metà a quadretti, per prendere appunti diversi. Anche i blocchi in 3 misure, oltre al piccolo cubo con 70 fogli e alle cartelline. Le pagine sono in carta riciclata ottenuta da carta da macero sele-



zionata, cioè non inchiostrata e quindi senza pesanti processi di sbiancamento chimico.

La cartapaglia colorata che “apre” i quaderni deriva, invece, da macero urbano non selezionato e non è disinchiostrata; il cartone utilizzato per le copertine è totalmente riciclato. Per alcuni quaderni le copertine sono in cuoio rigenerato, ottenuto dagli scarti vergini delle lavorazioni di cuoio naturale. Completa la linea carta la risma *ViviVerde* Coop per stampanti, fotocopiatrici, fax, 100% carta riciclata certificata *Ecolabel*, il marchio di qualità ecologica dell'Unione Europea. 500 fogli del peso di 70g al m2, alleggeriti rispetto a prima (80g al m2), 10 grammi che significano meno anidride carbonica emessa dallo stabilimento di produzione, meno emissioni di CO2 nel trasporto che vede ridotte le tonnellate da spostare.

Occhio alla penna!

Sono costruiti in materiale riciclato anche penne a sfera, roller, marcatore permanente, evidenziatore, in plastica riciclata o *ecoAllene*, materiale ottenuto per almeno il 70 per cento dal riciclo dei contenitori in poliaccoppiato per bevande, come quelli di *Tetrapack*. Il riciclo di questi contenitori prevede sia divisa e recuperata la parte di cellulosa predominante, mentre polietilene e alluminio insieme vengono avviati ad un altro processo che li trasforma in granuli adatti allo stampaggio, diventando così anch'essi materia prima seconda, ed è questa parte che si trasforma nei nuovi prodotti da scrittura *ViviVerde* Coop. Ecologici e convenienti. ■

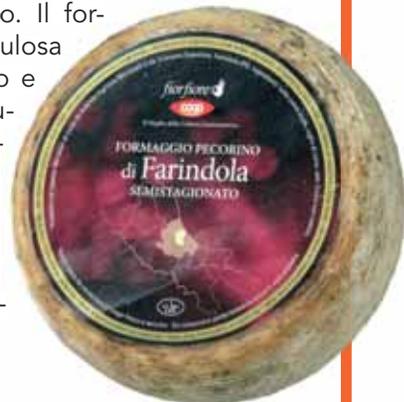


La bella stagionatura

I formaggi stagionati Fior Fiore.

Pecorino di Farindola

Formaggio unico da caglio di maiale, che conferisce aromi e sapori particolari. Il latte utilizzato deriva da pecore allevate direttamente dall'*Azienda Martinelli*, animali che pascolano liberi sul versante orientale del massiccio del Gran Sasso. Il formaggio ha una pasta granulosa di colore giallo paglierino e profumi leggermente muschiati con sentori di legna secca. In bocca crea una straordinaria pastosità e un grande equilibrio tra sensazioni lievemente piccanti e un ottimo sapore di latte ovino.



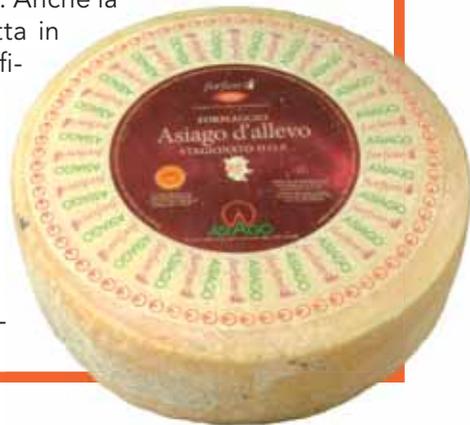
Formaggio di fossa di Sogliano Dop

Prodotto con solo latte di pecora, ha un sapore particolare che deriva dalla caratteristica tecnica d'affinamento: le forme, stagionate per un periodo che varia da 85 a 105 giorni, vengono avvolte in sacchi di cotone e poi disposte in fosse naturali scavate nella roccia di Sogliano al Rubicone. Coop ha selezionato 3 fosse dove il formaggio sosta per circa 90 giorni. Durante l'infossatura, la lenta fermentazione anaerobica (in condizioni particolari di pressione, temperatura e umidità) deforma il formaggio e gli conferisce l'inconfondibile "sapore di fossa" con sentori amarognoli, fragranze di sottobosco, fungo e tartufo. Alla sfossatura, le forme risultano irregolari, quasi senza buccia, con pasta friabile dal colore leggermente ambrato e piccole occhiature.



Asiago d'allevato Dop

Nasce esclusivamente da latte crudo di montagna, secondo un metodo di lavoro artigianale, nel rispetto del rigido disciplinare di produzione *Dop*. Il latte proviene interamente da mucche (pezzata nera e bruna alpina) allevate in territorio alpino, al confine tra Trentino e Veneto. Anche la produzione viene fatta in montagna, nel caseificio di Enego (1 dei 7 comuni dell'altopiano di Asiago) dove, nel rispetto della tradizione, si dà vita a un formaggio pieno di gusto e aromi inimitabili.



Ti telefono o no

52

Spariti tasti e tastiere, si sfiora lo schermo con un dito per navigare nel web, consultare mail, vedere filmati e foto, postarli su Facebook. Dall'Apple all'Android, quel che resta del cellulare.

S ■ Roberto Minniti

Scordatevi la tastiera. E dimenticate il telefonino. Ormai a presentarsi in negozio chiedendo un cellulare, magari con tasti grandi e ben comprensibili, si verrebbe guardati come marziani. Le parole d'ordine da tenere a mente, per non fare la figura di chi è rimasto fuori dal mondo, sono *smartphone* e *touch*.

I cari e vecchi telefoni mobili, infatti, sono diventati strumenti per navigare nel web, consultare mail, vedere filmati e foto,

postarli su *Facebook*. E, solo residualmente, fare telefonate.

Niente più tastiera – a parte rare eccezioni – ma schermi che basta sfiorare con un dito per far connettere alla rete. Insomma piccoli gioielli che, anche a giudicare dai prezzi, assomigliano più a computer che a strumenti per effettuare e ricevere chiamate.

Oggi fanno la parte del leone la navigazione web sempre più veloce e precisa, le fotocamere che catturano immagini in tutte le condizioni di luce grazie al flash integrato, i lettori multimediali per musica e video anche in alta definizione, la navigazione *Gps* per muoversi e avere informazioni su negozi, ristoranti, musei, e tanto altro ancora.

Il tempo delle mele

A cambiare le regole del gioco, come oramai è riconosciuto da tutti, è stato l'*iPhone* di *Apple*. A distanza di anni dal lancio del primo “melafonino” è ancora lui il dispositivo da battere e quello che molti vorrebbero avere nel taschino. E, in attesa che arrivi l'*iPhone 5* (previsto entro fine anno), regge nelle vendite il 4, dotato del sistema operativo *iOS 4* che gestisce più applicazioni in contemporanea (*multitasking*), di un display ad alta risoluzione e della videochiamata, assente nella vecchia versione 3GS.

Così come tiene, dal punto di vista com-

merciale, perfino il “vecchio” *iPhone 3GS* che, nonostante l'assenza della videochiamata e una risoluzione dello schermo leggermente inferiore, è preferito da molti utenti per il design più morbido e il prezzo più competitivo (si fa per dire, visto che il modello con 32 Gb di memoria viene venduto intorno ai 550 euro).

Al di là di quanto si è mosso – e continuerà a muoversi, nonostante l'uscita di scena di Steve Jobs – nel mondo della mela, però, il mercato degli *smartphone* non si ferma alla casa di Cupertino. E uno dei più temibili concorrenti del sistema *Apple* è *Android*, una piattaforma “open source” (ossia liberamente modificabile) che dal 2005 è di proprietà (anche se sembra una contraddizione) di *Google*. Il sistema è adottato da molte case tra cui *Htc*, *Motorola*, *Samsung*, *Lg* e garantisce in questo modo a *Google* di continuare a guadagnare utenti.

APProposito

E che il campo di gioco si stia progressivamente restringendo a 2 soli concorrenti lo dimostrano lo sviluppo delle *App*, il vero mercato che ormai ingolosisce quasi più delle vendite degli stessi *smartphone*. Si tratta delle applicazioni (abbreviate, appunto, in “app” in gergo tecnologico) concepite per funzionare esclusivamente sugli *smartphone*.

A oggi ne esistono centinaia di migliaia. Alcune sono utilissime: dalla navigazione satellitare a quelle che informano sulla presenza di cinema, ristoranti, bar, bancomat, uffici postali. O piccoli programmi che dicono in pochi secondi quale mezzo di trasporto pubblico è disponibile per muoversi in città, fino alle cose più semplici come controllare la posta elettronica, monitorare il credito residuo, gestire il consumo della batteria.

Anche in questo caso il merito di aver aperto questo mercato (e di essere stati



tra i primi a farci affari) va ad *Apple*, ma è indubitabile che oggi i cellulari dotati di sistema *Android* abbiano recuperato il tempo perduto. E questo si traduce in un valore aggiunto, visto che poter contare su una miriade d'applicazioni scaricabili semplicemente (e a volte perfino gratuitamente) dalla rete è una gran comodità per chi utilizza uno *smartphone*.

Touch me

A prescindere che facciate parte della schiera dei patiti di *Android* o degli estimatori di *Apple*, però, prima di fare la vostra scelta è bene controllare alcune caratteristiche che possono fare la differenza. La prima, ovviamente, è uno schermo sufficientemente ampio da essere gestito come *touch* (ossia con il movimento delle dita) e che sia "capacitivo", ossia molto più sensibile al tocco rispetto a quelli "resistivi" meno performanti. Sempre sul versante dei display tattili, sono da preferire i cosiddetti

multitouch: questa tecnologia, infatti, consente di usare contemporaneamente più dita sullo schermo. Anche se siete tra gli irriducibili amanti della tastiera, però, non sottovalutate l'ampiezza dello schermo: se avete scelto uno *smartphone*, lo userete per navigare sul web, scrivere mail, consultarle, e in questo caso senza un display all'altezza, l'attività potrebbe risultare molto difficile.

Se di un piccolo computer si deve trattare, poi, è bene che lo *smartphone* sia *multitasking*: questa funzione, tipica proprio dei pc, garantisce di poter gestire più applicazioni in contemporanea sul telefono.

Occhio, infine, alla batteria. Considerate che uno *smartphone* - proprio per l'uso che se ne fa - è decisamente energivoro e dunque è bene cercare i modelli che garantiscono una maggiore autonomia. ■



In promozione negli Iper di Unicoop Tirreno

Dal 13 al 26 ottobre

> **LG**

mod. P690
Optimus Net
mod. Optimus Dual

> **SAMSUNG**

mod. GT-S5830
Galaxy Ace

Dal 27 ottobre al 9 novembre

> **LG**

mod. P970
Optimus
mod. C660
Optimus Pro

> **SAMSUNG**

mod. GT-I9100
Galaxy S II
mod. GT-S5570
Galaxy Next

marca e modello	sistema operativo	connettività	fotocamera (megapixel)	display	autonomia batterie	prezzo (euro)
ACER Iconia Smart S300	Android 2.3	Bluetooth 2.0+EDR GPS - WiFi	8	touchscreen capacitivo 4,8"	500 ore sb* 8 ore in conversazione	488
APPLE iPhone 4 16GB	iOs4	Wi-Fi - Bluetooth connettore Dock	5	touchscreen capacitivo 3,5"	300 ore sb* 7 ore in conversazione	686
HTC Desire S	Android 2.3	Bluetooth - Wi-Fi 802.11 b/g USB e jack 3,5 mm	5	touchscreen capacitivo 3,7"	450 ore sb* 8 ore in conversazione	499
LG P970 Optimus	Android 2.3**	Bluetooth 3.0 - Wi-Fi	5	touch capacitivo 4"	100 ore sb* 4 ore in conversazione	399
MOTOROLA XT-720 Milestone II	Android 2.2	Wi-Fi - Bluetooth microUSB - 3.5mm jack	5	touch capacitivo 3,7"	350 ore sb* 6 ore in conversazione	431
NGM Droid Duo DualSim	Android	Bluetooth - Wi-Fi	5	touch capacitivo 3"	200 ore sb* 6 ore in conversazione	335
SAMSUNG GT-i9000 Galaxy S	Android 2.3.3	Wi-Fi - Bluetooth - USB	5	touch capacitivo 4"	590 ore sb* 8 ore in conversazione	419
SONY ERICSSON Xperia Arc		Bluetooth - mini USB Pc Sync, Bluetooth	8	touch capacitivo 4,2"	380 ore sb* 6 ore in conversazione	522

* stand by - **da aggiornare

Un bel gioiello ma, per chi è poco accorto, anche una spietata macchina mangiasoldi. La prima cosa da fare per evitare danni al portafoglio è attivare sulla propria scheda telefonica un piano di traffico dati, cioè il meccanismo di tariffazione per navigare su internet, controllare la posta elettronica, sfruttare tutte le applicazioni web presenti sul telefono. Non attivarlo può costare davvero caro. Tutte le sim card, infatti, sono pre-impostate per connettersi a internet con una tariffa a consumo, estremamente meno vantaggiosa rispetto ai pacchetti dedicati degli operatori di telefonia. Senza un piano apposito, in altre parole, anche una banale singola operazione come scaricare la posta elettronica può venire a costare 1 o 2 euro.

Il secondo passo è impostare i parametri di connessione web. Ogni smartphone ha nel suo menu una voce apposita, solitamente identificata con "gestione dati". Lì si possono trovare diverse opzioni quali ad esempio "risparmio dati". È bene attivare le specifiche sul telefono, spuntando la casella; in questo modo il dispositivo si connette a internet limitando automaticamente il consumo di dati. Per fare un esempio si può

decidere di impostare il download delle applicazioni solo attraverso il Wi-fi, cioè la connessione a internet senza fili. Alcune App infatti possono "pesare" diversi Mb, ragion per cui per non prosciugare parte del credito dati in poche battute, lo smartphone mette in coda il download delle applicazioni, cioè le mette semplicemente in attesa di trovare una rete Wi-fi aperta (senza password) sia essa pubblica (bar, musei, locali ecc.) o privata. Navigare in Wi-fi, infatti, non ha alcun costo. L'opzione che invece è consigliato non selezionare è quella del traffico dati in roaming perché comporta costi maggiori per l'utente.

Perché il consumo del traffico dati non diventi un'ossessione, vengono in soccorso i widget. Si tratta di piccoli elementi grafici da scaricare sul telefono (ne esistono per ogni cosa, dal meteo alla batteria alle news ecc.) che consentono di avere sempre sott'occhio la quantità di dati che si sta consumando. Questi strumenti inoltre hanno spesso il vantaggio di poter bloccare la connessione se si supera il limite previsto dalla tariffa, evitando così spiacevoli sorprese.

In gamba

Dal bizzarro modello antiartrite a 5 dita di moda in Usa al collant effetto nudo che diventa sexy sulle gambe della principessa Kate e della sorella Pippa; la moda démodé che rispolvera persino il comodo calzino e le calze da boy scout.

■ Daniele Fabris

Per tutti i gusti e le necessità. Senza preoccuparsi troppo della moda, visto che ormai nulla è escluso e nulla può dirsi fuori tendenza. Calze, collant, gambaletti e ricca compagnia tornano puntuali con la fine dell'estate ad arricchire l'abbigliamento, a impreziosire qualunque abito con colori, disegni azzardati o classici.

Che nulla si possa considerare azzardato o démodé lo dimostrano due tendenze praticamente opposte. La prima, più bizzarra, viene dagli Stati Uniti dove nel 2010 una compagnia di New York ha iniziato a inserire nei propri cataloghi un prodotto fino ad allora confinato nel settore sanitario per i diabetici, per chi aveva

problemi di artrite: le calze con 5 dita. Le "Sheer Five Toe Socks", contro ogni previsione, hanno conquistato il mercato di massa e attraversato l'oceano imponendosi anche da noi. E ora vengono proposte in tutte le versioni: autoreggenti, gambaletti (sopra o sotto il ginocchio), perfino in seta. Comode sì, visto che evitano lo sfregamento delle dita e la sudorazione, ma nessuno avrebbe mai scommesso sul fatto che fossero considerate anche sexy. Ma tant'è...

Pippa calzelunghe

Seconda notizia, questa volta da Londra. Qui le protagoniste sono la principessa di Cambridge Kate e la sorella Pippa che hanno imposto un ritorno che farà il piacere di tutte le donne che non amano il freddo o soffrono di problemi alle gambe e hanno bisogno di calze fascianti. Il successo della futura regina di Inghilterra (e soprattutto della sorellina più sexy) traina la nuova ascesa alla ribalta della moda del collant effetto nudo, quello color carne che in molti avevano cancellato del tutto dal vocabolario relegandolo a un lontano ricordo. Per di più le donne di casa Middleton hanno scelto (perfino d'estate) di indossare queste calze con tessuti pesanti (c'è chi giura che si trattasse di un 20 denari) e se anche questi tornassero di moda sarebbe una vera svolta per chi quest'inverno vorrà continuare a portare minigonne senza dover soffrire troppo la rigidità del clima. E così dopo anni di bando con l'accusa di essere poco seducente e poco giovanile, il collant effetto nudo torna a conquistare la scena.

Fantacollant

Nel mezzo di questi opposti c'è la praticamente immensa proposta dell'industria della moda per la stagione autunno inverno 2011/2012. A giudicare da quello che si vede sui cataloghi o sulle passerelle non c'è alcun limite alla fantasia. Da stilisti che continuano a insistere sui colori audaci, a chi punta su combinazioni originali che riscoprono il ricamo con motivi ispirati alle fantasie degli arazzi, e chi scommette sul vintage, con morbidi colori



pastello per unirli “ton sur ton”.

Non tramontano – e ci mancherebbe altro – neppure le parigine autoreggenti, ossia le calze a mezza coscia (o poco più su). Se le seconde rimangono arma di seduzione per eccellenza (e dunque si esaltano veli, trasparenze e pizzo), le prime usano praticamente ogni tessuto e ogni fantasia, puntando sempre più spesso sull'effetto trasgressione. E, a proposito di trasgressione, perché non riabilitare anche il vecchio, pesante ma comodo calzino? Detto fatto. Per le più timorose ecco quello un po' più lungo (al ginocchio), immancabile sotto un paio di pantaloni arrotolati, una gonna e addirittura una minigonna. Le più sfrontate, invece, potranno osare con la classica calza da boy scout, puntando su abbinamenti manifestamente poco sobri.

A gonfie vene

Poche novità, invece, sulle fibre utilizzate. Se si eccettua la poco utilizzata (e molto costosa) seta rimangono come negli anni scorsi quasi solamente nylon e la lycra. Il nylon, filato della *DuPont*, sintetico, poco costoso ed elastico, permette alle calze di aderire alla gamba senza le antiestetiche pieghe mantenendo però una leggera rigidità. La lycra ha risolto i problemi di rigidità e l'ultimo ritrovato, la lycra in 3D, è elastica in 3 direzioni (obliqua, verticale e orizzontale) che in termini pratici significa più comfort e morbidezza.

Più attenzione, semmai, va fatta sulla compressione che possono offrire i collant, soprattutto se si sta molte ore in piedi o si hanno problemi alle vene. In questo caso le soluzioni sono di due tipi. Ci sono le calze preventive, più leggere e le contenitive, studiate per prevenire le più comuni patologie che colpiscono le gambe delle donne. Queste ultime offrono un'azione mirata alla gamba che viene sollecitata da una contropressione che difende l'integrità della parete venosa. La pressione della calza, infatti, è minima sull'addome per poi crescere fino a esercitare la massima forza sulla caviglia aiutando così il flusso del sangue nelle pareti venose delle gambe. E se si considera che circa metà delle donne italiane soffrono di patologie dovute a insufficienze venose, si capisce quanto questi strumenti siano importanti. ■

Calza maglia

Niente più smagliature. Arriva in promozione negli Iper di Unicoop Tirreno il collant resistente Perfect20 di Golden Lady. E in alcuni Super toscani l'evento Calzissima.

A ottobre è in promozione negli Iper di Unicoop Tirreno il rivoluzionario collant *Perfect20* di *Golden Lady* che non si smaglia. Banchetti con totem e promoter dedicati saranno in tutti gli Iper **fino al 31 ottobre** a prova di smagliatura, con dimostrazioni cioè delle innovative caratteristiche del nuovo *Perfect20* a confronto con il 20 den “normale”. Esempio “calzante” di collant velato più resistente degli altri grazie alla tecnologia esclusiva della fibra *Lycra Fusion* che ogni consumatrice sarà invitata a provare ricevendo in omaggio una cartolina che oltre a descrivere il prodotto e i suoi benefici riporta all'interno un buono sconto di 0,50 euro subito spendibile alla cassa per l'acquisto di un paio di collant *Perfect20*.

Quanto al resto dell'assortimento *Golden Lady* sarà protagonista insieme a *Filodoro* dell'evento *Calzissima* sempre nel mese di ottobre nei super di Avenza (MS), Cecina (LI), Rosignano (LI), Piombino via Gori (LI), Follonica (GR), Grosseto via Inghilterra.

EVENTO CALZISSIMA

GOLDEN LADY & *filodoro*

GOLDEN LADY



filodoro



Gran toro

I monumentali tori di razza chianina delle province di Arezzo e Siena che danno una carne tenera e pregiata a marchio Igp.

■ Eleonora Cozzella

Donetto era bellissimo, tutte alla fattoria erano pazze di lui. E come dar loro torto? Alto, muscoloso, lo sguardo fiero e il fisico possente. Nel 1955 vinse il concorso che lo rese famoso in tutto il mondo e il suo record, a distanza di oltre cinquant'anni, resta ancora imbattuto. Ma anche il suo collega Giogo non poteva lamentarsi delle conquiste: tra il 1954 e il '61 ebbe ben 503 figli. Ed erano in buona compagnia con Drago, Druso, Tecnico, Bando e Moderno.

Si parla di superbi esemplari di tori di razza chianina, della storica tenuta della Fratta in provincia di Siena, che in passato erano molto conosciuti tra gli allevatori come riproduttori. Il primato di Donetto riguarda il suo peso: sfiorava i 1.800 chili, il bovino domestico più grosso mai registrato. Stazze monumentali erano quelle dei suoi compagni di mandria. Ma questi bovini, diventati leggendari perché amatori di professione, in effetti sono soltanto gli esemplari-simbolo di un'intera razza dalle qualità eccezionali, visto che tutti possono vantare dimensioni monumentali. A meravigliare è anche la velocità in cui raggiungono un forte peso: l'accrescimento rapido fa sì che già a sei mesi i vitelloni raggiungano circa 700 chili e forniscano tagli di carne molto voluminosi.

Una razza a parte
Altro pregio di questa carne è il sapore nettamente più "rilevato" rispetto ad altre razze, un sapore che i toscani definiscono "più salato", anche quando l'animale è molto giovane, grazie all'alimentazione naturale che trovano al pascolo libero. Ecco perché la carne

chianina è apprezzata anche a livello dietologico: ha bisogno di una minore aggiunta di sale.

Il manto di mucche, tori e vitelloni sono di un uniforme bianco porcellana, fanno eccezione solo i vitelli che nascono col mantello fromentino, cioè color frumento, e assumono nei primi quattro mesi d'età il colore caratteristico della razza. Oltre al pelo candido, aspetti riconoscibili sono le corna corte, il tronco lungo e i lombi larghi. Nonostante la stazza imponente e massiccia, i bovini di chianina hanno comunque un aspetto elegante, possente ma non greve, come richiede la nobiltà di specie.

Pio bove

In fondo i primi riscontri dell'esistenza della razza risalgono all'età etrusca e romana: grandi esemplari, del tutto somiglianti ai capi di oggi, sono raffigurati nelle rappresentazioni scultoree e pittoriche dei cortei trionfali e dei riti religiosi. Andando ancora più indietro nel tempo, secondo alcuni esperti, la razza chianina avrebbe origine dal *bos primigenius* immortalato nelle pitture rupestri delle grotte preistoriche. Insomma, una razza che più autoctona non si può, che lega il suo nome all'Appennino centrale e ancora più precisamente alle province toscane di Arezzo e Siena.

Qui, nella Valdichiana, da cui col tempo hanno preso il nome, i bovini bianchi dalle corna corte erano molto apprezzati proprio per la loro forza e utilizzati come bestie da lavoro. Così l'immagine dei bianchi buoi aggiogati all'aratro o che tirano i carri, tanto cara ai macchiaioli come Giovanni Fattori, è diventata un'icona della campagna toscana dell'Ottocento.

Dopo le operazioni di bonifica del XVIII secolo, la Valdichiana è rimasta la roccaforte della razza, che è qui sopravvissuta alla meccanizzazione agricola diventando animale da carne per eccellenza.



Occhio di bue

Infatti rigorosamente di vitellone chianino deve essere la bistecca alla fiorentina (che tecnicamente è una lombata con osso comprendente il filetto). Questo taglio di chianina è così tenera – sia pure nella sua compattezza – che ha bisogno solo di una rapida cottura sulla griglia ed è gustosa anche quasi cruda. Lo scrittore e gourmet Aldo Santini chiamava la fiorentina “Il Giotto” della buona cucina e in un suo libro dedicato all’argomento fa un simpatico racconto dell’etimologia del termine bistecca, che deriverebbe dalla parola inglese beef-steak (“costoletta di bue”). Si narra che nel 1565 a Firenze per una festa in piazza San Lorenzo si distribuì al popolo un bue arrostito. Tra la gente c’erano anche degli inglesi (all’epoca era fiorente il commercio tra inglesi e toscani) che vedendo quella carne succulenta iniziarono a chiederne facendo un gran baccano e gridando “beefsteak, beefsteak!”. Così i fiorentini italianizzarono quella parola, per riferirsi a quelle carni che prima in effetti si chiamavano carbonate, perché grigliate sui carboni.

I vitelloni

Nonostante le sue doti di gusto e forza, la Chianina non è allevata in gran numero, perché il pascolo libero è più costoso di quello in spazi chiusi. Ma è tutelata e garantita dal marchio *Igp* Vitellone Bianco Appennino Centrale, che include altre due razze bianche italiane da carne: la Marchigiana e la Romagnola. Anche se solo quella delle province di Arezzo e Siena può chiamarsi “Chianina Classica”.

Questa specie è una delle razze più ambite e pregiate d’Italia, che all’estero non solo ci invidiano, ma ci hanno in un certo senso emulato, creando incroci speciali.

Nel corso degli ultimi 40 anni, infatti, alcuni tori chianini sono stati esportati in molti paesi: per primi furono gli americani, i cui soldati quando erano di stanza in Italia dopo la seconda guerra mondiale l’apprezzarono e la fecero conoscere in Usa. Oggi la Chianina è presente in Europa, Sud Africa, America Settentrionale, Centrale e Meridionale e Australia come “incrociante” su razze locali, dalle britanniche Aberdeen Angus, Hereford fino ad arrivare al bestiame zebuino. ■

La strage degli innocenti

Trucidati dai nazisti a Civitella in Val di Chiana, antico paese che merita una visita.

Tra i tanti comuni che vale la pena visitare in questa terra c’è Civitella in Val di Chiana, bel centro medievale, ma tristemente famoso per l’episodio del giugno del 1944 durante l’occupazione nazista, che valse al comune la medaglia d’oro al valor civile. Un gruppo di partigiani uccise in un bar tre soldati della divisione “Hermann Göring”, agli ordini del generale Wilhelm Schmalz. I tedeschi diedero un ultimatum alla popolazione che per evitare rappresaglie doveva denunciare gli artefici. Nessuno fece nomi e i nazisti iniziarono a cercare i colpevoli casa per casa. Quando alla scadenza dell’ultimatum non ci fu nessuna rappresaglia, gli abitanti pensarono che la vendetta si fosse già attuata durante gli scontri a fuoco in cui diversi partigiani persero la vita. In realtà Wilhelm Schmalz aspettò la festa dei SS. Pietro e Paolo, quando il paese era pieno di persone. Squadroni tedeschi piombarono nella Chiesa di Santa Maria Assunta e nelle case, sparando all’impazzata: 224 morti. Si ricorda anche il gesto eroico del sacerdote don Alcide Lazzeri che, in quanto religioso, sarebbe stato risparmiato dai tedeschi, ma scelse di condividere la sorte dei suoi parrocchiani. Ai martiri di Civitella è stata intitolata la via principale del centro abitato. Che, a parte la storia della strage, è ricco di bellezze, dal castello eretto nel 1048 – semidistrutto dai bombardamenti – all’antica cisterna, dal palazzo pretorio alla nobile Villa Oliveto.

57

L’intervista

Per sapere qualcosa di più della Chianina in Unicoop Tirreno abbiamo parlato con Alessandro Santi, caporeparto carni dell’Iper di Roma Eur.

Come arrivano i diversi tagli di carne chianina che noi clienti troviamo al banco carni?

«Tramite la *Icam* di Grosseto arrivano gli animali interi direttamente dal macello ed è una garanzia perché vediamo e sezioniamo noi la bestia».

Quindi è in Coop che si confezionano i singoli tagli?

«Sì, tranne che per i macinati e gli hamburger per cui ci affidiamo all’azienda *Sandri* in provincia di Pisa. E devo dire che quelli di chianina sono gli hamburger più apprezzati».

Quali caratteristiche rendono speciale questa carne?

«Secondo le norme che regolano anche l’*Igp* (Indicazione geografica protetta), si tratta di bovini dai 18 ai 24 mesi di età. Già al taglio si vede il colore più scuro rispetto ai bovini di altre razze (per la vita e l’alimentazione più allo stato libero) e una consistenza più soda che deriva anche dalla frollatura più specifica (15-20 giorni rispetto ai comuni 10-12)».

Quali sono i prezzi per il pubblico?

«Si va dal più basso di 10,40 euro al chilo per il macinato, passando per i 10,90 dello spezzatino, i 19,90 delle fettine fino al top che è il filetto a 24,90. I prezzi sono un po’ più alti, ma lo è anche la resa nel piatto».

Il cliente conosce il prodotto?

«Assolutamente sì: il settore Chianina è il primo ad essere visitato di tutto il banco carne. Chi l’ha assaggiata poi continua a cercarla».

Irresistibile **bionda**

58

Chi ne diventa sommelier, chi prova a farla in casa come i monaci antichi, e chi ad essa dedica frizzanti festival. Aumentano in Italia gli estimatori della birra, tante le donne.

■ **Silvia Inghirami**

Tuborg, Ceres, Moretti, Peroni, le grandi birre in Coop ci sono tutte. E ci sono anche la nuova *lager* chiara a marchio Coop che nasce nella storica birreria *Pedavena* da un particolare processo di fermentazione che utilizza malto italiano, l'acqua del bacino delle Prealpi Venete e il luppolo del Nord Europa, alcune birre senza glutine e, più *Vicino a noi*, una birra prodotta con il farro *Igp* della Garfagnana coltivato secondo metodo biologico certificato dall'AIAB dall'omonima *Garfagnana Coop* di Sillicagnana (San Romano in Garfagnana - LU).

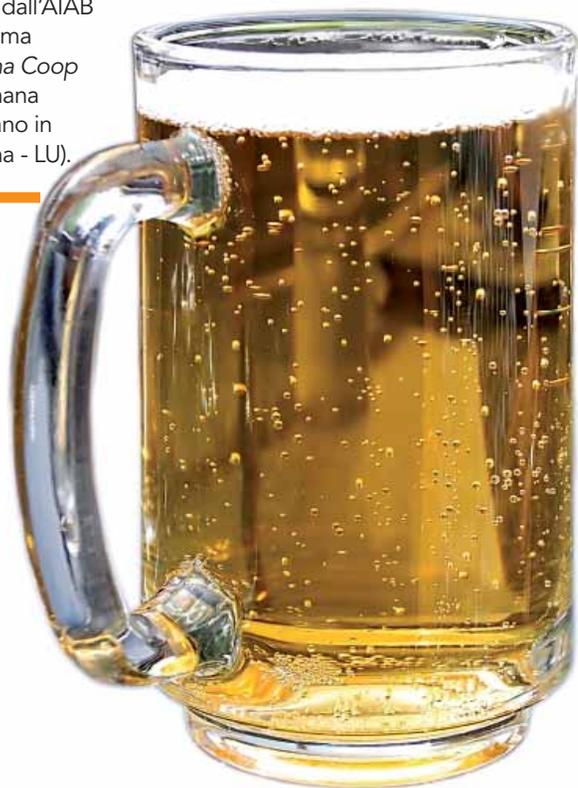
Due litri agli operai, cinque a governatori e sacerdoti. La legge dei sumeri era molto classista in fatto di birra, una bevanda che invece ora Renato Mannheimer, presidente dell'*Ispo*, definisce "easy, versatile e democratica, bella ma non snob o pretenziosa". Ma anche - aggiungiamo noi - "non sessista", dal momento che nei consumi si avvicina a grandi passi il traguardo della parità. Tra i 36 milioni di bevitori di birra, 20 milioni sono uomini e 16 donne, pari al 62,7 per cento delle italiane maggiorenni. Proprio al segmento femminile sono affidate le maggiori prospettive di crescita, dal momento che le giovani tra i 18 e i 24 anni bevono più bevande alcoliche di un tempo e ormai già oltre 5 milioni di italiane dicono di preferire la birra al vino, perché poco alcolica, economicamente conveniente e "di tendenza".

A tutta birra

Secondo una ricerca *Ispo/Assobirra*, bevono birra 3 italiani su 4 e il consumo pro-capite risultava nel 2010 di 28,6 litri, un dato che appare destinato a salire. Nei primi 5 mesi del 2011 le vendite hanno registrato una crescita dell'1,7 per cento rispetto allo stesso periodo dell'anno scorso. Una ripresa, però, non ancora sufficiente a colmare le perdite del biennio 2008-09, gli anni della crisi seguiti al picco del 2007, quando è stato raggiunto il record storico di 31,1 litri a testa. Il piccolo rimbalzo dell'ultimo periodo fa ben sperare i produttori, ma non muove comunque gli italiani dal tradizionale ultimo posto tra gli europei, che in media bevono 70 litri di birra a testa: restiamo lontanissimi dai cechi (134 litri), dai tedeschi (107,4) e dagli austriaci (106). Così la birra prodotta in Italia riesce a coprire quasi i 2/3 della domanda interna, mentre le esportazioni segnano un vero boom: quasi 2 milioni di ettolitri (+161 per cento in 5 anni) varcano le frontiere per dirigersi soprattutto sul mercato britannico, cresciuto nel primo trimestre 2011 del 37 per cento. Se quindi anche gli inglesi, storici consumatori di birra, scelgono le nostre *Peroni*, *Moretti*, *Menabrea*, *Castello*, *Ichnusa*, *Poretti* o *Therasianer*, il motivo non può che essere una buona qualità. È infatti vero che molti nostri storici marchi sono stati acquisiti da gruppi internazionali (*Heineken*, *Inbev*, *Carlsberg*), ma è altrettanto vero che la birra italiana ha una tradizione di due secoli (senza contare la "pevakh" degli etruschi!) e viene fatta, laddove possibile, con materie prime nazionali. Anche Coop ha la sua birra a marchio, prodotta dalla storica fabbrica *Pedavena*.

Birra alla spiga

Per la produzione della birra servono varietà specifiche d'orzo che si stanno diffondendo nelle campagne, insieme a



numerosi birrifici artigianali. Se il luppolo proviene per di più dalla Germania (e in piccola quantità da Belgio e Austria), l'acqua (che rappresenta il 90-93 per cento della bevanda) è nostrana. E proprio l'acqua è l'elemento più importante, perché deve essere pura, di sorgente, ricca di sostanze minerali e organiche nonché di microorganismi come batteri e lieviti. Le birre più famose del mondo devono la propria originalità alla speciale natura delle acque da cui vengono preparate.

La grande differenza tra le migliaia di birre esistenti sul mercato (in Italia ben 1.500 marchi) e le innumerevoli tipologie (dalla belga *Abbazia* alla bavarese *Weizen*) dipendono però non solo da acqua e cereali (il malto è solitamente ottenuto dall'orzo, ma esistono anche malti di frumento, segale e avena) quanto dal processo di fermentazione che divide le birre in due grandi categorie, le *ale* (ad alta fermentazione) e le *lager* (a bassa fermentazione). Le prime sono più corpose, dal sapore intenso e aromatico, le seconde dal gusto leggero e fragrante. In Italia la preferenza va alla *lager*, mentre raro è il consumo del tipo a doppio malto: la tendenza è ora per nuove premium (*lager* di qualità superiore) vicinissime alle *pils*, la birra chiara a bassa fermentazione nata a *Pilsen*, in Boemia, di colore dorato, più luppolata e con maggior corpo di una *lager*.

Ci faccio la birra

La scelta delle *lager* è legata al fatto che agli italiani la birra piace perché è poco alcolica e rinfrescante, facile da accompagnare a qualsiasi tipo di pasto. La percentuale di quanti bevano birra solo con la pizza è sceso in un anno dal 46,9 al 30,9 per cento e oggi si mette a tavola a pranzo e a cena, con qualsiasi pietanza. La birra ha sostituito il vino per gli under 44 (che resta invece il prescelto degli over 45) e si diffondono di pari passo gli estimatori raffinati, pronti tanto a imitare gli antichi monaci per sperimentare birre casalinghe, quanto a diventare sommelier esigenti come quelli del vino. Da qui il successo dei festival nati in ogni regione della penisola: nessuno può competere con il mitico *Oktoberfest* di Monaco, dove vengono serviti 6 milioni di litri di birra, ma più che la quantità negli appuntamenti nostrani prevale il desiderio di assaggiare delle specialità abbinate a piatti tipici: dalla festa delle birra e patata di Pizzoferrato (Chieti) a quella di birra e culatello a Zibello (Parma) alla sagra del maccheroncino e birra di Campofilone (Ascoli Piceno). ■

Cottore liete

Dalla parte dell'Umbria detta Amerino la fava cottora, che cuoce bene e in fretta, selezionata di generazione in generazione dagli abitanti del posto, coltivata ancora a mano.

59

Gli abitanti di questa parte dell'Umbria, tra Todi, Amelia e Orvieto, detta Amerino, sostengono da sempre che le loro fave si cucinano e si digeriscono più facilmente di tutte le altre.

I terreni argillosi che caratterizzano i rilievi più bassi sono praticamente privi di calcare attivo e ciò permette di cuocere le fave senza doverle decorticare in precedenza. La *fava cottora*, chiamata così proprio per la carat-



teristica di cuocere bene e in fretta, non è una varietà qualsiasi, ma un ecotipo selezionato di generazione in generazione dagli abitanti del posto.

La chiamano anche mezza fava, per le sue piccole dimensioni, e viene coltivata ancora manual-

mente o con l'aiuto di pochi mezzi meccanici. Dopo l'aratura estiva e i lavori d'affinamento del terreno, nei primi giorni di novembre si semina a "postarelle", cioè in piccole buche scavate a intervalli regolari in cui vengono deposti 3-7 semi. La raccolta (a luglio) è più complessa e avviene quando le piante sono completamente secche. Vengono estirpate oppure sfalciate e mantenute ad essiccare ancora qualche giorno, ponendole sotto il sole nelle ore più calde della giornata. Questo permette di far essiccare completamente i baccelli e facilitare l'operazione di battitura a mano che li fa aprire consentendo la raccolta dei semi, poi separati dalle impurità con un tradizionale setaccio detto "corvello" o "gigliaro". Dopo la pulitura, i semi sono selezionati a mano per eliminare quelli verdi, rotti o macchiati, e sono conservati in vasi di vetro con l'aggiunta di spicchi di aglio. La preparazione delle fave cottore per la cottura è laboriosa: prima di tutto sono messe in acqua fredda, da riscaldare fino al punto d'ebollizione. Dopo questo trattamento le fave vengono fatte riposare per una notte intera.

Il giorno seguente sono scolate, selezionate e poste in piccole quantità in un contenitore di metallo dove, mescolandole con le mani, si riesce a individuare ed eliminare quelle rimaste dure, ascoltando il rumore tipico che producono a contatto con la superficie del contenitore.

Le fave cottore si consumano condite soltanto con olio extravergine d'oliva, sale, pepe e cipolla fresca, oppure ripassate in padella con pomodoro e cipolla.

Un'altra ricetta prevede la riduzione a purea, condita con olio extravergine d'oliva, sale, e ideale per preparare le bruschette. Ma il piatto più tradizionale è la "striscia con le fave" che si consuma il giorno della macellazione del maiale: si condiscono le fave lessate con il grasso ottenuto dallo scioglimento nella cottura della zona ventrale del suino, una lunga striscia di grasso e di magro. ■



150° a tavola / 3

60



Bocconcini di ravioli d'erba alla toscana

Ingredienti per 4 persone

- 1 mazzo di bietole e altre erbe ■
- 4 uova ■
- 50 g di parmigiano grattugiato ■
- 75 g di ricotta ■
- noce moscata ■
- farina q.b. ■
- sale ■

Preparazione

facile

Tempo

40 minuti

Costo

economico

La dietista

280 Kcal a porzione

senza sugo

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

Leggeri e nutrienti, ricchi di calcio e proteine, i bocconcini sono anche antiossidanti grazie all'erbetta eccellente anti-età.

Preparazione (dalla ricetta originale)

Prendete una quantità di bietole, levate loro le grosse coste, lavatele, bollitele assai bene coll'acqua, e quando sono cotte gettatele in altra acqua fresca; spremetele, e con coltella e lunetta sopra un tagliere trinciatele sottilmente. Ponetele dipoi in un tegame, aggiungetevi 4 uova fresche, 50 gram di parmigiano grattato, 75 gram di ricotta o di latte cagliato. Un poco di noce moscata grattata e sale; spargete quindi della farina sopra una tavola ben pulita, ponetevi a piccole porzioni detto impasto, e col palmo della mano voltolandole ne formerete altrettante pallottole della grossezza di una noce, che avrete cura d'infarinare bene. Quando son tutti fatti, gettatele in una pignatta di brodo bollente, ma pochi alla volta. Osservate che vi sia molto fuoco acciò non cessi il bollire; ed allorché son venuti tutti a galla, levateli con diligenza con mestola di latta bucata. Quando siano ben scolati conditeli suolo per suolo con eccellente sugo ben colorato, spolverizzatevi molto con parmigiano grattato e cannella in polvere, e quando avete terminato l'ultimo suolo serviteli subito in tavola. Non siate avari né di formaggio né di condimento.

**Abbinamento**

Si consiglia un bianco **Doc della Val di Cornia**.



Ingredienti molto semplici e poco costosi per questa ricetta toscana tratta dal manuale di cucina *Il cuoco pratico ed economico* edito a Livorno nel 1865.



Gnocchi alla romana

Ingredienti per 4 persone

- 150 g di semolino ■
- 50 g di farina bianca ■
- 1 l di latte ■
- 6 tuorli d'uovo ■
- burro q.b. ■
- formaggio grattugiato ■
- sale ■

Preparazione

facile

Tempo

50 minuti

Costo

economico

La dietista

680 Kcal a porzione

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

Piatto unico molto energetico fornisce tutti i nutrienti per un pasto completo e la vitamina H del tuorlo d'uovo contro arrossamenti della pelle provocati da un'eventuale carenza.

Preparazione (dalla ricetta originale)

Ponete in una casseruola 150 grammi di farina di semolino in grano, con 50 grammi di farina bianca, fatela sciogliere senza grumoli con un litro circa di latte, e posta al fuoco, continuate a mescolare con un mestolo, facendoli bollire per mezz'ora circa; unitevi 6 tuorli d'uovo, un po' di sale, e fatto un bollo (palla), versate la composizione sopra lastre bisunte di burro dell'altezza di un centimetro, e quando sarà raffreddata, tagliatele con un coppa pasta di tre centimetri di diametro, rivolgeteli nel formaggio grattugiato, indi, bisunto di burro un piatto resistente al fuoco, poneteli sopra in corona, e spolverizzati di formaggio, versatevi sopra 60 grammi di burro, fateli cuocere al forno forte per mezz'ora circa, e quando saranno di un bel colore biondo serviteli fumanti.



Abbinamento

Valido abbinamento un **Vermentino** della **Doc Bolgheri**.



Con l'unità d'Italia le ricette delle varie regioni hanno teso a integrarsi tanto che si dice che i Mille partirono mangiatori di risotti, tornarono mangiatori di maccheroni e i maccheroni di Napoli al Nord diventarono spaghetti. Questo spiega perché Giuseppe Sorbiatti nel 1866 a Milano pubblicò, nel suo *La gastronomia moderna*, la ricetta degli gnocchi alla romana.



Seppie al nero alla veneziana

Ingredienti per 4 persone

- 1 kg di seppie medie con il nero ■
- 1 confezione di polenta rapida ■
- 1 trito di odori misti ■
- 1 peperoncino ■
- 1 mazzetto di prezzemolo ■
- 2 cucchiaini di pomodoro in tubo ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale ■

Preparazione

Far saltare gli odori in abbondante olio e rosolare le seppie tagliate a pezzi e private del nero. Aggiungere il pomodoro, un paio di cucchiaini d'acqua, e far cuocere a fuoco moderato. Aggiungere a cottura quasi ultimata il nero sciolto in mezza tazza di acqua tiepida e continuare fin quando le seppie saranno morbide. Preparare a parte la polenta seguendo le istruzioni e servire le seppie guarnite di prezzemolo con una fetta di polenta per commensale.

Preparazione
facile

Tempo
30 minuti

Costo
medio

La dietista

670 Kcal a porzione

Carboidrati ●●● Proteine ●●● Grassi ●

Un secondo molto salutare e digeribile, ricco di antiossidanti, vitamine e licopene. Le seppie, magre e molto proteiche, contengono una sostanza, l'acido eicosapentaenoico, che protegge dall'ictus e dall'infarto.



Abbinamento

Suggeriamo un rosso base della **Doc Bolgheri**.



Questo piatto va servito con una bella fetta di polenta a fianco, ma in molte regioni italiane l'abbinamento pesce-polenta non è considerato ideale. Invece da secoli questo connubio ha sfamato generazioni di veneti con risultati gastronomici che è poco definire eccellenti. Si dice che la polenta usata al posto del pane risalga al tempo dell'assedio della Repubblica di Venezia, sostenuta da Daniele Manin nel 1849 e che il poeta Arnaldo Fusinato celebrò con la poesia *L'ultima ora di Venezia* che nello struggente ritornello declama "Il morbo infuria, il pan ti manca, sul ponte sventola bandiera bianca".



Bicerin con savoiardini

Ingredienti per 4 persone

- 4 uova ■
- 110 g di zucchero ■
- 100 g di farina ■
- 50 g di zucchero a velo ■
- farina per la placca ■
- burro ■
- sale ■

Preparazione

difficile

Tempo

40 minuti

Costo

economico

La dietista

380 Kcal a porzione

Carboidrati ●●● Proteine ●● Grassi ● Colesterolo ●

Biscotti digeribilissimi e quasi privi di grassi aggiunti, sono una ottima carica di energia per bambini, anziani e sportivi.

Preparazione

Battere i tuorli con 80 g di zucchero fino a ottenere un composto ben montato e soffice, unire un pizzico di sale e la farina ben setacciata, mescolando bene. Montare a neve ferma gli albumi con un pizzico di sale e 20 g di zucchero a velo quindi unire al composto mescolando piano. Imburrare e infarinare la placca del forno, raccogliere il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia e stendere sulla placca dei bastoncini lunghi circa 10 cm, ben distanziati tra loro per evitare che, gonfiandosi in cottura, si attacchino l'un l'altro. Mescolare lo zucchero semolato e lo zucchero a velo rimasti e spolverizzare i savoiardini con parte della miscela rimasta. Lasciare riposare per 10 minuti, quindi ripetere l'operazione. Passare la placca in forno a 180° per 15-20 minuti, e quando i biscotti avranno assunto il classico colore dorato, sforarli, staccarli delicatamente e farli raffreddare.



Il Bicerin, bevanda analcolica che dopo il 1840 ha sostituito la bavareisa nel gusto dei torinesi e non solo (Alessandro Dumas padre ne era un grande estimatore), dal 2001 è riconosciuta bevanda tradizionale piemontese. Cioccolato, crema di latte e caffè, è solitamente servito in capienti bicchieri su un vassoio di Bagnati d'accompagnamento, dolcetti che battezzavano la fede politica dei consumatori. I più famosi erano crocion, brioss, parisien, democratic, garibaldin e i savoiardini di cui forniamo la ricetta. Il loro nome la dice lunga: sono i dolci di Casa Savoia per eccellenza.



COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI



Solidità e Concretezza nel costruire e nell'agire

C.L.C. Soc. COOP.

VIA BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO

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



Attestazione
SOA



Qualità
ISO 9001:2008



Sicurezza
OHSAS 18001:2007



Ambiente
ISO 14001:2004



Responsabilità Sociale
SA 8000:2008

enneci

65

semi **seria** di Simona Marchini

Inni alla vita

Che cosa hanno in comune una bambina operata nella pancia della madre per un grave problema al cuore e una tartaruga che ha attraversato tanto mare per deporre le uova laddove era nata?

È bello, in tanto sfacelo, poter parlare di due fatti speciali, poetici, positivi, che mi hanno commossa e consolata. Forse ogni tanto è bene soffermarsi e “assaporare” notizie che rendono il cuore più leggero, che lo aprono a quello spirito soave e vitale, malgrado noi, che è la speranza. Voglio parlare della piccola Giulia, operata di un problema cardiaco nella pancia della mamma. Un caso raro e praticamente impossibile da operare. Ebbene, la capacità tecnica di un chirurgo donna è riuscita a toccare quel cuoricino di un centimetro e l'ha guarito. E Giulia è stata immobile durante l'intervento, tanta era la sua voglia di vivere, di conoscere questo mondo difficile, ma anche talvolta capace di atti meravigliosi. Benvenuta, piccola donna coraggiosa. E l'altra bella storia è quella della tartaruga Caretta Caretta che, approdata alla costa ionica dopo chissà

quanto mare attraversato, si è cercata un angolo sulla spiaggia dove deporre le uova. Una famiglia in vacanza, con bimbo e cane, l'ha vista ma è ignara del linguaggio degli animali (il cane non si avvicina perché “sapeva” che il rito della tartaruga non andava disturbato). La piccola Caretta Caretta è stata rimessa in acqua credendo di farle un piacere e, invece, arrancando, lei si è di nuovo affacciata sulla riva, ha scavato una buca e finalmente vi ha depresso le sue preziose uova. La cosa più tenera è che pare scientificamente accertato che le tartarughe di mare tornino a deporre le uova laddove sono nate. È incredibile, ma conservano misteriosamente la memoria dell'origine. Uomini gentili hanno circondato la buca di paletti per proteggere il nido. È una storia gentile di un'umanità bella, di conferme rassicuranti che ci fanno credere che la vita, nonostante tutto, è più forte di noi. ■

Inflessibile e autoritario o capace d'ascoltare e attento alle relazioni del gruppo? A lavoro, a casa, sui banchi di scuola, nello sport, a ciascuno il suo stile di "comando". Ma per gli esperti da un capo... all'altro c'è una bella differenza.

Da un capo all'altro

■ **Barbara Autuori**

Prende le decisioni più importanti. Se ne assume la responsabilità. Influenza le opinioni e il comportamento degli altri membri del gruppo. È insieme guida e riferimento. Perché è lui (ma lo stesso vale per lei!) il *leader* riconosciuto. In famiglia, a scuola, nei gruppi sportivi, nel gruppo d'amici così come in classe e in ufficio. Un ruolo importante in ogni stagione della vita, spesso ambito, a volte rincorso, altre volte conquistato in maniera inaspettata.

Questione di personalità

«Legata al fenomeno dello stare insieme, quella della *leadership* è una funzione naturale di servizio che s'esercita

all'interno delle varie organizzazioni sociali – spiega **Fabrizio Lertora**, formatore

e consulente organizzativo del *Centro Psicologico per la Pace e la gestione dei Conflitti (Cpmp)* di Piacenza –. Informale, ufficializzata o istituzionalizzata la *leadership* va sempre identificata come modalità di gestione delle persone». Elemento indispensabile per garantire il buon andamento di un gruppo, questa funzione si esprime nel *leader* (capo) di turno. «È frequente che la figura del capo coincida con le personalità più carismatiche, percepite come capaci di organizzare e decidere in modo tempestivo e senza esitazioni», sottolinea Lertora. Spesso evocato con imbarazzo, a volte negato, altre trattato come un tabù, il potere del capo in realtà deve essere esercitato con convinzione. Il problema sorge quando dall'autorevolezza si sconfinava nell'autoritarismo ignorando le varie sfumature della *leadership*: accanto all'accezione operativa, che interpreta il ruolo del capo in termini prevalentemente decisionali, c'è, infatti, quella emotivo-affettiva. Poco conosciuta e valorizzata, questa forma di *leadership* è fondamentale per decodificare la trama delle relazioni del gruppo.



Un vero "boss"

Leader si nasce o si diventa?

Tutti, prima o poi, si chiedono se hanno o no la stoffa del capo. Prove attitudinali al comando, test psicologici, libri, simulazioni: gli strumenti per scoprire se si posseggono le doti del *leader* sono innumerevoli. Anche se non è detto che stabilirlo sia così automatico. «Non credo che si nasca *leader*» – chiarisce il formatore Fabrizio Lertora che organizza corsi e seminari sull'argomento nell'ambito del *Cpmp* (www.cmp.it) –. Penso piuttosto che ognuno, a seconda delle situazioni e delle relazioni sociali in cui si trova, può assumere un ruolo di comando più o meno spiccato, tenendo comunque conto dell'influenza dei tratti caratteriali». Un temperamento schivo e defilato potrebbe in effetti avere più difficoltà a emergere come *leader* di chi, invece, è più estroverso e disinibito, ma non si tratta affatto di un'equazione matematica. Non è raro, infatti, assistere a performances da "boss" da parte di personalità insospettabili che, in determinate situazioni, si trasformano nei capi del momento per poi tornare nell'ombra. Un fenomeno facilmente osservabile nei gruppi di bambini e adolescenti: «Privi delle stratificazioni culturali degli adulti – spiega il consulente – i più piccoli si sintonizzano immediatamente con le situazioni inconsuete, svelando doti e capacità che di solito non mostrano». Un esempio su tutti, la gita scolastica: è spesso il momento in cui alunni e insegnanti rimettono a fuoco le dinamiche del gruppo-classe, scoprendo *leadership* rimaste inespresse fino ad allora.

Capacità d'ascolto

Una figura capace d'ascoltare e calarsi nei panni degli altri trovando la strada per far sì che ogni membro dia il meglio di sé, accrescendo il benessere generale. Un approccio innovativo che, secondo gli esperti d'organizzazione, giocherà un ruolo determinante nella cultura della *leadership* del futuro che sarà sempre più allargata e condivisa. «Accettare e riconoscere la presenza di altre potenzialità utili al gruppo – dice Lertora – significa interpretare il pote-

Al comando

Stili di guida a confronto.

Tutto d'un pezzo, rigoroso, mai disposto a perdonare, solo a punire. Il personaggio del comandante William Bligh, interpretato da Anthony Hopkins nella terza versione cinematografica (1983) dello storico ammutinamento del "Bounty", rappresenta la perfetta incarnazione della *leadership* autoritaria, temuta e odiata. Uno stile di comando che si rivela esattamente agli antipodi di quella del suo giovane amico Christian Fletcher (Mel Gibson), che suo malgrado si troverà a guidare la rivolta dell'equipaggio. Capace di entrare in rapporto empatico con i marinai, preoccupato per la loro sorte di ammutinati condannati al patibolo, Fletcher finisce per diventare *leader* stimato e ascoltato dai rivoltosi che lo seguiranno in una fuga dall'esito imprevedibile.

re della *leadership* in maniera generativa creando altro potere, diffondendolo e delegandolo senza per questo rinunciare a guidarlo». Un orientamento che può aiutare a gestire meglio anche il conflitto nei vari gruppi sociali. Tra le mura di casa, sui banchi di scuola, in campo o in palestra, al lavoro. Genitori, insegnanti, allenatori, capi ufficio sono tutte *leadership* costrette a confrontarsi sempre più spesso con situazioni conflittuali. Come affrontarle? «Le vecchie formule dell'autorità che decide tutto da sola ormai non funzionano più – avverte Lertora –. Esercitare la *leadership* oggi significa piuttosto saper stare nel conflitto: riconoscerlo, elaborarlo, imparare a regolarlo costruendo strade entro le quali incanalarlo». La frase "qui il capo sono io!" non va più. ■

Per sommi capi

Due test per misurare la tua leadership.

Quanto sai influenzare gli altri? Che stile di *leadership* ti si addice di più? Sei in grado di assumerti delle responsabilità? Ecco due test per scoprirlo:

- > www.benessere.com/psicologia/test/test_sulla_leadership.htm
- > www.leaderformazione.it/test_leadership.php

Nomi d'arte

Incontrare Picasso

Ho voluto essere pittore e sono diventato Picasso... per fortuna diciamo noi. Circa 200 opere tra ceramiche, dipinti, opere su carta, litografie, acqueforti, e il pezzo forte, la straordinaria collezione di 59 linogravure appartenenti al Museo Picasso di Barcellona,



in mostra nelle sale dello storico Palazzo Blu sul lungarno pisano dal 15 ottobre al 29 gennaio 2012. Il visitatore può seguire le trasformazioni della "furia" creativa del pittore spagnolo dal periodo blu fino alle immagini mitiche del *Minotauro* e a quelle erotiche dell'ultimo periodo di una vita artistica che servì a lui

che da bambino dipingeva come Raffaello a imparare a dipingere come un bambino – parola di Pablo –.

Info Blu Palazzo d'Arte e Cultura, lungarno Gambacorti, 9 - Pisa; tel. 050916950, info@palazzoblu.it, www.palazzoblu.it.

Armonia prestabilita

Nell'autunno dell'arte, ma solo in senso stagionale, tappa obbligata a Roma per una grande retrospettiva dedicata a *Piet Mondrian – L'Armonia Perfetta* che, attraverso circa 70 olii e disegni del pittore olandese e oltre 40 opere di artisti che influenzano la sua evoluzione stilistica, ripercorre il cammino di uno dei maestri del XX secolo sempre alla ricerca di un'arte astratta, di un'armonia che lo portò dal Cubismo (Picasso docet) al Neoplasticismo, come lui stesso lo definì. Linea, colore, forma o superficie ridotti all'essenziale: rette verticali e orizzontali, colori primari e i non-colori nero, bianco e grigio, considerati nel loro valore in sé, senza rimandare ad altro. Chi non ha in mente i suoi rettangoli gialli, rossi, blu, neri e bianchi?

Info Complesso del Vittoriano, via San Pietro in Carcere - Roma, 8 ottobre 2011 - 29 gennaio 2012, tel. 066780664, www.comunicareorganizzando.it/com.asp?com=4.

Borse in rialzo

Dalla tracolla in cuoio a quella di pelliccia da portare a mano, dalla versione a cartella – grande o piccola – alla busta pieghevole di pelle o di raso per la sera. Borse in rialzo per il prossimo autunno-inverno, tempestate di pietre e *glitter*, con stampe "inganna l'occhio", ma anche il vecchio bauletto di vernice o di pelle, le mini, più che borse borselli stretti in mano, o da polso, con qualche pendente prezioso. Di moda anche le proporzioni maxi, a forma di chitarra, doppio manico o sotto braccio, *shopping bag* di panno, la classica borsa del dottore e borsoni extra large in cuoio o pelle spazzolata per il fine settimana. In mezzo a tanto marrone, nero, grigio e panna anche lampi di colore dal viola al giallo neon. Attenzione alla forma, ai colori e all'uso che se ne fa, i titoli delle borse – di queste – non conoscono crisi.

Pensieri, sentimenti, emozioni: i supercomputer cognitivi del futuro prossimo – risultato della modellizzazione del cervello da parte degli scienziati – potranno analizzare la realtà con un'intelligenza umana. Ma saranno veri "replicanti"?

Chiamale se vuoi emozioni

■ Patrice Poinsette

«Voi umani non potreste neanche immaginare...» diceva nel 1982 il replicante “filosofo” di Ridley Scott, un androide pensante, capace di emozioni e sentimenti. Oggi la fantascienza di *Blade Runner* è diventata quasi scienza, il sogno quasi realtà. Con l'*Human Brain Project (HBP)* stiamo per assistere, infatti, alla nascita del primo supercomputer in grado di pensare e simulare emozioni, una macchina dotata di stati mentali ed emotivi. Incredibile davvero per chi si ricorda di *2001: Odissea nello spazio* con *HAL 9000*, la macchina che non tollera critiche, capace di provare risentimenti nei confronti degli esseri umani.

I cervelloni

Gli “eredi” di Stanley Kubrick, gli scienziati, hanno progettato *SyNapse* con l'*IBM*, un programma di ricerca americano dedicato alla costruzione di un circuito elettronico che imita il sistema nervoso umano. Composto di nodi collegati a memorie integrate

che simulano le sinapsi, il sistema è in grado di elaborare informazioni e di adattarsi all'ambiente. Rispetto al funzionamento di un normale calcolatore la differenza è notevole: le informazioni vengono elaborate in parallelo (in contemporanea), non in modo sequenziale (una dopo l'altra) come in computer normali. Ma «c'è di più e di meglio – dice **Giuseppe Vitiello**, professore di fisica dell'Università di Salerno,

che da anni lavora sulla modellizzazione del cervello – con l'ambizioso *Blue Brain Project* condotto all'*École Polytechnique Fédérale de Lausanne (EPFL)*. L'obiettivo è di costruire un modello che simuli con l'aiuto di un supercomputer il comportamento realistico, riproducendone i dettagli biologici, del cervello umano o più precisamente della neocorteccia

cerebrale, a cui viene attribuita l'attività funzionale del cervello». Questa è la filosofia del “computing cognitivo”, ma serviranno ancora degli anni per creare il computer del futuro. «Si tenga presente – aggiunge Vitiello – che per simulare in un supercomputer il comportamento del cervello si valuta che ciascun neurone richiede una potenza di calcolo equivalente a quella di un attuale pc. Una simulazione dell'intero cervello, che possiede miliardi di neuroni, richiederebbe quindi una corrispondente potenza di calcolo». Il lavoro di ricerca, d'organizzazione, di coordinamento e i costi sono quindi sproporzionati. Ma il gioco vale la candela?

Intelligenza artificiale

Grandi le aspettative. Si tratta né più né meno di un progetto destinato a rivoluzionare la scienza: i computer cognitivi del futuro saranno in grado, infatti, di analizzare la realtà con un'intelligenza umana. Ma una domanda nasce spontanea a Vitiello: «Se tanto grandi sono gli sforzi necessari per simulare il comportamento del cervello, come fa la natura a produrre un cervello vero nel tutto sommato brevissimo tempo di gestazione di un nascituro (nove mesi nell'uomo e ancor meno in altri mammiferi)? Evidentemente ci sfugge qualcosa!». Visto gli sforzi titanici e i costi necessari per simulare il cervello umano, «non sarebbe più semplice, piacevole, gratificante e anche economicamente vantaggioso generare un bambino?» chiede provocatoriamente Vitiello durante una conferenza internazionale. Così il professore intende sottolineare il limite per ora insuperabile di tutti questi esperimenti: la contestualizzazione dell'informazione. L'intelligenza artificiale (IA), diversamente dal cervello umano, non riesce infatti a superare certi limiti e rimane ancora “soltanto” un computer: una macchina non ha acquisito esperienze passate e conoscenze, e di conseguenza



ogni input non porta con sé alcun significato. Lo conferma Vitiello: «un super-computer è zeppo di informazioni, ma non “sa” veramente». Fino ad oggi il lavoro sull'IA riguarda solo la quantità delle informazioni e delle loro connessioni, ma non basta per dotarla di conoscenza. Alla domanda “possiamo oggi generare un essere che pensa, prova sentimenti ed emozioni?” Vitiello non ha dubbi e risponde «sì, un figlio» perché nessuna funzione del pensiero e delle emozioni è oggi riproducibile con una macchina di IA. Ecco l'incoerenza: per creare una macchina perfetta, pensante ed emotiva, bisogna dotarla di difetti. Come diceva Bertolt Brecht: “Generale, l'uomo fa di tutto. Può volare e può uccidere. Ma ha un difetto: può pensare”. Si tratterebbe insomma di elaborare una macchina capace di imparare, ma anche di sbagliare, di essere infedele, inaffidabile e libera. La scienza sarà un giorno, forse, in grado di costruire un essere artificiale così, che pensa, sente, e necessariamente fallibile. Se mai questo accadrà, Vitiello ammonisce: «visto che tale essere avrebbe tutti i difetti che non sono altro che le migliori qualità dell'uomo, bisognerà chiamarlo Spartaco». Perché il rischio è che si ribelli. ■

Al limite

Le nostre capacità mentali sono arrivate al capolinea?

Il nostro cervello è pieno. Ad affermarlo sono gli scienziati dell'Università di Cambridge (Inghilterra) secondo i quali abbiamo raggiunto il limite delle nostre capacità mentali. A raffreddare gli entusiasmi sul nostro sviluppo intellettuale sono la materia cerebrale che consuma troppa energia (il 20 per cento del nostro bilancio energetico) e la dimensione dei neuroni del cervello, tanto voluminosi che con un ulteriore accrescimento dell'intelligenza il cervello raggiungerebbe proporzioni esorbitanti. Saremmo condannati quindi a rimanere “ignoranti” per sempre! Difficile a credersi poiché la storia della scienza ci insegna che, quando si raggiunge un risultato, c'è sempre la possibilità di rettifica. E poi che cosa ne penserebbe Charles Darwin che dell'evoluzione e dell'adattamento delle specie ha fatto il suo cavallo di battaglia?

le vite degli altri di Barbara Autuori

Con tutte le cure

Da Grosseto a Bimbo, periferia di Bangui nella Repubblica Centrafricana. La storia di una dottoressa che dedica la vita alle donne in difficoltà e alla cura dei bambini malati, laddove regnano fame, violenza, ingiustizie.

Classe '51, medico specializzato in parassitologia e malattie infettive, nata in provincia di Grosseto ma cittadina del mondo, P. K. Emiliani da cinque anni è responsabile del *Centro clinico* presso il *Monastero delle Benedettine Celestine* a Bimbo, periferia di Bangui nella Repubblica Centrafricana.

Com'è arrivata a Bimbo?

«Nata in Italia sono cresciuta in Africa dove si è dipanata anche la mia vita professionale: ho gestito progetti di sviluppo sanitario in vari paesi e dopo l'Angola sono approdata nella Repubblica Centrafricana dove donne e bimbi per primi sono vittime di una catena inscindibile di violenze, fame e ingiustizie».

Di cosa si occupa il Centro clinico?

«Con la madre priora Suor Assunta abbiamo concentrato i nostri sforzi sulle donne in difficoltà e sui bimbi affetti da anemia falciforme, un'anomalia delle emoglobine invalidante e mortale. Attualmente abbiamo in terapia 243 bambini ai quali garantiamo l'assistenza per il mantenimento in vita».

Quali sono i problemi maggiori che incontrate?

«Ricevere costantemente i farmaci necessari: pur avendo i soldi, non si riesce a comprare praticamente nulla a causa dei saccheggi sistematici degli stock nonché dei fondi per l'assistenza dei malati poveri da parte dei locali. Spesso sono stanca e mi chiedo se vale la pena trascorrere notti insonni perché nulla cambi».

Un inferno nel quale, però, è ancora possibile sognare.

«Magari una serie di cassette con un pozzo per dare rifugio alle donne e ai loro bimbi che, con la morte dei mariti, sono state spogliate di tutto. Ci vorrebbero almeno 10 alloggi ognuno dei quali costerebbe circa 3.500 euro. Temo che questo sogno resterà nel cassetto».

Qual è il bisogno più urgente oggi?

«L'adozione a distanza di 6 donne con figli e altrettanti bimbi malati di anemia falciforme: la somma per coprire le spese di cure e analisi costanti è di circa 100 euro per le donne con figli e di 150 per i piccoli. Altra urgenza costante sono volontari disposti a venire a darci una mano: soprattutto medici ematologi, pediatri e di medicina generale, ma anche infermieri soprattutto se in pensione e disposti a fermarsi anche per lunghi periodi». ■



Facce arcinote, spettacoli senza mordente, bei film solo in seconda serata, repliche a più non posso, poche idee, ma un calendario fittissimo di fiction e serie di ogni genere, mini o "secolari". Poco di nuovo sullo schermo della Tv che verrà.

Produzione in serie

70

■ Rita Nannelli

Un'ora di televisione ha lo stesso effetto di due sigarette: la vita si accorcia di 22 minuti per ogni 60 passati fermi davanti al piccolo schermo. E si arriva a un totale di quasi 5 anni persi, secondo uno studio pubblicato sul *British Journal of Sports Medicine*, condotto dai ricercatori dell'Università del Queensland, per chi guarda la Tv per 6 ore al giorno. Anche se la ricerca ha fatto discutere e illustri critici televisivi non sono d'accordo – fosse soltanto per tutto il tempo che passano loro davanti alla Tv – e anche se lo studio riguardava quella australiana, notoriamente noiosa, in effetti all'inizio di molti programmi della Tv nostrana potremmo scrivere "nuoce alla salute"...

È tutto un programma

La prossima stagione non è certo strapapa applauso, ma non possiamo neanche consolarci con il rimpianto dei palinsesti degli anni scorsi, fotocopia dei passati e dei futuri. Mentre per i bei film bisogna aspettare notte fonda e le sorprese arriveranno forse solo dagli spot, unici veri prodotti creativi della Tv del Terzo Millennio, al solito, format e programmi rimarranno per lo più immutati, repliche a non finire, i volti quelli di sempre – Antonella Clerici (ma non si riposa mai?), Mara Venier, Massimo Giletti, Carlo Conti, Fabrizio Frizzi, Bruno Vespa, Gerry Scotti, Barbara d'Urso, la De Filippi, la Marcuzzi –, reality show (appunto



l'Alessia nazionale ancora al timone del *Grande Fratello* 12. Per inciso il regista di *Gomorra*, Garrone, si ispira al *Grande Fratello* per un film pronto ad anno nuovo), spettacoli – da *Ballando con le stelle* al *Baila!* del *Biscione*, dai marmocchi canterini di *Io canto* a *Ti porto una canzone* –, le

soap e i sogni d'oro ce li augura sempre Marzullo. Ecco perché sarà una ventata d'aria fresca il ritorno sul palcoscenico di mamma *Rai* di Fiorello (in onda dal 14 novembre su *Rai 1* per quattro lunedì) con *Buon varietà*, il *Checco Zalone Show* (il comico pugliese andrà in onda su *Canale 5*) sazierà un po' la fame di divertimento del pubblico italiano e la domenica sera in seconda serata su *Rai 3* il jazzista Stefano Bollani, con la trasmissione *Sostiene Bollani* (narrazione di temi ed eventi scandita dalla musica, con ospiti, filmati, esecuzione di brani dal vivo), ci fa riconciliare almeno per qualche ora con la cattiva maestra Tv.

L'autunno della Tv

Ma il piatto forte dei menu *Rai* e *Mediaset*, quasi interscambiabili, sono come ogni autunno della Tv che si rispetti *fiction*, serie televisive – mini o lunghe, basta sia –, e telefilm su medicina legale e promettenti avvocati. Del resto i numeri parlano chiaro: nei primi mesi del 2011, le 47 serate dedicate dalla *Rai* a serie e film Tv hanno portato a casa una media di 5 milioni e 735mila spettatori (più 520mila rispetto al 2010). E allora riecco *Don Matteo* 8, *Provaci ancora Prof* 4, *Tutti pazzi per amore* 3, e poi *L'isola* e la nuova *Che Dio ci aiuti* (la suora-Elena Sofia Ricci indaga su omicidi e fatti di cronaca). Tocca sperare in una fiction di qualità, ogni tanto ne esce una ben fatta. Sarà *Il segreto dell'acqua*, con Riccardo Scamarcio nei panni di un poliziotto antipatico e beffardo, *Il Restauratore* – Lando Buzzanca alle prese con enigmi da risolvere grazie alle sue "visioni" o *Il giovane Montalbano* con Michele Riondino?

Seriamente

E poi le mini... sempre serie ovviamente: *Sarò sempre tuo padre*, *Violetta*, *La Certosa di Parma*, *Il signore della truffa* con Gigi Proietti. Spazio anche alle biografie: *Tiberio Mitri – Il campione e la miss*, *Anita*, *Il sogno del maratone-*

ta, miniserie sulla vita di Dorando Pietri e *Il Generale Della Rovere*, ispirato al racconto di Indro Montanelli e al film di Rossellini con Vittorio De Sica.

Il vero mattatore della fiction targata Mediaset è ancora una volta Gabriel Garko con *Sangue caldo* e *Faccia d'angelo*, ma ci sono anche il "nuovo" *Distretto di Polizia 11*, *Il commissario Zagaria*, *Anna e i cinque*, *Dov'è mia figlia*, *Il tredicesimo apostolo*. La serie poliziesca è americana: da *Csi* a *The Mentalist*, da *NCIS* a *Criminal Minds*, da *Undercovers* (dall'ideatore di *Lost*), due ex spie a riposo che vengono richiamate in servizio per missioni speciali, a *Body of proof* con cui *Rai 2* va incontro alla passione degli italiani per medicina legale e autopsie, a *The Defenders*. Ma arriva anche la serie canadese *Rookie Blue* – novità di *Italia 1* (sulla nuova *Italia 2* cartoni e telefilm) –: definita la *Grey's Anatomy* poliziesca, ruota intorno a 5 poliziotti alle prime armi, in azione con pistole e divisa d'ordinanza per le strade di Toronto.

I soliti noti

"Cose serie" a parte, l'elenco dei soliti noti-cattivi è pieno, mentre quello dei soliti noti buoni è davvero ridotto all'osso, alla scienza di Piero Angela inossidabile con *Superquark* e all'inchiesta affilata di Milena Gabanelli con *Report*, al duo Fazio-Saviano di *Vieni via con me* che approda su *La7* – da solo Saviano va in onda anche con quattro speciali –, la cenerentola delle generaliste che sforna, però, il Tg meno soporifero e il programma d'informazione e approfondimento politico meno scontato e più cosmopolita, *L'Infedele* di Gad Lerner. Appunto l'informazione: dovremo fare a meno di Santoro – ma chissà che non ci riservi un coup de théâtre dei suoi –, Lilli Gruber continua a condurre stancamente *Otto e mezzo*, lontano dagli antichi fasti della coppia Lerner e Ferrara, che anche quest'anno con il suo *Qui radio Londra* "viene dopo il Tg". Ci rinfranca un po' sapere che Corrado Formigli, giornalista storico di *Annozero*, conduce un nuovo programma di approfondimento politico dal titolo – che è tutto un programma – *Piazza pulita* (che fa piazza pulita di *Exit* e della sua Ilaria D'Amico). Ma da spalla di Santoro funzionerà come conduttore-protagonista?

In attesa che il 2012 anziché la fine del mondo ci riservi qualche altra sorpresa. Magari proprio la fine del mondo in diretta Tv. ■

L'amico del cuore

Nel cardiofrequenzimetro elettronica, telecomunicazione e biochimica insieme perché il battito del cuore non diventi un "batticuore".

Affidabile, sincero, sempre all'ascolto anche nei momenti difficili e... faticosi. Un vero "amico del cuore", il cardiofrequenzimetro monitora in tempo reale la frequenza cardiaca, indicatore fondamentale del livello d'attività del nostro organismo. Senza è impossibile calcolare l'intensità del lavoro del corpo e difficile valutare la qualità di un allenamento. L'apparecchio registra, infatti, il segnale elettrico di ogni battito del cuore tramite elettrodi disposti sulla cintura toracica e poi trasmette l'informazione all'unità di ricezione (orologio). La trasmissione dei dati avviene attraverso la tecnologia usata nelle telecomunicazioni, la *RFID* (Identificazione a Radio Frequenza), che rileva il segnale elettrico prodotto dalla contrazione del cuore e lo trasmette senza interferenze esterne al ricevitore. Però per migliorare le prestazioni sportive occorre utilizzarlo in modo efficace: se muoversi rappresenta il modo migliore per attivare il metabolismo, è anche importante sapere che esistono modi mirati di allenarsi. Per esempio, da un punto di vista biochimico, il metabolismo dei grassi è diverso da quello dei carboidrati: un'attività fisica intensa brucia esclusivamente gli zuccheri mentre



un lavoro di bassa intensità prolungato nel tempo consente alle cellule del corpo di consumare grassi mettendo in moto un processo effettivo di dimagrimento. Ma per l'attivazione consapevole di tali processi le pulsazioni cardiache devono essere mantenute in un *range* che varia di persona a persona e per questo è necessario conoscere due parametri personali: la frequenza cardiaca massima (*FCMax*), cioè la frequenza massima di contrazioni che il cuore può raggiungere in condizioni di massimo sforzo, e la zona di attivazione del meccanismo anaerobico (la soglia anaerobica). In assenza di prova medica sotto sforzo che le accerti, il calcolo si può fare in modo approssimativo grazie alla formula matematica di Tanaka (Università di Boulder, USA): $FCMax = 208 - 0.7 \times \text{età}$. Conoscere la frequenza cardiaca (*FC*) quando si fa attività fisica è quindi un po' come cucinare: sapere a quale temperatura deve essere il forno per ottenere la cottura migliore è importante quanto conoscere la *FC* in relazione all'obiettivo prefissato. Qualunque sia (dimagrire, correre una maratona o migliorare in uno sport), è fondamentale conoscere entro quali limiti lavorare (la zona aerobica ottimale) per controllare così la risposta organica ai diversi livelli di sforzo e ottimizzare l'efficacia delle sessioni d'allenamento. ■

Viaggio nel mondo dei ragazzini di oggi attraverso l'analisi dell'opinionista e scrittrice **Marida Lombardo Pijola** che nel suo ultimo libro racconta la normalità di vendere il proprio corpo.

Piccolo mondo moderno

■ **Maria Antonietta Schiavina**

Dacia Maraini nel suo romanzo *Letà del malessere*, uscito nel 1963, narra la storia di Enrica, 17 anni, abbandonata a se stessa da un padre che passa il suo tempo a costruire invendibili gabbie per uccelli e da una madre che si logora in un piccolo impiego. E racconta quel periodo adolescenziale in cui ognuno di noi

è a rischio. In *Facciamolo a scuola. Storie di quasi bimbi* (Bompiani) **Marida Lombardo Pijola**, inviata del *Messaggero*, opinionista e già autrice di *Ho dodici anni, faccio la cubista, mi chiamano Principessa - Storie di bulli, lolite e altri bimbi* e *Letà indecente*, esplora il mondo della pre-adolescenza, lanciando l'allarme sui giovanissimi e sul "fast sex" (svendita

del proprio corpo in cambio di piccoli favori) "per abbattere la noia, per non pensare, per fuggire dalla realtà e aumentare sempre di più il livello dell'emozione, del rischio, della provocazione". E lo fa attraverso l'intensa narrazione di una storia vera e drammatica, quella della tredicenne Nina. Attraverso le voci e le foto dei ragazzini intercettate sul web. Attraverso l'analisi documentata di un fenomeno che sta dilagando alla velocità della rete, a ogni latitudine e in ogni ambiente sociale, in un

sottosuolo di riti e pensieri quasi del tutto sconosciuti al mondo degli adulti. Accuditi dai media, dal mercato, dal web, soli in balia di un cortocircuito tra cattivi esempi pubblici e privati, omissioni formative e affettive. «Dai luoghi "tipici" delle trasgressioni come le discoteche – spiega la giornalista che in questo senso ha indagato a lungo – oggi si è passati all'interno delle scuole, sempre più malridotte dai tagli, con insegnanti demotivati e un abbassamento generale del concetto di cultura. La scuola, dove i ragazzi trascorrono molte ore della giornata, è diventato un luogo in cui si applicano le loro regole di vita – afferma Pijola – prevaricando quelle de-



Un brano del libro-inchiesta

"Scarico in Rete? Il sito lo so io. In cambio ti danno le ricariche, tipo da cinque, da dieci, da venti, non lo so. Senza la faccia vale meno. Però dieci con queste tette li alzi, cioè, è sicuro".

"No, no, guarda, ti prego, proprio no non voglio, guarda, mi vergogno proprio!".

"Tatina, sei proprio una fagiana! Allora almeno mandiamo in giro le foto, e poi te le fai palpare a scuola nostra, no? Se vuoi organizzo io. Guarda che lo fa un sacco di gente".

"No!".

"Che c'è di male, giusto una toccatina, no? Neanche la senti. È come le siringhe, fatti conto. Popi popi e poi già faaatto? Ci fai un botto di soldi, guarda, te lo giuro".

Diritto all'anonimato

gli educatori che non riescono più a colpire cuore e cervello, e che spesso fanno finta, per comodo, di non vedere, anche perché se si permettono di segnalare ciò che accade, rischiano di trovarsi davanti alla negazione della realtà da parte dei genitori e all'accusa di essere visionari».

Il fenomeno che lei descrive riguarda i preadolescenti o quasi bambini. Ma perché un bambino arriva a vendere il proprio corpo?

«Perché pensa che sia giusto così, senza percepire i rischi che corre e le conseguenze che un simile comportamento potrà avere sulla sua vita».

È grave anche che ci siano ragazzi tra i 12 e i 14 anni che decidano di comprare. Cosa è venuto a mancare nella nostra società?

«Tutto. E i ragazzi tentano di “galleggiare” in un vuoto di passioni, di progetti, di speranze sul futuro... Un vuoto in cui i messaggi che ricevono su come affermare la propria identità e conquistare il “successo” si dilatano diventando quasi coercitivi, non solo attraverso il web, ma anche per una particolare forma di conformismo che vuole tutti uguali, in un mondo dove la diversità non è un valore e chi si differenzia viene escluso dal gruppo».

Come è vissuto da “quasi bambini” il rapporto con la propria esistenza?

«Con il desiderio di aumentare l'emozione, per esercitare quello che sembra l'unico potere che abbiamo sulla vita: sfidarla e pensare “vediamo se ce la faccio”. C'è un grande disamore verso la vita, causato dalla mancanza di “lezioni di felicità”: come si fa a essere felici, a cosa serve vivere, come si può manipolare la nostra esistenza e orientare per sfruttarla per quel bene prezioso che è. Se le “lezioni” non arrivano e se tutto diventa vuoto, perdere la vita è un'ipotesi accettabile».

Lei, che è anche mamma, ha paura di quest'involuzione dei valori?

«Molta. Per i miei figli ma anche per tutti i giovani. Perciò mi ostino a raccontare ciò che sta accadendo».

Correre ai ripari è possibile?

«Sì. Ma ci si deve impegnare davvero tutti e subito, proponendo strade alternative e persuasive, per far capire che il successo non è questo, ma un altro e può identificarsi con i propri sogni e la propria vita. Se ciò non accadrà temo che la deriva sarà irreparabile, e parlo di deriva di noi adulti prima ancora che dei ragazzi». ■

“**W**e are *Anonymous*, we are legion” (“Noi siamo anonimi, noi siamo legioni”) è il motto di *Anonymous*, un peculiare movimento globale di protesta di matrice squisitamente internet, focalizzato sui temi della giustizia sociale e della libertà d'espressione. Movimento che di recente ha fatto parlare molto di sé anche in Italia per alcune azioni compiute contro alcuni siti web aziendali e istituzionali, come l'attacco che l'estate scorsa ha bloccato per alcune ore il sito dell'*Autorità garante per le comunicazioni (Agcom)*, accusata di promuovere un regolamento per la rimozione dei contenuti *on line* che violano il *copyright* troppo repressivo e lesivo della libertà individuale. Sono poi seguiti altri attacchi dimostrativi e perfino azioni giudiziarie, perquisizioni e arresti.

I media nostrani hanno trattato la materia col solito sensazionalismo pressapochista, definendo gli *Anonymous* più o meno come terroristi informatici. In realtà *Anonymous* è una libera, fluida e totalmente decentrata aggregazione di navigatori del web, senza gerarchie né capi, che di volta in volta, in forme e numeri diversi, si coagula intorno a battaglie emerse dalle discussioni fra i partecipanti. Insomma, siamo tutti potenzialmente degli *Anonymous*.

Il nome stesso è altamente simbolico: l'anonimato, voluto o subito, è una condizione tipica sia sul web che nella società contemporanea, oltre a essere il *nickname* che viene assegnato ai partecipanti di certe famose *imageboard* forum a base di immagini) americane. I metodi di protesta sono vari e spaziano da azioni su internet tese a bloccare un dato sito o a “defacciarlo”, ingombrando la sua homepage con un messaggio di rivendicazione spesso dal tono goliardico o irrisorio, a iniziative “fisiche” quali proteste in spazi pubblici, magari condotte con le divertenti e imprevedibili modalità del *flashmob*.

Per saperne di più: it.wikipedia.org/wiki/Anonymous – anon-news.blogspot.com – twitter.com/anonops_ita – www.facebook.com/nowebcensure. ■

Te le immagini?

Le *imageboard* sono bizzarri e orgogliosamente antiquati forum di discussione incentrati sulla condivisione di immagini. Nati in area giapponese negli Anni Novanta, si sono poi diffusi sul web restante. La più famosa *imageboard* “occidentale” è senza dubbio la frequentatissima **4chan**. Si tratta di un luogo totalmente folle, incentrato sulla più estrema libertà d'espressione, pieno zeppo di contenuti goliardici, scioccanti, pornografici, mescolati a discussioni più serie, iniziative dadaiste, infinite derive comiche e battaglie politiche, il tutto basato su un gergo praticamente incomprensibile ai neofiti. Il risultato paradossale è un incredibile laboratorio creativo che ha originato gran parte dei tormentoni e delle mode (i cosiddetti *meme*) che regolarmente attraversano internet. Il *link* non lo riporto per i suddetti motivi (tanto, se siete curiosi, lo troverete facilmente). Ma siate avvertiti: è molto probabile che chiuderete la pagina dopo pochi secondi!



E ora viene il brutto

Ironia, citazione, autoriferimento al genere, velocità nel cogliere l'aria dei tempi. Nello spot Infostrada con Fiorello brutto, trasandato e con la barba lunga, è ben riuscito il meccanismo tipico di tanta pubblicità.

74

Tra le caratteristiche del linguaggio pubblicitario c'è certamente quella della velocità: la pubblicità ha sempre le antenne dritte per cogliere i cambiamenti e sfruttarli a proprio vantaggio. Non è passato molto tempo da quando alcune dive del cinema hanno dichiarato pubblicamente guerra al bisturi a favore della naturalità dell'invecchiamento, sostenendo di voler sfidare eroicamente le ingiurie del tempo che passa, poiché si può essere considerate "belle" anche con una pelle imperfetta e addirittura con rughe o capelli bianchi (come dire che, paradossalmente, "brutto - o, almeno, ciò che veniva considerato così prima - è bello"), che **Infostrada** fa andare in onda il nuovo spot con al centro Fiorello, il solito *testimonial*, ma non smagliante nei suoi cinquanta (come lui stesso diceva in una precedente pubblicità), bensì brutto, vestito in modo trasandato e con la barba lunga, che dichiara: "Basta spot patinati! Basta *testimonial* avvenenti!". In realtà è un metaspot, in quanto lo spot stesso rappresenta Fiorello che fa uno spot per **Infostrada**, registrando se stesso con un *tablet* che lo riprende in maniera ravvicinata ed esalta gli aspetti grotteschi: "Signora lei si abbona perché io sono bello?"



No, perché **Infostrada** è un'ottima compagnia telefonica... e io sono brutto! Non hanno bisogno di un *testimonial* bello. L'offerta parla da sé". Alla fine soddisfatto Fiorello abbandona il *tablet* ed esclama: "Spot fattooo!", distendendosi comodamente su un divano dentro ad un camper, che è tipico delle troupes di ripresa e in apparente stato di armonia con il mondo per le sue dichiarazioni "etiche".

È evidente in questo spot anche un riferimento a una nota campagna pubblicitaria che tra il 2004 e il 2008 il marchio **Dove** aveva ideato e realizzato tramite l'agenzia **Ogilvy**, proponendola in vari paesi, e denominata "Campagna per la bellezza autentica", nella quale si presentavano delle *testimonial* non più giovani, ma di cui si suggeriva un carattere di differente avvenenza grazie a un fisico naturale e non ritoccato. Ma, a differenza della campagna pubblicitaria di **Dove** che si prendeva sul serio nei suoi toni "etici", lo spot di Fiorello ha un seguito ironico in cui il *testimonial* riceve una telefonata di licenziamento: "Ma come non servo più... sono brutto? Ma io scherzavo!" che fa prendere una piega diversa e divertente alla storia raccontata. E nello stesso tempo conferma il meccanismo tipico di tanta pubblicità, basata su tre fattori: ironia, citazione, autoriferimento al genere. ■

tele obiettivo di Beatrice Ramazzotti

Quelle che il calcio

Battuta pronta, bella presenza, sguardo fiero, un passato sportivo e la grande dote di tener testa a uomini inferociti e di comprendere battute e frecciate dei medesimi. Sono le donne del calcio in Tv. Non le vallette, sia chiaro. A loro è richiesta una presenza bella, sorridente e muta, da fidanzate trascinate allo stadio o al bar. Le conduttrici, invece, sono attive, virago del

pallone, rispettate in un mondo maschio per vocazione. La bionda Paola Ferrari è considerata la regina, ma ci sono anche Antonella Clerici, Ilaria D'Amico, Simona Ventura, Monica Vanali, Beatrice Ghezzi, Alessia Tarquinio, l'Alba Parietti che accavallava gambe mozzafiato sul famoso sgabello e altre ancora, fino ad arrivare alla più contemporanea, la coraggiosa Victoria Cabello che quest'anno condurrà *Quelli che il calcio*. È sulla sua inconfondibile frangetta che sono puntati i riflettori di questa stagione del calcio in Tv.

DAL 29 SETTEMBRE AL 14 DICEMBRE

COLLEZIONE ITALIANA

LUIGI BORMIOLI

LINEA GOURMET

Lo stilista del vetro è espressione del Made in Italy nel mondo; l'arte, la creatività il gusto e l'innovazione continua sono i fattori chiave del suo successo. Oltre ad elevati livelli di qualità Luigi Bormioli produce nel rispetto dell'ambiente perseguendo uno sviluppo eco-compatibile, rendendo i suoi prodotti completamente riciclabili. È da queste caratteristiche che nasce la linea gourmet a "Marchio Accademia" Luigi Bormioli pensata per tutte le occasioni.



**Raccogli i bollini nei nostri punti vendita
e colleziona l'esclusivo servizio di bicchieri Luigi Bormioli.**

CONFEZIONE
2 BICCHIERI ACQUA
34 d

6 BOLLINI + € 1,95



CONFEZIONE
2 CALICI FLUTE
31,5 d

8 BOLLINI + € 2,70



CONFEZIONE
2 CALICI VINO BIANCO
45 d

10 BOLLINI + € 2,70

CONFEZIONE
2 CALICI VINO ROSSO
58 d

12 BOLLINI + € 2,90



**1 BOLLINO
OGNI 20 EURO DI SPESA**

coop incoop ipercoop
GRUPPO UNICOOP TIRRENO

socio**coop**

Unicoop Tirreno

LA CONVENIENZA A

Ogni quindici giorni tantissimi

OFFERTE RISERVATE AI SOCI

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA



DALL'1 AL 15 OTTOBRE.



PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto
40%
alla cassa

SUINO MULTIPACCO
coppa senz'osso a fette
arista a fette - spezzatino
bistecca - filetto - il kg

MASSIMO
3 conf.
PER OGNI CARTA

PECORINO
STAGIONATO
MURAVERA
SARDAFORMAGGI
il kg



PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

sconto
30%
alla cassa

€ 11,83

per i non soci € 16,90

MASSIMO
6 pezzi
PER OGNI CARTA



MASSIMO
10 conf.
PER OGNI CARTA

PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto
40%



MELE GALA
3 kg



MASSIMO
8 pezzi
PER OGNI CARTA
TRA I DUE TIPI

OLIO
EXTRA
VERGINE
DI OLIVA
BERTOLLI
robusto/gentile
1 litro

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ 2,89



MASSIMO
4 pezzi
PER OGNI CARTA
TRA I DUE TIPI

BAG IN BOX
BARTALI
bianco/rosso
5 litri

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

sconto
40%

€ 4,50

il litro € 0,90
per i non soci € 7,50



MASSIMO
6 pezzi
PER OGNI CARTA

PROSCIUTTO
STAGIONATO
SA.MA.
trancio - 800 g ca.
il kg

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

sconto
30%
alla cassa

€ 7,20

per i non soci € 10,28

NON VENDIAMO BEVANDE ALCOLICHE AI MINORI DI 18 ANNI.

LAMPADE ALOGENE OSRAM



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA



GOCCIA
A42W E27
conf. x 3

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ 3,90

CANDELA
B28W E14
conf. x 3

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ 4,90

QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA



- Potenza forno 1200 W
- Capacità 25 litri
- Ventilato



FORNO ELETTRICO
TERMOZETA
Mod. IL FORNOTTO 76047

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ 59,90

CAPACITÀ 25 LITRI
E VENTILATO

A MISURA DI SOCIO.

mi prodotti in offerta speciale.
SOCI UNICOOP TIRRENO.

coop ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DAL 16 AL 31 OTTOBRE.

 <p>MASSIMO 5 conf. PER OGNI CARTA</p> <p>PER I SOCI UNICOOP TIRRENO sconto 30% alla cassa</p> <p>SUINO SALSICCIA CONFEZIONE RISPARMIO il kg</p>	 <p>MASSIMO 10 conf. PER OGNI CARTA</p> <p>PER I SOCI UNICOOP TIRRENO sconto 40%</p> <p>UVA ITALIA 2,5 kg</p>	 <p>MASSIMO 2 conf. PER OGNI CARTA TRA I VARI TIPI</p> <p>PANNOLINI PAMPERS BABY-DRY PACCO DOPPIO vari tipi</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO € 11,90</p>
 <p>PROVOLONE LATTERIA SORESINA dolce/piccante - 250 g</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO € 1,90 il kg € 7,60</p> <p>MASSIMO 6 pezzi PER OGNI CARTA TRA I DUE TIPI</p>	 <p>SCELTO DAI SOCI SCELTO DAI SOCI</p> <p>CONFEZIONE SPECIALE PASTA DI SEMOLA DI GRAGNANO FIOR FIORE fusilli/linguine/spaghetti/ penne rigate/caserecce 5 kg</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO sconto 40% € 5,19 il kg € 1,04 per i non soci € 8,65</p> <p>MASSIMO 4 conf. PER OGNI CARTA</p>	
 <p>MASSIMO 6 pezzi PER OGNI CARTA TRA I VARI TIPI</p> <p>PER I SOCI UNICOOP TIRRENO sconto 40%</p> <p>I SALUMI DEL FATTORE mortadella - 140 g/ prosciutto crudo - 130 g/ prosciutto cotto alta qualità - 140 g</p>		
 <p>QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA</p> <p>FUSTO PER OLIO IN ACCIAIO INOX con rubinetto - 50 litri</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO € 45,00</p>	 <p>GIACCOONE UOMO WAMPUM modelli e colori assortiti</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO € 49,90</p> <p>QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA</p>	

socio**coop**

Unicoop Tirreno

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

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

DALL'1 AL 31 OTTOBRE.

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

coop incoop ipercoop

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

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



SOTTOZERO

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 7,50
+ 100 punti
oppure
€ 9,50

FUNGHI PORCINI VICHI
1 kg

MASSIMO 6 pezzi PER OGNI CARTA



MASSIMO 8 conf. PER OGNI CARTA

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 0,59
+ 50 punti
oppure
€ 1,59
il kg € 1,33

POLPA DI POMODORI IN PEZZI MUTTI
400 g x 3



PIGIAMA UOMO/DONNA COTTON BELT
modelli e colori assortiti

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 11,00
+ 500 punti
oppure
€ 21,00

COMPLETO COPRIPIUMINO IN COTONE CALEFFI

1 PIAZZA E MEZZO 200 x 200 cm
sotto con angoli 130 x 200 cm
+ 2 federe

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 45,90
+ 700 punti
oppure
€ 59,90

SINGOLO 155 x 200 cm
sotto con angoli 90 x 200 cm
+ 2 federe

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 35,90
+ 700 punti
oppure
€ 49,90

MATRIMONIALE 255 x 200 cm
sotto con angoli 180 x 200 cm
+ 4 federe

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 59,90
+ 1000 punti
oppure
€ 79,90

PIUMINO INVERNALE PIUMISSIMA ALTO ADIGE
fodera 100% cotone
imbottitura 90% piumino e 10% piumetta

SINGOLO 155 x 200 cm

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 119,00
+ 1500 punti
oppure
€ 149,00

1 PIAZZA E MEZZO 200 x 200 cm

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 149,00
+ 1500 punti
oppure
€ 179,00

MATRIMONIALE 250 x 200 cm

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 159,00
+ 2000 punti
oppure
€ 199,00

PLASMA 42"

HD ready

DVB-T TERRESTRIAL

HDMI

- Contrasto 3.000.000:1
- Audio stereo 2x10 W
- Connessioni: AV, USB, Component, VGA

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 349,00
+ 1500 punti
oppure
€ 379,00

TV PLASMA LG Mod. 42PT353A

67 cm / 23 cm / 99 cm

LCD 27"

Full HD 1080

DVB-T TERRESTRIAL Cl+

HDMI

- Audio stereo 2x3 W
- Connessioni: AV, Component, Scart

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
€ 239,00
+ 1000 punti
oppure
€ 259,00

MONITOR TV LCD SAMSUNG Mod. P2770-HD

51 cm / 15 cm / 75 cm

SOLO PER TE.



PUNTI COLLEZIONAMENTO: LA RACCOLTA 2011-2012

PER CONOSCERE TUTTI I PREMI:

WWW.UNICOOPTIRRENO.E-COOP.IT OPPURE WWW.CARTASOCIO.IT

LE OFFERTE SONO VALIDE SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

TERME DI TOSCANA

Terme Antica Querciolaia

Via Trieste, 22 - 53040 Rapolano Terme (Siena)

tel 0577 724091 - fax 0577 725470 - infoterme@termeaq.it - www.termeaq.it

Il buono è valido per l'entrata alle piscine e al centro benessere.

Per utilizzare il buono è necessaria la prenotazione, verificando la disponibilità.

Il buono è valido fino al 30 settembre 2012.



Terme San Filippo

Via San Filippo, 23 - 53023 Bagni San Filippo (Siena)

tel 0577 872982 - info@termesanfilippo.it - www.termesanfilippo.com

Il buono è valido per l'ingresso alla piscina termale, per i trattamenti nel centro benessere termale e per i programmi benessere comprendenti trattamenti e soggiorno in hotel. Sono esclusi servizi bar, ristorante e solo alberghieri. Per utilizzare il buono è necessaria la prenotazione, verificando la disponibilità.

Il buono è valido fino al 1 novembre 2012 nel periodo di apertura del complesso,

da Pasqua al primo novembre di ogni anno, con esclusione del mese di agosto.



Terme di Montepulciano

Via delle Terme, 46 S. Albino - 53045 Montepulciano (Siena)

tel 0578 7911 - fax 0578 799149 - info@termemontepulciano.it - www.termemontepulciano.it

Il buono è valido per tutti i servizi, compresi i trattamenti al Centro Benessere.

Per utilizzare il buono è necessaria la prenotazione, verificando la disponibilità.

Il buono è valido fino al 1 novembre 2012.



Terme di Equi

Piazza delle Terme, 1 - 54013 Equi Terme (Massa Carrara)

tel. 0585 949300 - info@termediequi.it - www.termediequi.it

Il buono è valido per i trattamenti del centro benessere. Per utilizzare il buono è necessaria la prenotazione, verificando la disponibilità.

Il buono è valido fino al 31 ottobre 2012.



Terme Sant'Elena

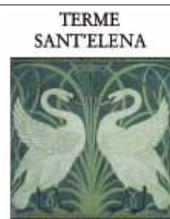
Viale della Libertà, 112 - 53042 Chianciano Terme (Siena)

tel 0578 31141 - fax 0578 31369 - info@termesantelena.it - www.termesantelena.it

Il buono è valido per l'ingresso alle cure termali, per gli abbonamenti alle cure termali nei periodi di apertura delle terme e per l'acquisto di confezioni di acqua minerale in bottiglia Sant'Elena e/o Marzia. Sono esclusi dal buono i ticket e le pratiche del Servizio Sanitario Nazionale. Non occorre prenotazione per utilizzare il buono.

Il buono è valido fino al 30 settembre 2012 e nei periodi di apertura dello stabilimento.

Per nessun motivo verrà restituito denaro se la spesa per l'acquisto di servizi è inferiore al valore del buono.



Terme di Chianciano

Salone Sensoriale, presso Parco Acqua Santa - Piazza Martiri Perugini
53042 Chianciano Terme (Siena)

Info e prenotazioni 848 800 243 - info@termechianciano.it - www.termechianciano.it

Il buono è valido per l'entrata al Salone Sensoriale, compreso l'accesso e l'utilizzo di tutti i servizi del Salone Sensoriale. Sono esclusi i trattamenti del Centro Benessere DIBI che possono essere acquistati a parte. Per utilizzare il buono è necessaria la prenotazione, verificando la disponibilità, al numero

0578 68480 oppure scrivendo a prenotazione@termechianciano.it

Il buono è valido fino al 1 novembre 2012, con esclusione del periodo di Natale, Capodanno e Pasqua.

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



2.500 punti

**BUONO DA 30 EURO
DA UTILIZZARE PRESSO GLI
STABILIMENTI TERMALI TOSCANI**

Buono da 30 euro da utilizzare presso gli stabilimenti termali di:
Terme Antica Querciolaia, Terme San Filippo, Terme di Montepulciano,
Terme di Montecatini, Terme di Equi, Terme Sant'Elena, Terme di Chianciano.



PUNTI COOP NUOVA COLLEZIONE COLLEZIONA LA SERIE COMPLETA DI P

Saturnia

PORCELLANE DA TAVOLA

Collezione Linea Malaga

MESE OTTOBRE

- Set 3 piatti piani in porcellana bianca ø 26 cm
- Pirofila ovale da forno in porcellana bianca 32 cm

MESE NOVEMBRE

- Set 3 piatti fondi in porcellana bianca ø 23 cm
 - Insalatiera in porcellana bianca ø 19 cm
- Set 3 coppette in porcellana bianca ø 13,5 cm

MESE DICEMBRE

- Set 3 piatti frutta in porcellana bianca ø 21 cm
 - Insalatiera in porcellana bianca ø 26 cm
 - Sottopiatto in porcellana bianca ø 31 cm

Caratteristiche generali:
porcellana bianca resistente in lavastoviglie
e in microonde



VICINO A NOI

AIUTIAMO L'ECONOMIA DEL NOSTRO TERRITORIO

Saturnia risiede fin dal 1966, anno della sua fondazione a Corchiano (VT).
Un'azienda del territorio della Cooperativa... un'azienda VICINO A NOI.

E SOCI UNICOOP TIRRENO PORCELLANE SATURNIA



PRODOTTI IN ESCLUSIVA PER IL MESE DI OTTOBRE

Set 3 piatti piani linea Malaga

- in porcellana bianca ø 26 cm



200 punti + 2,50 €

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA SATURNIA 6,30 €

Pirotela ovale da forno linea Malaga

- in porcellana bianca ø 32 cm



200 punti + 4,00 €

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA SATURNIA 8,90 €

Premi validi esclusivamente nel mese indicato
e disponibili fino ad esaurimento scorte.



Unicoop Tirreno



IL GIRO DEL MONDO IN 180 FIGURINE

**APPUNTAMENTO SPECIALE:
SABATO 15 OTTOBRE, DALLE 17 ALLE 19,
CI SCAMBIAMO LE FIGURINE?**

Ti aspettiamo presso i punti vendita di:

TOSCANA

- Viareggio: Via Santa Maria Goretti - Viareggio (LU)
- Avenza: Piazza Berlinguer 1/A - Avenza (MS)
- Livorno: Via G. Graziani Loc. Porta a Terra - Livorno (LI)
- Cecina: Via Pasubio - Cecina (LI)
- Follonica: Via M. Chirici - Follonica (GR)
- Portoferraio: Via Tessei - Portoferraio (LI)
- Piombino: via Gori - Piombino (LI)
- Venturina: Via Sturzo Venturina (LI)
- Grosseto: Via Inghilterra (GR)
- Ribolla: Via Toscana - Ribolla (GR)
- Vada: Via Poggetto navigatori - Vada (LI)

LAZIO

- Viterbo: Via C. De Lellis Centro Commerciale Tuscia (VT)
- RM Casilino: Via Casilina 1011 Centro Commerciale Casilino (RM)
- RM Laurentino: Via Laurentina, km 7 (RM)
- Guidonia: presso Tiburtino shopping center S55, Via Tiburtina km 20
- Aprilia: presso Centro Commerciale Aprilia 2 - SS pontina km44
- Civitavecchia: Via E. Maroncelli Loc. Boccelle - Civitavecchia (RM)
- Colferro: Via Casilina km 49 (RM)
- Pomezia: Via del Mare km 18,600 Pomezia (RM)
- Cisterna di Latina: Via Monti Lepini ang. Via Fermi - Cisterna di Latina (LT)
- Genzano: Via Emilia Romagna 102 - Genzano (RM)
- Vetralla: S.S. Cassia km 67,300 (VT)

UMBRIA

- Amelia: Via I maggio 224 (TR)



...non mancare!



Con Linear
fino al 40%* in meno
sulla RC Auto.

Fino a 2.000 punti
Coop in regalo.

2 Samsung Galaxy Tab
in palio ogni mese.



Puoi vincere 2
Samsung
GALAXY Tab +
Un anno di
Internet gratis
coop voce
La telefonia Coop

Il Socio Coop che sceglie Linear può risparmiare fino al 40% sulla RC Auto e avere fino a 2.000 punti Coop in regalo. Nel 2010 Linear ha regalato ai Soci più di 80 milioni di punti. E per i Soci **coop** che rinnovano o stipulano una polizza Linear, 2 Samsung Galaxy Tab in palio ogni mese, con sim CoopVoce e 12 mesi di navigazione Internet gratis con l'offerta Web 1 giga**. Scopri sul sito tutte le altre garanzie aggiuntive a prezzo speciale. Unisciti alla tribù Linear!

Linear
ASSICURAZIONI ONLINE

Una compagnia di:
Unipol
GRUPPO

* Percentuale di risparmio calcolata confrontando i premi pubblicati da **QUATTORRUOTE** nel mese di novembre 2010, sullo speciale Assicurazioni Auto. Prima della sottoscrizione leggere attentamente il fascicolo informativo presente su www.linear.it, sezione le polizze.

** Sottoscrivi o rinnova una polizza con LINEAR, sul sito www.linear.it/coop potrai verificare i premi in palio ogni mese e i dettagli dell'iniziativa. Leggi il regolamento completo su www.linear.it/coop. Il concorso termina il 31/12/2011. Montepremi pari a 12.618€.

Chiedi un preventivo su www.linear.it/coop

Iniziativa valida solo per le Cooperative aderenti e nel periodo di validità dei rispettivi collezionamenti.

NOVITÀ

Gran Cereale

Brioche
CEREALI e CIOCCOLATO
con latte fresco e mandorle

Da oggi prova la nuova brioche,
una soffice bontà con 7 cereali,
pezzi di cioccolato e mandorle.

