

ACROBATI DELLA SPESA

Per arrivare alla fine del mese,
per risparmiare senza
rinunciare alla qualità.
Il rapporto Coop 2012 su
Consumi e distribuzione.

Metodo Coop

■ Sicurezza e qualità con
il laboratorio e l'Approvato dai soci

Di sana pianta

■ Le specie vegetali e animali
che "nutrono" l'umanità

Discussione vivace

■ Il disturbo da deficit
di attenzione e iperattività

Caffè express

■ Nella nuova macchina
con capsule Fior fiore Coop

Malanima e core

■ Intervista a Nada, cantante
e scrittrice sempreverde



SOLO PER TE

RACCOLTA PUNTI 2012-2013
VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.com



La nuova linea di piccoli elettrodomestici di Imetec, sensibile alle tematiche ambientali. Pur mantenendo prestazioni di assoluto livello, i prodotti della linea **IMETEC ECO**, grazie alla loro tecnologia, sono capaci di garantire **un risparmio elevato a tutto vantaggio della bolletta energetica e dell'ambiente.**

Premi validi solo nei mesi indicati e disponibili fino ad esaurimento scorte.
*per le caratteristiche complete dei prodotti visitare il sito www.imetec.com

OTTOBRE



**Tostapane
IMETEC ECO TS**

prezzo per i soci
29,90 € oppure
250 punti
+ 24,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 39,90 €

- 13% consumo energetico*
- Pinza lunga: ideale per bruschette e piadine



**Ferro da stiro Zerocalc ECO
Professional 2400**

prezzo per i soci
44,90 € oppure
600 punti
+ 32,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 63,90 €

- 20% di consumo energetico*
- Professional performance:
potente getto di vapore 100 g
vapore continuo regolabile, 0-40 g/min



ECO EFFICIENCY

Prestazioni da 2000 W
con consumi da 1400 W**

**Asciugacapelli Imetec
Salon Expert P1 2500**

prezzo per i soci
39,90 € oppure
500 punti
+ 29,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 54,90 €

- 30% di consumo energetico**
- Motore professional AC

** confronto con asciugacapelli tradizionale Imetec 2000 W (mod. K11 2200). Testi conformi alla norma EN61855 § 6.7

NOVEMBRE



**Termoventilatore
IMETEC ECO FH5 100**

prezzo per i soci
39,90 € oppure
500 punti
+ 29,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 54,90 €

- 35% di risparmio energetico*
- Potenza 2000 W



**Sistema stirante
Iron max ECO
Professional 2400**

prezzo per i soci
69,90 € oppure
1000 punti
+ 49,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 94,90 €

- 20% di consumo energetico*
- Potente getto di vapore in pressione
anche in verticale



**Frullatore
IMETEC ECO BL**

prezzo per i soci
29,90 € oppure
250 punti
+ 24,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 39,90 €

- 14% consumo energetico*
- Lame seghettate tritaggiaccio
- Bicchiere in vetro antigraffio



SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



DICEMBRE

- -29% consumo energetico*
- Funzione dispenser



Spremiagrumi IMETEC ECO CP

prezzo per i soci
19,90 € oppure

150 punti
+ 16,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 27,90 €

- -30% consumo energetico*
- 100% potenza aspirante
- Prestazioni da 1700 W,
consumi da 1200 W



Aspirapolvere IMETEC ECO ES

prezzo per i soci
69,90 € oppure

1000 punti
+ 49,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 93,90 €

SCALDASONNO GREEN singolo

prezzo per i soci
59,90 € oppure

750 punti
+ 44,90 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 79,90 €



SCALDASONNO GREEN matrimoniale

prezzo per i soci
119,00 € oppure

1700 punti
+ 85,00 €

PREZZO CONSIGLIATO DA IMETEC 159,90 €

- Riduce l'impatto ambientale
- Realizzato con tessuto riciclato al 100%
- Riduce il consumo energetico fino al 30% grazie alla Tecnologia Imetec Express*
- Letto caldo in soli 10 minuti

OGNI 3 PRODOTTI DIVERSI ACQUISTATI DA OTTOBRE A DICEMBRE POTRAI AVERE UNO TRA QUESTI ARTICOLI, A TUA SCELTA, A METÀ PREZZO



- -33% consumo energetico*
- Funzione Turbo

Frullatore ad immersione IMETEC ECO HB

prezzo per i soci 18,90 €

PREZZO CON
SCONTO **50%**
9,45 €



- -23% consumo energetico*
- Recipiente graduato da 400 ml

Tritatutto IMETEC ECO CH

prezzo per i soci 23,90 €

PREZZO CON
SCONTO **50%**
11,95 €



- -8% consumo energetico*
- Funzione Turbo

Sbattitore IMETEC ECO ST

prezzo per i soci 19,90 €

PREZZO CON
SCONTO **50%**
9,95 €



LE CHIANTIGIANE

CONSORZIO PRODUTTORI IN CHIANTI



SOCIETÀ COOPERATIVA AGRICOLA

LE CHIANTIGIANE SOCIETÀ COOPERATIVA AGRICOLA - 50028 TAVARNELLE VAL DI PESA (FIRENZE) VIA MICHELANGELO, 15
TEL. 055-8070031/2 TELEFAX 055-8070038 - E-MAIL: INFO@CHIANTIGIANE.IT - WWW.CHIANTIGIANE.IT





Caseificio Sociale Manciano

i formaggi della Maremma!





COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI

Innovazione e Qualità

“Centro Civico”
Livorno

**Edilizia
Civile**



**Restauro e
Ristrutturazione**



**Realizzazioni
Commerciali**



**Turistico
Ricettivo**



**Infrastrutture e
Urbanizzazioni**



**Edilizia
Industriale**



Saper interpretare il territorio

“Tenuta di Poggio all’Agnello”
Populonia - Livorno



Attestazione
SOA



Qualità
ISO 9001:2008



Sicurezza
OHSAS 18001:2007



Ambiente
ISO 14001:2004



Responsabilità Sociale
SA 8000:2008

C.L.C. SOC. COOP.

VIA BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO

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



Il banco vince

98 miliardi di euro che lo Stato non ha mai incassato dai concessionari di slot machine. Tra poco l'ora della verità su una "posta in gioco" così alta che farebbe molto comodo al Paese e ai suoi cittadini.

Quattro anni fa un procuratore della Repubblica sostenne che i concessionari di slot machine, divenute legali nel 2002, dovevano pagare allo Stato la bellezza di 98 miliardi di euro. Ma questi soldi non sono mai arrivati a destinazione e pare che persino la solerte *Equitalia* si sia dimenticata di inviare i suoi esattori a riscuotere. Con quella cifra si potevano evitare dolorose manovre finanziarie, tagli alle pensioni e nuove tasse. E invece, tra un rinvio e l'altro, le potenti 10 sorelle del gioco d'azzardo, sono riuscite finora a non sborsare nemmeno un centesimo. O meglio, per chiudere la querelle con lo Stato, offrono – bontà loro – 500mila euro. Il business del gioco d'azzardo in Italia muove circa 100 miliardi all'anno, ed è in costante espansione anche grazie alla crisi economica che spinge molte persone ad affidarsi alla fortuna nel disperato tentativo di risolvere i propri problemi. In uno degli ultimi numeri di *Nuovo Consumo* ci siamo occupati a fondo del fenomeno, denunciando anche l'uso eccessivo e spregiudicato della pubblicità per attirare nella rete del gioco nuove schiere di vittime, soprattutto giovani. Avevamo anche messo in evidenza come, cifre alla mano, almeno 800mila persone fossero affette da una malattia vera e propria (la ludopatia) di cui solo ora lo Stato ammette l'esistenza e, con un provvedimento in verità assai blando, cerca di farsene carico. Non mancano poi le inchieste della magistratura su casi ormai ac-

clarati di infiltrazione della mafia nel vorticoso giro d'affari del gioco d'azzardo e alcune procure stanno indagando sul riciclaggio di denaro sporco che passa attraverso queste comode e silenziose lavanderie. Ora però torna alla luce, denunciato meritoriamente da *CittadinanzAttiva*, questa pendenza di 98 miliardi nei confronti del fisco che, noi cittadini tartassati, ci terremmo molto a recuperare, sempre che abbia un senso continuare a credere nel rispetto della legalità e della autorità dello Stato in questo nostro Paese un po' bizzarro. La storia di questa maxi evasione risale a 10 anni fa, quando per l'appunto le slot machine divennero legali e lo Stato decise che ogni singola macchinetta doveva essere collegata a un sistema telematico di controllo. Non si sa perché, ma gli apparecchi, interrogati dal sistema computerizzato della *Sogei* (la società di *Information and Communication Technology* del Ministero dell'Economia e delle Finanze), hanno sempre taciuto e quindi lo Stato non è mai riuscito ad incassare le tasse sulle giocate nonostante che le concessionarie si fossero impegnate – nero su bianco – affinché il sistema funzionasse regolarmente; in caso contrario, sarebbero scattate penali pesantissime. Ed è quello che poi è successo quando lo Stato si è finalmente accorto che a giocare con le slot machine si perde sempre. Ora non resta che aspettare il pronunciamento definitivo (si spera) dei giudici. Perché 98 miliardi, oggi come oggi, farebbero davvero molto comodo. ■



«Sento, ma non capisco le parole»

Chi ha problemi di udito spesso sente, ma non distingue le parole, che gli arrivano poco chiare, come fossero sfocate

AUDIOVOX
APPARECCHI ACUSTICI

Livorno

Via della Coroncina, 8
Tel. 0586 883287

audiovoxlivorno.it



La riduzione di udito si avverte quando si arriva a sentire che la voce va e viene, una sensazione fastidiosa, una sorta di intermittenza, **come se le parole fossero "sfocate"**. La conseguente difficoltà a seguire il filo del discorso crea un disagio che arriva a provocare isolamento, irritazione e, talvolta, imbaraz-

zo. Oggi questo può essere affrontato meglio con la **nuova tecnologia Speech Guard**, un sofisticato sistema brevettato dalla Oticon che, progettato per rimettere elettronicamente a fuoco la voce, è particolarmente utile nel **far capire meglio le parole**, rompendo così l'isolamento tipico di chi ha una diffi-

coltà di udito. Grazie alle piccolissime dimensioni del chip **Speech Guard**, montato negli apparecchi acustici Oticon, questi risultano così piccoli che **scompaiono quando indossati**.

Collegabili senza fili a televisione e telefono

Ma non basta, i nuovi apparecchi acustici con tecnologia **Speech Guard** sono in grado di **collegarsi senza fili a televisori, telefoni fissi, cellulari**, portando i loro suoni nitidi e chiari direttamente al timpano. Gli apparecchi divengono degli autentici auricolari, **"invisibili" e personalizzati**.

I SINTOMI.

Indizi importanti da non sottovalutare sono: la percezione meno nitida delle parole, la difficoltà a seguire il filo del discorso. Accorgersi di non sentire ("perdere") lo squillo del telefono o del campanello. Tenere il volume della TV troppo alto. Chiedere di ripetere parole o frasi durante una conversazione.

LE CAUSE.

Le cause? Città sempre più rumorose, l'allungamento della vita media, ereditarietà, uso di farmaci ototossici, conseguenze delle attività lavorative rumorose. Solo per citare le cause più comuni. Il calo dell'udito, di norma, avviene gradualmente e in modo indolore.

IL CALO DELL'UDITO SI PUÒ RISOLVERE CON SUCCESSO.

Quando si tratta di problemi di udito, nessuno deve sentirsi solo. Gli specialisti assicurano sulla possibilità di intervenire con successo grazie alle nuove tecnologie. È bene eseguire un test dell'udito: veloce, preciso e gratuito.

Spesso la soluzione è più semplice di quello che sembra

Come funziona lo Speech Guard

Come non distinguere alcune lettere compromette la visione chiara, così la perdita di alcune parole compromette la capacità di seguire il filo del discorso. Chi ha una riduzione dell'udito, ha difficoltà a **distinguere soprattutto le parole che contengono alcune consonanti**, come la

s, la t, la d, la v. Compito della nuova tecnologia **Speech Guard** (letteralmente "guardia della voce") è **proteggere le parole dal rumore** e chiarirle. Il risultato desiderato è un udito più a fuoco, con parole che guadagnano chiarezza, agevolando così la comprensione del discorso.

Apparecchio indossato
(foto reale)



Speech Guard,
il chip Oticon che
**"RIMETTE
A FUOCO LA VOCE"**

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



Udito sfuocato
senza Speech Guard



Udito a fuoco
con Speech Guard

presentando questo coupon



Il chip dello
Speech Guard

Solo per questo mese da **Audiovox**

prova gratuita di **30 giorni**

In più, **sconto del 20%**

per l'acquisto di soluzioni con tecnologia Speech Guard

Fissa subito il tuo appuntamento.

AUDIOVOX
APPARECCHI ACUSTICI

Livorno Via della Coroncina, 8 (p.za Cavallotti) Tel. 0586 883287
Dal lunedì a venerdì ore 9.00/12.30 - 15.30/19.00 - Sabato mattina aperto

www.audiovoxlivorno.it



nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOP TIRRENO

Direttore responsabile

Aldo Bassoni

Redazione

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

Hanno collaborato

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

220
ottobre 2012

Progetto grafico e impaginazione

Marco Formaioni
per Studiografico M (Piombino.LI)

Impianti e stampa

Coptip Modena

Direzione e redazione

SS1 Aurelia Km 237
frazione Riotorto
57025 Piombino (LI)
tel. 0565/24720
fax 0565/24210
nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

Editore

Vignale Comunicazioni srl

Pubblicità

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

Responsabile pubblicità

Roberta Corridori

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

Tiratura prevista: 287.265 copie
Chiuso in tipografia il 19/9/2012



Font utilizzate

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

7 Il punto
Aldo Bassoni
Il banco vince

contatti

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

firme

14 Salvatore Calleri
Proposte ragionevoli
15 Maria Carla Giugliano
Vedo nero
16 Tito Cortese
Tribuna politica
17 Giorgio Nebbia
Sui carboni accesi
18 Mario Tozzi
Punto di fusione
19 Massimo Montanari
Presi in castagna
67 Simona Marchini
Cattive notizie
76 Giovanni Manetti
Con sottile ironia

attualità

20 La notizia
Anna Somenzi
Metodo Coop
22 Primo piano
Aldo Bassoni
Acrobati della spesa
44 Inchiesta
Francesco Presti
Di sana pianta

soci

28 Un medico in famiglia
29 Tele spiegate
30 Benvenuti al Sud
35 Articoli da collezione
39 Servizi ai soci
77 Convenienza

salute

48 La ricerca
49 Sani & salvi
50 **Discussione vivace**
Barbara Bernardini

prodotti

52 **Caffè express**
Anna Somenzi
54 **Sottocoperta**
Roberto Minniti
56 **Gomme a terra**
Daniele Fabris
58 **Storia di una capicola**
Eleonora Cozzella
60 **Un gran minestrone**
Silvia Inghirami
61 **Razza bionda**
Francesca Baldereschi
62 **Menu alla menta**
Paola Ramagli
ennecki
68 **Antimateria di studio**
Patrice Poinsette
69 Scienza infusa
70 **Superman**
Barbara Autuori
71 Le vite degli altri
72 **Piccoli esploratori**
Rita Nannelli
73 Tempi moderni
74 **Malanima e core**
Maria Antonietta Schiavina
75 Triplavù

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

Bella educazione!

Lieti dell'interesse che ha suscitato l'articolo "La mala educación", uscito sul numero 218 di *Nuovo Consumo*, pubblichiamo due interventi che contribuiscono ad arricchire il dibattito sull'argomento "che cosa è educazione oggi", offrendo ulteriori spunti di riflessione.

Siamo genitori di quattro figli, ormai adolescenti e universitari, ma ugualmente abbiamo letto con interesse l'articolo "La mala educación". Avendo viaggiato per ragioni di famiglia e lavoro in Europa, in Asia, Africa e America Latina, concordiamo in pieno con l'affermazione che "gli adolescenti italici sono i più cafonì d'Europa". Il guaio è che molte volte ciò è considerato motivo di vanto per i genitori e questo dimostra quanto sia vero ciò che esperti e studiosi affermano in varie parti dell'articolo: spesso il problema sono proprio i genitori. Se poi allarghiamo il raffronto con la composta educazione e il rispetto che per fortuna ancora si tramandano nelle culture asiatiche e africane, allora il divario diventa tristemente incolmabile. Da parte nostra ci guardiamo bene dal metterci in cattedra, e tanto meno dal voler dare dei consigli, ma notiamo che il problema di fondo è che si abdica al buon senso (talvolta anche sulla base di suggerimenti errati di psicologi e cosiddetti educatori), si rifiutano i piccoli sacrifici che la

coerenza negli atti educativi talvolta richiede (ma ben ripagata a lungo termine) e soprattutto al fatto che la madre faccia bene la madre e il padre faccia bene il padre, accordandosi in armonia tra di loro ove ci fossero divergenze, senza trasmetterle ai figli. Da parte nostra sentiamo che, affrontata in questo modo, l'avventura educativa non è certo esente da errori e tensioni, ma vale davvero la pena di essere vissuta.
via e-mail

Sono reduce dalle vacanze trascorse a Castagneto Carducci (LI) dove ho avuto l'opportunità di leggere l'interessante articolo di Rita Nannelli "La mala educación". Nella conclusione del mio ultimo libro, Cassa integrazione guadagni... la mia è straordinaria (www.arduinossacco.it/product.php?id_product=784), disserto proprio sul tema dell'educazione e il sottotitolo del libro, in linea con quanto è scritto nell'articolo, è appunto "Dal degrado all'educazione". Ringrazio l'autrice dell'articolo e Nuovo Consumo per l'impegno profuso nella stesura di articoli su temi così delicati e importanti.
Antonio Capolongo
da www.nuovoconsumo.it



Vorrei avere più informazioni possibili riguardo agli effetti negativi che le centrali a biogas hanno sulla salute. Possono sorgere vicino alle abitazioni? Possono essere fatte senza l'appoggio dei cittadini?
dal sito www.nuovoconsumo.it

“Biogas” è termine generico che viene riferito in generale a miscele di gas, in prevalenza combustibili come metano o idrogeno, insieme ad altri come l'anidride carbonica, composti dello zolfo, e altri ancora. La qualità e il potere calorifico del biogas, e anche l'inquinamento generato dalla sua combustione, dipendono dalla materia prima che genera il biogas. Esso, infatti, può venire dalla putrefazione di materia organica presente nelle discariche di rifiuti, nei depositi di escrementi animali, dai residui dell'industria alimentare, dalla frazione organica dei rifiuti urbani, dai fanghi di depurazione delle fognature. L'effetto ambientale dipende anche dagli accorgimenti adottati per la purificazione della miscela di gas che costituisce il biogas e per evitare l'emissione di sostanze puzzolenti. Opportuni accorgimenti vanno presi anche per evitare che il metano e l'anidride carbonica del biogas sfuggano liberamente nell'aria, perché entrambi sono responsabili dei mutamenti climatici. Come vede ci sono molte cose che i cittadini possono e devono chiedere sia a chi propone un impianto sia all'amministrazione che dovrebbe autorizzarlo. Purtroppo le prospettive di incentivi pubblici per opere che possono essere proposte come fonti di energia rinnovabili attraggono molti amministratori.

Giorgio Nebbia

professore emerito, Università di Bari



Cotone sulla pelle

Ho notato che negli ultimi anni è calata progressivamente la percentuale di cotone nei grembiuli che vendete in Coop. A me non piace mettere sulla pelle dei miei figli un tessuto sintetico.

In effetti, proprio su richiesta di soci e clienti, è stato eliminato negli anni il grembiule in cotone 100 per cento. La motivazione è principalmente di natura pratica:

i grembiuli per l'asilo e la scuola, infatti, devono essere lavati ogni giorno e devono poter essere indossati senza stiratura. Il tessuto che proponiamo permette di essere lavato velocemente a mano, e non per forza in lavatrice, dal momento che le macchie sono più facili da togliere rispetto a quelle sul puro cotone.

In secondo luogo il grembiule in puro cotone ha un costo più elevato rispetto a quello in assortimento adesso: nonostante Coop lo proponesse a un prezzo calmierato, si trattava di una spesa ingente dal momento che è necessario acquistarne almeno due. Riguardo alla

sua preoccupazione per il tessuto sintetico, le consigliamo l'intimo *Crescendo Coop*, prodotti realizzati al 100 per cento in cotone biologico.



Non ci vedo chiaro

Vorrei sapere perché in alcuni casi non viene riportato sul dépliant il prezzo di partenza di un prodotto, ma solo la percentuale di sconto (l'ultima volta l'ho notato con l'arista). Secondo me va a discapito della chiarezza.

Non esiste nessuna intenzione di essere poco trasparenti nei confronti dei nostri clienti, ma su alcune referenze – come, ad esempio, l'arista – c'è una notevole variabilità di prezzi d'acquisto e di vendita che non ci permettono di poter definire il prezzo di partenza del prodotto in promozione con l'anticipo necessario per la pubblicazione del dépliant. La redazione del volantino avviene, infatti, circa un mese prima rispetto alla pubblicazione e in questo periodo di tempo il prezzo d'acquisto di prodotti freschissimi, come il suino, subisce significative variazioni, anche superiori all'euro al chilo. Ci preme sottolineare che saremo i primi a voler evidenziare il prezzo di partenza sui nostri dépliant anche in questi casi perché molto spesso la convenienza Coop non è segnalata in modo adeguato dalla semplice fascia di sconto.

12 Ho preso un pacco

Tramite un gruppo d'acquisto on line ho acquistato un pacchetto di massaggi; ho poi prenotato le sedute presso il centro benessere indicato, ma nonostante ciò, il centro non mi ha garantito il servizio a causa di una elevata richiesta di altri utenti che avevano acquistato lo stesso pacchetto di bellezza. Il problema è che la società di e-couponing non mi rimborsa la somma versata. Come posso tutelarmi? via e-mail

La sua segnalazione ci permette di chiarire i diritti e le tutele previste per gli utenti in materia di contratti a distanza e nello specifico d'acquisti su gruppi d'acquisto on line. In questo caso, es-

sendosi verificato un inadempimento contrattuale, ha diritto alla restituzione della somma corrisposta alla società di e-couponing, non essendo stato erogato il servizio acquistato.

Le segnalazioni di questo tipo sono in aumento, tanto che anche l'Antitrust (Autorità Garante della Concorrenza e del Mercato) è intervenuta a dirimere attività ingannevoli o pratiche commerciali scorrette messe in atto da questo tipo di società. Le maggiori lamentele riguardano l'indisponibilità delle società partner del gruppo d'acquisto a garantire il servizio già acquistato e il mancato riaccredito su carta di credito di quanto corrisposto - nella maggior parte dei casi, infatti, il "rimborso" viene riaccredito su coupon validi da spendere in un lasso di tempo determinato -, e ancora: la carenza di un servizio clienti funzionale, l'im-

possibilità di fruizione di un soggiorno nel periodo desiderato ecc. Le consigliamo di inoltrare un reclamo formale alla società di e-couponing in questione, inviandolo per conoscenza anche all'Antitrust.

In caso di mancato riscontro al reclamo, potrà rivolgersi a CittadinanzAttiva per avere ulteriori chiarimenti e per ricevere assistenza in merito.

Per il futuro, prima di acquistare beni o servizi tramite società e-couponing, le consigliamo di verificare la disponibilità e la validità dei coupon, se sono pochi e il periodo di riferimento è breve, valutare bene se fare l'acquisto; utilizzare sempre carte di credito prepagate, per evitare spiacevoli truffe; verificare con attenzione l'offerta, ci deve essere rispondenza tra la pubblicità sul sito e quanto realmente previsto; verificare la reale esistenza della società partner che eroga il servizio, per evitare spiacevoli sorprese; confrontare i prezzi pubblicizzati sul sito della società di e-couponing, con quelli presenti sui siti delle varie società partner che erogano il servizio, per verificare che lo sconto pubblicizzato sia reale.

Info

- > Codice del Consumo Dlgs.206/05 (ss. modifiche)
- > Antitrust www.agcm.it

Claudia Ciriello

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



Capacità contributiva

Sono nata il 26 settembre 1957 e ho iniziato a lavorare il 4 aprile 1978 in un'industria privata. Dal 4 aprile 1978 ho tutte le settimane coperte da contribuzione per lavoro dipendente. Vorrei sapere quando potrò andare in pensione optando per il sistema di calcolo contributivo? lettera

Per poter optare per il sistema di calcolo contributivo (legge n. 243/2004) occorre poter far valere sia l'età di almeno 57 anni (prevista per le lavoratrici dipendenti) sia l'anzianità contributiva di almeno 35 anni. Dai dati anagrafici la nostra lettrice raggiungerà i due requisiti il 26 settembre 2014 quando compirà il 57° anno di età. Ma non finisce qui. Una circolare dell'Inps ha stabilito che al requisito

Piacere mio

Ho letto tempo fa in questa rubrica che i cibi ricchi di zuccheri migliorano l'umore e generano un senso di benessere perché incrementerebbero la concentrazione di serotonina nel cervello. Allora perché lo stesso effetto tendo a sperimentarlo anche quando mangio cibi ricchi di grassi che non contengono carboidrati, come i formaggi stagionati, gli insaccati o le frittiture?

L'effetto psicologico che sperimenta è reale, mediato, però, non dalla serotonina ma da un'altra classe di sostanze prodotte dal nostro organismo: gli endocannabinoi-

di. Essi si legano agli stessi recettori su cui agiscono gli alcaloidi della marijuana. Quando mettiamo in bocca un cibo ricco di grassi, si genera un segnale che arriva prima al cervello, poi attraverso il nervo vago raggiunge l'intestino, stimolando la produzione di endocannabinoidi da parte delle cellule dell'intestino tenue.

In natura i grassi e gli zuccheri sono difficilmente reperibili, ma hanno sempre rappresentato una fonte energetica importante per l'uomo: ecco perché l'evoluzione ha fatto in modo che la loro assunzione fosse accompagnata dall'attivazione dei sistemi di gratificazione, cioè associata a una sensazione di piacere. Si tratta quindi di un sistema di regolazione biologico che ha funzionato alla perfezione per centinaia di migliaia di anni, ma che nell'attuale società industriale, con cibi ricchi di grassi (e di zuccheri) facilmente reperibili ed economici, è diventato non solo obsoleto, ma addirittura dannoso. Vorrei far notare che quando un alimento contiene abbondanti quantità di zuccheri e di grassi, come nel caso dei dolci, degli snack e merendine varie, ha la capaci-

tà di "incendiare" i nostri centri della gratificazione diventando praticamente irresistibile.

13

Alla frutta

Sono molto golosa di frutta, ma quando ne mangio in quantità abbondanti, dopo ho una sgradevole sensazione di pancia gonfia. Da che cosa dipende?

La frutta, in genere, contiene una discreta quantità di fibra idrosolubile. Essa, a differenza di quella non idrosolubile, come la crusca, ha la capacità di formare un gel viscoso nell'intestino. Noi non possediamo gli enzimi necessari per digerirla, ma è attaccata dalla flora batterica intestinale che riesce a idrolizzarla e come prodotto di scarto si formano dei gas. Di qui il meteorismo e la sgradevole sensazione di pancia gonfia. Alcune persone sono più sensibili di altre a questo fenomeno e il mio suggerimento è di non rinunciare alla frutta (sono troppi i benefici sulla salute), ma imparare a dosarla meglio. È preferibile mangiarla in piccole quantità, ma di frequente nel corso della giornata: in pratica utilizzarla come spezza-fame.



* Biologo nutrizionista

anagrafico dei 57 anni d'età verrà applicato l'incremento dell'aumento della speranza di vita per cui, nel 2014, per maturare il diritto alla pensione, bisognerà raggiungere l'età di 57 anni e 3 mesi.

Poi c'è un altro ostacolo. A chi va in pensione con il calcolo contributivo viene applicato il differimento di 12 mesi per la decorrenza della pensione (per effetto della cosiddetta

finestra mobile. Il risultato è che la nostra lettrice potrà andare in pensione dopo il 31 dicembre 2015. Ma dopo questa data scade la deroga sul pensionamento anticipato col sistema contributivo. Per cui non c'è altra strada che fare ricorso contro l'interpretazione restrittiva della norma fatta dall'*Inps*. Per saperne di più vale sempre la pena di rivolgersi al proprio patronato.

ora legale di Salvatore Calleri



Proposte ragionevoli

*Cambiare l'Italia si può e si deve.
Ecco alcune proposte concrete.*

Non di solo *spread* vive l'uomo e nemmeno di *rating*. Ma l'economia che governa il mondo in modo troppo libero non va bene e soprattutto sembra non essere assolutamente in grado di superare le crisi oscillanti e periodiche.

Tutto è partito nel 2008 in America e il contagio è arrivato in Europa. Dei manager voraci trafficanti in titoli tossici e facenti uso di cocaina hanno causato

l'inizio della crisi che come un virus si è diffusa sfruttando le debolezze strutturali europee. Il mercato, non votato democraticamente, controllato dai suddetti manager tossici, detta le regole ai politici e agli stati. Le regole dettate in pratica sono tagli alla spesa pubblica e aumento delle tasse per risanare i deficit; possibilità di *default* per gli stati non in regola e che non

ce la fanno. Ebbene queste sono regole sbagliate che generano povertà. Nei momenti di crisi le misure che vanno prese devono produrre lavoro e portare all'aumento della capacità di spesa.

Occorre ricordare le basi teoriche dei nostri stati, basi che gli speculatori snifattori di cocaina e gli scarsi politici che non gli si oppongono sembrano aver dimenticato. Gli stati europei contempora-

nei appartengono alla forma dello "stato di diritto democratico e sociale". Sono sovrani, eleggono i rappresentanti con il voto a suffragio universale e sono dotati di un proprio apparato burocratico. Possono delegare parte della propria sovranità ad organismi sovranazionali. Non possono fallire. In questa situazione difficile è necessario ricordarsi, anzi imparare a memoria queste nozioni semplici, ma basilari. E invece mi sembra che gli economisti liberisti confondano *spread* e *rating* con i principi della democrazia. Ecco cosa farei in Italia: ● dopo aver fatto liquidità nell'immediatezza con l'aumento dell'*Iva*, la riabbasserei aggiungendo una politica d'incentivi agli acquisti; ● abolirei i superbolli vari che hanno fatto diminuire gli introiti; ● metterei la famosa *tobin tax* sulle transazioni finanziarie; ● metterei la tassa patrimoniale solo sui grossi capitali; ● abolirei gli studi di settore che favoriscono l'evasione di chi guadagna molto; ● ridurrei gli stipendi dei maxi dirigenti pubblici o parzialmente pubblici fino a un massimo di 15mila euro mensili netti; ● renderei obbligatori, per chi opera in economia, i controlli *antidoping* come per chi guida i mezzi pubblici; ● ridurrei il nero permettendo di scaricare al 10 per cento ogni spesa sostenuta; ● utilizzerei in modo ampio e veloce i soldi tolti ai mafiosi. ■



Vedo **nero**

Un grave pericolo incombe sul mare del canale di Sicilia: la corsa all'oro nero. Quest'area è una delle più ricche di biodiversità del Mediterraneo, ma è minacciata da ben 29 richieste di ricerca di petrolio, di cui 11 già autorizzate. Durante la scorsa estate, Greenpeace con la sua campagna *U mari nun si spirtusa* ha visitato le principali località della costa meridionale siciliana, tra cui Palermo, San Vito Lo Capo, Trapani, Marsala, Agrigento, Sciacca, Noto, Siracusa e Catania per informare i cittadini e convincere i sindaci a firmare l'appello rivolto al Ministero dell'Ambiente contro le trivellazioni petrolifere. Attraverso incontri, proteste degli attivisti "sporchi di petrolio" e attività di sensibilizzazione Greenpeace ha illustrato qual è il percorso di tutela del canale di Sicilia. Oltre 40 sindaci hanno aderito e più di 50mila persone hanno firmato *on line* su www.NoTrivelleTour.org. Molte adesioni anche dal mondo della politica, della cultura e dello spettacolo: il padre di Montalbano, Andrea Camilleri, l'euro parlamentare Rita Borsellino, i comici Ficarra e Picone e Sergio Friscia e l'attore Guido Caprino.

In contemporanea con il tour *Greenpeace* – insieme agli esperti di *Ispra* (Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale) – ha organizzato una spedizione scientifica a bordo della nave *Astrea* che, tramite un veicolo filoguidato dotato di telecamera (*Rov*), ha documentato la biodiversità dei banchi d'alto mare del Canale: in soli 2 giorni sono state identificate 96 specie diverse. Praterie sconfinite di gorgonie rosse e bianche, foreste di laminarie, anfratti rocciosi pieni di spugne e anemoni, aragoste e pesci san Pietro. Un disastro come quello del Golfo del Messico nel nostro Mediterraneo avrebbe effetti devastanti. Se si iniziasse a trivellare nel Canale di Sicilia, fondali inesplorati e spiagge meravigliose sarebbero messe a rischio e con esse l'economia delle comunità che vivono sulla costa. ■

Maria Carla Giugliano
ufficio stampa Greenpeace



ever green di Stefano Generali

Via lattice

Una nuova generazione di pneumatici, realizzati completamente in lattice naturale, potrebbe presto solcare le strade europee, grazie ad un progetto targato Apollo Vredestein. L'azienda olandese ha ottenuto dalle piante di tarassaco un lattice speciale con cui ha realizzato dei prototipi di gomme che iniziano in queste settimane i test di stabilità e durata. Il tutto grazie a un ingente finanziamento dell'Unione Europea, alla ricerca di una valida alternativa europea agli pneumatici realizzati in Asia che, dopo il loro utilizzo, si trasformano in rifiuti inquinanti che i paesi europei hanno difficoltà a smaltire.

Questione di principio

Farmaci generici anche per gli animali da compagnia. Dalla Toscana è partita una campagna che punta a estendere, anche in ambito veterinario, il sistema della prescrizione medica con la sola specifica del principio attivo. In tempi di crisi curare gli animali è diventato dispendioso, perché i prodotti veterinari sono in media molto più costosi del resto dei prodotti farmaceutici in commercio. La campagna punta ad abolire la legge che oggi impone ai veterinari di non prescrivere farmaci usati dagli esseri umani se esiste un corrispettivo sul mercato specifico per gli animali, anche se hanno la stessa formula chimica.



Tribuna politica

La rivolta delle moltitudini contro la politica che, però, rimane la sola possibilità di uscire dalla crisi.

16

Si può pensare di abolire il denaro? No, ragionevolmente non si può, a meno di immaginare un'umanità rigenerata su basi radicalmente nuove, dopo una catastrofe globale distruttiva di quella che definiamo civiltà.

Si può pensare di abolire l'amore? Questo non si può affatto, perché a ciò non servirebbe neanche immaginare una eventuale nuova civiltà, prodotto di una umanità rigenerata ma pur sempre umanità, cui l'amore è connaturato.

Denaro e amore sembrano dunque destinati a coesistere, quali espressioni rispettive, a ben vedere, del pessimismo e dell'ottimismo nei confronti della condizione esistenziale: sensazioni o tendenze che entrambe convivono (da sempre?) nell'animo umano, sia nella dimensione individuale sia in quella collettiva. Queste visioni contrapposte, o ideologie in conflitto, riassumibili alla fin fine in massime proverbiali (chi non rischia non rosica) o in messaggi profetici (ama il prossimo tuo), possono prevalere l'una sull'altra, nelle diverse situazioni di tempo e di luogo, ma (fin qui) non eliminarsi reciprocamente: il conflitto è di per sé permanente. Nella sfera individuale il prevalere dell'una o dell'altra è affidato alle

scelte personali. Nell'ambito collettivo, esclusa l'ipotesi di eliminazione di uno dei due termini del dilemma, non rimane che organizzare al meglio (o al meno peggio) la coesistenza del denaro e dell'amore: cioè non rimane che la politica. Per questo la politica è indispensabile.



La politica naturalmente offre ricette diverse, contribuendo appunto a determinare nelle diverse situazioni di tempo e di luogo il prevalere di una ideologia sull'altra, o tentando di realizzare un equilibrio nella loro inevitabile coesistenza. Un passo in questa seconda direzione, in epoca moderna, si ritrova nel motto della rivoluzione borghese del 1789: *liberté, égalité, fraternité*. In una fase più recente, con la *deregulation* degli Anni Ottanta del secolo scorso, si preferì rinunciare alla ricerca di un equilibrio per puntare pressoché tutto sull'ideologia del denaro, che infatti finì per prevalere.

Uno degli aspetti paradossali della crisi in atto, crisi "globale" come si usa dire, è che la disperazione delle moltitudini si rivolga proprio contro quella che rimane, in ogni caso, la sola possibilità di uscirne: vale a dire la politica. Si ha un bel dire che la protesta, diciamo pure la rivolta, investe la *cattiva* politica, per i guasti che indubbiamente ha provocato nella vita collettiva. In realtà non si fanno distinzioni, è la politica *in quanto tale* che è presa di mira, che dà fastidio.

In fondo si può capire, dal punto di vista di chi è soddisfatto della situazione attuale: nel momento in cui l'ideologia del denaro segna una prevalenza, pur essa "globale", così massiccia da prefigurare l'eliminazione di ogni alternativa, la politica può essere solo di impaccio. Si capisce meno se a rivoltarsi contro la politica è proprio chi paga il prezzo di questo trionfo del dio denaro. ■

beni di consumo di Rita Nannelli

In ottima forma

Pecorino romano, taleggio, gorgonzola, mozzarella e altri ancora nella lista dei formaggi italiani che piacciono all'estero. Sono un po' tutti in ottima forma con un generale +2,4 per cento delle esportazioni nel primo quadrimestre del 2012: pecorino romano +6 per cento, mozzarella e gli altri formaggi freschi +5, gorgonzola +8, italico e taleggio +27; in crescita, anche se meno, l'export di grana padano e parmigiano-

reggiano (+1 per cento). Qualcuno scende, come crescenza e robiola che perdono il 37 per cento delle quantità esportate rispetto allo stesso periodo del 2011. Ma con 90mila tonnellate, cioè 600 milioni di euro, il valore delle esportazioni italiane supera di 83 milioni di euro quello delle importazioni. Tra i maggiori estimatori dei formaggi nostrani la Germania, in Austria mangiano di gusto il provolone del Belpaese, in Belgio va la mozzarella. Fuori dall'Europa, successo di grana padano e parmigiano-reggiano con un +15 per cento.



Sui carboni accesi

Le miniere di carbone e le fabbriche di alluminio dalla crisi energetica del 1973 a quella attuale.

17

Se dipendesse da me proporrei che venisse esposta la bandiera a mezz'asta in tutta Italia ogni volta che un operaio muore sul lavoro, e proporrei che venisse proclamato il lutto nazionale quando una fabbrica chiude. Non si tratta soltanto dei posti di lavoro e dei salari perduti, ma della ferita che viene inferta al tessuto vivo del paese che può progredire soltanto col lavoro. Lo dice perfino la Costituzione. Questi sentimenti si provano in queste settimane davanti alla minaccia di chiusura delle due fabbriche *Eurallumina* e *Alcoa* del polo sardo dell'alluminio, e della chiusura delle miniere di lignite del *Sulcis*. L'alluminio è un metallo di cui l'Italia è stata per



anni fra i primi produttori. Il polo sardo nacque alla vigilia della prima crisi energetica. Dapprima nel 1968 nacque la fabbrica per la trasformazione della bauxite (il minerale di partenza, di importazione) in allumina, la materia prima per la produzione dell'alluminio metallico. Vicino a un porto, in una zona che pure aveva un'antica tradizione mineraria e operaia, l'*Eurallumina* fu realizzata con la partecipazione della statale *Efim*, poi passata come *Alumetal* alla *Montedison*, poi *Alumix*, poi *Eurallumina*, poi della società russa *Rusal* fino alla sospensione della produzione nel 2009. Accanto, nel 1973, fu costruita la fabbrica per la trasforma-

zione dell'allumina in alluminio metallico, un processo con elevato consumo di elettricità. Nata come *Alumix* dell'*Efim*, avrebbe dovuto utilizzare la produzione della centrale termoelettrica dell'*Enel*, alimentata con il carbone *Sulcis*. Un'integrazione apparentemente sensata: bauxite-allumina-elettricità dal locale carbone-alluminio. Se non che l'*Enel*, nel 1973, proprio quando il prezzo del petrolio saliva alle stelle, decise di chiudere le miniere di carbone e così la fabbrica di alluminio si trovò a fare i conti con crescenti costi dell'elettricità: ci furono vari passaggi di mano come *Alsar*; poi nelle mani dell'*Alcoa*, la multinazionale dell'alluminio, fino alla minaccia di sospensione dell'attività di questi giorni. Le ligniti del *Sulcis* sono un carbone di cattiva qualità, con elevato contenuto di zolfo e di ceneri, ma avrebbero potuto essere utilizzate con adatte innovazioni tecniche come si fa in molti paesi del mondo per simili cattive ligniti. Dopo la chiusura del 1973 le miniere di carbone sono state riaperte a singhiozzo fino alla definitiva minaccia di chiusura attuale, con perdita non solo di salari, ma di un patrimonio di cultura tecnica e operaia, di orgoglio, come si sente dalle voci degli operai sardi che protestano per riavere il lavoro. Le ragioni della crisi sono note: soldi, l'energia costa troppo, ma nello stesso tempo grandi quantità di energia fossile restano nel sottosuolo, inutilizzate, sotto i piedi di migliaia di disoccupati. ■

chissà cosa di Jacopo Formaioni

Buona **impressione**



Srotolato per più di un secolo tra vacanze, reportage, moda e ricordi, il rullino fotografico sembrava aver lasciato la sua ultima impressione. Fin dalla sua invenzione nel 1888 per mano di George Eastman, fondatore della Kodak, è stato compagno d'amanti e professionisti della fotografia. Comodo e manegge-

vole, ha permesso di raccontare guerre, è andato sulla Luna, è passato dal bianco e nero al colore. Ma sul finire degli Anni Novanta il boom delle macchine digitali lo ha spazzato via, riducendo la vendita delle pellicole a meno dell'1 per cento. Passata l'euforia, a detta di molti fotografi, il digitale, certo più comodo e pratico, non regge il confronto con la qualità della pellicola. Molte aziende hanno così rimesso in commercio macchine analogiche e rullini, tornati a sfiorare il 6-7 per cento del fatturato. Lontani dai successi di un tempo, ma con la qualità di sempre.



Punto di fusione

Surriscaldamento del Pianeta e inquinamento: due facce della stessa medaglia, ma continuiamo a non preoccuparcene molto.

18

L'anno in corso è già un anno di record negativi per quello che riguarda il clima del Pianeta: ondate di calore paragonabili a quelle del 2003 e del 2005, incendi che si propagano senza soste per via della siccità dei boschi, siccità diffusa nell'emisfero boreale, alluvioni improvvise, trombe d'aria e un'instabilità meteorologica generalizzata. Dietro questi fenomeni c'è lo sconvolgimento climatico in atto, determinato dalle attività degli uomini che scaricano nell'atmosfera una piccola, ma significativa quantità di gas-sera, che hanno il potere di surriscaldare la superficie del Pianeta. In Antartide i ghiacci fondono e le temperature si fanno più elevate, ma all'interno del circolo polare artico lo sconvolgimento è più evidente e preoccupante. Le ultime

misurazioni dell'estensione della calotta polare artica hanno determinato il record negativo di 4,1 milioni di kmq di superficie perennemente ghiacciata. Il precedente record era di 4,2 milioni nel 2007, tenendo sempre presente che, all'inizio delle misurazioni scientifiche, la superficie ricoperta dai ghiacciai al Polo Nord era di oltre 14 milioni di kmq. Abbiamo cioè perduto oltre la metà dei ghiacci artici. Siamo sicuri di queste misure? La risposta è sì: ormai al Polo Nord operano stabilmente le stazioni scientifiche di 10 nazioni fra cui l'Italia che, con la sua base *Dirigibile Italia* del Cnr alle isole Svalbard, è l'unica nazione del mondo ad avere 3 basi nei luoghi freddi del Pianeta: Polo Nord, Antartide e Himalaya. E qualsiasi tipo

di dato prendiamo in considerazione va sempre nel segno di un riscaldamento: si riscaldano gli strati bassi dell'atmosfera, si riscaldano le acque degli oceani, si fondono i ghiacci e fonde perfino il permafrost, il terreno polare che dovrebbe, invece, rimanere perennemente ghiacciato. Anche i pochi fortunati turisti che si recano a quelle latitudini scoprono che i ghiacciai si ritirano a vista d'occhio, anno dopo anno. E gli abitanti dell'arcipelago delle Svalbard hanno visto perfino la pioggia, fino agli Anni Ottanta sconosciuta. Si potrebbe pensare al Polo Nord come al posto meno contaminato del mondo e invece i dati sull'inquinamento atmosferico ci dicono che lassù arrivano le polveri delle attività industriali del Nord Europa e della Russia, soprattutto il *black carbon*, le particelle di carbonio elementare legate alla combustione dei combustibili fossili che possono avere un ruolo fondamentale nel riscaldamento del clima. Queste polveri sottili fanno parte degli *aerosol* che un tempo venivano ritenuti in grado di raffreddare il clima, visto che permettevano piogge più abbondanti. Ma oggi si sta cambiando idea: anche gli *aerosol* atmosferici inducono il *global warming* e si calcola che, in Artico, siano stati responsabili dell'innalzamento di almeno 1°C delle temperature negli ultimi decenni. Inquinamento e surriscaldamento sono due facce della stessa medaglia, anche se faticiamo a rendercene conto. E di fronte a questi dati allarmanti fa ancora più rabbia la mancanza di nuovi accordi politici internazionali sul clima: come se ci fosse rimasto molto tempo e tutto si potesse aggiustare all'ultimo minuto. ■

[@mariotozzi](#)



al naturale di Stefano Generali

Vento del Sud

Dopo i disastrosi effetti del terremoto che nel 2011 ha investito 11 centrali nucleari il Giappone è alle prese con un nuovo piano energetico che punta a sviluppare gli impianti eolici in mare, i cosiddetti offshore. Proprio in occasione del disastro dello scorso anno, infatti, la struttura di Kamisu, situa-

ta a circa 300 chilometri dall'epicentro del sisma, ha dato prova ai suoi costruttori e alla nazione di non temere gli effetti del terremoto. Per questo una cordata di 6 società giapponesi, tra cui il gigante Toshiba, ha annunciato un investimento di 1,5 miliardi di dollari per la realizzazione in 10 anni di nuovi impianti al largo della costa di Kyushu, a Sud del paese, sul modello dei grandi parchi offshore già presenti in Gran Bretagna.



Presi in castagna

Pane di montagna e riferimento per misurare il tempo. Per secoli al centro dell'alimentazione popolare perché si poteva conservare a lungo.

19

Bologna, 1630. Una giovane contadina di Roffeno, nell'Appennino bolognese, è davanti al giudice per denunciare una storia di seduzione cominciata «circa due anni or sono, dopo che furono colte le castagne». È quello il suo unico riferimento cronologico, e lo stesso accade a un contadino di Montepasto che rievoca la sparizione di un favo di miele, ricordando che «fu al tempo che si coglievano le castagne, là di ottobre et novembre». Per questa gente, il «tempo delle castagne» è il principale appiglio per misurare lo scorrere del tempo.

Fin dal Medioevo la coltivazione del castagno si era diffusa nelle aree appenniniche e sulle Prealpi. Con la crescita della popolazione e della

domanda alimentare, in pianura si erano allargati i campi a cereali. In montagna, dove i cereali faticavano a crescere, il castagneto ne prese le parti. I due fenomeni si svilupparono in modo parallelo: campi a cereali e piantagioni di castagno crebbero di pari passo. In molte pianure, i boschi furono eliminati; altrove si trasformarono: il querceto, che forniva ghiande ai maiali, in tanti luoghi fece posto al castagneto. Si affermò un tipo nuovo d'economia boschiva, sempre più simile all'attività agricola. La dieta dei contadini vide calare i consumi di carne (maiali e selvaggina) e si affidò in maniera crescente ai farinacei: cereali

o castagne. La castagna si configurò come un «pane di montagna» e fu chiamata «pane d'albero»; «albero del pane» fu detto il castagno.

Come i cereali, le castagne si mantengono a lungo. Fu questo il motivo del loro successo nei secoli medievali e fino ai giorni nostri. La stagionalità ha il suo fascino, certo: raccogliere frutti nei boschi, nel mese di ottobre, è un gesto faticoso ma allegro, che nel calendario contadino occupa un posto preciso, importante al punto da definire (come abbiamo visto) i ritmi annuali del lavoro e della vita. Tuttavia, non dimentichiamo che i contadini hanno sempre cercato di superare la dimensione stagionale della produzione di cibo, per garantirsi un minimo di continuità e di sicurezza. Di qui l'importanza di castagne e marroni nell'alimentazione popolare: poter essere conservati a lungo nel corso dell'anno. Se il raccolto era buono, poteva garantire la sussistenza per molti mesi. «Nelle montagne nostre – scrive nel Cinquecento il bresciano Agostino Gallo – infiniti popoli non vivono d'altro che di questo frutto».

L'attitudine alla conservazione rendeva possibile anche una prolungata presenza delle castagne sul mercato: a Bologna pare che si vendessero fino a maggio. L'agronomo Vincenzo Tanara, nel Seicento, fornisce una quantità di ricette per prepararle e aggiunge che «per stranezza» – noi diremmo: per fare colpo – si possono servire anche d'estate. A quel punto, il «tempo delle castagne» avrà fatto tutto il suo giro. ■



il buongustaio di Silvia Inghirami

La fiera del bianco

Sulla scia del suo inconfondibile profumo, possiamo intraprendere un viaggio fino ad Alba o fermarci a Sant'Angelo in Vado, in provincia di Pesaro e Urbino. In entrambe le cittadine si svolgono due famose mostre del tartufo bianco (rispettivamente dal 6/10 al 18/11 e dal 13/10 al 4/11) che abbinano all'enogastronomia spettacoli e cultura. Nel

borgo medioevale marchigiano, dopo la sosta a cantine e stand, si può fare una visita ai mosaici della Domus del Mito o un'escursione in mountain bike nei boschi della Massa Trabaria. Nelle Langhe, invece, protagonista quest'anno è il mondo del cinema: una mostra racconterà le più significative apparizioni del tartufo sul grande schermo. Non mancheranno i laboratori di cucina, il Salotto dei Gusti e dei Profumi e un tuffo nel passato con il Palio degli Asini e il Baccanale del tartufo.

Metodo Coop

■ Anna Somenzi

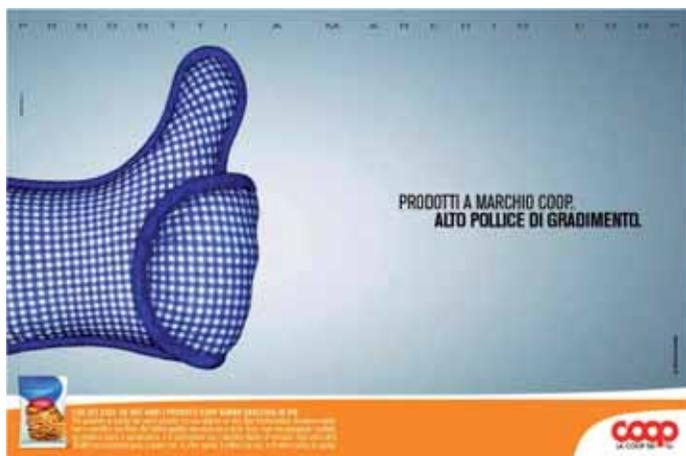
Il **laboratorio Coop** rappresenta un caso unico nel panorama della Grande Distribuzione. Già negli Anni Ottanta presidio chimico-merceologico per la sicurezza alimentare, oggi, grazie a strumenti, tecnologie e metodologie tra le più avanzate, e grazie anche a contatti con istituti di ricerca pubblici e privati – con i quali è stata creata una rete di relazioni che conta oltre 30 realtà nazionali e internazionali – è in grado di presidiare autorevolmente della Cooperativa. Un insostituibile punto di riferimento scientifico nella gestione e nel controllo del prodotto Coop, sicuro, buono, autentico.

Indagini di laboratorio

I prodotti vengono sottoposti a una serie di controlli chimici e biologici

Dal laboratorio Coop all'Approvato dai soci, come la Cooperativa garantisce controllo, sicurezza, qualità e gusto ai suoi prodotti a marchio.

obbligatori definiti nel capitolato di produzione, effettuati da una rete di laboratori privati diffusi su tutto il territorio nazionale, verificati e sorvegliati direttamente sul campo dal laboratorio Coop perché abbiano, oltre alla certificazione conferita dall'Ente Italiano di Accreditamento, la garanzia del rispetto degli standard qualitativi richiesti da Coop. Il laboratorio interno vuole stare un passo avanti rispetto alle analisi di routine: l'area chimica, ad esempio, che sorveglia il valore sicurezza del prodotto a marchio ed è uno dei 3 settori del laboratorio, è chiamata a valutare i contaminanti emergenti, quelle molecole che non rappresentano per legge un pericolo, ma che il mondo scientifico inizia a guardare con occhio critico. Coop fa un lavoro preventivo d'osservazione e approfondimento, cerca di andare sempre un po' oltre, come nel caso dei coloranti chimici che ha eliminato totalmente dai suoi prodotti molto prima che la scienza trovasse evidenze di effettiva pericolosità. Già da anni, inoltre, quest'area sta studiando le micotossine e sta svolgendo un meticoloso lavoro sugli imballi, attraverso la valutazione tossicologica di tutti i componenti, per avere la certezza che l'imballaggio non contamini gli alimenti con cui viene a contatto. Basti ricordare la scelta di eliminare il pvc dalle pellicole per alimenti.



In tutti i sensi

C'è poi l'attività dell'area che è orientata verso il giudizio dei soci-consumatori sul prodotto a marchio Coop, con diversi tipi di test sensoriali che "sfruttano" l'ampia base sociale. Fra questi l'**Approvato dai Soci**, che vanta più di un decennio d'attività. Dal Duemila, infatti, il prodotto Coop è sottoposto ogni anno a centinaia di test di assaggio e prova autogestiti dai soci attivi nei punti vendita e oggi, in piccola parte, anche in agenzie specializzate. Questi test vengono effettuati con un metodo messo a punto dal laboratorio Coop attraverso una procedura e un rigore che rende i loro risultati scientificamente validi e accettati da tutti. Un metodo che rappresenta un'innovazione interessante per il mondo scientifico: la *Società Italiana di Scienze Sensoriali*, l'Università degli Studi di Bologna, per il settore qualità delle produzioni agro-alimentari, sono tra gli istituti che collaborano con il laboratorio Coop nella ricerca di nuove e sempre più efficaci metodologie d'indagine sensoriale. Quest'area si avvale, inoltre, della collaborazione di scuole alberghiere che offrono la possibilità di utilizzare strutture e di servirsi di operatori qualificati per i test sui prodotti freschi e freschissimi, come carne, pesce, frutta e verdura.

L'area biologia molecolare nasce quando Coop, in linea con il principio di precauzione, decide di dire "no" agli organismi geneticamente modificati nei propri prodotti. Anche questo settore viene di conseguenza attrezzato con strumenti all'avanguardia: arriva in laboratorio la tecnologia del *dna*. A questo punto la verifica dei prodotti è a tutto campo, la biologia molecolare smaschera le frodi: il merluzzo vero, anche se sotto forma di un anonimo filetto surgelato, è riconoscibile da un altro pesce meno pregiato, la mozzarella di bufala da quella vaccina, il pecorino dal formaggio di capra. Ma si riesce anche a risalire dalla bistecca

Con la nostra approvazione

L'Approvato dai soci: centinaia di prodotti sottoposti ai test ogni anno, migliaia di soci intervistati.

Dall'inizio molte cose sono cambiate. Coop si è spostata molto verso i test fatti gestire direttamente dai propri soci attivi, mettendo insieme due aspetti significativi che la caratterizzano: i suoi prodotti a marchio e la presenza attiva dei soci. Attraverso l'*Approvato* i soci diventano i principali attori nel monitorare il prodotto a marchio per garantire che ciò che troveranno in vendita sarà sempre di alta qualità (almeno pari al prodotto *leader* di mercato). I test sono effettuati, per la maggior parte, all'interno dei punti vendita e possono essere di 2 tipi: *prodotto Coop gradimento*, giudizio assoluto sul solo prodotto a marchio; *Coop vs Leader di mercato*, giudizio di confronto. Solo quelli che superano il giudizio dei soci diventano prodotti Coop e può riguardare sia i prodotti nuovi sia quelli già in assortimento.

Come funziona il test? Il meccanismo è molto semplice: ai soci, reclutati per fasce di età, viene fatto assaggiare o esclusivamente il prodotto a marchio o il prodotto a marchio e il *competitor leader* di mercato, in questo ultimo caso (test comparativo) il socio non sa quale sia il *competitor* e quale il prodotto a marchio. Dopo l'assaggio viene fatto compilare un questionario con varie domande che riguardano il gradimento del/i prodotto/i a cui si può rispondere secondo una scala preconstituita di giudizi (ad esempio: estremamente gradito, molto gradito, gradito e così via fino all'estremamente sgradito). Se la verifica è su un prodotto *Fior fiore*, una maggiore attenzione è rivolta alla costruzione della platea di assaggiatori che saranno per metà del territorio di appartenenza del prodotto. Inoltre per fregiarsi del marchio *Fior fiore* il punteggio per la promozione è di 1 punto superiore agli altri prodotti: 7 per la promozione, mentre agli altri prodotti Coop per essere "approvati dai soci" basta la sufficienza.

A livello nazionale i soci testano

115 prodotti all'anno in **4** aree territoriali diverse, contro i **20-25** effettuati in agenzia. I soci intervistati nel 2011 sono stati oltre **25mila**, per un totale dal Duemila di più di **370mila**.

ca alla mezzena dalla quale è partita, quindi all'animale, all'allevamento. Insomma la tracciabilità è fatta, l'autenticità del prodotto garantita. ■



A prova di socio

I numeri dell'Approvato dai soci di Unicoop Tirreno.

23 Comitati impegnati in altrettanti test che si sono svolti esclusivamente all'interno dei punti vendita, **1.150** soci assaggiatori. Questi i numeri dell'*Approvato dai soci* nelle 4 regioni di Unicoop Tirreno nei primi **8** mesi

dell'anno. **11 Approvati** per testare solo il gradimento del prodotto a marchio, mentre gli altri **12** hanno messo a confronto il prodotto Coop con il prodotto *leader* di mercato, svolgendosi anche in particolari occasioni ed eventi per l'apertura di nuovi punti vendita o per la riapertura dopo una ristrutturazione. A fine anno si prevede di toccare quota **40 test**, con una partecipazione complessiva per quest'anno di **2mila soci**. **R.N.**



Acrobati della spesa

Tecniche di sopravvivenza e acrobazie nel carrello della spesa per arrivare alla fine del mese, per fare acquisti senza rinunciare alla qualità dei prodotti. Gli italiani e i consumi ai tempi della crisi, secondo il rapporto Coop 2012 su Consumi e distribuzione.

■ Aldo Bassoni



Il 10 per cento delle famiglie più ricche possiede quasi il 46 per cento della ricchezza totale, mentre il 30 per cento delle meno ricche non arriva a detenerne l'1 per cento. Negli ultimi 5 anni il divario fra ricchi e poveri è aumentato ancora e molte famiglie sono alle prese con la quadratura del bilancio, senza vedere uno spiraglio di luce all'orizzonte e un futuro per i propri figli. Il *Rapporto Coop 2012 su Consumi e distribuzione* ci offre una fotografia dell'Italia dai toni decisamente cupi. «Nonostante anni di duri sacrifici, per l'economia italiana e le famiglie il 2012 si presenta come un anno veramente difficile – spiega il vice presidente di Ancc, l'Associazione nazionale cooperative di consumatori, **Enrico Migliavacca** –. Quasi tutti gli indicatori hanno andamenti negativi e anche la sguardo verso il prossimo futuro ne risente. In più l'effetto delle manovre avrà ricadute significative anche sul prossimo biennio». Di nuovo c'è che gli italiani hanno imparato ad affinare le strategie di "sopravvivenza" cercando di parare i colpi di tagli, manovre, *spread* e recessione. Non sempre ci riescono, ma ci provano, senza farsi troppe illusioni su un rapido miglioramento della situazione. E quello che ne viene fuori è un sensibile cambiamento dei comportamenti di consumo.

Felicità

Quanti soldi servono per vivere tranquilli? Almeno 3mila euro mensili è la risposta. Invece, il 30 per cento delle famiglie italiane giudica le proprie entrate non sufficienti a coprire le spese mensili. Ed è chiaro che – salute a parte – non si può vivere sereni senza un minimo di tranquillità economica. Ragione per cui, anche se i soldi non fanno la felicità (ma secondo un celebre detto popolare aiutano), negli ultimi anni è cresciuto sia il numero di chi non ce la fa a sostenere le spese sia di chi, invece, reputa sufficiente il proprio reddito. La percezione di qualche difficoltà ad arrivare a fine mese con il reddito a disposizione è trasversale alle famiglie e non dipende dal consumo. Anche il grado di felicità misurato da Coop nel *Rapporto* non necessariamente aumenta in proporzione al crescere dei consumi. E questo spiega perché famiglie con un grado più alto di felicità si trovano sia tra quelle a basso consumo sia tra quelle che possono destinare più risorse al consumo di ciascun componente familiare. In realtà sul piatto della bilancia pesano soprattutto le preoccupazio-

ni per la situazione economica, il timore che possa peggiorare, e dall'altro lato la qualità delle relazioni familiari, le amicizie e, soprattutto, la salute. Conforta che ben il 94 per cento degli italiani si dichiarano soddisfatti delle proprie relazioni familiari e l'88 per cento anche delle relazioni amicali. L'85 per cento degli italiani inoltre è molto o abbastanza soddisfatto del proprio stato di salute. Ma di fronte al futuro, e soprattutto agli imprevisti che nella vita capitano sempre, oltre il 70 per cento degli italiani non è sicuro di poter affrontare una spesa imprevista di soli 1.000 euro. E dunque, si spiega perché circa 6 famiglie su 10 sono in difficoltà e raggiungono un dato appena sufficiente di "felicità". E i giovani? Nonostante il prezzo che la "generazione persa", come l'ha definita Monti, paga alla crisi, guidano la classifica del benessere soggettivo col punteggio di 6,6, mentre gli anziani non arrivano alla sufficienza. Ma qui ci conforta il pensiero che avere tutta la vita davanti, sebbene colpiti duramente dalla crisi, sia una buona ragione perché i nipoti sorridano un po' di più dei nonni e, talvolta, dei genitori.

Salti mortali

Ed eccoci al dunque. Come fanno gli italiani, o meglio, le famiglie normali, quelle con uno o due redditi da lavoro dipendente, a cavarsela? Come riescono a navigare nei marosi della crisi economica senza naufragare? Con i salti mortali: gli italiani sono diventati acrobati della spesa. Far quadrare il bilancio quando hai un reddito sempre più esiguo, eroso dalle manovre economiche e dall'inflazione, con un componente disoccupato o in cassa integrazione e con un figlio in cerca di lavoro, oppure precario se è fortunato, è molto difficile. E così 1 famiglia su 4 è costretta a indebitarsi per andare avanti. A risparmiare ci riesce soltanto 1 famiglia su 6. D'altra parte, la stretta fiscale e la recessione economica deprimono il potere d'acquisto delle famiglie, la cui capacità di spesa continua a scendere ed è probabile che non inizi a salire prima del 2014. Cade così la domanda di beni durevoli come l'auto o l'arredamento. Anche l'abbigliamento non è sentito come prioritario. Sale, invece, la spesa per servizi legata soprattutto all'invecchiamento della popolazione. Ma il dato significativo è che gli italia-

La copertina del *Rapporto Coop 2012* da cui sono tratte le illustrazioni delle pagine seguenti.



Tecniche di sopravvivenza

Anche a tavola gli italiani fanno di necessità virtù. Alla ricerca del massimo risparmio senza rinunciare alla qualità e al benessere.

■ Aldo Bassoni

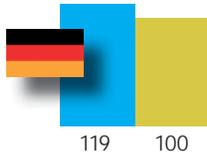
Uno degli aspetti più interessanti, se così possiamo dire, di questa crisi, è la maggiore attenzione della gente agli sprechi. Così a fronte di un aumento medio dei listini del 4 per cento (nel primo semestre 2012) le famiglie sono riuscite a contenere l'incremento del costo della loro spesa al 2,5 per cento, che significa il risparmio di 1 miliardo di euro. In questo contesto diminuisce ancora la quota destinata ai consumi alimentari (nel 2011 siamo al 14,2 per cento sul totale). Evidentemente si fa più attenzione a ridurre quell'8 per cento di cibi e alimenti che finisce sprecato per diversi motivi. «Il taglio è frutto di una maggiore attenzione nella scelta dei prodotti e delle quantità acquistate così da sfruttare le promozioni, cogliere i vantaggi del marchio commerciale (che nel caso di Coop sta crescendo con grande successo) e appunto evitare gli sprechi», commenta **Albino Russo**, responsabile dell'Ufficio studi di *Ancc*.

spesa», alla ricerca del massimo risparmio, ma senza trascurare l'attenzione verso la qualità». Ed è per questo che il *Rapporto Coop* definisce gli italiani «scienziati della spesa», «perché sono capaci di risparmiare senza rinunciare a qualità e valori», aggiunge il presidente del Consiglio di gestione di *Coop Italia* **Vincenzo Tassinari**. Infatti, ben l'84 per cento dichiara di aver modificato i propri comportamenti d'acquisto nell'ultimo anno. Mediamente si fa la spesa una volta ogni 2 giorni (al Sud anche più spesso). Questo consente di acquistare solo l'essenziale e di prestare maggiore attenzione a quello che si compra. Si fa la spesa senza riempire troppo il frigorifero, cercando di utilizzare gli alimenti prima della scadenza, pianificando attentamente gli acquisti, scegliendo confezioni più piccole o divisibili, comprando anche alimenti sfusi. Insomma, una serie di comportamenti virtuosi che sono l'altra faccia della crisi, quella di chi dice che la felicità non dipende dalla quantità di beni acquistati, ma anche dalla sobrietà, dalla parsimonia e dalla eliminazione o almeno dal contenimento degli sprechi. Senza peraltro rinunciare al piacere della buona tavola e a un'alimentazione sana. ■

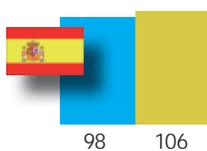
I consumi procapite degli europei (Ue27=100, 2010)

■ alimentari e bevande alcoliche
■ totale

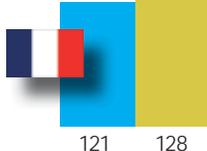
Germania



Spagna



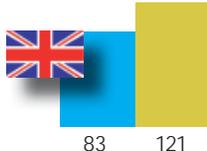
Francia



Italia



Gran Bretagna



Elaborazioni Ufficio Studi Ancc-Coop su dati Eurostat

Stiamo freschi!

I più colpiti dall'austerità gastronomica sono pesce, cereali e frutta. In compenso, nell'ultimo anno, è cresciuta l'attenzione al fresco: la spesa di prodotti deperibili è aumentata dell'1,4 per cento a parità di quantità acquistate. Lo stesso dicasi per ortofrutta, carne, salumi e formaggi. È qui che le famiglie cercano il risparmio. Salvando, però, la qualità – quando è possibile – a vantaggio del benessere e della salute attraverso una alimentazione sana. «C'è una cosa alla quale noi non possiamo rinunciare ed è il nostro modello alimentare, da tutti riconosciuto come il più evoluto sia a livello europeo che mondiale – questo ci insegna la crisi sempre secondo Russo –. Infatti, pur essendo oramai lontani dai vertici europei per livello totale dei consumi, siamo invece in Europa il paese con la spesa alimentare più elevata. Solo i francesi ci eguagliano. Quindi, in un contesto di grande difficoltà economica e di sfiducia, il consumatore italiano sta utilizzando tutti i mezzi a disposizione per ottimizzare il proprio “carrello della

Quando compra i prodotti alimentari quanto è importante...

molto e abbastanza importante (%)	qualità	prezzo	origine geografica	marca
	Unione Europea	96	91	71
Germania	98	83	74	31
Spagna	97	96	66	42
Francia	96	94	75	38
Italia	93	91	88	68
Gran Bretagna	96	92	52	36

Elaborazioni Ufficio Studi Ancc-Coop su dati Eurobarometro 2012



Potere d'acquisto

Come Coop contiene l'aumento dei prezzi.
Sempre dalla parte di soci e consumatori.
Ne parliamo con Vincenzo Tassinari.

26

■ Dario Guidi

«**S**erve un patto contro l'inflazione, serve subito un'iniziativa politica promossa dal Governo che metta intorno a un tavolo i diversi soggetti, produttori, industria e Grande Distribuzione, per combattere insieme una battaglia fondamentale contro l'aumento dei prezzi». A lanciare l'allarme è **Vincenzo**

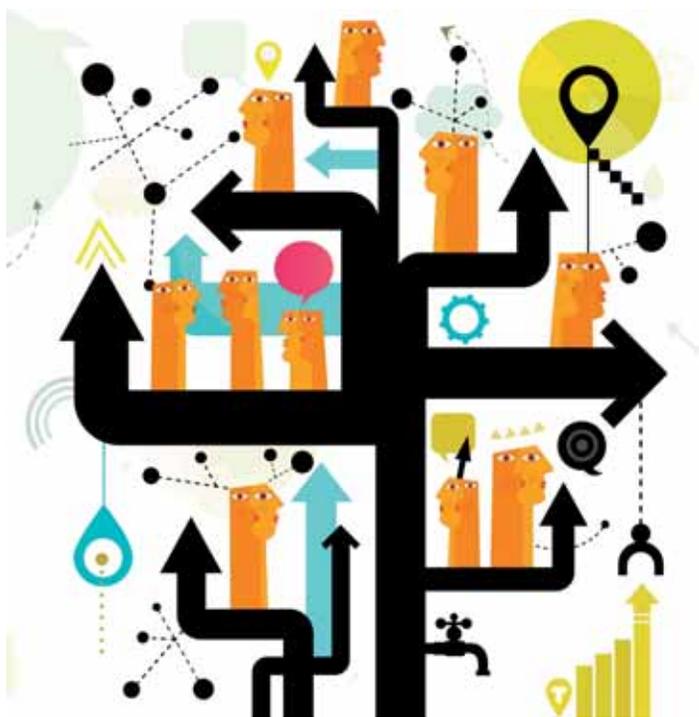
di tutelare il potere d'acquisto delle famiglie, mettendo quest'obiettivo al primo posto per tutti, senza pensare ai tratti di un problema che si può scaricare sugli altri pezzi della filiera».

Coop in crescita

Il quadro delineato da Tassinari accompagna i dati del *Rapporto Coop 2012 Consumi e Distribuzione*, un rapporto che è un lungo elenco di segni meno. «Capisco che il Presidente del Consiglio Monti – prosegue Tassinari – cerchi di trasmettere ottimismo. I provvedimenti adottati dalla Banca Centrale Europea sembrano consegnare se non altro una fase di maggiore respiro. Il fatto, però, è che i messaggi positivi devono urgentemente trasformarsi in qualcosa di concreto, che i consumatori e le imprese possano toccare con mano».

In questo difficile 2012, le cifre sull'andamento del sistema Coop segnano comunque una tenuta tanto più significativa quanto più se rapportata al quadro generale. «Per l'anno in corso – continua Tassinari – registriamo un aumento del fatturato, che a fine anno stimiamo sarà dell'1,1 per cento, con 13,2 miliardi di vendite. Siamo una realtà solida oggi e per gli anni a venire, anche se pure noi sentiamo i colpi della crisi. Se teniamo conto di un'inflazione al 2,5, si capisce che anche la nostra crescita non basta. Nei consumi delle famiglie, che l'Istat ha certificato in contrazione del 3,5 per cento, a essere colpiti decisamente sono i beni durevoli, dove registriamo un meno 7,8 per cento. Dalle nostre stime la *spending review* delle famiglie ha ridotto la spesa di 1 miliardo di euro. Si eliminano determinati prodotti, si va di più nei *discount* e così via».

Però Tassinari aggiunge una riflessione sulla lettura da dare a ciò che sta cambiando: «Sarebbe un errore – spiega il presidente di *Coop Italia* – pensare che siamo di fronte solo a una pauperizzazione del mercato, per cui ciò che conta è solo il prezzo basso. Il successo del prodotto a marchio Coop,



Tassinari, presidente del Consiglio di gestione di *Coop Italia*, che aggiunge: «I dati parlano chiaro, abbiamo ricevuto richieste di aumenti che, combinate, fanno prevedere un aumento dei listini e quindi dell'inflazione 2013 nell'ordine del 4,9 per cento. Questa prospettiva, sommata al quadro di ciò che stiamo vivendo nel 2012, con disoccupazione, consumi in calo e un *Pil* che scende di circa 2 punti e mezzo, rischia di diventare una sorta di tempesta perfetta. Noi, come Coop, siamo pronti a fare la nostra parte per combattere gli aumenti, come abbiamo sempre fatto, contrastando iniziative e richieste ingiustificate. Ma in questa fase da soli non bastiamo. Qui il tema è che se si vuole davvero far ripartire il Paese occorre definire un'intesa che veda diversi soggetti farsi carico insieme dell'obiettivo



Vincenzo Tassinari, presidente del Consiglio di gestione di *Coop Italia*.





che nel primo semestre 2012 è arrivato a rappresentare il 27,1 per cento delle vendite e ha un trend di crescita del più 13,8, ci dice che il consumatore vuole convenienza e qualità assieme, e premia le offerte che riescono a tenere insieme questi elementi.»

Liberi noi

Altri segmenti in cui il marchio Coop conferma il proprio successo sono quelli della telefonia, con *CoopVoce* arrivato a 851mila attivazioni, nonostante si trovi a sfidare giganti che investono somme enormi in promozioni e pubblicità, e quello dei farmaci, dove i 105 *Coop Salute* hanno superato nel 2011 gli 84 milioni di euro di vendite, garantendo un buon 29 per cento di risparmio rispetto ai prezzi delle farmacie. «Come Coop abbiamo dimostrato di credere nella liberalizzazione dei mercati e siamo stati pronti a investire per garantire maggiore convenienza alle famiglie. Ma purtroppo anche gli ultimi provvedimenti del Governo sono più che altro occasioni perse per colpa delle resistenze che si registrano sui diversi fronti. Potrei aggiungere i carburanti, su cui siamo interessati ad ampliare la nostra presenza, ma sui quali le normative restano davvero troppo vincolanti». Ma la conclusione del ragionamento di Tassinari è

di nuovo sulla prospettiva generale e sull'urgenza di misure che sostengano i consumi: «La politica europea in questi anni ha fatto scelte sbagliate. Anche la Germania, che pure è il paese più solido di quest'area, ha il segno meno nei consumi. Servono stimoli e sostegni ai redditi, specie a quelli più bassi. Ricordiamo che di fronte abbiamo quel rischio di tempesta perfetta di cui ho parlato all'inizio. Aumenti nell'ordine del 5 per cento sono insostenibili. Come Coop, fissando a 100 i prezzi dell'anno 2000, oggi siamo a 118, contro un dato *Istat* di 132. Abbiamo garantito convenienza e siamo determinati a continuare a fare la nostra parte. Ma serve la definizione di un rapporto di collaborazione piena con i produttori e il mondo delle industrie italiane. Specie con il mondo dell'agricoltura, con *Coldiretti*, con *Legacoop* agroalimentare abbiamo dato vita a iniziative importanti, che hanno portato a proporre nuovi prodotti, come pasta, vino e olio, che rappresentano le eccellenze del nostro Paese. Bisogna continuare su questa strada per affermare un nuovo modello di consumi che sia virtuoso, che tenga insieme sobrietà, qualità, sicurezza e rispetto dell'ambiente. Se sarà così il nostro Paese ha risorse straordinarie da mettere in campo». ■



Rispetto a un anno fa, ha modificato i suoi comportamenti per risparmiare sulle spese familiari? (in %)

giugno	2009	2010	2011	2012
Sì	72	73	69	84
No	28	27	31	16

Se si alla domanda precedente...

Rispetto a un anno fa, quali azioni ha intrapreso per risparmiare sulle spese della sua famiglia? (in %)

giugno	2009	2010	2011	2012
Spendere meno per nuovi abiti	66	69	66	63
Ridurre sui piatti d'asporto (i pasti take-away)	25	26	59	61
Ridurre le spese per intrattenimento fuori casa	61	60	53	61
Passare a marchi più economici (prodotti di largo consumo)	16	44	53	57
Ridurre le vacanze / soggiorni brevi	51	53	37	47
Usare la mia auto meno spesso	31	34	35	67
Provare a risparmiare su gas ed elettricità	45	48	53	42
Ritardare la sostituzione degli elementi principali per la casa	30	36	63	36
Ridurre le spese telefoniche	28	34	36	31
Ritardare l'aggiornamento della tecnologia (pc, cell. ecc.)	40	42	42	30
Tagliare le vacanze annuali	40	45	31	30
Ridurre le spese per intrattenimento in casa	18	20	27	27
Ridurre l'acquisto o acquistare marche di alcolici più economiche	10	14	18	17
Ridurre il fumo	11	11	10	15
Ricerca di migliori offerte per i mutui, assic., carte credito ecc.	18	21	21	13
Ho intrapreso altre azioni non elencate sopra	13	10	5	3

Fonte: Nielsen Global Online Consumer Confidence, Concerns and Spending Intentions - giugno 2012 - % rispondenti - Italia

Un medico in famiglia

Fondazione Ant, Mellin e Coop insieme per "Bimbi in Ant", il progetto d'assistenza domiciliare oncologica pediatrica gratuita.

A settembre ha preso il via un progetto solidale che per la prima volta vede coinvolti la Fondazione *Ant Italia Onlus* – la più ampia esperienza al mondo di assistenza socio-sanitaria domiciliare gratuita ai sofferenti di tumore, Coop, la maggiore catena



distributiva italiana, e *Mellin*, azienda italiana leader nel campo dell'alimentazione per l'infanzia. Una collaborazione di attori sensibili al sociale a

sostegno di "Bimbi in Ant", il servizio d'assistenza domiciliare gratuita per i piccoli malati di tumore nato nel 2004 e portato avanti dalla Fondazione *Ant* per garantire ai piccoli sofferenti oncologici di avvalersi di prestazioni mediche, infermieristiche e psicologiche specializzate direttamente a casa, in famiglia.

Per un anno il nuovo omogeneizzato *Mellin* "Mela Pera", personalizzato con il logo *Ant* e una breve descrizione dell'iniziativa, sarà distribuito in esclusiva nei punti vendita Coop (quasi 1.500 in tutta Italia). Una parte del prezzo di vendita contribuirà a rendere possibile ogni giorno l'attività

di medici, infermieri e psicologi *Ant* impegnati nell'assistenza ai bambini sofferenti di tumore. Inoltre, **dal 25 ottobre al 7 novembre 2012**, in tutti gli IperCoop, si svilupperà un'ulteriore campagna solidale: acquistando 5 confezioni di omogeneizzati *Mellin* a scelta tra la gamma di carne e/o frutta, *Ant* riceverà una donazione di 1 euro per "Bimbi in Ant".

Grazie alle risorse reperite sul territorio con iniziative simili a queste, dal 1985 a oggi *Ant* ha assistito a domicilio circa 87mila sofferenti (dati aggiornati al 31 dicembre 2011) in modo totalmente gratuito ad opera dei 20 Ospedali Domiciliari Oncologici *Ant* (*Odo-Ant*) presenti in 9 regioni d'Italia. Si tratta di un'équipe di professionisti che portano a casa dei malati prestazioni sanitarie pari a quelle ospedaliere ma anche sostegno umano e psicologico. In Toscana *Ant* opera dal 1995: nei 2 *Odo-Ant* presenti sui territori di Firenze-Prato e Pistoia e Valdera-Livorno sino a oggi sono stati 3.808 i pazienti assistiti gratuitamente a domicilio da 9 medici, 3 infermieri e 3 psicologi; quotidianamente sono in assistenza oltre 180 persone. *Ant* è inoltre attiva nella prevenzione oncologica, con progetti di diagnosi precoce del melanoma, delle neoplasie tiroidee, ginecologiche e mammarie: in Toscana dal 2004 a oggi sono stati effettuati 6.444 controlli dermatologici gratuiti nell'ambito del *Progetto Melanoma Ant*. ■

Tele spiegate

Nel catalogo soci le tele di Fabio Vettori che si possono avere gratis con i soli punti o con un'integrazione in denaro.

Tra i premi presenti nel catalogo soci 2012-2013 di Unicoop Tirreno ci sono le tele dell'artista trentino Fabio Vettori, ideatore delle spiritose e dinamiche formiche controfigure degli umani che quest'anno festeggiano quarant'anni debuttando sul piccolo schermo con un cartone animato realizzato in collaborazione con *Mondo Tv* e *Rai Fiction*.

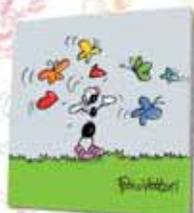
Nate nel 1972, solo a partire dal 2010 vengono riprodotte dall'autore in serigrafie - dalla tiratura limitata e non numerate - di tela naturale biodegradabile al 100 per cento, tesa manualmente su un telaio

di legno di alto spessore presso la "Bottega del Quadro" di Feltre (BL). Le tele di Vettori ritraggono formiche che guidano, ballano, cucinano, vanno a scuola, praticano sport e si spassano ma possono anche essere personalizzate su richiesta, "commissionando" ad esempio al loro illustratore - anche in formati più grandi dei classici 20x20 o 40x40 - formiche che militano nella squadra del cuore o che vestono i panni di una certa professione o, come ha richiesto Coop, che fanno la spesa di prodotti *Eco*, *ViviVerde*, *Bio*, *Solidal*. La tela che ritrae la spesa a marchio Coop è una delle quattro presenti in catalogo che i soci possono avere gratis con 1.600 punti oppure aggiungendo a 800 punti 8 euro ciascuna. ■ C.V.

Info www.fabiovettori.com



FabioVettori



I soci possono avere ciascuna tela con 1.600 punti oppure

800 punti + 8,00 euro



Giusta causa

Gli eventi promozionali di Faccio la spesa giusta nei Supermercati e negli Iper con sconti sui prodotti Solidal.

Torna ad ottobre, dal 13 al 28, la *Spesa giusta*. Valore alle tue scelte - nona edizione -, momento di massima visibilità del commercio equo e un'occasione per far conoscere ai consumatori i prodotti certificati *Fairtrade*, ente promotore dell'evento. Per Coop è un'opportunità per consolidare il proprio ruolo nell'ambito dell'economia etica che si concretizza nei prodotti a marchio *Solidal Coop*: quest'anno *Faccio la spesa giusta in Coop* è associata a 2 pacchetti promozionali, 1 nei Supermercati dal 18 al 31 ottobre e l'altro negli Iper dall'11 al 24 ottobre, con sconti del 20 per cento su tutti i prodotti *Solidal* (cereali, infusi, caffè, tè, snack salati, frutta secca, miele, cioccolato, biscotti, succhi di frutta, creme spalmabili, linea di abbigliamento KH) in particolare con la promo di 2 nuovi prodotti del 2012, i crackers al sesamo e gli anacardi. I crackers *Solidal Coop* (200 g) sono, infatti, realizzati con oltre il 23 per cento di materia prima certificata *Fairtrade* (riso e sesamo) proveniente da piccole aziende della Thailandia e dell'Africa dove è garantito il rispetto dei lavoratori e la certezza di un pagamento migliore per il prodotto. Gli anacardi *Solidal* (100 g), tostati e salati, sono provenienti prevalentemente dal Ghana dove l'associazione *Gbankuliso Cashew*, con 800 agricoltori e certificata *Fairtrade* dal 2008, opera su un'estensione di 2mila ettari di terra ed è gestita in modo democratico dai suoi membri. **B.S.**



Benvenuti al Sud

30

■ Alessandra Bartali

Chi ha visto il film di Luca Miniero parte avvantaggiato per almeno due motivi: sa che per raggiungere la costa campana il tratto di autostrada tra Napoli e Salerno è solo apparentemente più immediato della statale, e sa anche che quando un "forestiero" va al Sud piange due volte, quando arriva e quando parte.

La bella vita

In realtà arrivando a Sorrento proprio non viene a mente un motivo per cui lamentarsi, se non qualche bruttura edilizia, puntualmente condonata, che circonda il nucleo cittadino, come una grinza nell'immagine a tratti inamidata e fiabesca della penisola sorrentina. Per il resto, Sorrento sprizza benessere da tutti i pori: nelle stradine del



vecchio borgo che in estate si riempiono di giovani turisti americani sciamanti di locale in locale, nei *boutique hotel* sempre pronti ad accogliere esponenti del *jet set* internazionale, nei numerosi

ristoranti che sfoggiano nella vetrina d'ingresso le stelle *Michelin*. La vita sembra amabilmente superficiale e facile a Sorrento, come fu facile nel Medioevo, quando la città collezionava vittorie nelle guerre contro i Saraceni, Amalfi e Guaimaro V, principe di Salerno. Chi non ama né la vita notturna né i giochi di società basati sul vedere e l'essere visti, attende la fine della stagione estiva per godersi una passeggiata nei vicoli del centro storico, che senza l'invasione di chiassosi vacanzieri tornano a mostrare il tracciato ortogonale delle strade di origine romana, dal duomo romanico alle mura cinquecentesche, passando per il Museo Correale di Ter-

Sorrento, Positano, Amalfi, Cetara, Ravello, Pompei: viaggio tra antiche vestigia, borghi arroccati, scorci panoramici azzurro mare, con tanto di limoni e limoncello.

ranova, una lussuosa dimora ricca di mobili preziosi, raffinate porcellane e rari dipinti. E per ammirare dal mare l'immagine struggente di un borgo sotto sul tufo a picco sul mare, cercando di eludere gli abusi edilizi dall'inquadratura della macchina fotografica o eliminandoli al più tardi con *Photoshop*.

Azzurro perla

Non c'è bisogno di ritocchi, invece, nelle immagini scattate a Positano, pochi km verso l'interno della penisola sorrentina, chiamato "la perla della costa d'Amalfi" non solo per la sua bellezza, ma anche per la sua posizione incastonata nella montagna-ostrica. "In questo paesaggio incomprensibile, solo il mare è orizzontale, e tutto ciò che è terra ferma è quasi perpendicolare", annotò lo scrittore ottocentesco Astolphe-Louis-Léonor nei suoi appunti di viaggio: il paese, infatti, si sviluppa tutto in altura, per cui è bene pensarci due volte prima di accodarsi ad una delle processioni che scandiscono il ritmo annuale di Positano, dove la religione è a tal punto parte della vita di comunità che anche la squadra locale di calcio prende il nome da San Vito, patrono del paese.

Proseguendo verso est la penisola sorrentina si immette nella costiera amalfitana, che l'*Unesco* ha consacrato nel 1997 patrimonio mondiale dell'umanità, restituendo al paese da cui prende il nome quel prestigio di cui la repubblica marinara di Amalfi godette finché la rivale Pisa, nel XII secolo, non le rovinò la festa. Di quel periodo di splendore gli amalfitani hanno conservato il senso commerciale, che allora li indusse a trafficare anche con napoletani e saraceni nonostante l'ostilità, e adesso gli permette di sfruttare la bellezza di un borgo arroccato sulla montagna incassando cifre astronomiche per pietanze tipiche offerte in ristoranti esclusivi. Per digerire, oltre al limoncello (quello vero), il paese offre una piacevole passeggiata che dalle stradine interne porta fin dentro al mare, grazie ai pontili che aprono spettacolari prospettive sul paese. Se la viabilità lo permettesse,

sarebbe bello poter passeggiare fino a Cetara, ad una decina di km da Amalfi, l'unico paese della costiera dove gli abitanti fanno ancora i pescatori invece di aprire alberghi e residenze per turisti. Ma la strada più panoramica del Sud Italia (l'unica che collega i paesi della costiera) paga il prezzo degli spazi ristretti e nessuno si azzarda ad avventurarsi a piedi tra auto, bus e motorini che si contendono a suon di clacson le due corsie a picco sul mare.

Terrazza con vista

Meglio allora dirigersi verso l'interno e godersi lo spettacolo dall'alto: tra Amalfi e Cetara, a pochi km dalla costa, si affaccia un paese che di fatto è una terrazza. Ravello regala panorami indimenticabili a tutti, ma attira particolarmente intellettuali e amanti della musica, grazie soprattutto al *Ravello Festival* che da giugno a settembre offre concerti dall'alba a mezzanotte nella splendida cornice di Villa Rufolo. La dichiarata intenzione dell'amministrazione di estendere la vocazione musicale anche al periodo invernale cozza

con la realtà dell'auditorium realizzato dall'architetto brasiliano Oscar Niemeyer (lo stesso che progettò la città di Brasilia), inaugurato tra le polemiche degli ambientalisti nel 2010 e da allora raramente utilizzato. Mutatis mutandis, da qualche tempo la polemica investe anche il sito archeologico di Pompei, la città antica che nel 79 d.C. un'eruzione del Vesuvio seppellì sotto metri di cenere e lapilli fino al XVI secolo, quando per caso i lavori di costruzione di un acquedotto ne rivelarono l'esistenza. I cinici dicono che, dopo i recenti crolli attribuiti da molti all'incuria in cui versa il sito, chi vuole visitarlo deve sbrigarci. Girando per le sue strade ci si può immaginare la vita agiata che si conduceva nella città sepolta, di cui però non si hanno molte notizie. È invece tangibile il lusso della Reggia di Caserta, tornando verso Nord, ultima tappa dell'itinerario. ■



31

Per la promozione del viaggio vedere a pagina 36 le offerte per i soci Unicoop Tirreno.

Convenzioni



NISSAN SKIPASS 2012

XIX SALONE DEL TURISMO, DEGLI SPORT INVERNALI E DEL FREESTYLE

Modena Fiere 1 - 4 novembre 2012 - Info: www.skipass.it.

Anche quest'anno i soci Coop potranno visitare, usufruendo di uno sconto dedicato, la XIX 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 quinta edizione della gara internazionale di snowboard "Stomp it" e i campionati italiani assoluti di arrampicata.

Accanto allo snowboard e al freeski, protagonisti dello spettacolo nell'arena esterna, tornano anche quest'anno le gare e le pericolose esibizioni di motocross e di skateboard. Gratuitamente a disposizione del pubblico sono numerose strutture e attività: la scuola di snowboard su neve vera e la scuola di skate per i bambini, e sempre per i bimbi, lo snowtubing e il trampolino. Per grandi e piccini: lo skatepark, la parete da arrampicata e il boulder, il percorso mountain bike, i corsi di nordic walking e il materassone gonfiabile. L'attrezzatura e l'assistenza sono fornite gratuitamente dall'organizzazione della fiera.

Per i soci Coop: 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.



San Vincenzo Venturina (LI)

32

dal 1 ottobre

Dal 1 ottobre partono gli incontri di Educazione al Consumo Consapevole per adulti promossi dalla Sezione soci di San Vincenzo Venturina. Questo il programma: 1 ottobre, ore 17, Sala soci di S. Vincenzo "Senza glutine" a cura di Massimiliano Matteoni, nutrizionista ed etologo alimentare. 5 ottobre ore 17, Supermercato Venturina "Vicino a noi - Valorizziamo i nostri prodotti" a cura di Francesco Gentili, formatore Scuola Coop, esperto enogastronomia. 19 ottobre ore 17, Supermercato Venturina "La nostra identità: storie, aneddoti e cucina locale" a cura di Francesco Gentili. 26 ottobre ore 17 Sala soci di Venturina "Emozioni a tavola. Approccio sensoriale agli alimenti" a cura di Renato Nesi, comunicatore esperto in enogastronomia. 16 novembre ore 17 Sala soci Venturina "Alimentazione e generazioni" a cura di Giusi D'Urso, biologa nutrizionista.

Cecina (LI)

dal 5 ottobre

Nel mese di ottobre presso lo spazio della biblioteca del Supermercato di Cecina inizia il secondo ciclo di incontri formativi con consulenti Coop. Venerdì 5 ottobre Ornella Gianforma parlerà di "Erbe selvatiche" del territorio e il loro uso in cucina; venerdì 12 ottobre sarà Francesco Gentili con la "Storia del territorio e della cucina locale" a parlare delle storie, degli aneddoti e della cucina locale; venerdì 19 ottobre chiude il ciclo di incontri Renato Nesi con "La valorizzazione dei prodotti locali".

Grilli (GR)

dal 5 ottobre

Dopo l'incontro sui prodotti della filiera corta *Vicino a noi* di Unicoop Tirreno, con Francesco Gentili esperto di enogastronomia, venerdì 5 ottobre alle ore 16 Roberto Giomi di Unicoop Tirreno e Lorenzo Tilli, responsabile Comunicazione del *Coseca*, intratterranno il pubblico sulle pratiche della corretta raccolta differenziata. Gli incontri sono promossi dalla Sezione soci Colline Metallifere, in collaborazione con la Pro Loco Grilli e il *Coseca* presso la sede della Pro Loco (Parco Pubblico).

Ribolla

Roccastrada (GR)

dal 6 ottobre

A conclusione dei percorsi di Educazione al Consumo Consapevole sulle buone pratiche ambientali cittadine o paesane, la Sezione soci Est Maremma e l'Istituto Comprensivo "Leopoldo II Granduca di Lorena" di Roccastrada, in collaborazione con il Comune di Roccastrada e il *Coseca*, presentano la

raccolta degli elaborati degli alunni. Agli incontri che si terranno sabato 6 ottobre ore 16,30 presso il Centro Civico di Ribolla, in piazza della Libertà e sabato 13 ottobre alle ore 16,30 presso il Centro Civico di Roccastrada, in via del Convento, parteciperanno il dirigente scolastico Loretta Borri e il sindaco di Roccastrada Giancarlo Innocenti.

Terracina (LT)

6 ottobre

Da ottobre a gennaio è previsto il corso "English is fun" di lingua inglese per i bambini dai 7 agli 8 anni con insegnanti di madre lingua inglese. Il corso, sviluppato prevalentemente in forma ludica, avrà inizio il 6 ottobre con incontri ogni sabato dalle 15.30 alle 17 presso la sede del Comitato soci di Terracina (1 piano supermercato Coop). Quota di iscrizione di 31 euro comprensiva di materiale didattico. Per informazioni e iscrizioni contattare il socio Celestino 3280057982, la socia Vienna 3405658227, le insegnanti Lorena 3383375102 e Cristina 3393772218.

Follonica (GR)

7 ottobre

Il 7 ottobre trekking solidale a cala Violina con ritrovo alle ore 9 presso il parcheggio del supermercato Coop di via Chirici a Follonica. Partenza con mezzi propri con destinazione località Portiglioni (parcheggio auto). Alle ore 13 pranzo a marchio Coop offerto dalla Sezione soci di Follonica/Castiglione Della Pescaia. Dopo pranzo giochi e attrazioni per grandi e piccini. Quota di partecipazione: 12 euro adulti, 10 bambini al di sotto dei 10 anni di età. Il ricavato dell'iniziativa sarà devoluto al *Coordinamento Interparrocchiale delle Opere Caritative* di Follonica. Prenotazioni e informazioni entro il 6 ottobre dalle 10 alle 12 e dalle 17 alle 19 presso la Sezione soci di Follonica nel Centro Commerciale di via Chirici.

Roma

7 ottobre

Il 7 ottobre alle ore 12,30 presso il ristorante "Nevada" in via Casal dei Venti 31 località Monteroni, la Sezione soci Etruria organizza un pranzo di solidarietà con intrattenimento musicale a sostegno del progetto *CoopxTogoxWanda*. Quota di partecipazione 25 euro. Info: 3382363189 (Francesca) e 3498319740 (Adriana).

dal 10 ottobre

Dal mese di ottobre sono previsti dei corsi di decorazioni natalizie, con l'utilizzo di prodotti alimentari. Si tratta di un incontro a settimana per tre settimane, con inizio mercoledì 10 ottobre dalle ore 10 alle 12 o venerdì 12 ottobre dalle 14 alle 16 presso il Centro soci di Roma in via E. D'Onofrio 67. Il corso è gratuito ed è riservato a tutti i soci Coop. Per informazioni rivolgersi al Centro Soci nei giorni di lunedì, mercoledì e venerdì dalle 9 alle 13, 0640500840, centrosociroma@unicooptirreno.coop.it.

Il ricorso di Coop

Chiuso l'Incoop di via Rovetta, Unicoop Tirreno resta in attesa di una pronuncia del Tar sul ricorso presentato contro il provvedimento del Comune di Grosseto.

33

Ronciglione (VT)

dall'11 ottobre

Serie di incontri rivolti ai soci e consumatori che frequentano il negozio di Ronciglione. Dopo la spesa guidata insieme alla dietista Coop e la presentazione del libro di Monica Pacchini, giovedì 11 ottobre alle ore 16,30 Luca Antonelli darà informazioni sulla carta SocioCoop. Giovedì 8 novembre alle ore 16 Aldo Bassoni, direttore di *Nuovo Consumo*, presenta la rivista di Unicoop Tirreno mentre giovedì 13 dicembre alle ore 16 pomeriggio di solidarietà per il Sostegno a distanza di Unicoop Tirreno in collaborazione con *Avsi*.

Viterbo

13 ottobre

Sabato 13 ottobre avrà luogo presso il centro commerciale Tuscia di Viterbo la premiazione dei vincitori delle 2 sezioni *Una foto per Rosa* e *Paesaggi della Tuscia* del XII Concorso fotografico di S. Rosa ideato dalla Sezione soci di Viterbo per la celebre ricorrenza religiosa del 3 settembre. Seguirà poi la mostra di tutte le foto pervenute.

Amelia (TN)

dal 13 ottobre

Sabato 13 e sabato 27 ottobre, dalle ore 16,30 alle 20, presso il punto vendita di Amelia, il Comitato soci (sezione Valnerina) organizza una degustazione di vini delle cantine locali alla presenza di un sommelier *Fisar*.

Scarlino Scalo (GR)

21 ottobre

La Sezione soci Colline Metallifere, in collaborazione con il ristorante "La Maremma" in località Castellina a Scarlino Scalo, organizza domenica 21 ottobre alle ore 12,30 un pranzo di solidarietà a sostegno del progetto *Buon Fine* di Massa Marittima e di Gavorrano, i 2 comuni, tra i territori della Sezione soci, dove il servizio è attivo.



Dall'1 al 15 ottobre lo *Scelto dai soci*, l'opportunità per i soci di avere in esclusiva prodotti da loro stessi scelti con un forte sconto, propone una forma intera di formaggio Marzolino del *Caseificio Spadi* di Follonica, uno dei produttori inseriti nel circuito *Vicino a noi*. Il vantaggio è pari al 40 per cento di sconto (limite massimo di acquisto di 6 pezzi) con il prezzo al chilogrammo di 6,30 euro invece di 10,50.

A un mese e mezzo dalla chiusura dell'Incoop di Via Rovetta, imposto dall'Amministrazione comunale di Grosseto, non si intravede ancora una soluzione per i soci, che non hanno più il loro Supermercato, per i fornitori locali che hanno denunciato ingenti perdite, per i dipendenti, momentaneamente collocati in altri punti vendita della Cooperativa, e per il quartiere che, dopo 44 anni di attività, ha perduto un importante servizio commerciale e un luogo d'aggregazione sociale. Nel momento in cui scriviamo, il Tar non si è ancora pronunciato sul ricorso della Cooperativa contro il provvedimento del Comune di Grosseto che il 13 agosto ha fatto scattare la chiusura del negozio. Nel frattempo la Cooperativa continua a cercare una collocazione alternativa nella stessa zona, impresa non facile per la scarsa presenza di fondi commerciali adeguati. Viene da chiedersi come sia possibile che, nonostante la grave crisi occupazionale che colpisce il paese, un'Amministrazione comunale si assuma la responsabilità di mettere a rischio 14 posti di lavoro in una città duramente colpita dalla crisi. Eppure è quello che è accaduto: con due diversi provvedimenti di due uffici differenti, uno dei quali chiedeva solo la messa a norma di alcuni impianti, l'Amministrazione comunale di Grosseto ha imposto la chiusura del supermercato. Il motivo? Mancanza d'agibilità. A quanto pare tutto è partito da un esposto anonimo alla Procura. Ma mentre il Comune non è stato in grado di esibire le vecchie licenze a suo tempo rilasciate, la Cooperativa ha prodotto svariati documenti che attestano la regolarità dell'esercizio commerciale. «Siamo fermamente convinti di aver rispettato le leggi e i relativi regolamenti di attuazione posti a disciplina delle attività commerciali e a tutela dei soci, dei consumatori e dei lavoratori, facendo affidamento sul principio del diritto che prevede che gli atti giuridici in genere e quelli autorizzatori in particolare siano incardinati nelle norme vigenti al momento della loro adozione, in questo caso a quelle del 1968», dichiara **Paolo Bertini**, responsabile Relazioni esterne di Unicoop Tirreno. Ma gli argomenti (e i documenti) presentati dalla Cooperativa non hanno spostato di un millimetro la posizione del Comune. Nemmeno una serie d'incontri con le autorità cittadine, sindacati, soci e dipendenti, nonostante il particolare e apprezzato impegno del Prefetto per una positiva soluzione, sono serviti a trovare uno sbocco alla vicenda: alla fine l'Amministrazione comunale ha deciso di andare per la sua strada, sorda anche di fronte alla disponibilità della Cooperativa a migliorare i locali del negozio, peraltro non di sua proprietà. ■

Social Coop

Unicoop Tirreno e Facebook, amicizia a prima vista.

34

Foto vintage di vacanze in bianco e nero; montagne rinfrescanti; mare, tanto mare e bambini, numerosi e sorridenti. Nel momento in cui si scrive (prima settimana di settembre, ndr) sono più di 100 le foto inviate alla fan page Facebook di Unicoop Tirreno. Gli amici, che in soli 2 mesi hanno toccato quota 3mila e continuano ad aumentare, si sono impegnati a interpretare la stagione estiva su invito di *La tua estate con la Coop - Ieri e Oggi*: il concorso fotografico on line terminato il 20 settembre. La foto più votata dai "Mi Piace" è diventata l'immagine di copertina della pagina Facebook ed è stata pubblicata anche sugli altri strumenti di comunicazione web della Cooperativa. La fan page ha così ingranato la marcia,



raccogliendo un pubblico ampio, eterogeneo, attivo e attento. Uno spazio colorato e vivace che ha debuttato sul social network lo scorso luglio e, oltre alle foto e ai commenti, si è animato di richieste d'informazioni sui punti vendita, i prodotti a marchio e le iniziative della Cooperativa, come il *Vicino a noi* o la campagna scuola. La pagina viene ravvivata giornalmente da Anna Iacomelli (Comunicazione Web), Beatrice Ramazzotti (Ufficio stampa) e Silvia Agostini (Filo Diretto) perché, si sa, Facebook non perdona, e basta un solo giorno di silenzio per far calare l'attenzione degli utenti. In particolare è il *Filodiretto* a occuparsi di rispondere alle richieste istituzionali o a eventuali critiche e suggerimenti. Continuate a seguirci, le novità non mancheranno. ■ B.R.

S.P.Q.L.

Solo Prodotti di Qualità Laziale in promozione da ottobre nei punti vendita del Lazio.

Vini, olio, prodotti da forno, conserve. E ancora formaggi, miele, salumi, ortaggi, dolci tipici. Sono circa un centinaio i prodotti agroalimentari che compongono il menu di S.P.Q.L. - Solo Prodotti di Qualità Laziale, la campagna di promozione nata da un protocollo siglato tra *Unioncamere Lazio* e *Legacoop Lazio* che da giovedì 11 ottobre, per tre settimane di seguito, promuoverà in tutti i trentaquattro punti vendita Unicoop Tirreno del Lazio (Ipercoop, supermercati e piccoli InCoop) questi prodotti tipici del territorio. I produttori sono stati selezionati da Unicoop Tirreno all'interno di una lista fornita dall'*Unioncamere* che aveva indetto un bando di partecipazione tra i suoi associati a cui hanno risposto 70 imprese. Le aziende sono state scelte poi tenendo conto dei criteri standard

di qualità, sicurezza, igiene, capacità produttiva e distributiva. I prodotti della campagna S.P.Q.L. (evidenziati nei punti vendita dalla comunicazione) vanno ad aggiungersi a quelli già presenti nel circuito Unicoop Tirreno che conta ad oggi 151 fornitori laziali (per un giro di affari di oltre 25 milioni di euro annui) identificati dal marchio *Vicino a noi*. «Con iniziative di questo tipo - evidenzia **Pasquale Rotta**, direttore vendite Unicoop Tirreno - confermiamo la volontà di promuovere in modo concreto i territori in cui operiamo, avviando un contatto diretto con i produttori a cui si intende riservare il massimo dell'attenzione. Campagne simili, nel tempo, si sono trasformate in trampolini di lancio per molte aziende che, crescendo con noi,

hanno superato la dimensione locale, arrivando a distribuire i loro prodotti in tutta Italia». ■ B.R.



Articoli da collezione **soci**

Moneta e Imetec, 2 nuovi collezionamenti "Più valore al socio" da ottobre a dicembre nei punti vendita di Unicoop Tirreno.

■ Cristina Vaiani

35

Moneta unica

Si chiama "Mammola" la nuova linea di pentole *Moneta* in promozione per i soci di Unicoop Tirreno da ottobre a dicembre. Tre articoli scontati ogni mese: a ottobre le padelle diametro 28 e 20 e il tegame 24 2/m con coperchio in vetro; a novembre padella 24, wok 28 con manico, casseruola 16 1/m con coperchio in vetro; a dicembre rostiera 35x25, casseruola 24 2/m con coperchio, pentola 22 con coperchio in vetro.



I prezzi sono notevolmente scontati: ad esempio, la padella con diametro 28 che normalmente costa 29,90 è proposta al socio a 13 euro oppure a 7 euro +300 punti. Ai soci Coop non è nuova la qualità del *made in Italy Moneta*, esistente dal 1875. Questa serie di articoli si caratterizza per la finitura satinata e la particolarità delle forme bombate che, a parità di diametro, conferiscono una capienza maggiore; presenta inoltre un nuovo rivestimento interno antiaderente chiaro *Whitech* a triplo strato rinforzato con particelle ceramiche grazie al quale è possibile ottenere grandi prestazioni di antiaderenza cuocendo con pochi o zero grassi. Tutti i pezzi della collezione *Moneta* sono inoltre dotati del dispositivo *Salvaenergia*[®], la speciale ghiera termocromica che al raggiungimento della temperatura di 140° cambia colore segnalando che è possibile abbassare la fiamma ma mantenendo la pentola alla giusta temperatura. Si risparmia così sull'energia e si preserva la pentola da inutili surriscaldamenti consentendo anche di maneggiarla in totale sicurezza. ■

Eco sistemi

Da ottobre a dicembre si potranno collezionare anche gli elettrodomestici *Imetec*. 3 articoli ogni mese a prezzi speciali per i soci che possono acquistarli anche utilizzando i punti. Tutti gli articoli sono "eco", appartengono cioè alla linea a basso consumo energetico come il tostapane, l'asciugacapelli e il ferro da stiro professionale con sistema anti-calcare e auto pulizia, in promozione a ottobre. *Imetec Eco* sono anche i prodotti del mese di novembre: il frullatore, il termoventilatore e il sistema stirante *iron max professional* dal potente getto di vapore e speciale caldaia in acciaio inox. Infine a dicembre altri prodotti del-



la gamma *Imetec Eco* come l'aspirapolvere compatto, lo spremiagrumi con filtro antipolpa e sistema salva goccia, lo scaldasonno green matrimoniale o singolo in tessuto riciclato al 100 per cento che si scalda in pochi minuti ed è dotato del sistema di sicurezza *ElectroBlock*. Il risparmio è evidente, basti l'esempio del ferro da stiro professionale in promozione a ottobre il cui prezzo di 63,90 si abbassa per i soci a 44,90 oppure a 32,90 +600 punti.

Al termine del collezionamento, a gennaio, un'ulteriore offerta: chi, durante i mesi di ottobre, novembre e dicembre, ha acquistato, con un'unica carta socio e tutti diversi tra loro, 3 dei 9 articoli in promozione, potrà acquistare, al 50 per cento di sconto, 1 tra 3 altri articoli *Imetec Eco*: tritatutto, sbattitore e frullatore a immersione. ■



SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Ponte Ognissanti **SORRENTO, AMALFI E CASERTA**

Mini-tour Costiera Sorrentina e Amalfitana, Shopping-outlet, Buffalo Tour e Reggia di Caserta.

dal 31 ottobre al 4 novembre 2012

5 giorni/4 notti

Prezzi Speciale SOCI COOP € **430** a persona

Incluso Bus GT da Livorno con fermate a Grosseto e Roma

MINIMO 30 PARTECIPANTI



CAPITALI EUROPEE

Pacchetto vacanze individuali: volo da Roma, 3 pernottamenti in hotel indicato o similare, colazione, assicurazione standard e tasse aeroportuali incluse.

PREZZI A PERSONA IN CAMERA DOPPIA

AMSTERDAM

HOTEL PRINSEN O SIMILARE IN BB

Dal 14 al 17/02/2013 Euro 274,00

Dal 28/02 al 3/03/2013 Euro 274,00

Dal 14 al 17/03/2013 Euro 289,00



LISBONA

HOTEL MUNDIAL O SIMILARE IN BB

Dal 15 al 18/11/2012 Euro 363,00

Dal 03 al 06/01/2013 Euro 443,00

Dal 14 al 17/02/2013 Euro 406,00

Dal 21 al 24/03/2013 Euro 363,00



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



in collaborazione con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

PRAGA

HOTEL BEST WESTERN BILA LABUT O SIMILARE

Dal 05 al 08/11/2012

Dal 29/11 al 02/12/2012

Dal 24 al 27/01/2013

Dal 01 al 04/02/2013

Dal 07 al 10/02/2013

Dal 28/02 al 03/03/2013

Dal 07 al 10/03/2013

Dal 14 al 17/03/2013

Euro 266,00



VIENNA

HOTEL ANANAS O SIMILARE

Dal 14 al 17/02/2013

Dal 28/02 al 03/03/2013

Dal 14 al 17/03/2013

Dall' 11 al 14/04/2013 Euro 371,00

Euro 261,00



ISTANBUL

CON TRASFERIMENTI IN / OUT A ISTANBUL

HOTEL BARCELO ERESIN TOPKAPI
O SIMILARE

Dal 23 al 25/11/2012 Euro 300,00



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

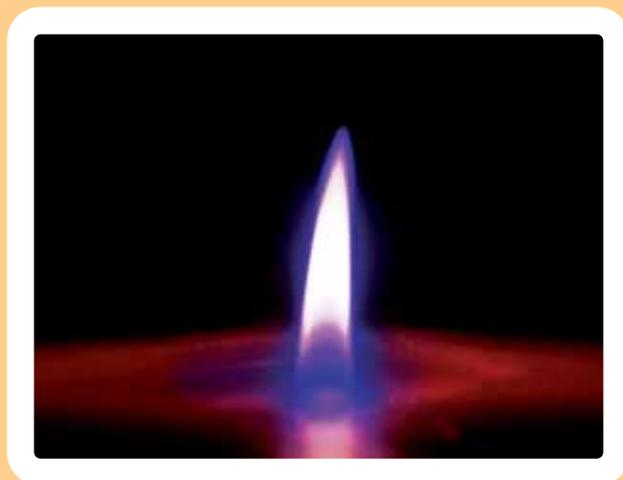
Vedi i dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione con



SOLO PER I SOCI COOP



REVISIONE ANNUALE DELL'IMPIANTO DI RISCALDAMENTO € 70,00 (IVA inclusa)

I VANTAGGI:

- Tariffa contenuta, fissa e senza sorprese
- Professionalità del servizio
- Massima sicurezza
- Riduzione dei consumi e dell'inquinamento
- Possibilità di avviare un contratto di manutenzione pluriennale dell'impianto

IL SERVIZIO COMPRENDE:

Un controllo delle caldaie con potenza termica nominale fino a 35 KW, attraverso queste operazioni:

- Verifica degli organi meccanici
- Taratura dei sistemi di regolazione
- Controllo pressione acqua
- Verifica dei sistemi di sicurezza
- Controllo e taratura valvola gas
- Determinazione rendimento di combustione (prova fumi)
- Compilazione e rilascio del Modulo G
- Bollino blu (quando necessario)

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

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

L'OPERATORE TI SEGNERÀ FINO AD UN MASSIMO DI 3 IMPRESE ARTIGIANE E/O STUDI,
SELEZIONATI PER TE CON UN CRITERIO DI VICINANZA. SARAI TU A SCEGLIERE L'AZIENDA A CUI AFFIDARE L'INTERVENTO.

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



Unicoop Tirreno



ELENCO DEI NEGOZI DOVE È ATTIVO IL SERVIZIO CENTOMANI:

Aprilia Super, Aprilia Ipercoop, Cisterna di Latina, Civitavecchia, Fontenuova, Genzano, Guidonia, Pomezia, Roma Casilino Ipercoop, Roma Euroma2 Ipercoop, Roma Largo Agosta, Roma Laurentino, Roma via Bettini, Roma via Franchellucci, Roma via Cornelia, Velletri, Viterbo Ipercoop, Viterbo Super

I TEATRI

TeatroC Livorno

> 6 ottobre

Squidy musical pittorico sotto la neve di agosto, scritto e diretto da Viola Barbara.

> 7 ottobre

Nottetempo spettacolo di teatro Circo per bambini da 0 a 99 anni, regia Alessio Targioni.

> 13 ottobre

Wanda & Torero viaggio divertito tra temi e canzoni d'amore ovvero **Diamo Tutto** di e con Valentina Grigò e Enrico Vitiello.

> 20 ottobre

Padre Pio - Una storia falsa di Francesco Biondi, regia Jonathan Freschi.

> 21 ottobre

Aria (TeatroC bambini) scritto, diretto e interpretato da Silvia Lemmi, regia e montaggio video animazione Alessio Tanchis.

> 27 ottobre

Gli ultimi saranno ultimi di Massimiliano Bruno, regia Luca D'Alessandro. Presso il TeatroC anche il cineforum, concerti, presentazioni e altri eventi a ingresso libero.

Info www.teatroc.net

Cral Eni Livorno

> 6 ottobre

Tutto per bene di L. Pirandello, regia Simona Del Cittadino.

Info 0586401308

www.cralenilivorno.it

Ambra Jovinelli Roma

> Dal 11 ottobre al 4 novembre

Dignità autonome di prostituzione di Luciano Melchionna.

Per gli sconti: Ufficio promozione del Teatro 0688816460, promozione@ambrajovinelli.org

Info www.ambrajovinelli.org

Marionette degli Accettella

Teatro Mongiovino Roma

> 6, 7, 13, 14, 20, 21 ottobre

L'ochina e la volpe (3-7 anni)

> 31 ottobre, 1, 2, 3, 4 novembre

Mio fratello Jack (5-9 anni)

Info 0687189984

www.accettellateatro.it

Quirino Vittorio Gassman Roma

> Dal 16 al 28 ottobre

Michele Placido in **Re Lear** di William Shakespeare, regia Michele Placido e Francesco Manetti.

Info e prenotazioni per i soci Coop 066783042 int. 2; 066794585, 800013616, www.teatroquirino.it

Sala Umberto Roma

> Dal 2 al 14 ottobre

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



G.M. REINERO ALESSI

Veronica Pivetti



PAOLO MAGLIANI

Ascanio Celestini

Veronica Pivetti e Isa Danieli in **Sorelle d'Italia** avanspettacolo fondamentalista di Roberto Buffagni, direzione musicale Alessandro Nidi, regia Cristina Pezzoli.

> Dal 16 al 21 ottobre

Valentina Chico, Elisa Marinoni, Alice Redini, Gisella Szaniszlò e Valentina Virando in **Le Beatrici** di Stefano Benni, regia Stefano Benni e collettivo Beatrici.

> Dal 23 ottobre al 4 novembre

Graziana Borciani, Lorenzo Scuda, Davide Calabrese, Fabio Vagnarelli e Francesca Folloni in **Oblivion Show 2.0: Il Sussidiario** di Davide Calabrese e Lorenzo Scuda, regia Gioele Dix.

Info e prenotazioni per i soci Coop presso l'Ufficio Promozione 0697274066 (Filippa Piazza) o promozioni@salaumberto.com

Vittoria Roma

> Dal 9 al 28 ottobre

Ascanio Celestini in **Pro Patria - La fila indiana - Fabbrica**.

> 30 ottobre

Don Gallo in **Esistenza, soffio che ha fame**.

> Dal 2 al 4 novembre

Giuseppe Ayala in **Chi ha paura muore ogni giorno**.

Info ufficiopromozione065781960int.3@promozione@teatrovittoria.it

www.teatrovittoria.it

Bellini Napoli

> Dal 10 ottobre all'11 novembre

Odissea Napoletana - Il ritorno di Ulisse Esposito uno spettacolo di Gabriele Russo.

Info Katia Prota 0815491266; botteghino 0815499688, botteghino@teatrobellini.it, www.teatrobellini.it; le tariffe per i soci Coop sono quelle segnalate alla voce "Ridotto valido per Cral, giovani e anziani".

Le Nuvole (Edenlandia - NA)

Teatro per bambini e ragazzi

> 6 e 7 ottobre

Processo alla sora Cesarina (da 12 anni)

> 13 e 14 ottobre

Biodiversity (da 14 anni)

> 20 e 21 ottobre

Nanometamorfosi (da 14 anni)

> 27 e 28 ottobre, 1, 3, 4 novembre

Su Galileo (da 11 anni)

Info 0812395653, info@lenuvole.com

www.lenuvole.com

San Carlo Napoli

> Dal 4 al 6 ottobre - Teatrino di Corte di Palazzo Reale

Body against body Orchestra del



Teatro di San Carlo, Bill T. Jones & Arnie Zane Dance Company, coreografie Bill T. Jones.

> 17 ottobre

Mahler Chamber Orchestra, direttore Daniel Harding, in collaborazione con l'Associazione Alessandro Scarlatti. Musiche di Antonin Dvořák Concerto per Violoncello e Orchestra Sinfonia n. 9 in minore, op. 95 (dal Nuovo Mondo).

> 27-28 ottobre

Concerto dell'Orchestra del Teatro di San Carlo diretto da Nello Santi, soprano Adriana Marfisi. Musiche di Beethoven Sinfonia n. 8 in fa maggiore, op. 93 / Leonore n. 3 e Rossini: dal "Guglielmo Tell" Overture, Selva Opaca, Passo a Sei; da "Semiramide" Bel Raggio Lusinghier.

> 31 ottobre

Gran gala per i duecento anni dalla nascita della Scuola di Ballo del Teatro di San Carlo, coreografie Anna Razzi.

> 3-4 novembre

Orchestra, Contralto, Coro Femminile e Coro di Voci Bianche del Teatro di San Carlo direttore John Axelrod, maestro del Coro Salvatore Caputo, maestro del Coro di Voci Bianche Stefania Rinaldi. Musiche di Gustav Mahler Sinfonia n. 3 in re minore.

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

Passione educativa Benevento

> 27-28 ottobre

L. Frasca, A. Caterina in **Il lupo perde il pelo**, regia Luigi Frasca.

Info soc. coop. onlus via Port'Arso 67, 3401948715, cooperativa@passioneeducativa.com

| CINEMA

4 Mori Livorno

piazza Tacca, 1

Sconto per i soci Coop 5 euro anziché 7.

Info 0586896440

Cosmopoli Portoferraio (LI)

Salita Napoleone, Centro congressuale de Laugier

Biglietto per i soci Coop 6 euro invece che 7. Sconto per il socio e un suo accompagnatore.

Info 3479071843

Metropolis Marciana Marina (LI)

viale Giuseppe Vadi, 7

Tariffa intera 8 euro (10 euro i film in 3D); biglietto soci Coop 6 (8 euro i film in 3D). Sconto per il socio e un suo accompagnatore.

Info 3479071843

www.cinemametropolis.it



Multisala Supercinema Orbetello

corso Italia, 131

Ingresso ridotto di 2 euro per i soci di Unicoop Tirreno, per tutti gli spettacoli in programmazione, senza esclusioni di periodi.

5 euro anziché 7. Proiezioni in 3D: 7 euro anziché 9.

Lo sconto si applica solo al socio titolare della carta SocioCoop.

Info 0564867176.

| MUSEI

Museo di Storia Naturale del Mediterraneo

via Roma, 234 - Livorno

Aperto tutti i giorni escluso il lunedì, dalle 9 alle 13; martedì, giovedì e sabato anche il pomeriggio dalle 15 alle 19; domenica 15-19.

Biglietti: singolo settore espositivo 6 euro, soci Coop 3; tutte le sale 10 euro, soci Coop 5; biglietto famiglia (2 adulti + 2 bambini 6-14 anni) 20 euro, soci Coop 10; cumulativo gruppi (max 25) 60 euro, soci Coop 50. Gli sconti si applicano al socio Coop titolare della carta e a un accompagnatore.

Bookshop, punto ristoro, biblioteca scientifica, wifi free, centro congressi, orto botanico, parco storico e, su prenotazione, visite guidate, laboratori didattici per le scuole di ogni grado, attività di intrattenimento scientifico per famiglie, adulti e bambini. Possibilità di festeggiare, su prenotazione, compleanni, ricorrenze e matrimoni in modo originale tra scienza e convivialità; per le cerimonie private Villa Henderson mette a disposizione il parco e le sale che possono ospitare dalle 200 alle 500 persone e relativi buffet, banchetti di gala, musica e spettacoli.

Info 0586266711-47

musmed@provincia.livorno.it

www.provincia.livorno.it

LE MOSTRE

Un altro tempo

Dal Decadentismo al Modern Style

Mart, corso Bettini, 43 - Rovereto (TN)

Fino al 13 gennaio 2013

Biglietti: 7 euro soci Coop (anziché 11) Attraverso un centinaio di opere bizzarre e audaci l'esposizione ideata da Lea Vergine e curata per il Mart da Margherita De Pilati mette in luce uno dei più interessanti fenomeni artistici e culturali del Novecento. Sculture, dipinti, disegni, ma anche oggetti d'uso, grafica editoriale, libri, fotografie, e arredi quasi



del tutto sconosciuti fuori dall'Inghilterra vengono esposti per la prima volta.

Info 800397760, info@mart.trento.it, www.mart.trento.it

Galleria d'Arte Moderna e Contemporanea

Viareggio, Palazzo delle Muse, p.za Mazzini.

Dal martedì alla domenica dalle ore 15.30 alle 19.30; lunedì chiuso.

Biglietti: 3 euro, per i soci Coop 1,50.

La collezione si compone attualmente di oltre 3mila opere di circa 750 artisti protagonisti dell'arte del XX secolo tra cui opere di grafica, di autori del luogo, e la più importante raccolta pubblica di opere di Lorenzo Viani, originale esponente dell'Espressionismo europeo.

Ricordiamo inoltre ai soci che fino al 25 novembre, dal martedì alla domenica dalle ore 15,30 alle ore 19,30, sarà possibile visitare presso il GAMC la mostra **Il '900 nelle Raccolte Civiche Fiorentine**. Una selezione di ottanta opere, tra dipinti e sculture, facenti parte del corpus delle collezioni del Novecento custodite nei depositi dei Musei Civici fiorentini, generalmente poco note al grande pubblico perché esposte solo in singoli episodi o in sedi di rappresentanza.

Info 0584581118 gamc@comune.viareggio.lu.it, www.gamc.it

LA CULTURA

Convegno

Villa Guerrazzi, loc. La Cinquantina, San Pietro in Palazzi, Cecina (LI)

Il 26 ottobre dalle ore 9 avrà luogo il convegno *Linguaggi diversi per educare* a cura del Centro di Documentazione e Ricerca Educativa del Comune di Cecina e della Cooperativa Sociale il Cosmo. Interverranno Anna Oliverio Ferraris, Franco Cambi, Francesco Sella, Lamberto Giannini, Tiziana Luciani, Simona Giannotti.

Costo 55 euro intera giornata con pranzo o 30 euro mezza giornata senza pranzo; sconto del 10 per cento per i soci Coop.

Iscrizioni obbligatorie entro il 22 ottobre presso la segreteria del CEDRE Biblioteca Comunale di Cecina, 0586680145, cedre@comune.cecina.li.it o presso la cooperativa sociale Il Cosmo, 0586769255, info@ilcosmo.it

Info www.ilcosmo.it

Università Popolare

via Quattro Novembre, 157 - Roma

Presentando la carta sociocoop al mo-



mento dell'iscrizione i soci di Unicoop Tirreno e loro familiari hanno diritto allo sconto del 10% su tutti i corsi organizzati da Upter presso le proprie sedi di Roma, del Lazio e Toscana nell'anno accademico 2012-2013 compresi i corsi estivi. Per gli indirizzi e i programmi dei corsi dei comuni della provincia di Roma, di Rieti e di Siena vedi su www.upter.it.

Info info@upter.it - www.upter.it, 066920431; per ulteriori informazioni i soci possono contattare Cristina Pani 0669204362, cristina.pani@upter.it

PRESENTAZIONI DI LIBRI

Cecina, biblioteca comunale, ore 17

Nell'ambito del progetto *Alimenta gratis la mente*:

> 15 ottobre

Bomba libera tutti di Gaetano Buompane.

> 19 ottobre

Libro di Chiara Bruschi e animazione con burattini di gommapiuma.

> 22 ottobre

Aspettando Halloween.

> 30 ottobre

Aspettando Halloween (biblioteca comunale sede distaccata di S. P. Palazzi). Ingresso gratuito.

Info www.ilcosmo.it

Follonica (GR), saletta soci Supermercato via Chirici, ore 17

All'interno del progetto Regione Toscana e Biblioteche Coop il 10 ottobre presentazione del libro "Giovanni Paolo II: pellegrino in terra di Maremma" dell'autore follonichese Silvano Polvani (Edizioni Effigi - Nuovi Saggi). Presenta Don Enzo Greco. Al termine la Sezione soci Follonica/Castiglione della Pescaia offrirà un aperitivo a marchio Coop.

LE TERME

Terme Etrusche del Calidario

via del Bottaccio, 40 - Venturina (LI)

Sconti per i soci Coop, presentando la carta SocioCoop all'ingresso: 15% sull'ingresso all'Antica Sorgente Naturale, 10% sul pernottamento presso il Residence; 10% sui trattamenti estetici.

Lo sconto è esteso al nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone e si applica tutto l'anno senza esclusioni di giorni o periodi.

Info 0565.851504, www.calidario.it

Terme di Petriolo

località Petriolo Monticiano (SI)

Sconti per i soci Coop, presentando la



carta SocioCoop all'ingresso: 20% su tutti i trattamenti da listino, compreso l'ingresso giornaliero.

Lo sconto è esteso a tutto il nucleo familiare del socio titolare della carta e si applica tutto l'anno senza esclusioni di giorni o periodi.

42

Info 0577757104,
info@termepetriolo.it
www.termepetriolo.it

LE OASI

Riserva Naturale Padule Orti-Bottagone

L'Oasi si trova nel Comune di Piombino (LI), ingresso SP 40 Geodetica, km 4.900, loc. Torre del Sale.

Visitabile il sabato e la domenica alle 9 e alle 14, senza prenotazione.

Biglietti: ridotti per i soci Coop: adulti 3 euro anziché 5; bambini sotto i 14 anni 2 euro anziché 3; visita guidata 3 euro a persona.

Centro visite, sentiero natura, 2 capanni di osservazione e una altana, stazione di inanellamento degli uccelli, sentiero per disabili. Censite 227 specie di uccelli.

Info 3207215635
ortibottagone@wwf.it
www.wwfitalia.it - www.wwftoscana.it

CORSI

Centro studi L'Arca

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

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

Inoltre si possono seguire corsi di lingue e informatica al costo, rispettivamente, di 240 euro +IVA per 46 ore e 120 euro +IVA per 30 ore (2 incontri settimanali di 2 ore ciascuno).

Incluso nel costo il materiale didattico; al termine del percorso formativo verrà rilasciato un attestato di frequenza del Centro Studi L'Arca.

Il centro, nato nel 1997 con lo scopo di promuovere un'attività di sostegno alla scuola e al mondo del lavoro, è conforme alle specifiche Iso 9001:2008, è Agenzia formativa accreditata dalla Regione Toscana per



la formazione professionale e l'apprendistato, Agenzia accreditata dal Ministero della Salute per corsi Ecm (Educazione Continua in Medicina), sede d'esame Celi e Cic - Certificato Europeo Lingua Italiana, Certificato Italiano Commerciale; Sede d'esame Lcci - London Chamber of Commerce and Industry, Web Learning Point Progetto Trio - Regione Toscana.

Info 0586632233
info@centrostudiarca.com
www.centrostudiarca.com

Alma Mater Centro di orientamento scolastico Polo Didattico "L.B. Alberti"

via A. Pertini, 25 - Piombino (LI)

Il centro propone a prezzi scontati per i soci Coop corsi di lingua per livello, informatica, comunicazione digitale e molti altri.

Info 056539156
posta@almamaterpiombino.it
www.almamaterpiombino.it

Corso di yoga

Centro soci e consumatori di via Bisereno (sopra il Supermercato Coop) a San Vincenzo (LI).

Dal 1 ottobre al 29 maggio tutti i lunedì e i mercoledì mattina dalle ore 9,30 alle 11 (lunedì 1 ottobre ore 9,30 lezione di prova gratuita aperta a tutti).

Corso riservato ai soci di Unicoop Tirreno e loro familiari in collaborazione con l'Associazione Culturale Equilibrio Perfetto al costo mensile di 35 euro anziché 40.

Info e iscrizioni Michela Leoni naturopata, insegnante di yoga, coach Pnl, 3494004036.

Corsi Uisp Piombino (LI)

Corsi per i soci di Unicoop Tirreno e i loro familiari in collaborazione con Uisp - comitato territoriale di Piombino:

Corsi Afa (Attività Fisica Adattata) seguiti dalla ASL di Piombino (72 euro +10 tessera Uisp (quota riferita a 4 mesi).

Corsi per adulti dinamici prevedono attività dolce o aerobica orario 9-12 / 14-17 (140 euro +10 di tessera Uisp - iscrizione per i soci gratuita).

Corsi di arti marziali e discipline orientali diversificati per bambini, ragazzi, adulti, agonisti, amatori orario 17-20 (da 35 a 37 euro mensili + iscrizione 15).

Corsi di ballo latino-americano orario 20-23 (mar. e gio.), 35 euro mensili +10 tessera Uisp + iscrizione 15.

Per accedere agli sconti basta avere una tessera a nucleo familiare.

Info Uisp 0565225644, Palestra Coop 3291527539.



PORTA
SEMPRE
CON TE
LA CARTA
SOCIO
COOP

APP COOPSHOP

LA SPESA IN UN *TOUCH* A ROMA E VIAREGGIO

Scarica **gratuitamente** l'applicazione che permette:

- ▶ A chi abita a **Roma** di fare la spesa on line e farsela consegnare a domicilio con un contributo sulle spese di consegna.
- ▶ A chi risiede o è in vacanza a **Viareggio** di fare la spesa on line e passare a ritirarla al supermercato Coop di Viareggio senza spese aggiuntive.



É un'iniziativa di UNICOOP TIRRENO

Cercala negli store dedicati e scaricala gratuitamente (per Smartphone e Tablet Android e Apple IOS)



Di sana pianta

Nella grande varietà di specie vegetali e animali, solo 12 piante rappresentano oltre l'80 per cento del raccolto annuo sulla terra e appena 5 animali domestici forniscono la maggior parte delle proteine con cui ci nutriamo.

■ Francesco Presti

Camminando in un supermercato ci imbattiamo in una moltitudine di prodotti alimentari tanto che contarli tutti sembra impossibile. Eppure, nonostante la tecnologia usata, che si tratti di processi produttivi artigianali o industriali, tutto viene dalla terra e l'unica fonte di energia è il sole.

Tuttavia la miriade dei prodotti che consumiamo derivano da pochissime specie vegetali e animali. Il regno vegetale comprende circa 350mila specie; più o meno 200mila sono le angiosperme, che producono fiori, frutti e semi; di queste solo un migliaio sono commestibili e appena poche centinaia sono state in qualche misura domesticate. Ma solo 12 piante possono essere considerate le "grandi" che rappresentano oltre l'80 per cento del raccolto annuo sulla terra. Sono 5 cereali (grano, mais, riso, orzo, sorgo), un legume (la soia), 3 tuberi (patata, manioca, patata dolce) 2 piante zuccherine (barbabietola e canna da zucchero) e una pianta da frutto (la banana). I cereali continuano da soli a dare il più importante apporto energetico fornendo circa il 50 per cento di tutte le calorie a livello globale.

Regno animale

Anche il regno animale presenta una situazione analoga: nel mondo esistono 148 mammiferi di grossa taglia, ma solo 14 specie erbivore sono state domesticate. Il successo della loro domesticazione è dipeso da molte ragioni: abitudini alimentari, tasso di crescita, costumi riproduttivi, carattere mansueto, struttura sociale.

Queste specie hanno fornito ai popoli non solo nutrimento a base di proteine animali, ma anche una serie di vantaggi che hanno influenzato l'evoluzione delle antiche civiltà portando spesso ad una supremazia militare, culturale, sociale: gli animali, infatti, per millenni hanno fornito lana, pellame, concime, forza lavoro per lavorare i campi, sono stati i principali mezzi di trasporto fino all'invenzione del motore a scoppio e alcune specie sono state per lungo tempo impareggiabili armi da guerra. Fra le 14 specie possiamo individuare 5 "grandi" che forniscono la maggior parte delle proteine alimentari di origine animale e che sono diffuse in tutto il globo. Sono la pecora, la capra, il bue, il maiale, e il cavallo.

Ci sono poi 9 specie "minori" (cammello arabo, cammello della Battriana, lama e alpaca, asino, renna, bufalo asiatico, yak, banteng domestico, mithan) che hanno raggiunto una certa importanza solo nelle zone d'origine e alcuni uccelli come le

galline, le oche e i tacchini che sono ampiamente sfruttate per carne, uova, piume. Nel corso dei millenni il genere umano ha piegato alle proprie esigenze persino alcuni insetti: l'ape mellifera e il baco da seta.

Produzione propria

Tornando ai vegetali è interessante notare che proprio cereali e legumi (con cui alimentiamo anche gli animali) siano piante annue, a ciclo breve, erbacee di piccola dimensione, piante che non sprecano energia a creare fusti legnosi o steli fibrosi ma riversano le loro forze nel generare semi robusti, ricchi di carboidrati e proteine. Su queste piante si sono concentrati gli sforzi (ancora oggi è così!) dei nostri progenitori per domesticare e migliorare queste preziose specie.

Nella storia dell'uomo è stato determinante un'altro fatto: i semi di cereali e legumi sono, al termine del loro ciclo vitale, quasi del tutto privi d'acqua, disidratati, pronti a germinare nuovamente all'arrivo delle piogge. Questi semi sono quindi accumulabili e diventano fonte rinnovabile di cibo. Alcuni millenni fa, anche grazie a queste piante, è avvenuto il passaggio da uomini cacciatori raccoglitori a comunità stanziali che hanno iniziato a coltivare, raccogliere e accumulare alimenti, allevare animali. Sono nate così le prime popolazioni sedentarie che hanno dato origine a villaggi, paesi e città. Grazie alla capacità di accumulare alimenti è aumentata la densità di abitanti, si sono così lentamente create delle classi non dedite alla produzione di cibo. È stato questo il primo passo verso la stratificazione



Le "12 grandi" del mondo vegetale

nome comune	nome botanico	zona di origine	prod. mondiale*** (mil. ton.)
Frumento	Triticum*	Mezzaluna fertile	682
Orzo	Hordeum vulgare	Mezzaluna fertile	139
Mais	Zea mays	America Centrale	786
Riso	Oryza sativa	Asia	628
Sorgo	Sorghum vulgare	Africa	59
Soia	Glycine max	Asia	211
Patata	Solanum tuberosum	America Centrale	323
Batata (patata dolce)	Ipomoea batatas	America Centrale	310
Manioca	Manihot esculenta	America Meridionale	184
Canna da zucchero	Saccharum officinarum	Indocina (Nuova Guinea)	72
Barbabietola da zucchero	Beta vulgaris (Var. saccarifera)	Mediterraneo	41
Banana	Musa**	Asia	72

* Triticum durum = grano duro; Triticum aestivum = grano tenero

** quasi tutte le moderne banane utilizzate a scopo alimentare provengono dalle specie Musa acuminata e Musa balbisiana o il loro ibrido

*** stime, i dati si riferiscono al decennio passato (fonte *Fao*)

46

I "5 grandi" del mondo animale

nome comune	nome scientifico	zona di origine	n. capi mondo* (mld.)
Bue	Bos taurus	Eurasia e Nordafrica	1,36
Pecora	Ovis aries	Asia Centrale	1,1
Capra	Capra hircus	Asia Occidentale	0,83
Cavallo	Equus caballus	Russia Meridionale	0,11
Maiale**	Sus scrofa domesticus	Eurasia e Nordafrica	0,92

* consistenza nel 2007 (fonte *Fao*)

** unico onnivoro dei 5

sociale. Eppure la nostra frenetica e iperstratificata società tecnologica ha perso tutta questa ricchezza di conoscenza. Spesso mangiamo i nostri pasti senza pensare dove e come il cibo è stato prodotto. Questo succede perché pensiamo di non essere più in grado di produrre alimenti in modo autonomo. La grande capacità di produrre e accumulare il materiale di partenza ci ha permesso di delegare ad altri la produzione delle derrate alimentari.

È difficile (ma non impossibile) oggi pensare alla totale autoproduzione, specialmente in contesti urbani, ma ognuno di noi potrebbe coltivare una manciata di semi di grano sul balcone per capire che, oggi come migliaia di anni fa, tutti gli uomini sono capaci di produrre il proprio cibo.

La Natura ci mostra sempre la verità. Affinché il seme diventi pianta e produca altri semi servono solamente le nostre mani, un po' di tempo e i quattro elementi: terra, acqua, aria e fuoco. Nient'altro. ■





SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



EXPLORA, IL MUSEO DEI BAMBINI

1 ingresso adulto
Explora



600
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro gratuito di 1 biglietto di ingresso dai 3 anni in su a Explora, il Museo dei Bambini.

Prenotazione obbligatoria allo 06 3613776. I bambini fino a 1 anno non compiuto entrano GRATIS.

Aperto dal martedì alla domenica con quattro turni di visita:

10.00 - 11.45

12.00 - 13.45

15.00 - 16.45

17.00 - 18.45

Explora il Museo dei Bambini di Roma è un museo dedicato ai bambini (0-12 anni), alle scuole e alle famiglie, strutturato come una città per giocare dove tutto può essere osservato, toccato e sperimentato.

Explora mette in contatto con l'ambiente, la comunicazione, l'economia, le nuove tecnologie, creando occasioni che permettono ai bambini di indagare i misteri delle cose.

Il padiglione espositivo è costituito da:

- piano terra con le installazioni interattive permanenti
- primo piano con la sezione dedicata alle mostre temporanee, lo spazio dedicato ai workshop tematici temporanei e l'area "Piccoli Exploratori" per i bambini sotto i 3 anni

Explora offre

- laboratori
- eventi
- feste di compleanno
- campus durante le vacanze scolastiche
- letture animate nel bookshop

Partecipa a **Officina in cucina**, laboratorio dedicato all'educazione alimentare nella struttura adiacente all'area esterna del museo. Uno spazio rivolto ai bambini (da 5 anni) che vogliono impastare, stendere e infornare biscotti.

Prenotazione obbligatoria allo 06 3613776, laboratorio non incluso nel biglietto di ingresso al museo.

Per aperture/chiusure eccezionali consultare www.mdb.r.it
Shop, ristorante, bar, parcheggio riservato ai visitatori (1,00 euro).

Per informazioni:

info@mdb.r.it, segreteria@mdb.r.it, www.mdb.r.it

la ricerca

Esami di riparazione

Ecco le cellule "di ricambio" per i cuori malati. Ma preveniamo il rischio cardiaco con buone abitudini e dieta adeguata.

A ■ Barbara Bernardini
volte i numeri parlano da soli. 150mila ricoveri l'anno per eventi coronarici descrivono bene l'impatto che gli infarti hanno sulla salute pubblica nella sola Italia. Complice l'obesità, aiutata da una buona dose di sedentarietà e da abitudini come fumo e alcol, fatto sta che neppure la comunità scientifica internazionale riesce ad arginare il dilagare degli infarti nelle popolazioni industrializzate, trovandosi, invece, sempre più spesso a dover andare incontro alle esigenze di chi sopravvive, che ha bisogno di assistenza visite specialistiche e farmaci per tutta la vita.

Cuore e batticuore

Se, infatti, è possibile in molti casi sopravvivere a un infarto, non è possibile riparare il danno inferto al cuore, che rimane un "malato cro-

nico". La chiusura di un vaso sanguigno, per piccolo che sia, lascia senz'ossigeno una porzione del tessuto cardiaco che può essere persa irrimediabilmente e sostituita da una specie di "cicatrice" fibrosa. Il problema è che molte parti del cuore hanno un ruolo fondamentale nella generazione e nella propagazione del battito cardiaco e una cicatrice può compromettere la funzionalità di un'intera regione diminuendo l'efficienza della pompa cardiaca e la sincronia del battito. Quale futuro si aprirebbe se si potessero riparare queste "cicatrici"? Il sogno di farlo è stato alimentato dai grandi e recenti



progressi nel campo delle cellule staminali, miracolose cellule “grezze” capaci di trasformarsi in qualsiasi tessuto, anche in quello cardiaco. Un grande passo avanti in questo senso è stato fatto all'Università di Louisville da un'équipe coordinata dall'italiano Roberto Bolli che ha prelevato cellule staminali dal tessuto cardiaco di 23 persone colpite da infarto, coltivandole in laboratorio e reimpiantandole nel cuore durante un intervento di *bypass* dopo averle programmate, con l'uso di fattori di crescita, a trasformarsi (in gergo si dice “differenziarsi”, ndr) in cellule del cuore. Gli scienziati hanno visto la funzionalità cardiaca dei malati passare dal 30 fino al 42 per cento, un successo straordinario.

Ora si ricambia

Impiantare cellule staminali nel cuore vuol dire fornire “mattoni” sani che possono aiutare a sostituire le cicatrici con tessuto funzionante: un processo che, però, hanno scoperto gli scienziati, avviene in parte già in natura. Sono stati ancora ricercatori italiani, stavolta appartenenti all'Università Cattolica di Roma e coordinati dal professor Filippo Crea, a capire che ogni volta che il cuore viene colpito da infarto un segnale di *Sos* risveglia subito le staminali dormienti nel tessuto cardiaco per riparare il danno. Questa risposta è quasi sempre insufficiente, ma c'è, ed è questo l'aspetto importante perché apre la strada ad un nuovo trattamento, alternativo al complesso impianto di staminali dall'esterno. Oggi si punta a sviluppare farmaci che potenzino e sostengano il naturale ricambio cellulare cardiaco. Il “cuore che si ripara da solo” non è fantascienza, anche se il traguardo si avvicina lentamente a causa delle cautele che è necessario utilizzare e delle lacune di conoscenza che ancora pervadono questo giovane campo della medicina. Certo è che nessun cuore sarà capace di tener testa al caparbio tentativo umano di danneggiarlo con fumo, alcol e cene a base di patatine fritte e bistecche. Per ridurre il rischio cardiaco servono buone abitudini e dieta adeguata che tengano a bada colesterolo, pressione sanguigna e glicemia. I tre principali parametri che garantiscono la buona salute di tutto il sistema cardiovascolare. ■

Succo del discorso

49

Secondo una ricerca della prestigiosa “University of Chicago” un bicchiere al giorno di spremuta fresca di pompelmo aumenterebbe molto l'efficacia di uno specifico farmaco contro il cancro detto sirolimo, consentendo ai malati di curarsi con una dose inferiore di medicinali. Questo piccolo miracolo dipende da alcune sostanze presenti nel pompelmo che inibiscono gli enzimi intestinali capaci di decomporre il farmaco. In questo modo i ricercatori hanno osservato aumenti di concentrazione sanguigna del farmaco fino al 350 per cento senza aumentare la dose di un solo milligrammo. Lo studio, condotto su 138 pazienti – il primo che riesce a rilevare un'interazione tra farmaci anticancro e cibo – potrebbe portare alla messa a punto di nuovi protocolli di cura.



Mettersi in gioco

Se proprio la palestra non vi piace, ci sono i videogiochi per combattere l'inattività e la tendenza ad accumulare peso. Lo dimostra una ricerca della “Michigan State University” che ha messo insieme tutti gli studi clinici condotti finora sui cosiddetti *eser-giochi*, cioè i *videogames* da salotto che propongono esercizi ginnici come tennis, boxe, step o zumba. Certo, concludono gli esperti, non si può pensare di affidare alla Tv il compito di tenerci magri e in esercizio, ma la scienza conferma che la via verso la salute fisica può iniziare anche da qui.

In esercizio

Nel 40 per cento dei casi di cardiopatia cronica, la depressione corre di pari passo. Insomma se il cuore fa i capricci, spesso li fa anche il cervello. Ma oggi, oltre agli interventi farmacologici, la scienza mette il bollino verde su un trattamento d'eccellenza e non invasivo: l'esercizio fisico. Lo conferma una ricerca della “Duke University” condotta su 2.322 pazienti che dovevano esercitarsi per 30 minuti 3 volte alla settimana per 12 mesi. Al termine dello studio si è osservata una riduzione significativa dei casi di morte e ospedalizzazione, oltre a un miglioramento notevole del tono dell'umore.

Discussione vivace

50

Disattenti, umorali, litigiosi, irrequieti, impulsivi. I bambini affetti da Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività, una vera e propria malattia – per la maggior parte della comunità scientifica – e un disagio per le famiglie. Ma il dibattito su cause e terapie è molto controverso.

■ Barbara Bernardini

È una mattina d'ottobre come le altre. La mamma di Tommaso comincia la sua lotta quotidiana. Tommaso deve andare a scuola, ma convincerlo a prepararsi è una vera impresa, tra capricci, risatine, scherzi, e scatti d'umore. Una volta a scuola la lotta continua. Tommaso gioca sempre, è disattento, non conclude i compiti, disturba in classe, non sta fermo sulla sedia, litiga spesso coi compagni, e i voti delle verifiche scolastiche parlano chiaro: qualcosa non va. Tommaso è ovviamente un bambino immaginario, ma bambini che si comportano in questo modo sono più comuni di quanto si pensi e tanta disordinata vivacità potrebbe non essere del tutto fisiologica.

Scusate il disturbo

Oggi si sa che bambini così possono, con una certa frequenza, essere inquadrati in una delle sindromi più controverse

che la storia medica si sia trovata ad affrontare: il *Disturbo da Deficit di Attenzione e Iperattività* o *Adhd*. «L'*Adhd* è una vera malattia che in Italia si stima abbia una prevalenza dell'1 per cento – chiarisce subito **Pietro Panei**, responsabile della *Child Care Unit* dell'Istituto Superiore di Sanità –. Una precisazione importante

dato che le manifestazioni dell'*Adhd* includono una vasta gamma di problematiche comportamentali, dalla disattenzione all'impulsività passando per atteggiamenti ostili e provocatori, difficilmente raggruppabili sotto un unico ombrello diagnostico, tanto che a lungo si è lasciati i genitori e i bambini soli in balia di un disagio quotidiano che può diventare difficile da gestire». L'impatto dell'*Adhd* sulla vita delle famiglie e dei bambini affetti dalla sindrome è notevole – spiega Panei –: spesso tutta la famiglia viene isolata, perché molte persone preferiscono evitare questi bambini problematici. Anche il bambino si trova in difficoltà nelle relazioni con i coetanei che lo escludono dal gruppo e spesso ha un rendimento scolastico scarso».

Impulso nervoso

Ma se la medicina si è sbilanciata al punto di trovare un inquadramento diagnostico all'inquieto vivacità di tanti bambini, lo ha fatto certamente per poter offrire loro un aiuto che oggi si orienta su due fronti complementari, l'intervento psicosociale, e, nei casi più gravi, l'approccio farmacologico. Il primo si basa sul cosiddetto *parent training* che addestra i genitori ad approcciarsi nel modo corretto all'*Adhd*, in affiancamento alla psicoterapia del bambino e ad attività specifiche che hanno lo scopo di aiutarlo a canalizzare la sua energia esplosiva in modo costruttivo e a controllarne l'impulsività. Il secondo si basa sulla somministrazione di psicofarmaci ad azione stimolante, tra i quali il più famoso e contestato è il *Ritalin*, a base di metilfenidato. È stato proprio il ricorso a potenti farmaci che negli anni ha suscitato l'opposizione di gruppi di specialisti e opinione pubblica,



complice forse l'eccessiva leggerezza con cui l'*Adhd* viene diagnosticata e curata negli Stati Uniti dove milioni di piccoli vengono sottoposti a terapia farmacologica. Ma il Panei sottolinea che non è giusto generalizzare: «È sempre fuorviante far riferimento a quanto accade negli Usa. Lì si verifica un uso massiccio e ingiustificato di farmaci: basti pensare che il 90 per cento dei farmaci per *Adhd* venduti nel mondo sono prescritti negli Stati Uniti. Gli stessi medici americani stanno facendo autocritica su quest'uso inappropriato e l'Istituto di Sanità statunitense indica come miglior trattamento quello multimodale, basato cioè sull'integrazione di trattamento farmacologico e psico-sociale».

L'arrivo dei rinforzi

Per evitare che i farmaci vengano somministrati con troppa faciloneria, l'Istituto Superiore di Sanità ha istituito un registro nazionale *Adhd* in cui sono inserite le *Asl* autorizzate alla somministrazione del farmaco e la lista dei pazienti. Fa ben sperare, in ogni caso, una nuova ricerca condotta dall'Università inglese di Nottingham e pubblicata sulla rivista "Biological Psychiatry" che sostiene che le ricompense e gli interventi di "rinforzo positivo", che premiano gli atteggiamenti corretti del bambino, hanno dimostrato un'efficacia pari a quella degli psicofarmaci. Uno studio importante, che dà man forte alla scuola di pensiero che rifiuta l'approccio farmacologico per un sindrome che ha ancora molti lati oscuri, primo tra i quali, le cause scatenanti. «L'origine dell'*Adhd* è multifattoriale – dice Panei –: certamente intervengono fattori biologici e genetici e si ha una ritardata maturazione di alcune funzioni del cervello, ma sono importanti anche i fattori ambientali. La controversia più forte – continua il professore – sta proprio nel riuscire a distinguere quanto conti la biologia e quanto l'ambiente fisico e sociale in cui il bambino cresce. Per questo si stanno utilizzando tecniche di *neuroimaging* per delimitare con la maggiore accuratezza possibile le aree del cervello con alterazioni morfologiche o funzionali nei bambini affetti da *Adhd*. Si sta poi cercando di definire con esattezza il ruolo di un gene chiamato *Dab*».

Una corretta diagnosi

Dobbiamo infine capire come queste alterazioni "organiche" interagiscano

Giù le mani

L'altra voce sul tema dei disagi infantili.

A fronte di numerosi studi scientifici che delineano con sempre maggior chiarezza le caratteristiche dell'*Adhd* come "malattia", è doveroso dare voce anche a coloro che non aderiscono agli schemi proposti dalla maggior parte della comunità scientifica. La voce più alta in questo coro è senza dubbio quella dell'organizzazione giulemanidaibambini.org, un comitato che raggruppa oltre 230 tra Università, Ordini dei Medici, associazioni dei genitori, socio-sanitarie e di promozione sociale, e che si propone proprio di contrastare la tendenza a "medicalizzare" la vivacità dei bambini e di ostacolare il facile ricorso alla terapia farmacologica. Per loro stessa definizione, *Giù le Mani dai Bambini* non è un'iniziativa contro uno specifico farmaco o contro gli interessi delle multinazionali farmaceutiche: lo scopo è di stimolare il dibattito tra i cittadini, per dare risposta ai numerosi interrogativi sollevati da studenti, genitori e insegnanti sui pro e contro delle soluzioni psicofarmacologiche in tenera età, nonché di garantire un consenso realmente informato da parte delle famiglie, a tutto vantaggio anche degli specialisti coinvolti».

Info

www.iss.it/adhd/

www.giulemanidaibambini.org

con fattori ambientali, come cibo, pesticidi ecc., e con quelli sociali, come la struttura della famiglia e il livello socio-economico. E mentre la scienza avanza a passi più o meno spediti, i genitori devono affidarsi soprattutto al buon senso. «I bambini sono naturalmente vivaci ed è bene che lo siano – commenta ancora Panei –, ma un campanello d'allarme può essere l'eccessiva "distrazione" durante le lezioni o la difficoltà ad integrarsi con i coetanei». In ogni caso, nel dubbio, il parere di un esperto potrà fugare ogni paura o, talvolta, confermare una diagnosi. Sempre meglio sapere che chiudere gli occhi di fronte ad un possibile problema che può danneggiare gravemente la carriera scolastica e la vita sociale di un bambino. Anche perché, come rassicura Panei, «non c'è correlazione diretta tra *Adhd* nell'infanzia e nell'età adulta. Oltre il 70 per cento dei bambini con *Adhd* diventano adulti sani ed è fondamentale evitare di considerare "malato" un bambino vivace e di medicalizzare i problemi relazionali genitori-figli o tra bambini». E dopo un quadro abbastanza fosco questa sì è una buona notizia. ■

Caffè express

*Arriva la nuova macchina da caffè
in capsule Fior fiore Coop
per un espresso a regola d'arte.*

■ Anna
Somenzi

Ne beviamo in media almeno 3 al giorno, soprattutto al mattino e più gli uomini che le donne. Deve essere ristretto, corto, piccolo, nero, profumato e con la schiuma compatta, c'è chi lo vuole bollente in tazzina

chi nel vetro, solo amaro per qualcuno, molti invece con tanto zucchero, alcuni seduti, la maggioranza in piedi ma magari in compagnia. Quello del caffè è un rito attorno al quale sono nati mille modi di fare, dire e... consumare.

Oltre 50mila tonnellate di caffè all'anno in tazzine al bar, ma questi dati sono in calo perché sempre di più si gusta quello delle macchine a cialde o capsule cosiddette per uso domestico, un mercato in espansione grazie alla qualità dei prodotti. Sono 130mila le tonnellate di caffè vendute, infatti, ogni anno in supermercati e ipermercati, che comprendono il macinato, quello in grani, le cialde, le capsule.

Fatto a macchina

Ed ecco pronta per gli amanti del buon caffè la nuova **macchina per le capsule di caffè Fior fiore Coop**, tutta italiana dal design alla produzione. Disegnata da Nicola Zanetti è un oggetto tecnologico, elegante, compatto che occupa poco spazio sul piano cucina, dove deve stare a portata di mano. È uno strumento semplice e facile da usare, intuitivo,



e comunque oltre al manuale d'uso e manutenzione ha una guida rapida che resta sempre visibile. Il corpo della macchina e la disposizione di tutti i suoi componenti sono tali da renderla sicura e affidabile, anche sul fronte del consumo d'energia, grazie al meccanismo dello *stand by* (dopo qualche minuto di non utilizzo la macchina si mette in modalità risparmio energetico). Il design essenziale oltre ad offrire bellezza estetica garantisce praticità per la manutenzione e la pulizia. È disegnata, prodotta e montata in Italia da un fornitore che grazie al supporto di Coop, garantirà l'assistenza post vendita, celere, su tutto il territorio.

Nomi d'arte

Funziona esclusivamente con le capsule caffè monodose *Fior fiore*, e la scelta è fra 9 proposte diverse: *Giotto* espresso classico, tostatura medio/scura sapore rotondo ed equilibrato; *Raffaello*, 100% Arabica tostatura media, sapore dolce delicato e aromatico; *Leonardo* intenso e forte, tostatura scura; *Botticelli* extra forte molto intenso e cremoso; *Tiziano* decaffeinato 50% Arabica; *Guercino*, 100% Arabica tostatura media per un caffè lungo e delicato; *Caravaggio* un caffè dall'India, 80% Arabica, vellutato e aromatico; *Michelangelo* dall'Etiopia 100% Arabica tostatura media per un caffè dolce aromatico e fruttato; *Tintoretto* 100% Arabica *bio Solidal*. Tutte nella confezione di lancio, insieme alla macchina, in sacchetti da 7 cialde ciascuno, per assaggiarle e scegliere le preferite da acquistare al supermercato, sugli scaffali in confezioni da 15 cialde ciascuna.

Capsula spaziale

La capsula è fatta da un corpo di plastica con un coperchio di alluminio con all'interno 6-7 g di caffè a seconda delle miscele.

Tutti i componenti delle confezioni Coop sono riciclabili, anche le capsule caffè monodose: facilmente separabili dopo l'uso, si può mettere la plastica con la plastica, l'alluminio



In promozione per i soci di Unicoop Tirreno dall'11 ottobre negli Iper e dal 18 ottobre nei Super Macchina da caffè espresso a marchio Coop con kit di 63 capsule *Fior fiore* Prezzo soci 59 euro (non soci 89)

del coperchio con l'alluminio, il caffè con l'organico. Un piccolo gesto utile se pensiamo che ogni giorno si consumano milioni di queste capsule che, a loro volta, sono contenute in sacchetti di alluminio, per assicurare la massima igiene e impedire l'aggressione di agenti esterni, quali l'umidità, il calore, l'aria. Un consiglio: conservate le confezioni aperte in frigorifero per salvaguardare al meglio l'aroma del caffè. ■



Sottocoperta

Dagli insicuri bracieri sotto le lenzuola alle moderne termocoperte che si scaldano in pochi minuti senza pericolo.

54

■ Roberto Minniti

Un letto accogliente. Da subito, senza lo choc che provocano coperte e lenzuola gelate. Un'esigenza antica che l'uomo ha tentato in molti modi di accontentare. Chi ha qualche anno ricorderà, ad esempio, gli scaldini, i bracieri che si sistemavano sotto le lenzuola per riscaldarle prima di andare a letto. Apparecchi da manovrare con cura per evitare di incendiare la casa...

Un metodo tanto pericoloso quanto poco pratico. Tanto che già negli Anni Cinquanta le industrie provarono a offrire alternative. Sulla base di un'applicazione medica di un trentennio prima, destinata a chi soffriva di tubercolosi, e che aveva bisogno di dormire con le finestre aperte e, al contempo, di stare ben caldo, si cominciarono a diffondere le termocoperte. Semplici e rudimenta-

li imbottite che al loro interno avevano una resistenza elettrica in grado di scaldarsi quando la temperatura esterna si abbassava sotto un certo limite. Si dovette, però, aspettare la metà degli Anni Ottanta

perché questi accessori si raffinasero e venisse previsto finalmente un regolatore di temperatura che permetta all'utente di decidere quanto scaldare il proprio giaciglio e quando farlo. Il successo sembrava assicurato, ma a frenarlo furono i primi incidenti legati da una parte all'uso scorretto degli utenti, dall'altro a condizioni di sicurezza, all'inizio approssimative. Da allora di strada se n'è fatta davvero tanta e, almeno per quanto riguarda la prevenzione di incendi e choc elettrici, la termocoperta moderna può dirsi finalmente al di sopra di ogni sospetto.

Filo conduttore

Per chi non ha mai visto uno di questi accessori, basti dire che si tratta di

normali trapunte, perfino di piumini costituiti da diversi strati di tessuto in mezzo ai quali viene posto un filo elettrico che si scalda. Questo dispositivo viene collegato mediante un cavo elettrico munito di spina, alla presa di corrente dell'impianto elettrico e assicura un buon tepore alle nostre notti. Moderne e funzionali, le termocoperte sono pur sempre un accessorio elettrico e dunque una potenziale fonte di pericolo per gli utilizzatori. Devono quindi rispondere alle norme europee di sicurezza che prevedono, per esempio, che non si riscaldino mai oltre un limite accettabile (37 gradi) e che assicurino protezione contro l'umidità. Nelle prove effettuate dagli istituti che assegnano il marchio di qualità in Europa (in Italia è l'*Imq* e il ricorso al certificato è volontario, non obbligatorio), le coperte vengono immerse completamente per 1 ora in una soluzione salina al 2 per cento, per poi misurare la corrente che può essere dispersa. Ma viene anche controllato che il materiale con cui sono realizzate sia autoestinguento ossia non propaghi le fiamme.

Per garantirsi, a casa, il massimo di sicurezza servono anche alcune accortezze d'uso. Una di quelle fondamentali è di piegare la termocoperta il meno possibile (anche quando la si ripone in armadio). Le pieghe, infatti, possono danneggiare il filo elettrico. Per la stessa ragione, è sconsigliato adagiare sulla coperta riscaldante oggetti molto pesanti.

Minuti contati

Ovviamente le termocoperte non sono tutte uguali. Le migliori impiegano pochissimi minuti per raggiungere la temperatura impostata e sono dotate di un timer col quale impostare l'accensione automatica (e lo spegnimento) all'ora scelta dall'utilizzatore. Oltre a queste caratteristiche, chi è alla ricerca di un modello efficiente, dovrebbe optare per una coperta che abbia la possibilità di selezionare diversi gradi di calore. E possibilmente per un tes-



suto naturale, magari in lana, per abbinare al riscaldamento elettrico anche quello delle fibre naturali.

Esattamente come per le trapunte tradizionali, però, anche quelle elettriche possono essere giudicate in base al tessuto in cui sono realizzate. E alla trama della trapunta. Generalmente non si fa un gran caso alle differenze che pure ci sono, ma i conoscitori del settore le distinguono anche in base alle proprietà che conferiscono al copriletto. Valgono le stesse considerazioni che si farebbero di fronte a una classica coperta imbottita non elettrica: quelle con trapunte a canali verticali, per esempio, garantiscono maggiore isolamento, dato che permettono all'imbottitura di espandersi. La trapuntatura a rombi, invece, è utilizzata per i copriletto più leggeri e impedisce ogni movimento all'imbottitura, mentre con quella "a cassettoni" si confezionano solo le coperte molto calde e più spesse.

Polveri sottili

Per quanto riguarda l'imbottitura è facile ritrovarsi di fronte a materiale di poliestere anallergico o, nei casi peggiori, di un misto sintetico di bassa qualità. Se il sintetico di scarsa qualità si riconosce dal prezzo, generalmente

molto più basso, oltre che dalla rigidità e dal peso maggiore della coperta, il poliestere anallergico è consigliabile a chi non vuole trovarsi a soffrire di allergie. Una popolazione assai folta, visto che si calcola che 1 italiano su 4 soffre di queste patologie. Tra i principali allergeni ambientali, come è noto, ci sono gli acari della polvere, la principale causa di asma in Italia. Animaletti invisibili a occhio nudo che trovano rifugio prevalentemente in materassi, cuscini, coperte, trapunte, divani, poltrone e tappeti. E se questi ambienti sono il rifugio ideale di questi allergeni, le termocoperte lo sono ancora di più, dal momento che la tendenza a trattenere la polvere è aumentata dal campo elettrostatico che producono. Per questa ragione, oltre a preferire quelle realizzate in materiale anallergico, sarebbe bene privilegiare i modelli che per mettono il lavaggio in lavatrice. Qualche modello, tra i tanti in commercio, lo permette (in genere a freddo). Anche in questi casi, comunque, è bene fare attenzione a come si mettono le coperte nel cestello (possibilmente senza danneggiarle) ed è bene ricordarsi di escludere la centrifuga. ■

In promozione per i soci Coop dal 1 al 30 novembre negli Iper e nei Super Scaldaletto Moon Imetec

16062-16063
tessuto misto lana lavabile
55-60 W x 2
2 livelli di regolazione temperatura
sistema di sicurezza Electro Block

IMETEC

Singolo

(150x80cm)

Prezzo soci

39,90 euro

(anziché 49,90)

oppure 29,90

+ 500 punti

Matrimoniale

(150x160cm)

Prezzo soci

64,90 euro

(anziché 79,90)

oppure 49,90

+ 750 punti

marca e modello	potenza (Watt)	caratteristiche	lavabile	prezzo*
ARDES 420	120	comando a distanza - protezione anti-surriscaldamento (360°) 2 zone di calore separate - lana	a 40°C	95
ARGO NATURE DOUBLE	120	protezione anti-surriscaldamento e anti-corto circuito 2 zone di calore separate - pura lana	a mano	90
BEURER UB66 XXL	120	sistema antisurriscaldamento - 3 impostazioni temperatura 2 zone di calore separate	lavat. a 40°C	112
DE' LONGHI SCALDALETTA LANA MERINOS	120	termostato - 9 livelli di potenza - 2 zone di calore separate pura lana	lavat. a 40°C	120
IMETEC 6018	120	sistema di controllo electro-block con dispositivo di spegnimento automatico - 2 zone di calore separate - pura lana	a mano	149
MEDISANA HU 660	100	autospegnimento (120°) - 4 impostazioni di temperatura 2 zone di calore separate	sì**	98

* modello matrimoniale - ** non dichiara il tipo di lavaggio

Cosa pretendere da uno scaldasonno che si rispetti? Se vi accingete a comperare un modello matrimoniale, una delle prime opzioni che vi si presenteranno è quella della doppia regolazione di temperatura. Una comodità da non trascurare visto che consente alla coppia di non gareggiare per chi arriva per primo al telecomando per abbassare o alzare (a secondo dei gusti) la temperatura. Se i regolatori di temperatura sono 2, infatti, ognuno può scegliersi il clima ideale, senza discussioni.

Seconda opzione da non trascurare la facilità e comodità di lavaggio della coperta. Che sia permesso il trattamento in lavatrice a 40° dovrebbe essere il minimo irrinunciabile. Meglio se si dispone di un

modello in cui la coperta si separa facilmente dalla parte elettrica, per essere magari battuta all'aria (cosa che quando è presente il circuito elettrico non è consigliabile).

Quanto alla potenza 60 watt (a persona) sono già sufficienti ed esagerare vi permetterà solo di scaldare il letto prima, ma in cambio di una buona spesa iniziale e di un conto più salato in bolletta.

E la sicurezza? C'erano una volta le termocoperte che rischiavano di incendiare casa o di far correre, a chi si riscaldava nel sonno, il grave rischio di una folgorazione elettrica... Oggi, grazie ai sistemi di *Electro Block*, di autospegnimento e di resistenza al fuoco, i modelli di marca possono dirsi sicuri.

Gomme a terra

56

Pneumatici termici non solo in caso di neve, ma per una migliore aderenza sull'asfalto bagnato e una maggiore sicurezza.

■ Daniele Fabris

Cambio di stagione in vista anche per gli pneumatici. Esattamente come accade per le scarpe, anche le gomme dell'auto dovrebbero essere in linea con le condizioni atmosferiche. Tanto per migliorare le condizioni di sicurezza in cui viaggiamo che per evitare fastidiose limitazioni e multe salate. Tanto vale, dunque, prepararsi per tempo, anche perché le gomme invernali (o termiche, come vengono chiamate dagli addetti ai lavori) non funzionano solo in caso di neve, ma garantiscono aderenza soprattutto sul bagnato.

Sembrano averlo capito gli italiani, dato che il nostro paese è diventato rapidamente il secondo mercato europeo del pneumatico invernale, dopo la Germania. E con i 7,5 milioni di prodotti venduti nel 2010-2011 (contro i 2,5 milioni del 2008) ha superato anche la Scandinavia. Il dato, piuttosto curioso, non è il risultato di un'improvvisa era glaciale che si è abbattuta su di noi, ma l'effetto dell'entrata

in vigore dell'obbligo delle catene da neve o degli pneumatici invernali per il periodo novembre 2011-aprile 2012 che ha letteralmente scatenato la corsa all'accaparramento di un treno di gomme o di catene per automobili che permettano di circolare anche in condizioni meteo critiche (neve, ghiaccio, temperature sotto i 6-7 gradi).

L'obbligo introdotto dall'articolo 6 del Codice della Strada, per prevenire i forti disagi al traffico e i pericoli provocati in passato dagli automobilisti che, colti impreparati da una nevicata, rimanevano bloccati in mezzo alla carreggiata.

Effetto neve

Norma sacrosanta, dunque, che però ha lasciato agli enti proprietari delle strade o alle istituzioni locali la facoltà di stabilire l'elenco delle strade soggette all'obbligo e l'importo della relativa multa, tra 80 e 318 euro, accompagnata dalla decurtazione di 3 punti sulla patente in caso di recidiva. Il che, ovviamente, si è tradot-



to lo scorso anno in una giungla di divieti diversi da regione a regione, ma anche da provincia a provincia, che hanno costretto l'automobilista a "pianificare" ogni suo spostamento con in mano l'elenco delle strade sottoposte a limitazioni.

Obblighi a parte, le gomme invernali, garantiscono prestazioni migliori soprattutto in termini di sicurezza.

Secondo la *Btma*, l'Associazione britannica di produttori di pneumatici, una vettura equipaggiata con gomme invernali che percorre una strada bagnata a 100 chilometri all'ora (con 5 gradi di temperatura esterna) si arresta in frenata 5 metri prima rispetto a un'auto con coperture "estive". Allo stesso modo le gomme invernali aumentano l'aderenza in curva e su fondi sdruciolevoli alle basse temperature.

Piove sul bagnato

Come sceglierle? Innanzitutto imparando a interpretare le informazioni che gli pneumatici sono costretti a evidenziare. E che dal primo novembre si arricchiscono con la nuova etichetta obbligatoria. Prevista dal regolamento Ue 1.222/2009, l'etichetta deve accompagnare tutte le gomme per auto, veicoli commerciali leggeri e pesanti prodotti dal primo luglio 2012.

Sono tre le informazioni contenute nelle etichette relative alla resistenza al rotolamento, all'aderenza sul bagnato e al rumore esterno da rotolamento. Ogni parametro viene "giudicato" attraverso un'apposita classifica. Per misurare la resistenza al rotolamento e l'aderenza sul bagnato sono previste 7 classi di merito. Le stesse che siamo abituati a valutare sull'etichetta degli elettrodomestici e vanno interpretate

L'obbligo della SICUREZZA! SCOPRI I VANTAGGI DEGLI PNEUMATICI INVERNALI

obbligo di pneumatici invernali o catene a bordo
dal 15 novembre al 31 marzo

SPAZI DI FRENATA RIDOTTI ANCHE SU STRADA ASCIUTTA

MOBILITÀ IN SICUREZZA ANCHE IN CASO DI NEVE E FANGO

RIDUZIONE DEL RISCHIO DI AQUAPLANING IN CASO DI PIOGGIA

PIRELLI

* Le date riportate nel cartello autostradale sono puramente esemplificative e variano a seconda delle ordinanze in vigore.

A pagina 79 la promozione soci degli pneumatici invernali *Pirelli*.

attraverso una lettera compresa tra la A (la più efficiente) e la G (la peggiore). Per quanto riguarda il rumore da rotolamento i valori sono espressi in decibel e sono previste 3 classi in relazione al numero di barre: la peggiore sarà indicata con 3 barre nere, la migliore con una barra in quanto non supera il limite di 3 decibel. ■

Occhio alle sigle

È il caso di tenere a mente le indicazioni che da sempre compaiono sul fianco della gomma. Facciamo l'esempio di una sigla come **185/60R14106T**, che potremo trovare sugli pneumatici di una *citycar*.

185 esprime la larghezza in millimetri del pneumatico gonfio;

60 è l'altezza del fianco del pneumatico. Più basso è il numero, più la gomma è sportiva. Ricordate di montare sempre e solo pneumatici di misura approvata dalla casa costruttrice per il vostro modello di auto, diversamente in caso di incidente l'assicurazione potrebbe non coprirvi.

R sta per radiale, il tipo di costruzione;

14 è il diametro in pollici del cerchione;

106 esprime quanto peso può portare la gomma, va convertito con una particolare tabella;

T esprime la velocità massima omologata. In questo caso T equivale a 190 chilometri orari, la velocità omologata delle gomme che montate per legge può essere inferiore degli pneumatici previsti dalla casa solo per le gomme invernali.

Importanti sono anche gli indici *Utqg*, che si trovano sempre sul fianco di un pneumatico. *Treadwear* corrisponde alla velocità di usura ed è un valore tra 60 e 620. Più è alto, più a lungo durerà la gomma.

Storia

Il capicola della traduzione inglese è il capocollo che in Italia ha tanti nomi quante sono le località che lo producono.

58

di una capicola

■ Eleonora Cozzella

La scammarita del Lazio, la scalmerita di Città di Castello in provincia di Perugia, le mulette molisane, l'ossocollo veneto, la coppa piacentina e quella di Parma. Che cosa hanno in comune? Sono tutte parenti strette del capocollo, il salume italiano protagonista di antipasti e aperitivi che spicca col suo bel rosso da grandi taglieri di affettati. Un insaccato crudo che, come indica il nome stesso, è preparato col taglio di carne di suino che va dalla porzione superiore del collo all'inizio della spalla.

Il capocollo è così legato alla storia alimentare contadina degli italiani che gli immigrati lo portarono con loro nel

Nuovo Mondo, dove oggi – al pari di pizza e spaghetti – non viene tradotto in inglese, ma solo un po' "storpiato", diventando l'amato "capicola".



Imballo in maschera

Certo non era facile per i nostri connazionali che cercavano fortuna in America portare i capocolli: era (ed è tutt'ora) vietato introdurre negli Stati Uniti carni fresche o lavorate. Ma la proverbiale creatività italiana aveva escogitato diversi trucchi, come quello di mascherare il salume da formaggio, cioè creare un provolone cavo all'interno in cui era nascosto.

Tutto, insomma, pur di non rinunciare alle aromatiche fette, perfette col pane "cafone", profumate e delicate che, se di buona qualità, si squagliano in bocca.

Il segreto? Non è affatto un segreto: la carne, ben dissanguata e il grasso

che lo compongono vengono tagliati a pezzi piuttosto grossi, il che conferisce alla fetta il classico aspetto "marmorizzato". L'aromatizzazione è piuttosto leggera rispetto ad altri insaccati e comunque può essere più o meno pronunciata in base agli usi e gusti delle diverse regioni. Lo stesso vale per i tempi di maturazione che, non meno di quattro e solitamente non più di dodici mesi, pongono il capocollo nella lista dei salumi a stagionatura media.

Anime gemelle

Capocollo e coppa vengono spesso confusi e in effetti per la loro estrema somiglianza potrebbero essere in primo piano sulle rubriche "separati dalla nascita", in quei settimanali in cui mettono a confronto due vip d'aspetto così simile da sembrare gemelli. Ma la confusione non poteva avvenire in passato, quando la coppa veniva preparata con "maiali di montagna" ed era quindi più magra ma anche di sapore meno delicato.

I capocolli più rinomati sono quelli umbri, profumati di pepe e aglio e in qualche località anche con semi di finocchietto, quelli prodotti in Puglia (in particolare quello di Martina Franca in provincia di Taranto è un presidio *Slow Food*) dalla lieve affumicatura, e quelli che vengono dalla Calabria. Qui il prodotto ha conquistato il marchio *Dop* – denominazione d'origine protetta – e la ricetta prevede una maggiore percentuale di carne magra, l'affumicatura, ma soprattutto che la carne arrivi da maiali nati solo in Calabria, Puglia, Campania e Basilicata e allevati in territorio calabrese.

Anche in Toscana il capocollo è un prodotto molto amato. Nella provincia di Siena i norcini lo preparano da secoli con le parti magre del collo del maiale e lo aromatizzano con abbon-

dante finocchio. Tanto che è anche chiamato finocchiata (da non confondere con la finocchiona, che è invece un salame). Il fatto è che la sua nascita risale al Medioevo, quando le spezie erano una merce preziosa, e i grani di pepe assai rari e costosi.

Semi di finocchio

Ecco che l'ingegno toscano portò a una gustosa soluzione: poter conservare meglio i salumi utilizzando il minimo indispensabile del preziosissimo pepe, i contadini senesi impararono presto a "diluirllo" tritandolo insieme con i profumati semi del finocchio, che vantano oltretutto proprietà antisetliche.

Per preparare la "finocchiata" occorre mettere il capocollo in salamoia con le spezie, poi coprirlo con i semi di finocchio e quindi farlo stagionare almeno quattro settimane. Le operazioni di rifilatura e salagione vengono effettuate a mano.

Le spezie utilizzate variano da produttore a produttore, e ogni azienda ha la sua ricetta; in ogni caso vengono usati, in proporzioni variabili, chiodi di garofano, macis, cannella, coriandolo e noce moscata. Infine il capocollo tipico senese, inserito nella lista dei *Pat* "Prodotti agroalimentari tradizionali" del Ministero dell'Agricoltura viene insaccato in budello naturale fatto con intestino di maiale, quindi legato nella rete o protetto dalla classica carta paglia gialla.

La finocchiata viene prodotta in vari comuni della provincia di Siena, ed è assai diffuso in tutta la zona. Da sempre è considerato, dopo prosciutto e spalla, il taglio migliore. Ma, se prosciutto e spalla, una volta ucciso il maiale, spesso erano venduti per necessità a cittadini più abbienti, il capocollo restava come cibo di lusso della famiglia. Con cui spesso si banchettava nelle pause del lavoro durante la mietitura. Ma soprattutto era la merenda durante la vendemmia. Non a caso ancora oggi il miglior compagno del capocollo è un buon bicchiere di rosso, magari un *Chianti Colli Senesi*. ■

Torre fazione

*La città dalle belle torri,
una per ogni famiglia potente,
erano 72, oggi sono 15.*

Se il capocollo tipico è qualcosa da assaggiare delle colline senesi, la zona offre tantissimo anche per deliziare la vista e soddisfare la curiosità storica. Basti pensare a quel gioiello medievale che è San Gimignano, nei dintorni di Siena.

Già alcuni chilometri prima dell'arrivo, le 15 torri di San Gimignano (una per ciascuna delle potenti famiglie della sua età più fulgida) compaiono all'orizzonte in uno speciale *skyline* toscano. Catturano l'attenzione col fascino magnetico di dieci secoli fa, quando a regnare sulla cittadina erano ben 72 torri. Sono due le porte per accedere alla città, ciascuna delle quali ricorda la necessità di fortificazione in età medievale, imponenti e austere. Non ci si può perdere: la strada principale è una sola, che sale verso la bellissima piazza (così bella che



a volte d'estate vi si tiene l'opera e alcuni registi decidono di non allestire scene) per poi ridiscenderne. Lungo il percorso si possono osservare le ormai pochissime vecchie botteghe artigiane, o i ben più numerosi negozietti di souvenir. Da

non perdere gli affreschi del Duomo e della Chiesa di Sant'Agostino, e le sale senza del Museo Civico del Palazzo Comunale. Per chi è in vena di un'avventura "dark" (per usare un eufemismo) c'è il Museo della Tortura.

L'intervista

Il capocollo, famosissimo in tutta Italia nelle sue diverse sfaccettature, ha anche a Siena una sua tipica produzione. Ne parliamo con **Manrico Stefanini**, capoparto freschi all'Iper di Livorno.

È un prodotto molto conosciuto?

«A dire il vero no. Nel senso che è tanto radicato nella provincia di Siena quanto di nicchia e ancora tutto da scoprire sul litorale. Ma quando lo assaggiano, i veri buongustai non lo scordano più nei loro carrelli.»

Quindi è un prodotto *gourmet*?

«Sì, per un cliente cosiddetto evoluto, nel senso che s'informa, ama assaggiare e riscoprire sapori della tradizione. Ma non è un prodotto esclusivo per quanto riguarda i costi, perché siamo dai 13 euro al chilo ai 35 per i prodotti top di gamma, come i *Dop* o i *Fior fiore*.»

In che formato si acquista?

«Si trova in tranci, preaffettato in vaschette, oppure da tagliare espresso al banco, a seconda dei produttori. I nostri fornitori sono *SaVi* (salumi viterbesi), *Sagem* (che tratta solo le *Dop* in vaschette con fette tagliate a mano), *Benvenuti* (per i tranci), le aziende artigianali *Franchi* di Follonica e *Piacenti* di San Gimignano.»

Un gran minestrone

60

■ Silvia Inghirami

Promosse minestre e zuppe pronte: sono nutrizionalmente adeguate e rappresentano un'ottima soluzione quando non si ha tempo di cucinare.

A pezzi, passata, vellutata. Scegliere una minestra al supermercato è ormai difficile quanto orientarsi nel menu di uno chef "stellato". L'offerta si è moltiplicata nel giro di pochi anni: la competizione tra le case produttrici si traduce in ricette sempre più allettanti. Se un tempo l'opzione era tra minestrone e pasta e fagioli, ora troviamo l'*Ortolana* e la *Toscana*, la *Tradizionale* e

Giusta di sale

Anche il sale non è aggiunto in eccesso: «In questi prodotti si trova una quantità di sale comparabile a quello che metterebbe chi cucina a casa – fa notare **Andrea Ghiselli**, esperto dell'*Inran* -. Un quantitativo di sodio adeguato se naturalmente lo calcoliamo su una porzione». È quindi una fortuna avere oggi la possibilità di tenere in casa una sana minestra di verdure già pronta all'uso, ma la facilità di preparazione non deve tradursi in eccesso di consumo. Secondo le linee guida dell'*Istituto nazionale di ricerca per gli alimenti e la nutrizione*, un adulto non dovrebbe superare la dose di 6 grammi di sale al giorno, che tradotto in sodio significa 2,4 grammi. La precisazione è necessaria, dal momento che una Direttiva dell'Unione Europea impone alle aziende di indicare la quantità di sodio (e non di sale) contenuta nei prodotti: un obbligo che le



la *Boscaiola*, ai legumi e con la pastina. La fantasia dei cuochi si sbizzarrisce negli abbinamenti: patate e porri, porri e carote, carote e zucca, piselli e zucchine, tris di legumi. Infine, il *packaging*: brick, lattine, ciotole da forno a microonde. Ma la vera novità per il consumatore non sta tanto in quello che c'è dentro una minestra confezionata, quanto in ciò che non c'è: niente conservanti, niente additivi o coloranti, niente glutammato monosodico. Tutte sostanze eliminate grazie a moderne tecniche di preparazione, a processi di pastorizzazione molto rapidi, a confezionamenti impermeabili all'aria.

imprese devono adempiere entro il 2013, ma a cui si sono già quasi tutte adeguate.

La scomparsa del glutammato non dipende, invece, da alcuna normativa, ma da «un eccesso di informazione: sembra un paradosso ma ormai danno informazioni anche tanti che non sono addetti ai lavori, ingenerando fobie – afferma Ghiselli –: il glutammato è un amminoacido innocuo e il fatto che alcune persone siano sensibili o intolleranti non significa che sia pericoloso. Le industrie lo hanno tolto per andare incontro alle esigenze dell'opinione pubblica».

L'erba voglio

L'unica accortezza può essere allora controllare in etichetta l'eventuale presenza di "aromi" (meglio evitarli per prediligere le erbe aromatiche) e di olii (accordando la preferenza a quello d'oliva). Per il resto zuppe e minestre pronte sono promosse a pieni voti: «Sono nutrizionalmente adeguate – spiega l'esperto – e sicuramente rappresentano un'ottima soluzione come primo piatto o perfino piatto unico, quando contengono legumi». I vantaggi del prodotto sono naturalmente di offrire un tesoro di fibre e di vitamine che non vengono perse neppure in caso di pastorizzazione, processo al quale d'altronde non sono sottoposte tutte le minestre in commercio: alcune sono fresche e per questo vanno conservate in frigorifero e consumate nel giro di pochi giorni. «Ormai la pastorizzazione è molto rapida e l'esposizione al calore non è eccessiva – chiarisce Ghiselli –. È vero che con la cottura si perde una quota di vitamine, ma ciò avviene anche cucinando le verdure nella propria cucina. E poi le vitamine B ed E non svaniscono, sono molto resistenti». In ogni caso, quello che resta è sempre una quantità utile: ad esempio, una porzione di patate bollite (pari cioè a 200 grammi) contiene la porzione giornaliera raccomandabile di vitamina C pari a 60-80 milligrammi.

Piatto unico

Le ricette di minestre e zuppe pronte presenti sul mercato sono poi così allettanti da favorire il consumo di verdure e legumi che normalmente sono un po' trascurati nella moderna alimentazione – come porro, carote, zucca – e inserire nella dieta settimanale i legumi, con l'opportunità di variare i piatti. Prendere l'abitudine di una buona zuppa di fagioli o lenticchie come piatto unico, abbinata a pasta o cereali e seguita magari da un'insalata verde, consentirebbe di diradare le pietanze a base di carne rossa, come consigliano i medici.

Ma c'è un'ultima avvertenza da ricordare: se è vero che le zuppe pronte in frigo o in dispensa arricchiscono la varietà della dieta alimentare e dal punto di vista nutrizionale possono sostituire i minestrone fatti in casa, "dal punto di vista educativo" i fornelli di casa vanno rivalutati. «È bene dedicare del tempo a cucinare autonomamente – conclude Ghiselli –. Non bisogna lasciarsi vincere dalla pigrizia ma occorre prendersi sempre cura di se stessi». ■

Razza **bionda**

Quella varzese della Lombardia e la sua carne di alta qualità.

61

Varzese, tortonese, ottonese, cabellotta, montana, in dialetto anche "biunda", per via del suo mantello fromentino: sono tutte denominazioni di una stessa razza bovina, un tempo diffusa nella pianura lombarda, nell'alessandrino, nel pavese e anche sull'Appennino spezzino. Benché ci siano lievi differenze di colorazione del mantello – le più chiare sono le cosiddette varzesi, che risentono delle influenze lombarde, le più scure, quasi marroni, sono le ottonesi – in realtà la genetica è la medesima, ma si sono affermati nomi diversi in relazione alle diverse aree di diffusione. Era la razza più utilizzata nelle risaie perché, pur rimanendo con le zampe a lungo immerse nelle acque, non sviluppava infiammazioni alle caviglie come gli altri bovini. Era chiamata anche montanara o montana, perché era rustica e ben



si adattava ai pascoli montani, e lasciava i carri dei boscaioli che recuperavano

il legname per fare i pali delle vigne. Sono state le fiere un tempo a lei dedicate a salvare questa razza: in queste occasioni di festa gli appassionati si confrontavano, acquistavano le vacche e mantenevano viva la tradizione di allevamento. Nel Duemila, quando la fiera di Borgo San Ponzo fu ripresa dopo un'interruzione di quasi 30 anni, le *varzesi* in esposizione erano solo più 33. Si decise quindi di tentare il recupero, favorito dalla grande passione dei pochi allevatori rimasti e dalla rinata attenzione delle istituzioni. L'*Unione Europea* nel frattempo l'aveva inserita tra le razze a rischio di estinzione, consentendo così l'erogazione di contributi agli allevatori custodi. Con grande fatica oggi i capi nel registro anagrafico della razza *varzese* sono circa 200, diffusi in decine di piccoli allevamenti, con grandi problemi di consanguineità, poiché i tori di linee genetiche diverse, dai quali si recupera il seme per la riproduzione, sono solo 7. Nel 2010 si è formato un consorzio che riunisce 15 allevatori distribuiti in 4 regioni: ma la maggior parte oggi è allevata in Lombardia dove, in un'azienda del Parco Sud Milano, alla Cascina Resta, si conserva il nucleo più numeroso composto da una sessantina di capi e dove il Settore Agricoltura della Provincia di Milano è fortemente impegnato nell'opera di salvaguardia e recupero dell'unica razza bovina autoctona della regione.

Il Presidio si propone di rilanciare l'allevamento della *varzese* attraverso la valorizzazione delle sue carni che provengono da alcuni allevamenti molto piccoli dei dintorni di Milano. L'obiettivo è riunire intorno a un disciplinare di allevamento che prevede pascolo all'aperto, fino a quando è possibile, e poi integrazioni di cereali (orzo, mais) e fieni locali, niente soia, niente *ogm* e insilati di mais: la formula ideale per garantire la migliore qualità della carne. ■

menu alla menta

62



Fichi con menta e prosciutto

Ingredienti per 4 persone

- 12 fichi ■
- 12 fette di prosciutto crudo ■
- 1 mazzetto di menta fresca ■
- aceto balsamico q.b. ■

Preparazione facilissimo

Tempo 15 minuti
Costo medio

Preparazione

Aprire i fichi a fiore, usando un coltellino tagliente, e bagnarli al centro con mezzo cucchiaino di aceto balsamico. Appoggiare al centro del fico una fetta di prosciutto arrotolata a cono (con la punta in basso) e riempirla con piccoli ramettini di menta.

La dietista

89 Kcal a porzione

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

Simbolo d'abbondanza sin dal Vecchio Testamento, i fichi vengono classificati come frutti "zuccherini", insieme a banane, ciliegie e loti. È pertanto consigliabile consumarli, senza esagerare, a fine pasto o in abbinamento con alimenti poveri di zuccheri, come nella ricetta che vi presentiamo.



Abbinamento

Sapori piuttosto decisi che si sposano bene con un rosso giovane, come un rosso di Montepulciano.

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



Tagliatelle ricotta e menta

Ingredienti per 4 persone

- 300 g di ricotta ■
- 1 mazzetto di menta fresca ■
- 300 g di tagliatelle ■
- 30 g di pinoli ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e pepe ■

Preparazione

Sbriciolare, mentre cuociono le tagliatelle, la ricotta con una forchetta, condirla con olio e abbondante pepe e ammorbidire con due o tre cucchiaini di acqua di cottura delle tagliatelle. Scolarle al dente, aggiungere la menta tritata e i pinoli, mischiare delicatamente e servire subito.

Preparazione facilissimo

Tempo 10 minuti

Costo economico

La dietista

364 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦ Colesterolo ♦

L'apporto energetico e l'equilibrio nutritivo si sposano bene con la ricchezza di sapori di questo piatto, impreziosito dalla presenza dei pinoli, frutti secchi ricchi di grassi monoinsaturi e polinsaturi, e fonte di sali minerali, vitamine e fibre.



Abbinamento

Da provare in abbinamento un **Trebbiano d'Abruzzo**, fresco d'annata.

Salsa alla menta

Per una salsa adatta ad aromatizzare sia la carne che il pesce, tritare le foglie di un mazzetto di menta fresca, aggiungere un cucchiaino di zucchero, 2 decilitri e mezzo di aceto, sale, pepe e 4 cucchiai di olio, mischiare delicatamente e servire subito.



64



Frittelle soffici alla menta

Ingredienti per 4 persone

- 500 g di piccole zucchine ■
- 4 rametti di menta ■
- 70 g di farina ■
- 2 albumi ■
- 1 cucchiaio di olio ■
extravergine d'oliva
- olio per friggere ■
- sale e pepe ■

Preparazione

Mescolare la farina con l'olio d'oliva e un'abbondante macinata di pepe fino a ottenere un composto omogeneo, aggiungere quindi le zucchine tagliate a julienne e le foglie di menta tagliuzzate fini. Incorporare gli albumi montati, formare delle frittelle e friggerle in olio ben caldo.

Preparazione facile

Tempo 30 minuti

Costo economico

La dietista

353 Kcal a porzione

Proteine ◆◆ Carboidrati ◆◆ Grassi ◆◆◆

Spesso snobbato a favore del più nobile tuorlo, l'albume non contiene grassi ed è ricco di proteine, che si dispongono in modo da intrappolare l'aria quando vengono montati a neve, conferendo morbidezza ed elasticità agli impasti.



Abbinamento

Si consiglia un Trebbiano d'Abruzzo.

La menta Dal sapore particolare e rinfrescante, grazie alla presenza di mentolo, che le conferisce anche preziose proprietà antiossidanti, la menta è molto versatile in cucina e trova largo utilizzo anche per la preparazione di tisane e cocktail.

65



Mousse di limone alla menta

Ingredienti per 4 persone

- 20 foglie di menta ■
- 4 limoni non trattati ■
- 4 albumi ■
- 100 g di zucchero ■
- 4 cucchiaini di marmellata di limoni ■
- 200 g di panna montata ■

Preparazione media

Tempo 35 minuti

Costo economico

Preparazione

Intingere le foglie di menta negli albumi, cospargerle con 20 g di zucchero e metterle ad asciugare su una gratella in un luogo fresco. Tagliare a metà i limoni e svuotarli della polpa. Montare gli albumi con un pizzico di sale, aggiungendo poco alla volta 80 g di zucchero, fino a ottenere un composto abbastanza denso. Amalgamare la marmellata di limoni e incorporare la panna. Distribuire la mousse nei mezzi limoni e decorare con le foglie di menta.

La dietista

507 Kcal a porzione

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

Largamente utilizzato in cucina, del limone "non si butta niente". La buccia è particolarmente ricca d'essenze aromatiche e pectina, utilizzate per l'industria dolciaria (canditi) e nella produzione di liquori e bevande, oltre che nella preparazione di piatti dolci e salati.

PROGETTO



UN PIPISTRELLO PER AMICO

IN TOUR

SEGUI IL NOSTRO TOUR SUL SITO
WWW.BATBOXNEWS.IT

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

Informazioni, curiosità e giochi scientifici realizzati con esperti ricercatori.

Seguici sul sito www.batboxnews.it



**GRUPPO
DI STUDIO
SUI
CHIROTTERI**

enneci

67

semi seria di Simona Marchini



Cattive notizie

*Tutto il brutto dell'informazione in Italia.
Con le dovute eccezioni.*

È difficile raccontare i mesi appena trascorsi senza sentirsi oppressi da un senso di profonda negatività, diffusa e proposta dai *media* con prepotenza. Non si è parlato d'altro che di crisi in termini terroristici senza che la gente comune riuscisse veramente a capire dov'era il bandolo della matassa. Si è parlato del caldo come di una calamità devastante: altrettanto si fa, in termini opposti, per i primi acquazzoni. Si è parlato, ogni giorno, del turismo in calo del 20 per cento. Beh? C'è da stupirsi? La crisi c'è o non c'è? E se c'è, come dovrebbe manifestarsi se non con i tagli alle spese delle famiglie? Si fa dello stupido gossip politico. Per esempio sui 10mila euro di affitto di Mario Monti per costringerlo a perdere tempo a informarci che la cifra copriva quattro mesi e non una settimana... Ma insomma! Possibile che non si riesca a dare alla gente qualcosa di più? Certo, le eccezioni ci sono, per fortuna, ma la media dell'informazione è

strumentale e scoraggiante. L'unico motivo di sollievo è stato leggere che gran parte delle fabbriche colpite dal terremoto ha già ripreso l'attività. E che dire delle povere *Pussy Riot* che comunque testimoniano una volontà di reazione? Possiamo dirci soddisfatti del risultato: l'occidente "euro" ha "liberato" i paesi dell'Est con la guerra economica, con la droga e il malcostume. Mille volte peggio del regime sovietico, perché ora siamo di fronte a un popolo umiliato dall'arroganza del denaro... di pochi gerarchi e spregiudicati imprenditori. E nei brefotrofi i bambini muoiono di denutrizione. Ma in questo nostro lacerato paese c'è anche gente meravigliosa: avete letto per caso di quel signore che a Milano, in silenzio, nel più assoluto anonimato, si aggira di notte per assistere i più derelitti a cui dà casa e assistenza? E di quel parrucchiere di Milano, Giorgio, che fa la messa in piega alle anziane senza mezzi? "Perché - dice - mi fanno troppa tenerezza". Allora non tutto è perduto, no? ■

Trovare nuove particelle della cosiddetta materia oscura, scoprire l'antimateria e capire perché al momento del Big Bang la natura le "abbia preferito" la materia. Le sfide della fisica dopo la scoperta del bosone di Higgs.

Antimateria di studio

68

■ Patrice Poinssotte

È nato, anzi comparso il 4 luglio, in Europa al Cern di Ginevra. Gli scienziati ne sono sicuri al 99,9999 per cento: hanno osservato il meccanismo che trasforma l'energia in materia, il *bosone di Brout-Englert-Higgs*. Lo dicono, infatti, i miliardi di collisioni avvenute a velocità prossime a quella della luce nel più grande strumento scientifico mai costruito, il *Large Hadron Collider (Lhc)*. Ed ecco che la scienza, come l'acqua in ebollizione, sta per cambiare di fase, per passare a una nuova fisica post Modello Standard (*Ms*). La descrizione della forza gravitazionale è ormai coerente sia con la meccanica quantistica

(microcosmo) che con la relatività ristretta (macrocosmo); tutte le particelle previste dal Modello Standard sono verificate e la teoria delle interazioni fondamentali è completa.

Chiaroscuro

A questo punto la scienza è in grado di spiegare razionalmente come le particelle elementari hanno potuto acquisire massa all'inizio dell'universo, vale a dire 1 miliardesimo di secondo dopo il *Big Bang*. Ma ora che i segreti della materia sembrano svelati e "la massa è detta", qual è il futuro della fisica delle particelle e del Cern?

Innanzitutto resta da determinare la particella appena scoperta, cioè assicurarsi che si tratti davvero del bosone di Higgs del Modello Standard e non di una variante prevista da modelli alternativi. Tanti dati dovranno quindi essere raccolti e analizzati per caratterizzarla definitivamente nei prossimi due anni. Cercare l'esistenza di altri "semi" - d'antica memoria - non previsti dal Modello Standard e aprire altre vie alla fisica delle particelle rappresentano i futuri traguardi del Cern. L'identificazione del bosone di Higgs non segna, perciò, la fine del più grande laboratorio di fisica nucleare del mondo, ma la transizione verso una "teoria del tutto" che spiega l'intero universo collegando tutti i fenomeni fisici. L'esistenza di nuove particelle spiegherebbe, infatti, il mistero della materia oscura, una materia ipotetica e fino ad oggi non osservata, ma invocata nei calcoli della massa degli ammassi galattici. Derivata dall'osservazione delle galassie lontane si spiega solo se, oltre alla materia visibile, enormi quantità di materia e d'energia invisibile respingono le stelle. Sfugge agli strumenti d'osservazione attuali che non sono capaci di svelarla, ma gli astrofisici dicono che potrebbe costituire addirittura il 90 per cento della densità totale dell'universo osservabile. Trovare e identificare nuove particelle della cosiddetta materia nera è dunque una delle prossime sfide della scienza.



Acqua corrente

Talmente anomala che capirla fino in fondo non è proprio come scoprire l'acqua calda...

C'è un enigma più "terra-terra" ancora da svelare, quello dell'acqua. Tanti aspetti del liquido restano, infatti, inspiegati a tale punto che viene definito "liquido anomalo". Tre le anomalie che rendono così particolare il comportamento dell'acqua rispetto agli altri liquidi: una coesione molto forte che si traduce con temperature di fusione e d'ebollizione elevate, una costante dielettrica (grandezza fisica che descrive il comportamento di una sostanza in presenza di un campo elettrico) elevata che gli consente di dissolvere i sali e una grande espansione a bassa temperatura. L'acqua insomma corre troppo e, nonostante tutte le ricerche, gli scienziati non sono ancora riusciti a modellizzare le interazioni tra le molecole.

Ma ci sarebbe anche da scoprire dove si nasconde l'antimateria. A ipotizzare la sua esistenza, nel 1928, fu il fisico britannico Paul Dirac che, alla ricerca di una teoria unificatrice tra la meccanica quantistica e la relatività ristretta, formulò una teoria affascinante: ogni particella dotata di carica prevede l'esistenza di un'altra particella dotata di massa identica, ma di carica opposta. Quest'ultima, chiamata positrone, è simile all'elettrone, tranne che per il valore della carica: il primo è caricato positivamente, il secondo ha una carica negativa. Una specie di materia allo specchio e quando le due particelle s'incontrano si distruggono liberando energia. La teoria del *Big Bang* prevede la loro convivenza nell'universo primordiale in uguali proporzioni, cosa che avrebbe dovuto determinare un immediato processo di annichilazione. Ma così non è successo e i fisici ritengono che un leggero squilibrio in favore della materia abbia reso possibile la formazione dell'universo. Secondo **Massimo Villa**, fisico teorico dell'*Osservatorio astrofisico* di Torino, «l'antimateria si nasconderebbe all'interno di vastissimi spazi osservabili in diverse zone del cosmo, larghi milioni di anni luce, inspiegabilmente privi di galassie».

In pieno

Questi immensi spazi vuoti sarebbero dunque pieni d'antimateria forse persino organizzata in antigalassie. L'antimateria, però, non emette radiazioni e non può quindi essere rivelata dagli strumenti a nostra disposizione. Rimane invisibile e si rivela solo grazie ai suoi effetti repulsivi sulla materia che si traducono con un allontanamento delle galassie fra loro e un'espansione dell'universo. Le uniche tracce di antimateria a disposizione dei ricercatori sono state prodotte in laboratorio, al *Cern* di Ginevra. 38 atomi di anti-idrogeno sono conservati immobilizzati in uno scenario che ricorda il romanzo di Dan Brown *Angeli e Demoni*. Il fatto importante è che sia possibile oggi produrre antimateria, e conservarla, per sperare di riuscire a risolvere uno dei maggiori rompicapi della fisica contemporanea: capire perché al momento del *Big Bang* la natura abbia preferito la materia all'antimateria.

“Ciò che sappiamo è una goccia, ciò che ignoriamo è un oceano” diceva Isaac Newton. E la scienza non finisce mai di scoprire, anche dopo il bosone. ■

Scusa il disordine

Che cos'è l'entropia? Il caos che regna sovrano dal destino dell'universo alla cottura degli spaghetti.

Di sicuro vi è già capitato di arrivare a casa carichi di borse della spesa e provare a pescare le chiavi del portone disperse tra cellulare, portafoglio, gomme da masticare, agenda, pacchetto di fazzoletti, deodorante e chi più ne ha più ne metta. Un disordine che manda su di giri, soprattutto se si va di fretta, ma che per i fisici ha un grande fascino, un senso e un'unità di misura: l'entropia. Deriva dal secondo principio della termodinamica secondo cui il calore, cioè l'agitazione molecolare di un oggetto o di una sostanza, si trasferisce dai corpi caldi a quelli freddi e non viceversa. È quello che accade quando, per esempio, versiamo del tè tiepido in un bicchiere con dei cubetti di ghiaccio: questi si riscaldano e si sciolgono, com'è noto, mentre il tè non prende energia dal ghiaccio facendolo diventare ancora più freddo, perché il calore va appunto in una sola direzione.

Chiarito questo, vediamo un altro esempio, oltre al caos nella borsa. Un pacco di spaghetti, con i suoi bastoncini di pasta ben allineati, ha una bassa entropia mentre il disordine regna sovrano nella pentola di cottura. Nello stesso modo il secondo principio implica che col passare del tempo gli aggregati di materia nell'universo, pianeti e stelle, lentamente si disperderanno e rimarrà una “zuppa” di particelle mescolate. Così per le foglie cadute di un albero che non torneranno mai spontaneamente sui rami e per lo scorrere del tempo dal passato al futuro. Allora che relazione c'è fra gli spaghetti, la borsa piena zeppa d'oggetti, l'espansione dell'universo e il passare del tempo? Il disordine, il fatto cioè che le configurazioni casuali delle cose, col fluire del tempo, sono molto più numerose e quindi più probabili rispetto all'unica configurazione ordinata (basta pensare a tutti i modi in cui possono mescolarsi gli oggetti nella borsa). La natura evolve sempre verso un aumento d'entropia, il passaggio dall'ordine al disordine costituisce la tendenza spontanea di ogni fenomeno. Provate un po' a non sistemare la casa per un mese e l'entropia la sperimenterete sul campo... Di conseguenza, tutte le volte in cui desidero ottenere qualcosa di molto improbabile, cioè l'ordine, devo “investire”: voglio del ghiaccio nel mio cocktail preferito devo pagare la corrente elettrica, voglio spazzare via la polvere di casa devo impiegare energia muscolare. In altre parole: ciò che non è dato spontaneamente da madre natura in fisica si può ottenere con l'energia, nella vita con il denaro. ■



Mentre si cerca di essere "super", di andare sempre oltre il limite, sfruttando all'estremo tutto, se stessi, gli altri, l'ambiente, forse la virtù – e la "coscienza felice" – stanno nel giusto mezzo.

Superman

70

■ Barbara Autuori

Super simpatici, super atletici, super belli, super pagati, super coraggiosi, anche super carogne purché col superlativo. Con gli amici, in famiglia, sul lavoro o a scuola: perché o si è "super" in ogni ambito della vita o non si è. In barba a quello che predicavano i saggi dell'antichità: filosofi come Aristotele che esortava alla ricerca del giusto mezzo o poeti come Orazio che celebrava nei suoi versi la preziosa *aurea mediocritas*. Una pratica della moderazione e del bilanciamento delle opposte tendenze che oggi sembra caduta in disgrazia.

Limite estremo

«Una mentalità assai diffusa, caratterizzata dall'eccesso e nella quale si tende a spostare il limite sempre un po' più in là – conferma **Adriano Fabris**, docente di filosofia morale all'Università di Pisa –. Una corsa all'estremo che, negli ultimi decenni, è stata amplificata dall'avvicinarsi vorticoso delle nuove tecnologie che hanno veicolato un'idea di potenza estrema appunto». Gli fa eco lo psicoterapeuta junghiano **Luca Coladarci**: «Anche dal punto di vista psicologico si è fatto strada il pensiero che riuscire significativi superare il limite: basta vedere certi programmi televisivi dove il successo non dipende dalla bravura, ma da quanto si è disposti ad andare oltre». Questa spinta continua in avanti l'abbiamo ereditata dai romantici, chiarisce Fabris: «Irraggiungibile per definizione la ricerca dell'infinito corrisponde, però, anche a quella che Hegel definiva la nostra "coscienza infelice"». Una condanna che Aristotele aveva scongiurato basando il concetto di felicità sulla realizzazione della propria natura, ma sempre temperata dalla giusta misura. Una "coscienza felice" consapevole che ignorare i limiti, oggettivi o soggettivi che siano, diventa alla lunga insostenibile. «Sfruttare all'eccesso l'ambiente che ci circonda, dalle risorse naturali alle persone con le quali si entra in relazione, significa mancare loro di rispetto e rischiare la distruzione» avverte il filosofo.



Conosci te stesso

Come riconoscere il giusto mezzo che fa per noi.

Ogni momento della giornata può essere un'occasione per praticare la filosofia del "giusto mezzo". A patto di saperlo riconoscere. «L'importante – afferma la psicoterapeuta **Giovanna Carlo** – è pensare che il giusto mezzo è ciò che ci provoca dentro una sensazione di pace, mentre l'eccesso è ciò che ci rende più ansiosi e pervasi da sentimenti di sconfitta». Ma l'armonia va conquistata per tentativi: le parole, gli atteggiamenti o i gesti in sintonia con il nostro "codice interno", quelli che ci fanno sentire bene, si rivelano, infatti, di volta in volta. «Per migliorarsi – prosegue l'esperta – bisogna saper riconoscere i comportamenti buoni e cattivi, riflettere su di essi e trasformarli in buone pratiche». Un percorso più facile per chi, conscio dei propri limiti, sa accettarsi e non si propone modelli altissimi spesso irraggiungibili.

Giusto mezzo

E questo pericolo si corre anche quando si trascurano i limiti naturali del proprio carattere. Frustrazioni e nevrosi possono essere, infatti, il risultato di una mancanza d'equilibrio tra ciò che si vuole (o si crede di volere) e ciò che si può. «L'equilibrio psichico – spiega Coladarci – è il risultato di un percorso che richiede uno sforzo di bilanciamento continuo tra conscio e inconscio». Per un'armonia complessiva alla quale può concorrere

anche il vecchio concetto filosofico di "giusto mezzo". «Con queste parole Aristotele definiva ciò che era buono ovvero quel pacchetto di virtù che caratterizza in positivo il carattere di ognuno» chiarisce il docente di filosofia morale. Si tratta insomma di prendere coscienza non solo dei propri limiti, ma anche delle proprie qualità, che non significa fermarsi a metà strada, accontentarsi o rinunciare, ma coltivare le doti che si possiedono così che fioriscano nel migliore dei modi. «Un'indicazione che giunge dallo stesso Orazio, spesso dipinto come un rinunciatario, ma la cui *aurea mediocritas* era il sinonimo poetico del giusto equilibrio inteso come modello di moralità». Una concezione di saggezza dimenticata o ignorata, ma che si può – e si deve, ndr – recuperare rinnovandone il valore pedagogico. «Più che di *mediocritas*, oggi mal interpretata e tradotta, bisognerebbe parlare di *medietas* intesa come sobrietà e rispetto» suggerisce Fabris. Moderazione, temperanza, ponderatezza che dir si voglia: nei toni, nelle aspirazioni, nei gesti, nelle relazioni con gli altri. Una regola semplice per ritrovare tutti un pizzico di saggezza. ■

Alla grande!

I piccoli alle prese con le troppe aspettative dei grandi.

A scuola, nello sport, tra amici, a casa: bombardati fin da piccolissimi con richieste continue d'"eccellenza", sempre più bambini e ragazzi fanno fatica ad adattarsi ai modelli dominanti. In difficoltà spesso a causa degli adulti di riferimento. «Quando genitori ed educatori diventano così esigenti da non sapersi fermare di fronte all'indole dei propri ragazzi – avverte lo psicoterapeuta Luca Coladarsi – il rischio di provocare insicurezze, frustrazioni nonché comportamenti patologici in tenera età aumenta inesorabilmente». L'avvertimento non deve suonare, però, come una censura: i talenti, le passioni o le qualità dei più piccoli vanno rispettate e assecondate purché non si riversi su di essi l'insoddisfazione per non aver saputo trovare il proprio "giusto mezzo".

le vite degli altri di Barbara Autuori

Pronto SOCCORSO

Una sostituzione in Costa d'Avorio, laddove la guerra civile non finisce mai, che ha cambiato la vita a un medico genovese. E a molti suoi pazienti.

Vive e lavora a Man, città a 600 km a nord-ovest di Abidjan, nel cuore della Costa d'Avorio, teatro di un'interminabile guerra civile. Medico pneumologo, 54 anni, genovese, da 8 anni Carlo Montaguti (<http://carlo-megu.blogspot.com>) ha trasformato una semplice sostituzione in una scelta di vita.



Che cosa l'ha portata in Costa d'Avorio?

«Mi hanno chiesto di andare ad aiutare un medico che era rimasto lì durante la guerra civile».

Un appello che si è trasformato in una scelta definitiva.

«Dapprima ho semplicemente sostituito quel medico in un piccolo dispensario. In seguito mi sono dedicato a un progetto più ambizioso: con un'infermiera brasiliana abbiamo seguito la realizzazione per il *Movimento dei Focolari* di un vero centro medico-sociale con un laboratorio attrezzato e sale per il *day hospital*. Si tratta di una zona traumatizzata dalla guerra dove, in questi anni, siamo riusciti ad assistere oltre 120mila pazienti. Un'esperienza che lascia più frustrazioni o soddisfazioni? «La povertà della gente, la corruzione, l'impossibilità di trattare certe malattie sono senz'altro frustrazioni quotidiane compensate, però, dalla consapevolezza che in quel poco che si riesce a fare, quello che fa la differenza è la dose di amore che ci metti: un'équipe sanitaria affiatata, con questa missione, può fare piccoli miracoli».

Come si finanzia il centro medico?

«Nel periodo più caldo della guerra ci ha aiutato il *Movimento dei Focolari*; in questi anni poi molti privati in Italia ci hanno sostenuto mentre alcune *Ong* ci hanno donato farmaci o attrezzature. Ma la cosa più bella è che stiamo raggiungendo l'autonomia: il piccolo contributo che chiediamo ai pazienti basta quasi a coprire le spese. Con meno di 5 euro a paziente (una cifra abbordabile) offriamo visita medica, *day hospital* e i farmaci da portare a casa. Intravediamo quindi un modello di sanità sociale, ma sostenibile».

Di cosa c'è più bisogno laggiù?

«Come forse dappertutto, di gente capace di vivere per gli altri, che resiste al richiamo dei soldi e del potere. Credo che la nostra presenza, più che la soluzione di un problema, sia la testimonianza che ciò è possibile. Come medico, paradossalmente, è questo il virus che vorrei trasmettere».

Un sogno nel cassetto?

«Il centro medico-sociale sta diventando stretto: il sogno è costruirne uno più grande e attrezzato per poter fare meglio. Chi volesse aiutarci può farlo con un versamento sul conto 000000172228 (cin G, abi 05034, cab 01420) intestato a "Ambulatorio MAN dott. Carlo Montaguti". ■

Più che un museo, una "città" con spazi, strutture interattive, giochi, laboratori creativi, letture animate a misura di bambino. A Explora, a Roma, osservando, toccando, sperimentando s'impara. Per i soci Coop a prezzi scontati e da quest'anno anche sul catalogo di Unicoop Tirreno.

72

Piccoli esploratori

■ Rita Nannelli

Ci sono il supermercato, la banca, il camion dei pompieri, l'orto, e chi entra in questa città in miniatura può scegliere se dedicarsi alle piante, scoprire come si produce la carta riciclata, come si fanno i biscotti o cimentarsi in qualche esperimento scientifico. Benvenuti ad *Explora*, gestito da *Museo dei Bambini Società Cooperativa Sociale Onlus*, nel cuore di Roma, vicino a Piazza del Popolo, che più che un museo è un mondo a misura di bambino (da 0 a 12 anni) in cui si impara toccando, provando e giocando, attraverso laboratori, atelier manuali e installazioni interattive. *Explora* di nome e di fatto...

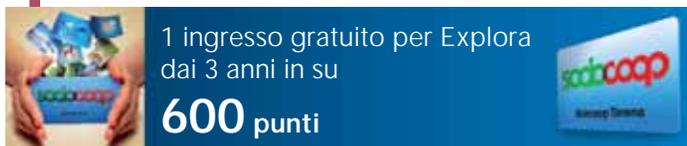
Spirito d'osservazione

Varcata la porta d'ingresso ecco apparire un padiglione espositivo con installazioni permanenti progettate secondo il principio dell'apprendimento sul campo, sperimentando concetti scientifici e abilità tecniche in modo naturale e istintivo. Perché, come insegna Piaget - fondatore dell'epistemologia genetica, psicologo e pedagogista - i più piccoli sono tutta intuizione e i più grandicelli nel pieno della fase "operatorio concreta", quando la conoscenza passa dal contatto diretto con le cose, l'osservazione, la manualità. Vedere come si creano i vortici d'acqua? Capire come si legge un codice a barre o fare la spesa in un vero supermercato? A ciascun piccolo esploratore il suo percorso, della durata massima di 1 ora e 45 minuti: installazioni interattive progettate tenendo conto delle diverse fasce d'età; visite libere con indicazioni per coinvolgere gli adulti e orientarli nelle attività; installazioni e mostre temporanee interattive che stimolano la creatività e le capacità manuali, così come i laboratori creativi.



Explora con Coop

Vantaggi per i soci di Unicoop Tirreno che, per l'ingresso al museo, possono usufruire dei punti del catalogo oppure della convenzione stipulata da Coop con Explora.



1 ingresso gratuito per Explora dai 3 anni in su

600 punti

Convenzione Coop

Per i soci Coop riduzione del 10% sul biglietto d'ingresso: bambini 3-12 anni 6,30 euro (anziché 7); adulti 5,40 euro (anziché 6). Riduzione del 10% anche sul biglietto settimanale dei campus invernale, primaverile, estivo; presso *Explora shop* (giochi, strumenti didattici e libri) e presso il punto ristoro interno. La riduzione del biglietto è estesa a un accompagnatore. I bambini fino a 1 anno non compiuto entrano gratis.

Per sabato, domenica e festivi è obbligatoria la prenotazione al numero 063613776 (interno 2) specificando che la richiesta è come "soci coop".



Info Explora. Il Museo dei bambini
via Flaminia 82, Roma
063613776 - www.mnbr.it

Alla scoperta

l'esplorazione continua al primo piano del padiglione con mostre temporanee, *workshop* tematici temporanei e l'area *Piccoli Esploratori* per i bambini sotto i 3 anni, mentre con la rassegna *I Libri Parlanti* letture animate con laboratori manuali basati sul testo. Realizzate in collaborazione con prestigiose case editrici specializzate in letteratura per l'infanzia, si svolgono ogni anno da ottobre ad aprile (il sabato pomeriggio, per un'ora circa) e raccontano la scienza, l'arte, la filosofia, la musica, l'alimentazione ai più piccoli. Nella libreria anche presentazioni di libri alla presenza di autori come Margherita Hack, Umberto Guidoni, Moony Witcher. Tante attività anche nei campus che ospitano, durante le vacanze scolastiche, i bambini dai 3 ai 12 anni (divisi per fasce d'età): giochi, sport, lavori di gruppo, laboratori creativi e tematici, attività libere, gite in strutture gemellate della

Capitale. Giocando, facendo, toccando s'impara anche in vacanza. E a scuola, perché *Explora* propone attività didattiche e formazione agli insegnanti per aiutarli ad arricchire i percorsi scolastici con un apprendimento "informale".

Made in Officina

Scienza, cultura, ambiente e... cucina. Sarebbe un peccato lasciare *Explora* senza aver partecipato al laboratorio permanente *Officina in cucina*. Dedicata all'educazione alimentare, con la supervisione scientifica dell'*Inran* (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione), a numero chiuso e con prenotazione telefonica obbligatoria, è un'attività di circa 50 minuti per tutti i bambini che vogliono impastare, stendere e infornare biscotti. E i genitori più curiosi possono seguire i figli con le mani in pasta dall'esterno attraverso la grande vetrata dell'*Officina* o cogliere l'occasione per visitare l'area esterna di *Explora* e le sue mostre fotografiche. Usciti dall'*Officina* il momento più atteso: mangiare i biscotti appena fatti con mamma e papà. E siccome si organizzano anche feste di compleanno, il festeggiato può preparare i biscotti insieme agli amici; dopo appuntamento con regali e torta come in ogni compleanno che si rispetti, e poi tutti nel padiglione del Museo per giocare "explorando".

Gita al museo

Gli ingredienti ci sono tutti perché piacesse a Coop che, con le sue proposte formative per la scuola sui corretti stili di vita, l'educazione ambientale, alla cittadinanza e legalità, sotto forma di animazioni in classe ed esperienze sul campo al punto vendita, e con le numerose convenzioni con teatri, musei, parchi, fa dell'educazione e della cultura un impegno non dell'ultima ora. Quindi, ormai da anni, ingresso ridotto ad *Explora* per i soci Coop (cfr. box) e da quest'anno biglietti con i punti del collezionamento (600 punti = 1 ingresso adulti) perché il *Museo dei Bambini* è sul catalogo soci di Unicoop Tirreno 2012-2013. Se farete una gita ad *Explora*, non appena lì, noterete che il parcheggio è una pensilina di 100 pannelli fotovoltaici con cui viene coperto il consumo energetico di uffici, shop e biglietteria del Museo. Grazie all'altro impianto fotovoltaico, sul lucernario a sul lato sud del padiglione, funzionano tutti i computer, alcune esposizioni e molti giochi. Anche la scelta dell'energia pulita è nelle corde di Coop. ■

Mostre sacre

Arrivano le mostre, forse meno dello scorso anno, ma in grado di attirare masse disposte a mettersi pazientemente in fila, purché ben impacchettate e infiocchettate come si deve. Garanzia di successo l'esposizione a Milano, a Palazzo Reale, di oltre 250 opere – molte delle quali per la



prima volta in Italia – di **Pablo Picasso. Capolavori dal Museo Nazionale Picasso di Parigi.** Nella Capitale, alle Scuderie del Quirinale **Vermeer. Il secolo d'oro dell'arte olandese:** 8 capolavori del pittore della *Ragazza con l'orecchino di perla* uno vicino all'altro in Italia non ci sono mai stati (dalle donne "ideali" alla celebre "Stradina", affiancati da 50 opere di altri artisti del Seicento), perché delle 37 opere conosciute nel mondo, solo 26 possono essere spostate. Al Vittoriano, per i cento anni dalla nascita, un centinaio d'opere di **Renato Guttuso** che ha dato figura monumentale a un "epos" democratico, che con le sue visioni del Colosseo, dei Tetti di Via Leonina, delle misteriose presenze nei giardini pensili, dipinse una Roma diversa e vibrante. E ancora: nella Galleria Nazionale d'Arte Moderna **Paul Klee e l'Italia;** al Maxxi **L'Italia di Le Corbusier,** non solo per gli appassionati e studiosi di architettura e urbanistica. Protagonista la fotografia al Palazzo delle Esposizioni con **Robert Doisneau. Paris en liberté:** per la prima volta in Italia una mostra antologica – 240 fotografie – dedicata al fotografo della Ville Lumière (vi sarà di sicuro già capitato di vedere almeno una riproduzione dei suoi innamorati in bianco e nero).

A Palazzo Blu sul lungarno pisano in mostra **Kandinsky:** 50 opere dell'avvocato russo che creò l'arte astratta rompendo con quella antica, che era imitazione della natura, sconvolgendola con uno spazio interiore filosofico.

Tanti tesori preziosi per specialisti e appassionati; il visitatore occasionale, catapultato nei corridoi di una galleria o di un palazzo d'epoca, male che vada esce dalla mostra uguale a quando ci è entrato.

saliscendi

Voglia di calore, di casa, di ricchezza, almeno nello stile. Quello che andrà e non andrà nella stagione autunno-inverno.

Su	Giù
Il nero	Gli acquisti d'impulso
Il cioccolato	Gli snack
I pantaloni	Il look minimale
Gli arredi con le ruote	La riga in mezzo ai capelli
Il cappotto extralarge	I viaggi
La pelle	Il trucco leggero
I gioielli grandi (anche falsi)	Gli aperitivi
L'e-reader	La ginnastica soft
I cuscini colorati	L'auto

Cantante, scrittrice, moglie e madre, che ha sempre scelto di essere se stessa. **Nada Malanima**, ritratto di una donna indipendente.

Malanima e core

74

■ **Maria Antonietta Schiavina**

A chi le chiede cosa sceglierebbe, se ne fosse costretta, fra letteratura e musica, risponde senza pensarci neppure un attimo: «Non sceglierei, perché voglio continuare sia a scrivere che a cantare, anche se scrivere è una delle cose che mi rende più felice». **Nada Malanima**, è alla seconda ristampa del suo nuovo romanzo *La grande casa* (edito da *Bompiani*), un libro che dice di amare particolarmente e che, per la prima volta (in precedenza ha pubblicato *Le mie madri* e *Il mio cuore umano*) non è autobiografico, anche se in alcuni passaggi c'è molto di lei. Felicamente sposata da 39 anni con Gerri Manzoli, ex bassista dei *Camaleonti* – la coppia ha una figlia, Carlotta, direttore di produzione nel cinema –. Nada,

58 anni e un viso da ragazzina, quando non è in giro per lavoro, si rifugia nel suo casale in Maremma, nei pressi di Manciano «dove posso sentire il rumore della natura, quello del vento, ma soprattutto il silenzio... un

luogo dell'amore e della libertà di essere se stessi, proprio come nella grande casa del mio romanzo», spiega.

Il pulcino del Gabbro negli anni ha lasciato il posto a una donna indipendente, che ha sempre fatto le sue scelte, rinunciando anche a molti soldi. Soddisfatta?

«Sì, anche se non è stato facile. Ho voluto essere libera di esprimermi e la libertà si paga. Ma se tornassi indietro rifarei le stesse cose, perché solo così mi sento vera».

Cosa prova quando scrive?

«Le parole, anche quelle delle mie canzoni, per me sono molto importanti e scrivere mi dà forza, mi rigenera».

Che rapporto ha con sua figlia?

«Ho avuto un rapporto complicato con

mia madre, perché non mi voleva far crescere e ho sempre pensato che con Carlotta non avrei fatto la stessa cosa. Forse ci sono riuscita, pur con tutti i problemi che ci possono essere fra una madre e una figlia».

L'unione con Gerri dura da 39 anni. Qual è il segreto?

«Siamo stati fortunati. Lui è una persona dolce, tranquilla, la parte equilibrata della famiglia, quello che mi stimola togliendomi dalla mia innata pigrizia e il nostro è un rapporto d'amore e di grande rispetto».

Parliamo del suo ultimo romanzo, che sembra un viaggio dentro la memoria e la nostalgia.

«Che, però, non è, come qualcuno ha scritto, autobiografico, anche se quando si scrive si mette sempre qualcosa di se stessi».

Chi legge la storia di Gemma però pensa subito a Nada: è inevitabile.

«Ma io sono in Gemma, in Emilia e nella stessa signora Richter. Sono presente in ogni riga del romanzo, anche nei personaggi maschili, Ermete e Arturo. Solo che Gemma è una cantante e al lettore viene spontaneo pensare a me». *La grande casa* è un romanzo di dolore, ma anche di libertà.

«È un luogo dove si può essere se stessi fino in fondo, senza regole, senza essere giudicati dagli altri. E dove la solidarietà è la medicina migliore. Il rifugio ideale in cui sentirsi accolti e protetti, in cui, se non si è vincenti, non ci si deve sentire umiliati, in cui non si deve urlare per farsi ascoltare».

Ha detto in un'intervista: "Ho scritto questo romanzo con la passione con cui si mette al mondo un figlio". Ma da bambina voleva fare la scrittrice?

«La scrittrice o l'astronoma».

La cantante non era ancora apparsa nella sua immaginazione?

«Non ci pensavo proprio. Fu mia madre a volere che prendessi quella strada e io ubbidii, percorrendo un cammino che non capivo, per farla contenta».

L'incontro con Piero Ciampi, il poeta e cantante livornese, è stato determinante per le sue scelte?

«Importantissimo. Ho cominciato a scrivere le mie canzoni e a mettere da



parte la bambina prodigio che tutti volevano portare avanti».

Sua madre come l'ha presa?

«Male. Poi, però, ha seguito con orgoglio la mia trasformazione».

Chi è e come si comporta la Nada Malanima scrittrice?

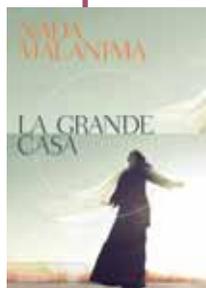
«Una persona che ha bisogno di isolarsi, che quando scrive non vede altro e non fa altro, perché intorno a lei il mondo non esiste».

È vero che da bambina le piaceva andare in chiesa?

«Sì, non sono cattolica, ma molto religiosa. Sento il vuoto, il silenzio. Ho bisogno degli spazi, del raccoglimento. E quando entro in una chiesa sto bene, mi sento come abbracciata, provo una sensazione di pace».

Anche nel suo rifugio maremmano si sente in pace?

«Totalmente. E quando riesco a fermarmi per qualche giorno, solo lì mi ricarico. Gerri e io l'abbiamo scelto proprio perché ci permette di staccare dal mondo, anche se è vicino al mondo». ■



Elke Richter appartiene a una ricca famiglia. I genitori l'hanno portata fin da bambina in Italia, sul litorale di Corielta, ed è qui che Elke torna, adulta, con un passato doloroso alle spalle, per cominciare una nuova vita. Per questo rileva una vecchia fornace e la trasforma

in una villa, anzi nella sua piccola grande utopia: una grande casa, un luogo per persone che amano il silenzio e lo cercano. Fra queste c'è Gemma, che parla con gli alberi, ha in sé l'energia dell'universo ed è di esempio a tutti. Poi c'è Emilia: rimasta orfana, è andata dalle suore e ha trovato il conforto paterno di un bidello di scuola, prima di perdersi nel miraggio di diventare una ballerina famosa. La grande casa è la storia dell'amicizia di queste tre donne speciali e del destino che le ha fatte incontrare. Accanto a loro, gli altri ospiti della grande casa: visionari incompresi, artisti, solitari, che nel ricovero di Elke trovano finalmente se stessi sconfiggendo l'indifferenza che li avevano posti ai margini della vita sociale. Sullo sfondo di una natura che pare ribellarsi con alluvioni, terremoti, malattie e catastrofi alla scriteriata volontà di dominio degli uomini, Nada Malanima racconta le vicende di un piccolo gruppo di personaggi che sapranno ricostruire una convivenza diversa fatta di rispetto per le forze segrete del cuore nella loro corrispondenza con quelle, ancora più forti e segrete, del mondo.

triplavù di Luca Carlucci

Libertà di parola

Alessandro Marzi è morto sabato 1 settembre 2012, all'età di 45 anni.

Nella vita Alessandro lavorava nel mondo delle cooperative sociali, prima come educatore poi come esperto di *information technology*. Nella vita digitale Alessandro era un *blogger* e un frequentatore molto attivo di *social network*, in cui coltivava e condivideva i suoi molteplici interessi: la musica innanzitutto, poi gli strumenti musicali, la fotografia, i viaggi in *scooter*.

Era un malato di cancro. Nel 1997, in maniera del tutto fortuita, eseguendo degli esami clinici, gli era stata diagnosticata una forma tumorale piuttosto rara, il tumore del timo. Il tumore era già in fase molto avanzata. Alessandro fu sottoposto a un intervento chirurgico invasivo e gli fu data un'aspettativa di vita di circa 6 mesi. Non si dette per vinto, decise che avrebbe lottato e resistito contro la malattia con le unghie e con i denti, fino all'ultimo, senza regalarle nulla, tenendo la posizione centimetro per centimetro. Gli avevano detto che gli rimanevano solo 6 mesi: è vissuto per 15 anni.

Ma decise anche un'altra cosa, in un certo senso scandalosa in una società come la nostra che tende a relegare il malato sotto la coltre del silenzio, non si sa se più rispettoso o più ipocrita, e nella distanza dell'isolamento medicalizzato: decise che avrebbe parlato della sua lotta con la malattia, senza pudori, senza infingimenti, senza non detti ed eufemismi. Giorno dopo giorno l'avrebbe raccontata, in piena luce, con tutti i dettagli necessari, con schiettezza e dignità. E così è andata. Fino all'ultimo, fino a pochi giorni prima della morte, Alessandro ha raccontato in rete, oltre agli altri fatti della propria vita, anche la cronaca minuta e quotidiana di questo furioso, ostinato, vitalissimo corpo a corpo con la malattia. Il cancro alla fine ha prevalso: ma ciò che resterà, nella memoria di chi ha letto e di chi leggerà i diari digitali di Alessandro Marzi è un umanissimo potente esempio di slancio e coraggio vitale. Per conoscere la storia di Alessandro vi consiglio di leggere il suo blog www.alessandromarzi.org e di vedere il bel cortometraggio-intervista, realizzato con Alessandro stesso poche settimane prima della sua morte dal *videomaker* e *blogger* Fabrizio "Biccio" Ulisse. Lo trovate qui: www.fabrizioulisse.com/mondoreale/alessandro-una-storia-italiana ■

Ovunque sei

Secondo alcuni analisti d'Oltreoceano nel 2013 si compirà un sorpasso storico: per la prima volta, in termini di numero di pezzi consegnati agli utenti, i telefoni cellulari normali, quelli che cioè servono solo a telefonare e spedire *sms*, saranno superati dagli *smartphone*, cioè telefoni che sono nei fatti veri e propri microcomputer dotati di connessione a internet, e come tali in grado di adempiere a tantissime funzioni.

Si tratta di un mutamento epocale non solo per il mondo della telefonia mobile, ma anche e soprattutto per quello di internet: un passo deciso verso un futuro che sarà sempre meno "stare seduti davanti a un monitor" e sempre più "web diffuso, sempre e dovunque".



Con sottile ironia

Negli spot dello yogurt Activia mirabili esempi di strategia contropromozionale, affidata all'intelligente ironia di Geppi Cucciari che strizza l'occhio a un pubblico smaliziato.

76

Continuano le avventure di Alessia Marcuzzi e Geppi Cucciari, che si scambiano opinioni sulle proprietà miracolose (e molto prese in giro su internet, dato che si prestano a facili ironie) del *bifidus regularis* contenuto in uno yogurt prodotto dalla Danone, Activia. La strategia di promozione del prodotto è quella per cui la Marcuzzi è una *testimonial* entusiasta del prodotto, a cui fa da contrappunto la risposta di un certo scetticismo ironico da parte dell'altra protagonista dello spot. Si tratta di una strategia tendenzialmente contropromozionale, o almeno contro le consuete modalità che vogliono un *testimonial* unico configurato come un fervente sostenitore delle buone qualità del prodotto. L'introduzione di un personaggio comico, come lo è Geppi Cucciari, che ironizza su quello che dice (o fa) la Marcuzzi nello spot, è una intelligente novità che crea due livelli, strizzando l'occhio ad un pubblico più smaliziato. Ma la strategia arriva a un vertice assoluto nell'ultimo spot, che inizia mostrando due tavolini di un bar: al primo sono sedute tre ragazze che stanno mangiando con molto gusto uno yogurt Activia, mentre al secondo è seduta la Cucciari, che pure mangia lo stesso yogurt, ma senza mostrare particolare entusiasmo. Ad

un certo punto le ragazze, credendo di trovare nella Cucciari un'alleata, le si rivolgono manifestando tutta la loro soddisfazione nel gustare quel tipo di yogurt. È chiaro che qui c'è un collassamento di due tipi di realtà: le ragazze sono un simulacro dello spettatore davanti al televisore, uno spettatore che ha seguito le precedenti campagne promozionali di Activia in cui la Cucciari era co-protagonista e le si rivolgono proprio per questo. Ma per una sorta di magia mediatica queste figure vengono a far parte dello stesso testo dello spot, unendo l'al di qua e l'al di là dello schermo televisivo. La reazione di Geppi Cucciari è quella di articolare un sorriso stirato, che ostenta una chiara non partecipazione, e di alzarsi. Nel frattempo arriva la Marcuzzi, a cui la Cucciari si rivolge dicendole press'a poco: "Andiamo via! Queste sono peggio di te. Sono fans del *bifidus*". Come dire: "Lo spot promozionale ci ha stufato. Non comprate Activia". È chiaro che questo non è quello che vogliono i produttori dello spot e ancor di più non lo vogliono i produttori di Activia. Ma la comunicazione è altra cosa e l'efficacia delle sue strategie può seguire strade tortuose. Come chi, per farsi prendere in considerazione, mette il broncio. O anche secondo il comportamento suggerito dal proverbio: "In amore vince chi fugge". ■



tele **obiettivo** di Beatrice Ramazzotti

Tutto un programma

Erano partiti bene, i programmi di viaggi made in Italy, un'ancora di salvezza del dopo pranzo domenicale. Consigli, aneddoti, mete curiose. Poi qualcosa è successo, forse il confronto con i nuovi canali del digitale terrestre. Sta di fatto che mentre inglesi, francesi e americani scorrazzano su e giù per

il mondo, assaggiano, scoprono, si buttano nella mischia, senza trucco né parruccho, l'italiano viaggiatore regredisce al patinato e appare più attento al look che alla meta di destinazione. Anche un'icona hippy come Licia Colò ha ceduto alle interviste in poltrona alla "rifatta" di turno. E vogliamo parlare di DonnAvventura? Tante belle ragazze girano il mondo in pickup per la gioia del cameraman che indugia spesso sul panorama, specialmente quando sono in bikini.



Salva il tuo
Pianeta

immagini utilizzate sotto licenza di Shutterstock.com

UN INTERO PIANETA IN 144 CARTE!

DAL 6 SETTEMBRE AL 3 NOVEMBRE 2012

Vuoi completare la collezione?

Ti aspettiamo

Sabato 13 ottobre 2012

Sabato 3 novembre 2012

dalle 16.00 alle 19.00

per lo scambio delle carte!

presso i punti vendita di:

TOSCANA

- Viareggio super: Via Santa Maria Goretti – Viareggio (LU)
- Avenza super: Piazza Berlinguer, 1/A – Avenza (MS)
- Cecina super: Via Pasubio – Cecina (LI)
- Follonica super: Via M. Chirici – Follonica (GR)
- Portoferraio super: Via Tesei – Portoferraio (LI)
- Piombino super: Via Gori – Piombino (LI)
- Venturina super: Via Don Luigi Sturzo – Venturina (LI)
- Grosseto super: Via Inghilterra – Grosseto (GR)
- Ribolla super: Via Liguria, 1 – Ribolla (GR)
- Vada super: Via Della Resistenza – Vada (LI)
- Donoratico super: Viale G. Di Vittorio – Donoratico (LI)
- Massa Carrara super: Via Marina Vecchia, 5 – Massa Carrara (MS)
- Bagno di Gavorrano super: Via G. Rossa – Bagno di Gavorrano (GR)
- Piombino "Salivali" super: Piazza Berlinguer – Piombino (LI)
- Orbetello super: Via Lungo Lago Dei Pescatori – Orbetello (GR)
- Iper Livorno: Via Gino Graziani - Loc. Porta a Terra – Livorno (LI)

LAZIO

- Roma Laurentino super: Via Laurentina, Km 7 – Roma (RM)
- Guidonia super: S.S. N°5 Via Tiburtina, Km 20 – Guidonia (RM)
- Civitavecchia super: Via Ettore Maroncelli - Loc. Boccelle – Civitavecchia (RM)

- Colleferro super: Via Casilina, Km 49 – Colleferro (RM)
- Pomezia super: Via Del Mare, Km 18,600 – Pomezia (RM)
- Cisterna di Latina super: Via Monti Lepini Angolo Via Fermi – Cisterna di Latina (LT)
- Genzano super: Via Emilia Romagna, 102 – Genzano (RM)
- Iper Viterbo: Via C. De Lellis - Loc. Riello – Viterbo (VT)
- Iper Aprilia: Via Della Riserva Nuova – Aprilia (LT)
- Iper Roma "Casilino": Via Casilina, 1011 – Roma (RM)
- Civita Castellana super: Località Pizzo Garofalo – Civita Castellana (VT)
- Iper Roma Eur: Via Decima – Roma (RM)

CAMPANIA

- Iper Afragola: Strada Comunale Guerra - Loc. Marziasepe – Afragola (NA)
- Iper Avellino: Via S. Pescatori - Contrada Baccanico – Avellino (AV)
- Iper Quarto: Via Masullo, 76 – Quarto (NA)
- Santa Maria Capua Vetere super: Via Galatina - Santa Maria Capua Vetere (CE)
- Arenaccia super: Via Arenaccia, 154 – Napoli (NA)

UMBRIA

- Amelia super: Via I Maggio, 24 – Amelia (TR)

Il divertimento non finisce qui!

Iscriviti al Torneo!

A breve, attraverso il sito www.salvailtuopianeta.net, potrete avere maggiori dettagli e trovare l'elenco dei punti vendita aderenti.



Unicoop Tirreno

DALL'1 AL 15 OTTOBRE.

MASSIMO 10 conf.
PER OGNI CARTA



PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **30%**
alla cassa

BOVINO ADULTO MACINATO PER SVIZZERE
confezione famiglia al kg

MASSIMO 10 conf.
PER OGNI CARTA



PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto **40%**

MELE GALA
3 kg

VICINO A NOI

MASSIMO 6 pezzi
PER OGNI CARTA



SCELTO DAI SOCI

MARZOLINO MISTO IL PASTORELLO CASEIFICIO FOLLONICA
600 g ca.

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

per i non soci € 10,50

sconto **40%**
alla cassa

al kg € 6,30

MASSIMO 6 pezzi
PER OGNI CARTA



PECORINO STAGIONATO MURAVERA SARDAFORMAGGI

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

per i non soci € 16,90

sconto **40%**
alla cassa

al kg € 10,14

MASSIMO 6 pezzi
PER OGNI CARTA



GORGONZOLA CREMOSO IGOR
400 g

sconto **50%**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

per i non soci € 4,50

€ 2,25

al kg € 5,63

MASSIMO 5 pezzi
PER OGNI CARTA



OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA FARCHIONI
1 litro

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

€ 2,99

POLACCHINO SCAMOSCIATO UOMO/ SNEAKERS ALLACCIATA DONNA CARRERA
colori assortiti

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

€ 29,90



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

FUSTO PER OLIO IN ACCIAIO CON RUBINETTO GIUSTI

10 litri

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

per i non soci € 49,00

sconto **30%**

€ 34,30

30 litri

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

per i non soci € 59,90

sconto **30%**

€ 41,93

50 litri

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

per i non soci € 65,00

sconto **30%**

€ 45,50



MADE IN ITALY

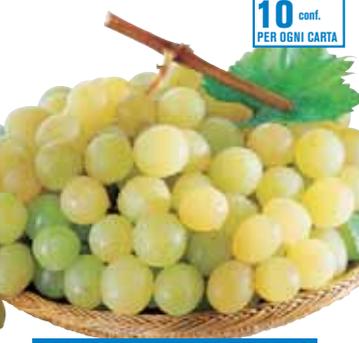
QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA **iiii** **coop**

A MISURA DI SOCIO.

Alcuni prodotti in offerta speciale.
PER I SOCI UNICOOP TIRRENO.

coop ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DAL 16 AL 31 OTTOBRE.

<p>MASSIMO 10 conf. PER OGNI CARTA</p>  <p>PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>sconto 30% alla cassa</p> <p>SUINO ARISTA SENZ'OSSO A TRANCI al kg</p>	<p>MASSIMO 10 conf. PER OGNI CARTA</p>  <p>PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>sconto 40%</p> <p>UVA ITALIA 2,5 kg</p>	<p>MASSIMO 4 conf. PER OGNI CARTA</p>  <p>WUSTELLI HOT DOG CASTELLI di puro suino conf. x 10 - 1 kg</p> <p>PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>€ 4,98</p>
<p>RETINA MORTADELLA GEMELLINA BECHELLI 150 g x 5</p> <p>sconto 40%</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO per i non soci € 7,20</p> <p>€ 4,32</p> <p>al kg € 5,76</p> <p>MASSIMO 6 conf. PER OGNI CARTA</p>	<p>MASSIMO 10 conf. PER OGNI CARTA</p>  <p>KINDER PANECIO conf. x 10 - 300 g</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>€ 1,79</p> <p>al kg € 5,97</p>	<p>MASSIMO 4 conf. PER OGNI CARTA TRA I VARI TIPI</p>  <p>PANNOLINI PAMPERS BABY-DRY PACCO DOPPIO assortiti</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>€ 11,49</p>
 <p>QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA</p> <p>GIACCONO UOMO CON CAPPUCCIO WAMPUM assortiti</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>€ 52,90</p>	<p>UN ESEMPIO Mod. 165/70R14 81T W190</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>sconto 20% per i non soci € 77,00</p> <p>€ 61,60</p> <p>UN ESEMPIO Mod. 205/55R16 91T W190</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>sconto 20% per i non soci € 130,00</p> <p>€ 104,00</p> <p>UN ESEMPIO Mod. 175/65R15 84T W190</p> <p>PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO</p> <p>sconto 20% per i non soci € 88,00</p> <p>€ 70,40</p>	<p>PNEUMATICI PIRELLI assortiti</p>  <p>Pneumatici INVERNALI</p> <p>L'obbligo della SICUREZZA</p> <p>obbligo di pneumatici invernali o catene a bordo</p> <p>dal 15 novembre al 31 marzo</p>  <p>SPAZI DI FRENATA RIDOTTI ANCHE SU STRADA ASCIUTTA</p> <p>7°C</p> <p>PRODUZIONE IDEATRASCIO DI ADIUTAPLANING IN CASO DI PIOGGIA</p> <p>MOBILITÀ IN SICUREZZA ANCHE IN CASO DI NEVE E FANGO</p> <p>QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA</p> <p>coop</p> <p>* Il cartello riportato è puramente esemplificativo, le date e l'obbligatorietà variano a seconda dell'ordinanza in vigore.</p>

socio**coop**

Unicoop Tirreno

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

Per esempio se sono richiesti 100 punti avrai uno sconto di 2 € anziché di 1.
Approfittane subito.

DALL'1 AL 31 OTTOBRE.

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

coop in coop ipercoop

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

I prodotti non alimentari possono non essere disponibili in alcuni punti vendita 

MASSIMO
6 pezzi
PER OGNI CARTA

FUNGHI PORCINI
VICHI
tagliati - 1 kg

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **7,50**
+ 100 punti
oppure
€ **9,50**



MASSIMO
8 conf.
PER OGNI CARTA



POLPA MUTTI
400 g x 4

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **0,99**
+ 50 punti
oppure
€ **1,99**
al kg € 1,24

PIGIAMA UOMO/DONNA
POMPEA
modelli e colori assortiti

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **9,00**
+ 400 punti
oppure
€ **17,00**



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA


COMPLETO LETTO IN FLANELLA
100% COTONE HAPPIDEA
fantasie assortite

MADE IN
ITALY

QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA




singolo

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **14,00**
+ 400 punti
oppure
€ **22,00**

1 piazza e mezzo

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **20,00**
+ 400 punti
oppure
€ **28,00**

matrimoniale

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **26,00**
+ 400 punti
oppure
€ **34,00**

QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA




STENDIMEGLIO
MELICONI

Mod. JUNIOR BLU
dimensioni: 15 x 14 x h 74 cm

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **24,00**
+ 500 punti
oppure
€ **34,00**

MONITOR TV LED SAMSUNG
Mod. SM-T27B300

• Connessioni: Scart, AV, USB,
Component, VGA
• Dimensioni: 65 x 25 x h 49 cm

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **225,00**
+ 2000 punti
oppure
€ **265,00**



QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA


• Contrasto 3.000.000:1
• Audio stereo 2x10 W
• Connessioni: AV, Component
• Dimensioni: 109 x 23 x h 77 cm



PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

€ **315,00**
+ 2700 punti
oppure
€ **369,00**

QUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITA


TV PLASMA LG
Mod. 42PA4500



SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



brevi®

www.brevi.eu

Solo su prenotazione.

Ovo car

gratis con 42.600 punti



10.000 punti
+ **326,00 €**

SPENDI

OVO CAR, il sistema modulare completo

per il trasporto dei bambini dalla nascita ai 36 mesi

La Navicella

Omologata auto è la più ampia e confortevole (73x33 cm le dimensioni interne) per accogliere il bambino sino a 6 mesi

- Sistema interno di regolazione antiumidità dell'aria
- Maniglione per il trasporto con impugnatura ergonomica
- Regolazione esterna dell'inclinazione dello schienalino
- Capote con finestra di aerazione e spicchio parasole anteriore
- Accessorio da ordinare a parte: kit omologato auto con cintura ventrale, assorbitore d'urto per la testa del bimbo



Il Seggiolino auto

Omologato auto 0-13 kg ECE R44/04. Già dotato di adattatore per telaio OVO

- Seduta anatomica con imbottiture a volumi differenziati
- Tettuccio parasole regolabile
- Facile sistema di ancoraggio alle cinture dell'auto
- Maniglione ergonomico
- Spallacci e coprifiabbia imbottiti
- Cinture regolabili in lunghezza con una sola mano
- Rivestimento imbottito sfilabile e lavabile



Il Passeggino

Pratico e maneggevole è ideale per bambini da 6 a 36 mesi

- Telaio in alluminio anodizzato leggero e compatto, tubi ellittici
- Seduta passeggino removibile, fronte strada, fronte mamma
- Capote con zip, si trasforma in parasole
- Seduta passeggino reclinabile in 3 posizioni fino a 180°
- Manubrio telescopico per adattarsi all'altezza di mamma o di papà
- Rivestimento facilmente sfoderabile e lavabile in lavatrice
- Ruote piccole anteriori piroettanti con funzione d'arresto
- Mantellina parapigioggia e copri gambe invernale



Borsa Fasciatoio
in colore coordinato



SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



Da ottobre a dicembre, una nuova serie di prodotti Moneta dalle innovative forme con rivestimento interno antiaderente Whitech®.

Moneta sarà protagonista di un collezionamento per i soci di Unicoop Tirreno con una nuova serie dei suoi prodotti con il nuovo rivestimento antiaderente chiaro Whitech®.

La nuova serie Mammola Whitech si caratterizza per la particolarità delle forme di casseruole e tegami, piacevolmente bombate e dalla finitura satinata.

WHITECH® è lo speciale rivestimento avorio grazie al quale è possibile ottenere grandi prestazioni di antiaderenza cuocendo con pochi o zero grassi. Non solo, l'unicità della sua struttura a triplo strato rinforzata con particelle ceramiche rende il rivestimento antiaderente WHITECH® particolarmente resistente, prolungando così la vita della pentola.



Premi validi solo nei mesi indicati e disponibili fino ad esaurimento scorte.

Caratteristiche Generali

- Corpo in alluminio
- Rivestimento interno Whitech®
- Rivestimento esterno in smalto satinato marrone
- Manici e maniglie in bakelite con inserto inox
- Dispositivo Salvaenergia®. Il dispositivo Salvaenergia® è la speciale ghiera termocromica che al raggiungimento della temperatura di 140° cambia colore, comunicando così che è possibile abbassare la fiamma
- Adatti all'uso su tutti i fuochi eccetto i piani ad induzione
- Adatte all'uso in lavastoviglie



SOLO PER TE

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

Per conoscere tutti i premi:

www.catalogosoci.unicooptirreno.com



OTTOBRE



Padella Ø 28 cm



prezzo per i soci
13,00 € oppure

300 punti
+ 7,00 €

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA MONETA
29,90 €



Padella Ø 20 cm



prezzo per i soci
10,00 € oppure

200 punti
+ 6,00 €

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA MONETA
21,90 €

In tre misure per ogni esigenza dal piccolo pasto rapido al sugo per tutta la famiglia passando per frittare, secondi, frittate e ogni altra preparazione. Le padelle Moneta con rivestimento Whitech® sono lo strumento per cucinare a 360 gradi.

Tegame 2 manici Ø 24 cm
con coperchio in vetro



prezzo per i soci
22,00 € oppure

400 punti
+ 14,00 €

PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA MONETA
41,90 €



Per friggere, brasare, riscaldare e molto altro, l'ampio fondo lo rende lo strumento numero 1 per preparare piatti per tutta la famiglia. Un vero jolly in cucina.

**IN PIÙ SCOPRI TUTTA LA LINEA MONETA
CHE COOP METTE A DISPOSIZIONE SOLO PER TE
NEI MESI DI NOVEMBRE E DICEMBRE**

Padella Ø 24 cm

Wok 1 manico Ø 28 cm

Casseruola 1 manico Ø 16 cm
con coperchio in vetro

Rostiera 35x25 cm

Casseruola 2 manici Ø 24 cm
con coperchio in vetro

Pentola Ø 22 cm
con coperchio in vetro

3 BUONI per 1 LIBRETTO

APRI UN LIBRETTO DI RISPARMIO CON ALMENO 100 EURO DI DEPOSITO E AVRAI SUBITO:

- 3 BUONI SPESA DEL VALORE TOTALE DI 15 EURO

Offerta valida dal 10 ottobre 2012 al 2 febbraio 2013



PRESTITO SOCIALE

L'iniziativa è riservata ai nuovi soci prestatori.
Per aderire è necessario essere soci Unicoop Tirreno da almeno tre mesi.
Informati presso lo sportello del Prestito Sociale per avere maggiori informazioni.

coop
Unicoop Tirreno