



CHI SALVERÀ L'EURO?

Bilancio in chiaroscuro
sulla moneta unica
a 10 anni dalla nascita.



Spirito natalizio

■ I consigli di Pravettoni per un Natale a sorpresa

Massima efficienza

■ Quella energetica a vantaggio di consumatori e imprese

Cacao meraviglioso

■ La cioccolata che fa bene alla salute

Servizio in camera

■ Guida all'acquisto della videocamera





BASCEGNO P. BASSI/CTPH

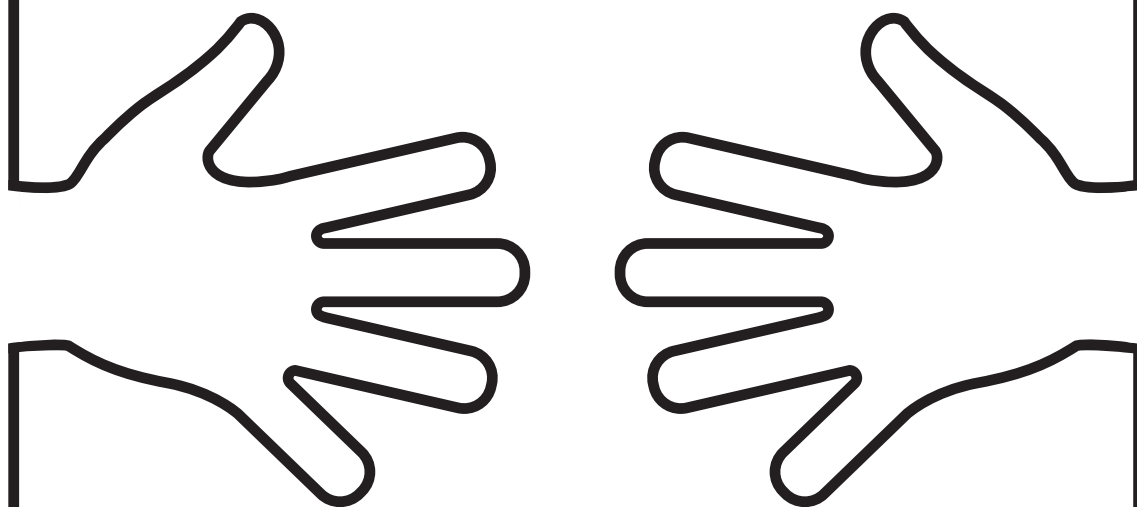
I GRANDI DI TOSCANA



LE CHIANTIGIANE

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

TRATTIAMO IL MONDO CON I GUANTI



150°
anniversario
Unità d'Italia



 **COOPLAT**
www.cooplat.it

CON CHIAMA **TUTTI** SEI LIBERO DI COMUNICARE.



**PASSA A
COOPVOCE**
ENTRO IL
6 GENNAIO 2012

**OGNI MESE
120 MINUTI
+120 SMS
VERSO TUTTI**

**A SOLI
5€ AL MESE**
FINO AL 30 GIUGNO 2012!

L'offerta comprende 120 minuti di chiamate nazionali, verso numeri fissi e mobili, tariffati al secondo e 120 sms nazionali ogni 30 giorni. Per i clienti che portano il numero in CoopVoce entro il 6 Gennaio 2012 l'offerta ha un costo di 5€ al mese fino al 30 Giugno 2012, successivamente il costo sarà di 12€. I nuovi clienti dovranno richiedere esplicitamente l'attivazione dell'opzione contestualmente alla richiesta di portabilità del numero in CoopVoce. Per tutti gli altri clienti l'offerta ha un costo di 12€ al mese ed è attivabile chiamando il numero gratuito 4243688 e attendendo l'SMS di conferma di avvenuta attivazione. L'opzione si rinnova automaticamente ogni 30 giorni in caso di credito sufficiente, per riattivarla o disattivarla è necessario chiamare il Servizio Clienti 188. In caso di disattivazione per assenza di credito o al superamento delle soglie mensili ricordiamo che viene riattivato automaticamente il piano tariffario di provenienza o base. I minuti e gli sms non consumati nel mese, non si sommano con i minuti e gli SMS del mese successivo.

CONVENIENZA E TRASPARENZA



Questione di fiducia

5

Dipende da dati reali, dalle azioni, dalle scelte concrete delle persone, delle istituzioni, delle imprese. Perché la fiducia non è un semplice moto dello spirito, ma un valore sul quale costruire rapporti. Come quello tra Coop e i suoi soci e consumatori.

La fiducia è una cosa seria, sil- labava un'antica pubblicità dei tempi di *Carosello*. Sulla fidu- cia si costruiscono rapporti sociali, amicizie personali, legami sentimentali, successi e sconfitte poli- tiche, fortune e disastri economici. Tutto è basato sulla fiducia. La fidu- cia dei mercati, la fiducia nell'Euro, la fiducia in un paese e nella sua econo- mia, la fiducia nei giovani, la fiducia nel futuro. Si dice il mio barbiere di fiducia, il mio ristorante di fiducia, la mia banca di fiducia, e così via.

La fiducia è un valore che si può ad- dirittura misurare. Gli investitori fin- anziari la pesano ogni giorno a suon di *spread* e di oscillazioni della borsa. Periodicamente viene misurata la fidu- cia dei consumatori: se cala, cala anche la prospettiva di una prospero- sa crescita economica.

Si misura la fiducia in un leader. Ottima quella nel nostro presidente della Repub- blica Giorgio Napolitano. Ridotta al lumi- cino quella dell'ex premier Berlusconi. Buona - ma per ora è più speranza che fiducia - quella in chi lo ha sostituito.

E poi c'è, la fiducia nelle istituzioni, nel- la politica e in chi le rappresenta. Quan- do scende pericolosamente questo dato, significa che siamo messi male. E c'è infine, ma non ultima, la fiducia nel "marchio", il cosiddetto "brand". Al mondo ce ne sono migliaia che ogni giorno fanno capolino dalle vetrine dei negozi e negli spot pubblicitari, sui car- telloni e nei centri commerciali.

Orbene, farà piacere ai soci e ai lettori di *Nuovo Consumo*, sapere che tra i marchi al top della fiducia in Italia c'è Coop, che addirittura risulta il mar- chio più amato dagli italiani, prima di *Ikea*, *Henkel*, *Apple* e *Google*. Questo genere di classifica ci fa capire che la fiducia non è un semplice moto dello spirito, un atto devoto di chi pone se stesso nelle mani di un Salvatore al quale si riconoscono doti taumaturgi- che non si sa bene perché. O forse si sa. Perché la fiducia non può essere la conseguenza di uno spot riuscito bene. In Italia questo spot è durato 17 anni. La fiducia è una cosa seria che si fon- da su dati reali e sulle azioni concrete delle persone, delle istituzioni, delle imprese. Quando la realtà ha avuto la meglio sulla finzione, il termometro della fiducia ha cominciato a fun- zionare meglio.

Se in tempi di crisi amara e di consumi tristi, lo sguardo della gente si posa benevolo e, appunto, fiducioso, su chi, come Coop, dimostra di es- sere vicino ai problemi delle famiglie, significa che il mi- suratore dell'indice di fiducia è uscito dal monopolio del tubo catodico. E questo è un bene per tutti. ■

P.S. Mentre scrivo questo articolo, Mario Monti riceve la "fiducia" del Parlamento.





COOPERATIVA LAVORATORI DELLE COSTRUZIONI



Solidità e Concretezza nel costruire e nell'agire

C.L.C. Soc. COOP.

VIA BOCCHERINI, 11 - 57124 LIVORNO

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



**Attestazione
SOA**



**Qualità
ISO 9001:2008**



**Sicurezza
OHSAS 18001:2007**



**Ambiente
ISO 14001:2004**



**Responsabilità Sociale
SA 8000:2008**



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

Virginia Alimenti
Barbara Autuori
Francesca Baldereschi
Barbara Bernardini
Alessandra Bartali
Salvatore Calleri
Luca Carlucci
Claudia Ciriello
Tito Cortese
Eleonora Cozzella
Daniele Fabris
Jacopo Formaioni
Stefano Generali
Maria Carla Giugliano
Dario Guidi
Silvia Inghirami
Letizia Leonardi
Giovanni Manetti
Simona Marchini
Massimiliano Matteoni
Chiara Milanese
Roberto Minniti
Massimo Montanari
Giorgio Nebbia
Patrice Poinsette
Paola Ramagli
Anna Somenzi
Miriam Spalatro
Mario Tozzi

212

dicembre 2011

Progetto grafico e impaginazione

Marco Formaioni
per Studiografico M (Piombino.LI)

Copertina

Archivio Coop

Impianti e stampa

Coptip Modena

Direzione e redazione

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

Editore

Vignale Comunicazioni srl

Pubblicità

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

Responsabile pubblicità

Roberta Corridori

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

Tiratura prevista: 300.592 copie
Chiuso in tipografia il 21/11/2011

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

Font utilizzate

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

5 Il punto
Aldo Bassoni
**Questione
di fiducia**

contatti

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

firme

12 Salvatore Calleri
Un'isola felice
13 Maria Carla Giugliano
A galla
14 Tito Cortese
Per il bene di tutti
15 Giorgio Nebbia
L'automobile del sole
16 Mario Tozzi
A nostro danno
17 Massimo Montanari
Pura gastronomia
65 Simona Marchini
I miei auguri
74 Giovanni Manetti
Di tutti i colori

attualità

18 Primo piano
Aldo Bassoni
**Chi salverà
l'Euro?**
41 Inchiesta
Miriam Spalatro
Massima efficienza

soci

26 I presepi
dell'Arenaccia
27 Vicini di casa
28 La grande storia Coop
29 A piene mani
30 Alta società
37 Servizi ai soci
75 Convenienza

salute

46 **Cacao
meraviglioso**
Barbara Bernardini
48 La ricerca
49 Sani & salvi

prodotti

50 **Fior Fiore all'occhiello**
Anna Somenzi
52 **Servizio in camera**
Roberto Minniti
54 **La via dell'orzo**
Daniele Fabris
56 **Parenti stretti**
Eleonora Cozzella
58 **Pan di zucchero**
Silvia Inghirami
59 **Lo speziato**
Francesca Baldereschi
60 **150° a tavola / 5**
Paola Ramagli

enneci

66 **Tempo al tempo**
Barbara Autuori
67 **Tempi moderni**
68 **Il dado
è tratto**
Rita Nannelli
69 **Scienza infusa**
70 **Un bel gesto**
Barbara Sordini
71 **Le vite degli altri**
72 **Spirito natalizio**
Dario Guidi
73 **Triplavù**

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

Tossicoindipendenza

Premesso che sono socio da molti anni e quindi convinto frequentatore di Coop e IperCoop, vi scrivo per una critica costruttiva. Ho progressivamente approfondito il tema degli "ingredienti" presenti sulle etichette dei prodotti e ho constatato che Coop è una spanna sopra gli altri, ma nei vostri/nostri (perché la Coop dite che siamo noi) prodotti c'è comunque una notevole presenza di ingredienti riconosciuti tossici e alcuni addirittura cancerogeni: mi riferisco alla presenza di additivi (ad esempio, conservanti e coloranti), grassi idrogenati, aromi chimici oppure alla presenza di Peg 32 o Peg 8 nei dentifrici. La lista sarebbe lunga, ma la domanda è: visto che in commercio (anche se a fatica) si trovano prodotti senza questi veleni (perché è di questo che si tratta) a prezzi ragionevoli, non si potrebbe fare a meno di "tutte" le componenti anche solo sospettate di tossicità per tutti i prodotti Coop?

Alfonso Lustrino, lettera

Risponde Claudio Mazzini, della Direzione Qualità di Coop Italia.

Nell'ottica di fornire un sempre crescente livello di sicurezza ai propri soci e consumatori, Coop interviene nel campo della formulazione dei prodotti a proprio marchio definendo – e poi aggiornando nel tempo – rigorose politiche in merito all'utilizzo d'ingredienti e additivi, sulla base di precisi elementi scientifici e in coerenza con il principio di precauzione. A questo proposito sono state attivate relazioni scientifiche con numerosi referenti nazionali e internazionali, al

fine di avere lo stato aggiornato degli studi effettuati a livello mondiale.

Sugli aspetti nutrizionali è stato instaurato un proficuo rapporto con *Inran* (Istituto Nazionale di Ricerca per gli Alimenti e la Nutrizione) e con autorevoli esperti del mondo scientifico.

Oltre ad intervenire a fronte di rischi emergenti, Coop si responsabilizza anche in merito all'assunzione complessiva nella dieta di sostanze chimiche se pur presenti singolarmente entro i limiti di legge: per questo Coop si impegna a ridurre la presenza di additivi negli alimenti.

In particolare rispetto agli argomenti da lei citati vogliamo rassicurarla circa l'assenza di coloranti e di grassi idrogenati nei prodotti alimentari a marchio Coop. In particolare la scelta di non utilizzare i coloranti nei prodotti alimentari a marchio risale agli Anni Settanta. Inoltre, tra le regole per la formulazione dei prodotti a marchio Coop sono riportati anche altri divieti e limitazioni imposti su moltissime sostanze (additivi, conservanti e altro) il cui impiego è ritenuto sicuro dalla normativa, ma sulle quali vi siano dubbi sui potenziali effetti a lungo termine: è il caso degli ogm, delle nanotecnologie, dell'aspartame, dei polifosfati, tutte scelte fatte seguendo il principio di precauzione.

La sua proposta di rinunciare completamente ad ogni genere di additivo e conservante è potenzialmente interessante, ma di difficile realizzazione perché molti sono indispensabili per garantire la salubrità e la durabilità dei prodotti. Non dimentichiamoci che è proprio mediante la moderna tecnologia che è possibile fabbricare prodotti più sicuri.

Aiutaci a ricostruire

Coop promuove una raccolta straordinaria di fondi a vantaggio delle popolazioni colpite dall'alluvione. I fondi raccolti saranno utilizzati per ripristinare i servizi essenziali e per aiutare le cooperative danneggiate. Si può contribuire attraverso il conto corrente aperto in *Unipol Banca*, intestato a:

Lega Liguria delle Cooperative e Mutue - Emergenza alluvione Liguria
IBAN: IT90A031270140000000001362

Coop renderà su quanto sarà realizzato.



Punto vendita di riferimento

Viveri, migliaia di litri d'acqua, alimenti senza glutine. La Coop di Portoferraio (Isola d'Elba) è diventata punto di riferimento per aiutare Marina di Campo. Tutto è nato in modo spontaneo: dal giorno del terribile nubifragio che ha colpito il paese soci e clienti Coop si sono rivolti al supermercato Coop di Portoferraio. La prima azione concreta è stata la fornitura d'acqua, pasta e passata di pomodoro alla *Protezione Civile* dell'Isola, un gesto che ha reso possibile la preparazione del primo pasto per le persone sfollate e i volontari. Inoltre dal magazzino centrale Unicoop Tirreno di Vignale Riotorto (LI) è partito a novembre un carico di 19mila litri d'acqua in bottiglia, raccolti dalla Cooperativa anche grazie alla sensibilità di alcuni fornitori di acque minerali, che sono stati distribuiti alle associazioni impegnate nelle azioni di soccorso. Soci, dipendenti e clienti di Unicoop Tirreno hanno dimostrato ancora una volta tanta generosità e un forte desiderio di dare una mano.

Tre per uno

Condivido e sostengo da sempre lo stile di Coop. Per questo ho pensato di scrivervi per suggerirvi di trovare una formula per rendere biodegradabili i pannolini che nella nostra società vengono utilizzati in grande quantità.

La vogliamo innanzitutto ringraziare per le sue parole e per il suo sostegno. Ci fa particolarmente piacere rispondere alla sua richiesta perché, proprio di recente, Coop ha inserito in assortimento i

pannolini lavabili *ViviVerde*. Si tratta di un prodotto realizzato in cotone proveniente da agricoltura biologica che consente un risparmio sia economico che nella produzione dei rifiuti. Da una stima effettuata considerando un numero medio di cambi pari a 6 pannolini al giorno per un bambino da 0 a 3 anni, acquistati al prezzo medio del pannolino usa e getta più venduto dalla principale marca del mercato, si è calcolato un risparmio economico fino al 70 per cento in 3 anni, pari a quasi 1.000 euro. Senza dimenticare che, parlando di rifiuti indifferenziati, il calo in 3 anni sarebbe di circa 150 kg. Il pannolino è composto di tre diverse parti: un velo biodegradabile che deve essere gettato nel wc ad ogni uso; il pannolino vero e proprio realizzato in cotone biologico lavabile in lavatrice a 60°; la mutandina in cotone biologico lavabile in lavatrice a 40°. Al momento può trovare questi prodotti in tutti i nostri IperCoop.



A portata di mano

È vero che la Coop ha delle convenzioni con degli artigiani? Dovrei fare dei lavori nel mio appartamento e vorrei sapere i prezzi.

La notizia che ha sentito è vera, si tratta del servizio *100mani*. È un'opportunità riservata ai nostri soci di Roma (all'interno del

raccordo anulare), Pomezia, Cisterna di Latina, Aprilia, Guidonia, Fontenuova, Velletri, Genzano, Castelli Romani e Viterbo. Questo servizio consente di usufruire di tariffe agevolate su numerosi interventi, piccoli o grandi, di manutenzione o riparazione della casa o degli elettrodomestici. Il costo del servizio è fisso e già comprensivo d'Iva, al contrario sono da ritenersi esclusi gli eventuali costi: 22 euro per il diritto di chiamata più un costo orario di 27 euro per ogni operaio specializzato impiegato.



Mutuo soccorso

10

Con la richiesta di surroga del mutuo ho scoperto di avere ancora un'ipoteca sull'immobile acquistato nel 2007, nonostante il venditore abbia inviato alla propria banca diverse richieste di cancellazione dell'ipoteca. Ad oggi la situazione è rimasta invariata e la mia banca non mi concede la surroga. Come posso tutelarmi?
via e-mail

La ringraziamo per la segnalazione che ci permette di chiarire i diritti e le tutele previste per gli utenti del servizio bancario. Trattandosi di una compravendita del

2007, la normativa di riferimento è la legge n. 40 del 3 aprile 2007, più comunemente detta legge Bersani, che in materia di cancellazione d'ipoteche su beni immobili prevede obblighi ben precisi a carico dell'ente creditore. Sancisce che "l'ipoteca iscritta a garanzia di obbligazioni derivanti da contratto di mutuo si estingue automaticamente alla data di avvenuta estinzione dell'obbligazione garantita". Il

legislatore, oltre all'automaticità del procedimento, specifica che l'ente creditore ha l'obbligo di rilasciare al debitore la quietanza che attesti la data d'estinzione dell'obbligazione, ma anche di trasmettere alla conservatoria la relativa comunicazione d'estinzione entro 30 giorni dalla stessa data, e senza alcun onere per il debitore. Dal momento che la banca del precedente proprietario dell'immobile da lei acquistato non ha trasmesso la debita comunicazione d'estinzione del mutuo agli uffici competenti, come previsto per legge, le consigliamo di inoltrare quanto prima un reclamo formale, a mezzo di una raccomandata a/r, richiedendo dei chiarimenti in merito alla ipoteca tuttora presente sull'immobile medesimo. Nella lettera sarà opportuno richiedere l'immediata cancellazione del mutuo e in via alternativa di acquisire un documento che attesti perlomeno la richiesta di cancellazione della stessa, in modo che lei possa avanzare alla propria banca la richiesta di surroga del mutuo senza ulteriore aggravio di spesa in considerazione dei repentini cambiamenti di *spread* che si stanno registrando in questo periodo di crisi. Nel caso in cui non dovesse risolvere in fase di reclamo, potrà sempre rivolgersi a *CittadinanzAttiva* per ricevere assistenza.



Da manuale

Si intitola *Occhio alle bollette* la nuova pubblicazione della collana *I manuali facili: Diritto-Rovescio* (editrice I.D.I.) e l'autore è **Mariano Votta**, di *CittadinanzAttiva*, che da oltre 10 anni si interessa di politiche dei consumatori e cura per *Nuovo Consumo* questa rubrica. Il manuale si propone di guidare il consumatore a una scelta consapevole dei servizi, offrendogli le nozioni indispensabili per esercitare al meglio la tutela dei propri diritti. Come, appunto, imparare a leggere una bolletta e confrontare costi e tariffe delle differenti tipologie di offerta presenti sul mercato; cosa sapere prima della stipula di un contratto; cosa fare o a chi rivolgersi per sporgere un reclamo, chiedere un risarcimento o risolvere una controversia.

Info Consiglio del notariato www.notariato.it

Claudia Ciriello
consulente sede nazionale *CittadinanzAttiva*

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

Avanti con gli anni

Come avanzerà l'età del pensionamento in Italia? E negli altri paesi europei?

Con le disposizioni entrate in vigore a luglio è stato anticipato al 2013 l'adeguamento dell'età pensionabile alla speranza di vita. L'innalzamento automatico dei requisiti d'età legato alla speranza di vita riguarda le pensioni di anzianità, di vecchiaia e l'assegno sociale. Questa misura era stata introdotta con una legge nel 2010, ma prevedeva l'adeguamento a partire dal 1° gennaio 2015.

Nel 2011, poi, è entrato in vigore il nuovo sistema di calcolo dell'età pensionabile con le cosiddette "finestre mobili". Con questo meccanismo il pensionamento è stato spostato di un anno per i lavoratori dipendenti e 18 mesi per gli autonomi. Non è vero quindi che in Italia si va in pensione a 65 anni. Già oggi il pensionamento effettivo decorre da 66 anni. E dal 1° gennaio 2013 decorrerà da 66 anni e tre mesi (66 anni e nove mesi per gli

Messi all'indice

Dalle ultime analisi del sangue è risultato che ho una glicemia a digiuno piuttosto alta e mi hanno sconsigliato di mangiare tutti alimenti che hanno un elevato indice glicemico, compreso le carote cotte e il cocomero. Ma com'è possibile che delle carote cotte possano essere così pericolose per la mia glicemia?

Lei ha perfettamente ragione, certi alimenti, anche se hanno un elevato indice glicemico (I.G.), hanno un impatto piuttosto trascurabile sulla

glicemia. Considerando solo l'indice glicemico rischiamo di prendere dei grossi abbagli. Facciamo un esempio: in base all'indice glicemico dovrei preferire la pasta integrale (I.G. 48) rispetto alle carote cotte (I.G. 90), perché presenta un indice più basso. Ma la quantità di carboidrati disponibili (cioè digeribili) in 1 etto di pasta integrale sono circa 66 g, contro i 7 g di un etto di carote. Per assumere la stessa quantità di carboidrati

contenuta in 1 etto di pasta integrale, si dovrebbero mangiare circa 9 etti di carote! Per quanto riguarda il cocomero è lo stesso discorso, ha un indice glicemico alto, ma solo 3,7 g di carboidrati assimilabili per etto. L'indice glicemico di un cibo ci dà l'informazione

sulla velocità con cui i suoi carboidrati entrano nel circolo sanguigno sotto forma di glucosio (elevando quindi la glicemia), ma è fondamentale considerare

anche la quantità dei carboidrati assimilabili presenti. Inoltre, molto spesso, non mangiamo un solo alimento, ma un pasto è formato da un mix di cibi, che influenzano il "potere glicemico" dell'intero pasto. Tra 80 grammi di pasta mangiati da soli o insieme a un piatto di verdura, c'è una bella differenza: pur avendo, più o meno la stessa quantità di zuccheri assimilabili, nel secondo caso il pasto ha un carico glicemico inferiore. La fibra contenuta nella verdura ritarda e ostacola l'assorbimento intestinale degli zuccheri e l'impatto sulla glicemia sarà inferiore.

Sarà grassa se...

Mi piacerebbe sapere a quante calorie può ammontare un pranzo di Natale o un cenone di Capodanno al ristorante, completo di tutto, dagli antipasti fino ai dolci. So che è una domanda generica, ma mi basterebbe conoscere una cifra approssimativa: in quanti chili di grasso si trasformerebbero queste calorie?

Ho provato a fare un po' di calcoli provando a comporre qualche menu a piacere e le calorie sono risultate comprese tra le 2mila e le 3.500; ma, "sforzandosi" un po', scegliendo piatti particolarmente ricchi di grassi e abbondando con le quantità si può arrivare anche a 5mila. Queste calorie si possono trasformare da 3 fino a 7 etti di grasso corporeo.



* Biologo nutrizionista ed etologo alimentare

autonomi). Poi via via l'età della pensione salirà, con l'innalzamento dell'aspettativa di vita, fino ad arrivare a più di 68 anni. Ma non è tutto. Il 12 novembre scorso il Parlamento ha approvato la nuova legge di stabilità del bilancio statale. Nel maxi emendamento predisposto dal Governo Berlusconi prima di rassegnare le dimissioni è stata introdotta un'ulteriore novità sull'età del pensionamento. Dal 2026, dice la legge, l'età

pensionabile viene fissata a 67 anni. Un'età così avanzata di pensionamento non è molto diffusa. Solitamente ci si ferma a 65 anni, come avviene in Belgio e nel Regno Unito. In molte nazioni si stanno ipotizzando i 67 anni per i prossimi anni, come la Danimarca (tra il 2024 e il 2027), la Germania (dal 2012 al 2019) e la Spagna (dal 2018 al 2027). In Francia si continua ad andare in pensione a 60 anni.

ora legale di Salvatore Calleri



Un'isola felice

Il libero mercato se non viene corretto non è in grado di autoregolarsi e chi sbaglia – ossia i banchieri – deve pagare. La lezione che viene dall'Islanda.

I miei ricordi sull'Islanda sono per lo più musicali e collegati alla cantante Björk e al leader dei Blur Damon Albarn che sceglieva tale isola per le vacanze. L'ho comunque sempre vista come un'isola felice efficiente e priva di problemi, con la pesca quale attività principale. Passano gli anni e un fatto mi risveglia dal torpore. La crisi finanziaria azzerava l'Islanda. Inebriata dalla sirena del liberismo finisce in un'enorme bolla speculativa. I prodotti finanziari erano diventati il pane quotidiano in una società tecnologica. All'inizio per i circa 300mila abitanti divisi su 100mila kmq, le cose andavano bene e il liberismo perfetto sembrava funzionare. Tutto era iniziato nel 2003 con la privatizzazione delle 3 banche presenti sull'isola. Iniziano ad attirare gli investimenti esteri con la tecnica dei conti *on line* privi di spese e con tassi alti. Dall'Olanda e dalla Gran Bretagna arrivano i primi soldi. Crescono gli investimenti e al contempo cresce il debito verso l'estero che arriva ad essere pari al 900 per cento del *Pil* nel 2007. La crisi mondiale arriva nel 2008. Al Governo c'è una sorta di alleanza destra liberale e sinistra socialdemocratica. Il Governo cade. Al potere va una maggioranza socialdemocratica alleata alla sinistra che prova a gestire la situazione trattando un credito con il Fondo Monetario Inter-

nazionale. Accade, però, qualcosa di straordinario. Il Presidente della Repubblica non firma la legge in quanto ritiene sbagliato far ricadere sui cittadini gli errori dei politici e dei banchieri. La legge viene sottoposta a referendum e il 93 per cento dei cittadini la pensa come il Presidente. Il Governo si adegua. Le banche vengono nazionalizzate. La carta costituzionale viene riscritta con l'intervento diretto dei cittadini tramite un utilizzo intensivo di internet. Il Fondo Monetario ritira il prestito e prende provvedimenti. Vengono emessi mandati di cattura interpol per i banchieri che nel frattempo fuggono. I debiti non vengono pagati. L'economia rinasce. L'Islanda non fallisce. Un secondo referendum sul debito ottiene lo stesso risultato del primo. I numeri economici ora sono buoni. Siamo di fronte a una vera rivoluzione democratica di cui si parla poco. È un modello esportabile? Dal punto di vista strettamente economico solo in parte, in quanto l'Islanda è un paese piccolo e la sua esposizione debitoria era alta per gli islandesi, ma bassa in assoluto. Ma la lezione che viene dall'Islanda è sui principi importantissima perché stabilisce che chi sbaglia, ossia i banchieri, paga. E soprattutto dimostra in modo inequivocabile che il liberismo non funziona e il libero mercato se non viene corretto non è in grado di autoregolarsi. ■



A galla

Tra Liguria, Toscana e Sardegna s'estende un'area con una ricchezza incredibile di vita: il *Santuario dei Cetacei*. È la dimora di balenottere comuni ma anche capodogli, zifii, globicefali, stenelle e tante altre specie animali. Da 10 anni il *Santuario* è un tratto di mare protetto da un accordo internazionale tra Italia, Francia e Monaco, ma ancora nulla è stato fatto per valorizzarlo davvero. Anzi. Viene lasciato al degrado e all'indifferenza. Da tempo Greenpeace sta monitorando lo stato di salute del *Santuario*. Dopo l'allarme delle sogliole contaminate, lanciato ad agosto 2010, il rapporto "Veleni a galla" denuncia con nuovi dati l'inquinamento da sostanze chimiche pericolose delle coste liguri e toscane. Oltre il 50 per cento dei campioni esaminati è risultato positivo ai test di laboratorio. Tra le sostanze rinvenute, pericolose per la salute dell'uomo e dell'ambiente metalli pesanti, idrocarburi policiclici aromatici (*Ipa*) e composti organici volatili. Presso l'acciaieria *Ilva* di Genova, ad esempio, cadmio e zinco superano la soglia di riferimento così come alcuni composti organici cancerogeni. Elevati i livelli d'idrocarburi policiclici presso le aree portuali: la concentrazione di benzo(a)pirene, una sostanza cancerogena, riscontrata nel sedimento prelevato al porto di Piombino è 90 volte superiore al limite di riferimento. Arsenico, zinco e benzo(a)pirene sono stati rilevati oltre la soglia a Vado Ligure, presso la foce del torrente



13

Segno, all'*Oasi dei Germani*, non lontano da una località balneare. Se Liguria, Toscana e Sardegna vogliono davvero tutelare il *Santuario*, devono smetterla di rimpallare la responsabilità al Ministero dell'Ambiente. Se queste Regioni sono davvero interessate a proteggere le balene, la salute e l'economia dei cittadini, devono impegnarsi subito a definire entro giugno 2012 piani di monitoraggio e misure restrittive per mitigare e, laddove possibile, eliminare le cause principali dell'inquinamento. ■

Maria Carla Giugliano
ufficio stampa Greenpeace

ever green di Stefano Generali

Verde Natale

Continua a crescere, anno dopo anno, la richiesta da parte dei consumatori europei d'alberi di Natale naturali, scelti con cura per poter essere ripiantati e sopravvivere al termine delle festività. Tra i produttori più sensibili a questi temi c'è l'associazione britannica coltivatori di alberi di Natale (BCTGA), che ha lanciato un concorso per individuare il produttore più rispettoso dell'ambiente, secondo parametri che vanno dalla scelta della specie a quella di ghirlande biodegradabili e di vasi in plastica riciclata. Il fortunato vincitore avrà l'onore di curare l'allestimento dell'albero di Natale a Downing Street, davanti alla residenza del Primo Ministro britannico.

Messo al bando

Tempi duri per gli amanti del foie gras in California. Tra pochi mesi, infatti, il prelibato pâté francese verrà bandito da ristoranti e negozi gourmet californiani, secondo una legge del 2004, sostenuta dall'allora governatore Arnold Schwarzenegger. Tra appelli, ricorsi e petizioni, sono passati 8 anni, ma la data ufficiale per l'abbandono del foie gras è fissata il prossimo 1° luglio 2012. Una decisione che ha scatenato forti polemiche in California, ma che ha fatto cantare vittoria alle organizzazioni animaliste, in guerra da anni contro la cruenta pratica dell'alimentazione forzata d'anatre e oche.



Per il bene di tutti

Sarebbe ora di perseguire e difendere il bene comune contro lo strapotere del capitalismo che impoverisce popoli e condanna le generazioni future.

14

Ventidue anni fa, nel novembre del 1989, è sparito dalla faccia della terra il comunismo: o meglio, si è definitivamente conclusa una delle più vistose esperienze di regime comunista della storia dell'umanità, sicuramente la più importante dei tempi moderni. Che in realtà nell'Unione Sovietica e negli Stati satelliti si fosse affermato un modello di stalinismo burocratico che aveva poco o nulla a che fare con il comunismo, non conta ai fini della storia: è il concetto stesso di comunismo che è sembrato spazzato via dal crollo del muro di Berlino. Tant'è che la sopravvivenza di strutture politiche totalitarie dominate da partiti comunisti – come nel caso della Cina, il paese più popolato e uno dei più potenti del mondo – non ha impedito che anche lì si affermasse il modello economico e sociale opposto al comunismo, vale a dire il capitalismo. È dunque il capitalismo che sovrasta da allora, apparentemente incontrastato, la scena del mondo.

A più di vent'anni di distanza – lo spazio di una generazione – l'accelerato slittamento del capitalismo produttivo nel capitalismo finanziario (peraltro considerato ineluttabile già da un secolo) ha tuttavia riportato alla ribalta della crisi globale una situazione di grave, diffuso scontento, che sembra toccare e superare i limiti della tollerabilità in settori assai vasti di popolazione, si può ben dire nella grande maggioranza delle persone. Ciò sia sul

piano mondiale sia nelle singole comunità nazionali, e per quel che ci riguarda nella società italiana. Cresce il numero, e l'aspettativa, di coloro che si chiedono fino a quando si potrà sopportare che ai pochi che controllano i flussi finanziari sia concesso di determinare la miseria economica e sociale di una massa crescente di persone, a vantaggio dell'esigua minoranza che detiene la ricchezza, in Italia come in molte parti del mondo. Ri-affiora quel concetto di bene comune che sembrava dimenticato nella ubriacatura ideologica del capitalismo trionfante: e la rivendicazione della politica come perseguimento e difesa di questo bene comune si fa più forte, soprattutto nei giovani che si ritrovano senza futuro.

Il comunismo, così come si era preteso di averlo realizzato nel secolo scorso, è morto, d'accordo; le vie intermedie dell'economia sociale di mercato, della socialdemocrazia, dello Stato solidale si sono fatte più difficili: ma lo strapotere globale di questo capitalismo selvaggio che impoverisce interi popoli e condanna generazioni non ancora nate è davvero incontrastabile? O si è in tempo, prima che sia troppo tardi, ad imporre il bene comune come bussola dell'orientamento collettivo, quindi delle scelte politiche? Sono interrogativi che la gente si pone. Forse è questo che serve, che le persone si riappropriino della politica, per scelte che siano a vantaggio di tutti e non solo di qualche miliardario. ■



beni di consumo

Happy days

L'happy hour con loro, anzi senza di loro, è davvero happy. Con spazi per giocare e fasciatoi, corsi, workshop per i più grandicelli, l'aperitivo di fine giornata lo fanno anche i bebè. Una tendenza già forte nel resto del mondo, prende piede anche in Italia grazie al Chiostro del Bramante, a Roma, che organizza in collaborazione con Apemamma, l'aperitivo formato famiglia. L'idea, quasi inutile dirlo, è di tre mamme, un'attrice e blogger, un'architetta e una giornalista che così, dopo una

giornata di corri corri, possono godersi spritz e stuzzichini insieme a tante altre senza pianti accorati né richieste martellanti del pupo. Fa scuola il Nord Europa con spazi dedicati ai più piccoli nei ristoranti – ce n'è uno ad Amsterdam con sale separate per adulti e per bambini: i genitori si accomodano e possono controllare a vista i figli che mangiano su tavoli-automobile e scrivono su sedie di cartone – nei centri benessere, negli hotel, anche extra lusso, alcuni dotati di suites per i pigiama party con tanto di piccola pista da ballo, karaoke, Playstation e zona trucco. Forse non importa arrivare a tanto per i piccoli consumatori.



L'automobile del sole

Le Duemilamiglia percorse dall'automobile solare italiana fanno ben sperare sul petrolio del futuro: il sole.

15

Alle 3 del pomeriggio, ora di Adelaide, Australia meridionale (circa le 7 di mattina da noi) di giovedì 20 ottobre 2011 un'automobile alimentata a energia solare, di costruzione giapponese, ha completato l'undicesima edizione della "Duemilamiglia", la corsa di 3mila chilometri fra Darwin nell'estremo nord e Adelaide nell'estremo sud del continente australiano. I partenti sono stati una quarantina e in 20 hanno completato la corsa. Per la prima volta ha partecipato e terminato il percorso un'automobile italiana, "Onda Solare", costruita dall'Istituto Tecnico di Maranello, la città che ha una lunga tradizione di motoristica da competizione. La "Corsa solare mondiale" australiana contribuisce, anno dopo anno, a far progredire l'aerodinamica dei veicoli e le tecniche dei pannelli fotovoltaici, dei materiali leggeri per le carrozzerie, dei motori elettrici e delle batterie di accumulatori che



devono essere in grado, in una piccola dimensione e con modesto peso, di immagazzinare l'elettricità a mano a mano che viene prodotta dal Sole. Le batterie ricaricabili al litio dipendono da una materia prima, i sali di litio, che sono presenti e prodotti su larga scala soltanto in alcuni paesi sudamericani e sono considerati "il petrolio del futuro". Molti paesi cercano di accaparrarsi i diritti di estrazione del litio perché le batterie al

litio sono essenziali per lo sviluppo di automobili elettriche e ibride a cui molti guardano come alternativa all'uso del petrolio e per una diminuzione dell'inquinamento urbano. Anche intorno alla produzione di motori elettrici di piccole dimensioni e di grande potenza è in corso una battaglia; i loro magneti permanenti richiedono metalli appartenenti agli elementi delle terre rare che si trovano soltanto in alcune rocce, in bassissima concentrazione. Ne avevamo parlato in queste pagine un anno fa. Nomi come *neodimio* e *samariumo*, finora curiosità nella tabella degli elementi di Mendeleev, sono destinati a diventare familiari per il loro uso nei magneti permanenti dei motori non solo delle auto solari, ma soprattutto delle auto elettriche del futuro e dei motori delle turbine eoliche. La Cina produce, nel mondo, il 90 per cento delle terre rare, estratte da un grande giacimento nella Mongolia, e ne trattiene al suo interno la maggior parte per la fabbricazione di auto elettriche e di turbine eoliche che esporta con successo in tutto il mondo. Gli altri paesi che intendono costruire automobili elettriche e motori a vento devono dipendere dalla piccola quantità di terre rare esportate dalla Cina e sono alla ricerca di altri giacimenti di questi preziosi metalli per rompere il monopolio cinese. Per farla breve, le corse con automobili solari sono non un bizzarro divertimento di ingegnosi meccanici, ma il terreno di prova di tecnologie e merci da cui dipenderà il futuro umano. ■

chissà cosa di Jacopo Formaioni

A lume di **candela**



Profumate e colorate, le candele ci immergono in atmosfere particolari: una vigilia di Natale, una cena romantica o un improvviso black out. Principali fonti d'illuminazione dall'epoca romana, le candele furono una prerogativa domestica fino alla produzione industriale dell'Ottocento (dal 1879

cominciarono ad essere sostituite dalla lampadina di Edison). La candela è diventata così quasi un oggetto di design, che dagli Anni Ottanta ha riscoperto un nuovo boom. Semplici soprammobili, profumatori d'ambiente o utili "dissuasori" per zanzare alla citronella, le candele si trovano dappertutto ai prezzi più vari: da pochi centesimi per i lumini fino a decine d'euro per le più elaborate. Negli ultimi anni sono tornati alla ribalta i materiali naturali, incentivando l'uso di candele più rispettose dell'ambiente che contribuiscono al risparmio energetico. Un bel regalo per tutti.



A nostro danno

Le pesanti responsabilità di chi non considera il territorio.

16

Hanno attribuito responsabilità a qualsiasi cosa: agli ambientalisti che avrebbero impedito di ripulire gli alvei, agli argini insufficienti, all'evento eccezionale, all'allarme scattato tardi, alle previsioni ambigue, agli dei avversi e perfino alle dighe. Si sono rimpallati responsabilità e colpe che hanno rimandato ai loro predecessori e al destino cinico e baro. Sono gli amministratori locali di Liguria e Toscana (ma anche di Roma) che farebbero ridere, se non facessero piangere: hanno subito vittime, hanno avuto il paese isolato, fino a 6 metri di fango nelle case, automobili scagliate dappertutto come proiettili eppure se la sono presa con gli alberi negli alvei, con la ghiaia e con la vegetazione riparea. Certo, i rifiuti vanno rimossi dai fiumi, ma non la ghiaia, se non eccezionalmente, non gli alberi vivi, a meno di voler ridurre il fiume a un canale senza vita che può addirittura diventare più pericoloso. Sono sempre

gli stessi amministratori che nel corso degli anni hanno dato il permesso di costruire dentro gli alvei, quelli che cementificano e asfaltano tutto per poi lamentarsi che il fiume non trattiene più le acque. E come potrebbe? Se rendi tutto impermeabile la pioggia non s'infiltra più nel sottosuolo e rimane in superficie a deva-

stare. A chi giustamente li criticava hanno retoricamente ricordato i vecchi del paese, secondo i quali la colpa dell'alluvione è della diga a monte. A seguire questo concetto sarebbe inutile usare mezzi diagnostici come la tac, basterebbe il vecchio medico di famiglia e l'auscultazione del torace. Ci hanno, infine, rammentato che loro non ricordano un'alluvione del genere: certo che non la ricordano, hanno appena 70-80 anni, e magari quelle piene ricorrevano ogni 100 o 150. I loro paesi erano lì da mille anni, ma le alluvioni facevano meno danni perché i paesi erano più piccoli e c'era meno esposizione al rischio naturale. Prima ancora che cambiasse il regime delle piogge. Il letto del fiume Vara era largo più di 800 metri nel 1857, ma già nel 1954 era stato ridotto a 370. E lo credo che non ha retto alla piena, visto che quest'anno era largo solo 140 metri. Chi lo ha ristretto quell'alveo? Chi ci ha costruito dentro? E continuano a non capire che le piogge in quella zona d'Italia sono cambiate da almeno 20 anni: le bombe d'acqua oggi sono una realtà diffusa. E se hai costruito nell'impluvio di un corso d'acqua non importa se lo hai fatto mille o 10 anni fa, il fiume farà il suo corso. In una regione (la Liguria) che nel piano casa 2011 prevede di ridurre da 10 a 3 metri la distanza minima dai torrenti per costruire. Dice che lo si fa per permettere di costruire i depuratori, ma non si poteva fare un'eccezione solo per quelli? Così la catastrofe non la eviti, la cerchi. ■



WILLIAM DOVENICHINI

al naturale di Stefano Generali

Vento in poppa

La Commissione Europea sta definendo un nuovo piano energetico europeo e le strategie da attuare nell'Unione da qui al 2050. Ma è già chiaro che l'energia eolica sarà uno dei settori centrali su cui la Commissione punta con decisione: gli impianti eolici vengono, infatti, conside-

rati tra i più competitivi in termini di produzione energetica, capaci di assicurare buona parte del fabbisogno elettrico del Vecchio Continente. Grazie a corposi investimenti che hanno ormai superato i 194 miliardi d'euro, l'Ue stima che entro il 2020 la produzione elettrica da eolico subirà un incremento del 15,7 per cento rispetto al 2010 e sarà equivalente al consumo totale d'elettricità di tutte le famiglie in Francia, Germania, Polonia, Spagna e Regno Unito.





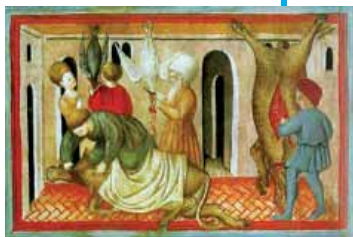
Pura gastronomia

Consumatori laici di cibi "spirituali": dai kosher e halal ritenuti "puri" da alcune religioni ai liquori e marmellate prodotti dai monaci. La certificazione religiosa come sinonimo di qualità.

17

La parola, in latino, è la stessa. *Salus* vuol dire salute, ma anche salvezza. Il benessere del corpo e quello dello spirito (o dell'anima, per chi crede nell'aldilà). La compresenza di due significati in un'unica parola sottintende un legame, e poiché l'idea di salute inevitabilmente richiama il cibo, viene da chiedersi se anche tra cibo e salvezza vi sia un rapporto.

Le filosofie orientali (il buddismo cinese, l'ayurveda indiano) postularono una totale sovrapposizione fra corpo e spirito: mangiare secondo certe regole assicura il benessere di entrambi. La dietetica occidentale, più concentrata sulle ragioni del corpo, non mancò di includere gli stati d'animo tra le condizioni del benessere fisico. Con il cristianesimo, il benessere spirituale assunse un carattere metafisico, uscendo dal mondo e sconfinando nell'aldilà: la salvezza ultraterrena non coincide più con la salute del corpo, anzi le si contrappone. Il "cibo dell'anima" non è il "cibo del corpo", e per godere del primo bisogna rinunciare al secondo: la mortificazione fisica, i digiuni, l'astinenza sono temi ricorrenti nella letteratura cristiana del Medioevo. Accade, però, che nella tradizione monastica, le privazioni si giustificano anche in funzione del corpo: in fondo – scrive San Girolamo – mangiare poco e rinunciare a certi cibi (in primo luogo la carne) fa bene anche alla salute. Accade che la rinuncia alla carne porta a



valorizzare cibi alternativi come il pesce o il formaggio o le uova: nasce una vera "gastronomia monastica" che si impone all'immaginario collettivo come luogo per eccellenza della qualità, della cura, della "purezza". In modo diverso, l'antica idea di un benessere fisico che è anche spirituale (qui declinata al contrario: un benessere spirituale che è anche fisico) non solo permane, ma si consolida. L'idea che il cibo dei monaci sia buono e salutare diventa un luogo comune: chi di noi non si sente rassicurato quando acquista formaggi di aziende monastiche, marmellate e liquori confezionati in antichi conventi, dolci e specialità garantite da una "denominazione d'origine" che è anche un marchio di spiritualità?

In un'epoca come la nostra, che si dice laica e che sembra anteporre il corpo allo spirito, l'ossessione del consumo all'ossessione della rinuncia, queste suggestioni non paiono destinate a scomparire. Si insegue la purezza monastica così come quella buddista o ayurvedica. Si cercano cibi *kosher* e *halal*, quelli che, rispettivamente, il rito ebraico e il rito islamico garantiscono "puri" sul piano religioso, perché prodotti secondo le regole dei libri sacri (la Bibbia, il Corano): una recente indagine dimostra che in 4 casi su 10 gli acquirenti di questi cibi non sono fedeli osservanti ma clienti "laici". La certificazione religiosa vale come sinonimo di qualità, bontà, salute, e il piacere del cibo si colora di inattese note spirituali. ■

il buongustaio di Silvia Inghirami

Caccia al tartufo

Gustare il tartufo con tutte le garanzie: in Piemonte è possibile grazie al Truffle Club, il primo circuito di osterie e ristoranti che rispetta un codice etico a difesa del consumatore.

I ristoratori aderenti al Truffle Club si impegnano a: somministrare solo Tartufo di buona qualità (profumo intenso e gradevole, grado di maturazione adeguato, buono stato di conservazione); esporre con chiarezza sulla carta la specie di appartenenza (es. *Tuber magnatum* Pico, Tartufo Bianco d'Alba); proporre nel menu almeno 3/4 portate abbinabili al Tartufo; descrivere al cliente le varie portate e i migliori abbinamenti; esporre, in modo chiaro, il prezzo del Tartufo; effettuare la grattata direttamente sul piatto, di fronte al cliente, e non in cucina; non utilizzare, nella preparazione delle vivande, prodotti chimici all'aroma di tartufo; consentire ai clienti di poter grattare un Tartufo non acquistato al ristorante; sottoporsi a controlli e ispezioni anonime da parte di un organo di controllo istituito a cura del Centro Studi sul Tartufo.

tum Pico, Tartufo Bianco d'Alba); proporre nel menu almeno 3/4 portate abbinabili al Tartufo; descrivere al cliente le varie portate e i migliori abbinamenti; esporre, in modo chiaro, il prezzo del Tartufo; effettuare la grattata direttamente sul piatto, di fronte al cliente, e non in cucina; non utilizzare, nella preparazione delle vivande, prodotti chimici all'aroma di tartufo; consentire ai clienti di poter grattare un Tartufo non acquistato al ristorante; sottoporsi a controlli e ispezioni anonime da parte di un organo di controllo istituito a cura del Centro Studi sul Tartufo.



Chi salverà l'Euro?

*A 10 anni dalla sua nascita si parla già della sua morte
e del ritorno alle vecchie valute nazionali.
Fra scelte d'austerità e incapacità di fronteggiare lo strapotere
delle plutocrazie, quello che manca è la politica.
Intanto Monti prova a tirare fuori l'Italia dai guai.*



Appena 10 anni ed è già vecchia. Eppure, a festeggiare la nascita dell'Euro, il primo gennaio 2002, erano in tanti. Ma non tutti si rendevano conto che quella che stava sostituendo la lira, per funzionare aveva bisogno del rispetto assoluto di certe condizioni, i famosi parametri di Maastricht, rivelatisi poi troppo rigidi per poter resistere alle differenti politiche fiscali ed economiche dei vari stati, e saltati come un tappo su una pentola in ebollizione, appena si è abbattuta sul Vecchio Continente la tempesta finanziaria che ancora sta sconquassando le economie occidentali. E mentre dieci anni fa si diceva "l'Euro ci salverà", oggi il timore è che l'Euro ci seppellisca. «Quando la zona Euro è nata non ci si è resi conto che presentava fin dall'inizio un'insostenibilità strutturale dovuta al fatto che esistevano forti squilibri fra i paesi e questi squilibri sono rimasti del tutto irrisolti – afferma **Emiliano Brancaccio**, docente di Economia all'Università del Sannio –. E ora siamo in una situazione nella quale non possiamo dare per certa la sopravvivenza dell'Euro. Il rischio è che un gigantesco investimento politico condiviso da tutte le forze politiche di destra e di sinistra, sfumi da un giorno all'altro».

Euroland

Se le politiche monetarie, come abbiamo imparato a nostre spese, non bastano a risollevare dalla depressione un'Europa appesantita dai debiti pubblici, dalla disoccupazione, dalla recessione e dalla paura del futuro, ecco puntuali le ricette anticrisi dettate da una banca senza Stato – la *Bce* – a una mezza dozzina di Stati senza banca, e purtroppo anche senza idee: enormi sacrifici mal distribuiti, imponenti tagli al welfare, licenziamenti facili. In una parola, la solita austerità a senso unico che viene scaricata su chi ha sempre pagato. «Siamo a un punto di svolta – avverte **Giulio Marcon**, portavoce della campagna *Sbilanciamoci* –. Nel giro di pochi mesi, forse settimane, si deciderà la sorte della moneta unica europea e, ad appena 10 anni dalla sua nascita, bisogna mettere nel conto anche il ritorno alle valute nazionali». Ma perché l'Euro è a rischio? «L'Euro è a rischio perché ad alcuni paesi potrebbe non convenire più stare dentro il sistema della moneta unica – prosegue Marcon –. D'altra parte queste politiche d'austerità non ci porteranno da nessuna parte. O meglio, c'è chi sta utilizzando la crisi e la speculazione per imporre nuove gerarchie sociali». Per esempio precarizzando ancora di più il lavoro. «A chi pensa di stimolare la crescita attraverso un'ulteriore facilitazione dei licenziamenti bisognerebbe ricordare che tra il 1998 e

il 2008, l'Italia ha stabilito il record di caduta degli indici di protezione del lavoro calcolati dall'*Ocse* – argomenta Brancaccio –, e ciò nonostante noi continuiamo a registrare una crisi di competitività molto forte, il che sta a indicare che questo tipo di politiche è stato fallimentare».

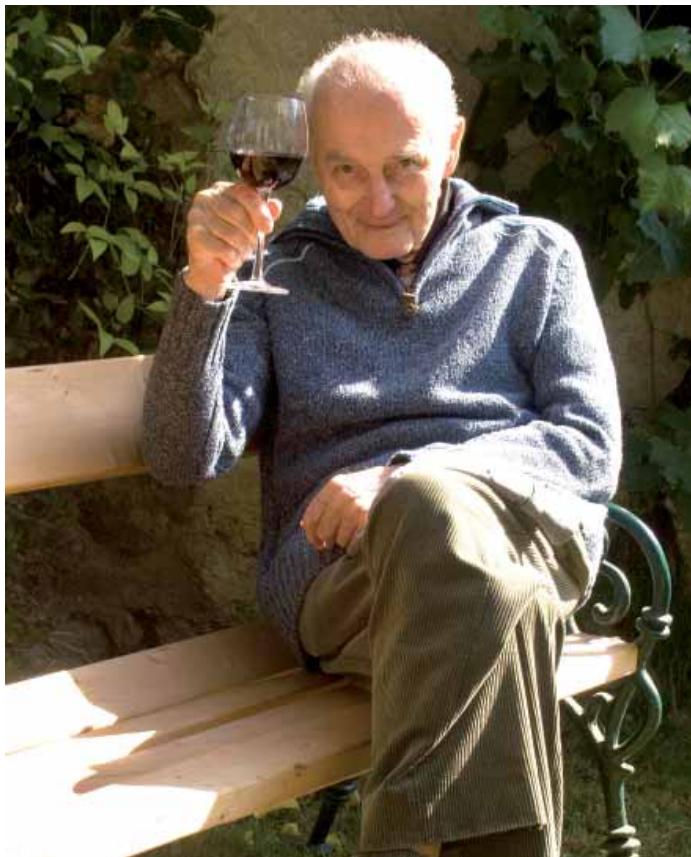
Eurostar

Ma allora come si fa a bloccare la speculazione? «Basterebbe che la *Bce* acquistasse i titoli di stato dei paesi sotto attacco direttamente alla fonte d'emissione come fanno le maggiori banche centrali anziché acquistarli nel mercato secondario dopo che la speculazione già è passata», risponde Marcon. «Il dramma politico e sociale che stiamo vivendo è che i cittadini sono posti davanti a questi eventi come se si trattasse di catastrofi naturali di fronte alle quali anche la sovranità viene meno e non si può fare altro che chinare la testa e adeguarsi – dice **Carlo Galli**, professore di Storia delle dottrine politiche all'Università di Bologna –. In realtà questi non sono eventi naturali ma hanno nomi e cognomi». E la politica che fa? La politica si allinea alle esigenze di un sistema che per sopravvivere deve attraversare spesso crisi feroci nelle quali distruggere ricchezza per ricostituire le condizioni dell'accumulazione. Insomma, ci parlano di sacrifici come se mancasse il pane, invece manca la capacità del sistema di realizzare profitti: i soldi ci sono, ma sono distribuiti male. Stiamo assistendo a una situazione surreale. Sarkozy e Merkel – la coppia che ha preso in mano il destino dell'Europa – sembrano senza idee, se non quelle dettate dai tecnocrati di *Bce*, *Banca Mondiale* e *Fondo Monetario*, che recentemente hanno messo sotto tutela il nostro paese. «Bisogna smetterla di percorrere le strade fallimentari che ci hanno portato a questo punto – spiega Brancaccio –. Per esempio, finora l'Eurozona ha agevolato processi di competizione al ribasso che hanno messo i paesi gli uni contro gli altri e alla lunga hanno determinato un calo della domanda complessiva di merci e quindi una tendenza alla crisi. Che ci vuole a frenare la competizione salariale adottando uno standard salariale europeo?».



Mezza pensione

Sotto accusa sono soprattutto le pensioni di anzianità. Ma se facciamo un confronto, vediamo che di fatto in Italia gli uomini vanno in pensione poco dopo i 60 anni, in Germania a circa 61 e in Francia a 59. Quindi anche altrove esistono meccanismi tipo le pensioni di anzianità che a noi ci chiedono di abolire, altrimenti non si capirebbe come mai in Germa-



nia, dove l'età di pensionamento di vecchiaia è 65 anni e va per i 67, si continua a andare a riposo a 61. Ma – si dice – il problema è che l'Italia spende troppo per le pensioni: il 14,1 per cento del *Pil* contro il 10,5 della Germania e il 9,5 della Spagna. A smentire questo luogo comune ci pensa Felice Roberto Pizzuti, docente di economia alla *Sapienza* di Roma. «La comparazione è falsata perché *Eurostat* include anche il *Tfr* tra le prestazioni pensio-

nistiche italiane e noi sappiamo che il *Tfr* non è una prestazione pensionistica, ma semplicemente salario differito. Inoltre, in Italia i prepensionamenti a seguito di crisi aziendali diventano spesa pensionistica – prosegue Pizzuti –, in altri paesi, invece, sono considerati interventi di politica industriale. In Germania, per esempio, i soldi che escono dagli enti pensionistici sono esattamente quelli che entrano nelle tasche dei pensionati e la spesa pensionistica viene contabilizzata al netto di ciò che viene pagato. In Italia, invece, viene registrato come spesa pensionistica il lordo erogato, inclusa la ritenuta d'acconto». Poiché dal punto di vista contabile ciò vale due punti e mezzo di *Pil*, se togliamo dal computo questa spesa e il punto e mezzo del *Tfr*, la differenza tra Italia e Germania scompare del tutto e la spesa pensionistica italiana rientrerebbe perfettamente nella media europea.

Euro contro Euro

Insomma, le alternative alle solite ricette neoliberiste ci sono, senza dover fare la rivoluzione. Il problema è di ordine politico. «La situazione del nostro Paese è tale che necessita di forti stimoli alla crescita senza i quali qualsiasi manovra è a rischio di fallimento – sostiene **Fabrizio Onida**, economista della *Bocconi* –. E di certo non aiuta l'annunciare riforme strutturali se poi restano lettera morta. Penso anche che sia necessario immaginare prelievi, anche di breve periodo, su importanti patrimoni e alti redditi da aggiungere a interventi per incrementare sia la domanda che l'offerta». Il neo presidente del consiglio Mario Monti ha usato parole

come sacrifici, equità, rimozione dei privilegi dimostrando che, se vuole, la politica saprebbe su quali leve agire per governare la crisi anche se la forza della finanza è molto potente e difficile da fronteggiare». E poi ci sono interessi contrastanti in seno all'Europa. «Per far ripartire l'economia bisognerebbe in primo luogo prendere atto che c'è bisogno di un motore interno in grado di rimettere in moto la domanda – sostiene Brancaccio –. Purtroppo la Germania è molto ripiegata su se stessa e fonda la propria politica su interessi di breve periodo, mentre la Francia è a rimorchio della Germania perché anche lei è debole e non è in grado di contrastare la tendenza a imporre politiche restrittive all'intera Europa». Insomma, manca



Unione di fatto

Uscire dall'Euro sarebbe un drammatico ritorno indietro per tutti secondo Fabrizio Onida, docente di economia alla Bocconi. Quello che serve è una finanza pubblica europea e una politica fiscale comune.

Fabrizio Onida,
docente
di economia
alla Bocconi.



L'Euro si trova a dover incrociare le armi contro un attacco violento che in realtà mira a

mettere fuori gioco ogni tentativo, seppur tardivo, di creare un governo unico europeo. «Le manovre legate al salvataggio della Grecia hanno avuto lo scopo di atutare le criticità – afferma **Fabrizio Onida**, docente di Economia Internazionale alla Bocconi –. Ma da qui a dire che siano sufficienti e che possano bastare per avere un'armoniosa politica monetaria comune a livello Europeo, ce ne corre! Certo, quando l'Euro è stata varata, è stato fatto un salto nel vuoto. La decisione è stata sorretta, tra l'altro, da vincolanti politiche monetarie nazionali; insomma, paradossalmente, un'Europa zoppa».

Oggi ci sono forti disparità tra i Paesi della zona Euro. È il segnale di una politica comunitaria non attuata?

«La situazione è diversificata. Sulla Grecia occorre consolidare l'operazione, occorre dire ai creditori che bisogna accettare la situazione; è necessario che chi acquista titoli greci sappia in quale scenario si sta muovendo. L'Italia ha un debito alto e un disavanzo ridotto. La Spagna ha un debito del 60 per cento, Francia e Germania – a fronte di un debito cresciuto – hanno dovuto rifinanziare le banche. Il vero problema è che non abbiamo una finanza pubblica eu-

una politica economica europea, a cominciare da quei provvedimenti volti a far rientrare la finanza entro certe regole, al servizio dell'economia e non della speculazione. Ma la soluzione non è tornare indietro. La sfida che sta di fronte all'Europa è trasformare l'unione monetaria ed economica in una unione politica, magari con il contributo di un'Italia che torna ad

ropea. Così come non abbiamo una politica fiscale europea e non si può pensare di chiedere ai Paesi membri di adottare determinate misure di politica fiscale soltanto perché lo impone la Bce».

Ma con l'Euro sotto attacco, oggi, come vede l'Europa politica?

«Oggi l'Europa è sotto gli attacchi della speculazione, ma sono convinto che resista. Bisogna sapere che siamo tutti nella stessa barca e che conviene condividere problemi e soluzioni per evitare il peggio, e cioè un'Europa che non riesce a resistere. Se Irlanda o Portogallo uscissero dall'Euro, si avrebbe un effetto a catena. Con una sola conclusione: un drammatico ritorno indietro. Per tutti».

Da molte parti si ritiene necessaria una riforma delle principali istituzioni di governance economica (*Banca Mondiale, Fmi* ecc.). Lei cosa ne pensa?

«Il *Fondo monetario internazionale* è un organismo indipendente e insostituibile. Molti di coloro che ne parlano hanno ancora in mente la vecchia immagine, ormai sbiadita, di un *Fmi* che, davanti alla crisi asiatica, propinava ricette antiche e sbagliate. Ma da quegli anni, se n'è fatta di strada! Certamente, oggi c'è un problema: l'Europa perde sul piano della competitività, vanno avanti paesi come la Cina, l'India, paesi emergenti che giustamente chiedono di avere più voce in capitolo. E il *Fondo monetario*, con le sue regole, non è scritto sulla pietra. Fa il suo mestiere, lo fa anche bene, ma certamente occorre aprire un ragionamento che tenga conto dei cambiamenti anche radicali avvenuti da quando le istituzioni di governance economiche europee sono state istituite. Occorre, insomma, dare voce unica all'*Unione Europea*, più spazio ai nuovi paesi che si affacciano sulla scena».

occupare il posto che le spetta dopo la mortificante esperienza berlusconiana. Come ha affermato Giorgio Ruffolo, «l'Euro è a rischio, certo. Ha dei problemi seri e può diventare un fallimento. Il fallimento dell'Euro però sarebbe il fallimento dell'Europa come potenza pacifica, democratica e di equilibrio nel mondo e questa sì è una tragedia che bisogna evitare».

■ Virginia Alimenti





Anni Dieci

10 anni vissuti pericolosamente... per i consumatori. Ecco come la mancanza di controlli ha trasformato l'euro in un'ottima scusa per speculare sui prezzi.

1 gennaio 2001 - 1 gennaio 2012. L'Euro compie 10 anni e non li porta affatto bene. Ma come sono stati questi due lustri di moneta unica per i consumatori? La sensazione è che il costo della vita sia aumentato notevolmente fin dall'inizio, quando, in assenza di controlli, molti listini hanno arrotondato per eccesso i prezzi. Nei mesi immediatamente successivi all'introduzione dell'Euro si verificarono delle conversioni dei prezzi di beni e servizi tra valute nazionali e moneta unica a volte distanti da quelle ufficiali. L'impressione è che spesso sia passata l'equazione 1 Euro uguale 1.000 lire, riducendo di quasi della metà il valore reale della moneta. Nel mercato dei servizi pubblici, per esempio, si assistette all'applicazione di forti arrotondamenti su prezzi e tariffe. In altri, invece, per esempio nel mercato dei beni più durevoli (elettrodomestici, telefonia, hi-tech), si verificò una leggera diminuzione di prezzi.

Ci fu chi accusò le autorità monetarie di aver sottovalutato i meccanismi psicologici del passaggio dalla lira all'Euro e quindi di aver favorito un aumento indiscriminato del livello generale dei prezzi. Le autorità monetarie sostennero che gli aumenti dipesero esclusivamente da atteggiamenti speculativi, dalla scarsa trasparenza e da mancati controlli. In realtà, in Italia, l'*Istat* confermò che non si ebbero fiammate inflazionistiche, quindi la conversione applicata nella maggior parte delle transazioni sarebbe stata quella determinata ufficialmente dal Consiglio Europeo. Istituti di statistica indipendenti sostennero il contrario sulla base d'analisi l'attendibilità delle quali fu oggetto di profonde discussioni.

Le polemiche sui prezzi cresciuti a causa dell'Euro non sono mai cessate.

Le associazioni dei consumatori attribuivano questi aumenti all'irresponsabilità del Governo che aveva completamente ignorato ogni controllo sul cosiddetto *change-over* favorendo così comportamenti anomali dell'intera filiera produttiva e commerciale.

Due anni dopo, nel 2005, si cominciarono a tirare le somme della grande rapina: con il pretesto dell'Euro 52 miliardi d'Euro, il 4 per cento del Pil, era passato dalle tasche dei consumatori a quelle di coloro che hanno fissato prezzi e tariffe in molti casi raddoppiati con l'assioma: mille lire = 1 Euro. "Se un cono gelato è passato da 2.500 lire a 2,5 Euro, una pizza margherita da 6.000 lire a 6 Euro; un affitto in città da 900.000 lire a 900 Euro - scriveva *Intesa Consumatori* - non lo si deve al tasso di cambio fissato tra lira ed Euro, ma principalmente alla politica di un Governo "struzzo" nel migliore dei casi, complice degli aumenti nel peggiore, che ha nascosto la testa sotto la sabbia, per non vedere una tremenda speculazione che ha messo in ginocchio, con il 90 per cento delle famiglie, ogni possibile crescita dell'economia basata sui consumi". **A.B.**

Caro euro

Secondo una ricerca condotta da *Intesa consumatori*, dal 2001 al 2003 ci furono aumenti considerevoli e ingiustificati. Di seguito riportiamo una tabella che mostra il confronto tra i prezzi dell'estate 2001 e quelli dell'estate 2003 per quanto riguarda le spese dei giovani in vacanza. (dati *Intesa consumatori*)

Prodotto	2001 (lire)	2003 (Euro)
Pizza Margherita	7.000	6,00
Pizza 4 stagioni	10.000	8,00
Coperto in pizzeria	1.500-2.000	1,50-2,00
Coperto ristorante	3.000	2,50
Guardaroba discoteca	3.000	3,00
Ingresso discoteca	20.000	20,00
Consumazione discoteca	10.000	10,00
Cono gelato	2.500-3.500	2,00-3,00
Birra media al pub	8.000	6,50
Crodino al bar	2.000	2,50
Drink happy hour	7.000	6,00
Toast al bar	3.500	2,50
Toast non farcito al bar	3.000	2,00
Spremuta	2.000	2,80
Bicchiere d'acqua	500	0,50
Mezza minerale	1.000	0,80
Litro di minerale	2.000	1,80
Panino farcito	4.500	4,00
Panino al prosciutto	3.000	2,50
Caffè	1.300	0,85
Cappuccino	1.500	1,10
Cappuccino e brioche	2.500	1,90
Coca Cola piccola	3.000	2,00
Coca Cola lattina	1.500	1,00
Hamburger e patatine	10.000	8,00
Giornata parco divertimenti	57.000	40,00

Sblocco della crescita

Idee per un'altra economia dal portavoce della campagna Sbilanciamoci, Giulio Marcon. Per uscire dalla crisi serve un forte intervento pubblico per promuovere lo sviluppo.

Giulio Marcon,
portavoce
della campagna
Sbilanciamoci.



«La crisi è strutturale e non dipende solo dalla finanza "cattiva" ma da un

modello di sviluppo e di società non più sostenibile. Ci vogliono idee per un'altra economia». Parola di **Giulio Marcon**, portavoce della campagna *Sbilanciamoci*, che da anni pubblica una contromanovra finanziaria decisamente alternativa rispetto a quella di Tremonti. *Nuovo Consumo* ne ha dato conto in uno degli ultimi numeri.

■ Aldo Bassoni

Dunque, per uscire dalla crisi bisogna cambiare il modello di sviluppo?

«Dopo 30 anni di predominio del mercato non c'è stata la massimizzazione dei benefici per tutti ma maggiori diseguaglianze che sono poi al tempo stesso la causa e l'effetto di questa crisi. Quindi bisogna affrontare il nodo di come consumare e produrre in modo diverso facendo anche scelte molto semplici come spendere meglio i 7-8 miliardi per il ponte sullo stretto o i 16 miliardi per i caccia americani. Forse sarebbe opportuno destinare queste

risorse alla messa in sicurezza delle scuole o alla tutela del territorio che ad ogni pioggia si sgretola e porta con se lutti e distruzioni».

Questo è possibile senza un intervento pubblico?

«No di certo. Anche perché bisogna mettere mano anzitutto alla regolazione della finanza altrimenti continueremo ad essere esposti a crisi continue. Purtroppo siamo ancora dominati dalle politiche liberiste. Per uscirne occorre mettere i soldi in tasca alla gente trasferendo risorse dalle rendite e dai profitti ai salari e alle pensioni. E per farlo bisogna prendere i soldi ai grandi patrimoni accumulati in questi anni, e nel contempo costruire una politica fiscale capace di attenuare le diseguaglianze».

Ma intanto il problema del debito pubblico come lo risolviamo?

«La crescita è la leva per risolvere il problema del debito. Abbiamo bisogno di una economia ispirata a nuovi criteri e nuovi parametri. Solo così si costruisce un futuro migliore per tutti, soprattutto per i giovani che oggi sono quelli che pagano davvero un prezzo insopportabile al fallimento del neoliberalismo. Occorrono interventi di protezione sociale a salvaguardia dei redditi, crescita della domanda interna e dei consumi. Invece assistiamo a una totale mancanza di idee e strategie efficaci per uscire dalla crisi in un modo diverso da come ci siamo entrati».

E allora cosa serve?

«Serve un forte intervento pubblico in economia per promuovere lo sviluppo e programmare politiche industriali degne di questo nome. Bisogna investire in scuola e formazione (in Italia si spendono 150mila Euro in borse di studio a fronte dei 500mila Euro che spendono Germania e Francia). Vogliamo costruire ancora automobili? Forse ripensare al tipo di merci di cui abbiamo bisogno davvero significa interrogarsi anche sul tipo di società che vogliamo. L'alternativa quindi è un modello di economia sostenibile che riduca le diseguaglianze, un modello fondato sulla conoscenza e sullo sviluppo del capitale umano».





INVERNO 2011-2012

SKIPASS, LEZIONI DI SCI E NOLO ATTREZZATURE

PIEMONTE

Via Lattea

Sestriere, Oulx, Sauze d'Oulx, Sansicario, Cesana, Claviere, Pragelato, Montgenèvre.

Più di 200 piste per oltre 400 km. Il 70 % della rete sciabile è servito da innevamento programmato.

• **Impianti di risalita:** sconto 16% su skipass settimanale 6 giorni consecutivi.

• **Scuole di sci:** sconto 20% per lezioni collettive di 3 ore al giorno per 4 e per 6 giorni e per corsi di Snowboard di 2 ore al giorno. Ora di lezione privata: "Sciano uno due o tre, paga uno".

• **Nolo attrezzature:** sconto 15% presso Maison Clatoud Sport a Sauze d'Oulx e a Sestriere. Anche nel periodo natalizio.

• **soggiorno:** sconto 20% Grand Hotel "La Torre" di Sauze d'Oulx - Ufficio booking centrale: ABC tel. 0122 858585

I vantaggi sono estesi ad un accompagnatore del socio.

È escluso il periodo dal 18/12/2011 al 08/01/2012.



• **Scuole di sci:** sconto 10% per lezioni di sci e snowboard individuali e collettive.

Lezioni individuali di un'ora 38 euro, ogni persona in più 10 euro. Sconto bassa stagione per famiglie: ogni due adulti della stessa famiglia iscritti al corso collettivo, sconto 50% per il figlio. Tel 0165 521114.

• **Nolo attrezzature:** sconto 10% presso Noleggio dei Maestri, Fiocco di neve, La roccia, La soletta, Plan Bois, Riccardo Sport.

• **Soggiorno:** sconto 10% per soggiorni settimanali presso Hotel La Chance, Hotel Monte Emilius, Hotel Pila 2000, Hotel Rendez-Vous, Affittacamere I Picchi, B&B La Roche, Chambres d'Hôtes Les Fleurs, Maison Colombot, Meublè della Nouva e presso gli appartamenti Casa Chamonin, Chalets Pra D'Avillon, Residence Ciel Bleu.

Escluse settimane di Natale e Capodanno.

Offerte non cumulabili; è necessario richiedere lo sconto all'atto della prenotazione.

Info: Consorzio Turistico l'Espace de Pila, tel. 0165 521055.

Riserva Bianca Limone Piemonte

Con 80 km di piste, è uno dei poli principali del turismo invernale piemontese.

• **Impianti di risalita:** sconto 19% su skipass settimanale 6 giorni consecutivi. Tel. 0171 926254 info neve 0171 41002.

• **Scuole di sci:** sconto 20% per lezioni collettive di 6 giorni. Tel. 0171 92319-928134.

• **Nolo attrezzature:** sconto 10% presso Bottero Ski anche su acquisto di abbigliamento calzature e accessori sportivi non in saldo o in offerta. Tel. 0171 92274.

• **Soggiorno:** sconto 10% per minimo 2 notti presso Grand Hotel Principe tel. 0171 92389; per soggiorni settimanali in formula residence e per soggiorni B&B (minimo 2 notti) presso Limone Palace Hotel Residence Tel. 0171 926965.

È escluso il periodo dal 18/12/2011 al 09/01/2012.



Champorcher

• **Impianti di risalita:** sconto 9% su skipass giornaliero festivo. Tel 0125 37124

• **Scuole di sci:** sconto 10% per lezioni collettive. Tel. 348 4021952

• **Nolo attrezzature:** sconto 10% presso Ski Laris. Tel. 0125 376116

• **Soggiorno:** 10% presso l'Hotel Beau Séjour. Tel. 0125 37122

È escluso il periodo dal 18/12/2011 all'08/01/2012.



Bardonecchia

Il comprensorio offre 100km di piste, delle quali 35 servite da impianto di innevamento programmato.

• **Impianti di risalita + soggiorno:** sconto 15% su pacchetto 7 notti mezza pensione in hotel consorziati + 6 giorni di skipass. Tel. 0122 902463.

• **Scuole di sci:** sconto 10% per lezioni collettive Consorzio Bardonecchia Turismo tel. 0122 902463.

• **Nolo attrezzature:** sconto 10%

I vantaggi sono estesi ad un accompagnatore del socio.



La Thuile

• **Impianti di risalita:** sconto 10% su skipass settimanale 6 giorni consecutivi alle Funivie del Piccolo San Bernardo S.p.a. Tel. 0165 884150

• **Scuole di sci:** sconto 10% per lezioni collettive Scuola di sci La Thuile tel. 0165 884123.

• **Nolo attrezzature:** Vedi Rent and Go

• **Soggiorno:** sconto 10% presso Planibel Residence Atahotels. Tel. 0165 884541.

È escluso il periodo dal 18/12/2011 all'08/01/2012.



VALLE D'AOSTA

La montagna con le cime più alte d'Europa offre ai turisti, chilometri di piste, impianti innovativi e itinerari escursionistici.

Pila

• **Impianti di risalita:** sconto 10% su skipass settimanale, 6 giorni consecutivi ed oltre. Tel. 0165 521148 521045.

Il vantaggio è esteso al figlio del socio Coop, di età inferiore ai 18 anni.

Escluso il periodo dal 23/12 /2011 al 08/01/2012.



TRENTINO

FolgariaSki

Ski Center Lavarone -Vezena

• **Impianti di risalita:**

Sconto 10% Skipass giornaliero festivo

Sconto 20% Skipass giornaliero feriale

Sconto 10% Skipass plurigiornaliero da 2 a 14 giorni Per i gruppi è prevista 1 gratuità ogni 25 persone (su prenotazione a mezzo elenco nominativo).

I vantaggi sono estesi ad un accompagnatore del socio.

È escluso il periodo dal 24/12/2011 all'08/01/2012.



Paganella Ski

• **Impianti di risalita:** sconto 10% su Skipass giornaliero Paganella Tel.0461 585588.
Il vantaggio è esteso ad un accompagnatore.
È escluso il periodo 25/12 2011- 07/01/2012.



Adamello Ski

Temù, Ponte di Legno (BS), Passo Tonale e Ghiacciaio Presena (TN)
• **Impianti di risalita:** "CONTROMARCA ADAMELLO SKI"



sconto di 5 euro (32 euro anziché 37).
Valido nei periodi 07- 11 dicembre 2011 e 07 gennaio - 13 aprile 2012.
"FORMULA 3" compri tre e paghi due 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, valido nei giorni di sabato e lunedì, nei periodi: 26 e 28 novembre (apertura) - dicembre ad esclusione del 10 e 12 e 24 26 31 (alta Stagione) - Gennaio ad esclusione del 2 - Febbraio marzo e aprile senza eccezioni.
L'offerta è valida solo con l'acquisto di 1 skipass giornaliero adulto al prezzo di listino.
La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti. www.adamelloski.com
Il vantaggio è valido per il socio titolare della Carta oppure per un suo familiare (inteso coniuge o figlio) che presenteranno alle biglietterie la Carta e la copia del documento d'identità del Socio.

Pejo 3000

• **Impianti di risalita:**
"SCONTO GIORNALIERO"



6 € skipass adulto;
5 € skipass senior (nati prima del 30.11.1946);
4 € skipass ragazzi (nati dopo il 30.11.1995).
Una Carta vale per 3 persone.
"3x2" Possibilità di ritirare 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, nei giorni di sabato.
L'offerta è valida sull'acquisto di uno skipass adulto a prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti. Info Tel. 0463 753238.
È escluso il periodo 24/12/2011- 08/01/2012.

ASSOCIAZIONE MAESTRI DI SCI DEL TRENINO

Tel. 0461 826066

Sconto 10% su lezioni collettive di sci e Snowboard. Lo sconto si ottiene con la carta SocioCoop, che può essere esibita dal socio o da altro componente il nucleo familiare (moglie/marito/figli) e può valere al massimo per due persone del nucleo stesso.



Le scuole che aderiscono alla convenzione:

Madonna di Campiglio: Des Alpes, Dolomiti, Nazionale, Campo Carlo Magno.
Val di Fiemme: Alpe Cermis Cavalese, Alpe di Pampeago, Alta Val di Fiemme, Lago di Tesero.
Folgaria-Lavarone: Altopiano Folgaria, Lavarone.
Andalo-Fai: Fai della Paganella.
Folgarida: Azzurra, Folgarida Dimaro.
Val di Fassa: Campitello, Vigo di Fassa Passo Costalunga
San Martino di Castrozza: Dolomiti, San Martino di Castrozza
Brentonico: Monte Baldo
La convenzione decorre dal 9 gennaio e non vale nella settimana di carnevale.

EMILIA ROMAGNA

Cimone



È il più grande carosello sciistico dell'Appennino Tosco- Emiliano, con 50 km di piste
• **Impianti di risalita:** sconto su skipass giornaliero feriale (il sabato è considerato festivo) 23,50 euro anziché 26, presentando al momento dell'acquisto la carta SocioCoop, accompagnata da un voucher da compilare obbligatoriamente (disponibile alla cassa skipass).
www.cimonesci.it
Il vantaggio è esteso anche ad un accompagnatore del socio Coop.
È escluso il periodo 24/12/2011 - 8/01/2012.

RENT AND GO

Attrezzature tecnologicamente sempre nuove e ben revisionate
Per bambini, adulti, principianti ed esperti: sci da discesa, da fondo, ciaspole slittini, snowboard e scarponi. Regolazione attacchi a norma Iso computerizzata, deposito sci e scarponi con asciugatura e disinfezione integrata.
Sono oltre 70 i punti di noleggio sci in Italia, distribuiti nelle province di **Aosta, Torino, Cuneo, Sondrio, Trento, Bolzano, Belluno, Pordenone, Ascoli Piceno e l'Aquila.**
Ogni noleggio Rent and Go offre una consulenza specializzata che permette al cliente di scegliere l'attrezzatura giusta per fare esprimere al massimo le sue potenzialità garantendo il divertimento sulla neve in tutta sicurezza. I bambini fino agli 8 anni, nei noleggi che aderiscono all'iniziativa, ricevono gratuitamente l'attrezzatura più adatta alle loro esigenze.
Per il socio Coop ed il proprio nucleo familiare:
• **Sconto 10%** sul noleggio di tutte le attrezzature con **utilizzo gratuito** in prova del "guscio" Paraschiene;
• **Omaggio del casco** a fronte di un noleggio stagionale, per l'intera stagione.



Per avere informazioni di dettaglio consulta il sito www.e-coop.it e contatta gli Enti convenzionati.
Ricorda di portare sempre con te la Carta Socio Coop.

Vacanze sulla neve?

Noleggia un'auto Avis a tariffe esclusive.
Per te anche lo **sconto del 50% sulle catene.**
Prenota su <http://www.avisautonoleggio.it/coop>,
ritaglia questo coupon e consegnalo all'ufficio Avis.



AVIS U549831 - Coupon n. MEI A002

Se non hai necessità delle catene da neve puoi trasformare il coupon in 10€ di sconto per il noleggio auto. L'offerta si aggiunge ai vantaggi della convenzione Socio Coop (15% di sconto sulle tariffe auto, seconda guida gratuita o sconto 50% sul seggiolino) ed è valida per i noleggi auto in Italia dal 13 gennaio al 31 marzo 2012.
Info e prenotazioni anche attraverso il Centro Prenotazioni Avis: 199 100133 (numero a tariffazione specifica).

I presepi dell'Arenaccia

■ Beatrice Ramazzotti

Il supermercato partenopeo festeggia il primo anno d'attività con iniziative in nome delle buone pratiche ambientali e coinvolgendo le scuole della città. In mostra dal 7 dicembre quattro presepi molto originali...

Il 3 dicembre il supermercato Coop di via Arenaccia a Napoli compie un anno d'attività. Il bellissimo punto vendita di 2.200 mq nel cuore della città, a pochi metri dalla stazione centrale, dove perfino i cartelli delle offerte parlano il dialetto napoletano, festeggia il primo compleanno con una grande torta offerta a tutti i clienti e una serie di iniziative che avranno come tema centrale la difesa dell'ambiente e in particolare il recupero dei rifiuti. Il Comitato soci

coinvolgerà gli allievi di due scuole elementari (il 20° circolo didattico "Villa Fleurant" e la scuola "Luigi Miraglia") in una forma molto originale di riciclaggio. Plastica, lattine e carta della raccolta differenziata saranno utilizzati per costruire quattro presepi ecologici che dal 7 dicembre saranno esposti all'interno della galleria commerciale di via Arenaccia per tutta la durata delle feste natalizie. Al rientro dalle festività le due scuole riceveranno una fornitura completa di cancelleria della linea ecologica *ViviVerde Coop*, offerta da *Coop Italia*. Una seconda iniziativa vedrà inoltre la nascita di una postazione per il recupero degli oli esausti che consentirà ai clienti del supermercato di consegnare l'olio alimentare usato affinché venga smaltito in modo corretto. Gettare l'olio della frittura nel lavandino è, infatti, uno dei gesti più sbagliati e inquinanti che possiamo fare: basti pensare che 4 chili di olio usato inquinano un'area grande più o meno come 6 piscine. ■



Vicini di casa

Presentata anche nel Lazio la campagna Vicino a noi.

■ Beatrice Ramazzotti

27

Dopo la presentazione toscana a Suvereto (LI) il 16 maggio scorso *Vicino a noi*, la campagna che dà visibilità ai 514 fornitori locali di Unicoop Tirreno, è stata presentata nel Lazio, a Frascati (Roma). Il 3 novembre presso le Scuderie Aldobrandini si è tenuta una conferenza stampa alla presenza del presidente di Unicoop Tirreno Marco Lami, del direttore commerciale Massimo Lenzi e del Sindaco di Frascati Stefano di Tommaso, moderati da Diodato Pirone giornalista economico de *Il Messaggero*. In platea i produttori laziali, soci e dipendenti Coop, le istituzioni locali. Al tavolo dei relatori tre fornitori della Cooperativa sono intervenuti come testimonial: Fernando Anselmi del salumificio SaVi, Mauro De Angelis della cantina Saita Pallavicini e

Manuela De Angelis produttrice di creme spalmabili bio. In contemporanea è partita una campagna affissioni e nei punti vendita sono state allestite aree dedicate e inseriti logo, spille e cartelli per indicare i prodotti *Vicino a noi* provenienti da imprese a conduzione familiare, aziende agricole, forni, cantine, allevamenti per i quali diventare fornitori Coop significa crescere, stabilizzarsi, apprendere le regole del marketing e soprattutto non abbassare mai

la guardia in materia di qualità e sicurezza alimentare. Ricordiamo che ad oggi i fornitori locali di Unicoop Tirreno sono 514, per un totale di 10mila prodotti e un giro d'affari complessivo di 100 milioni di euro. I fornitori laziali sono 128 (6 in provincia di Frosinone, 12 Latina, 75 Roma, 35 Viterbo) per un giro d'affari di circa 20 milioni di euro. ■



Oltre il muro

Raccolta di generi alimentari dei soci di Livorno per i detenuti del carcere "Le Sughere".

Il 29 ottobre scorso la Sezione soci di Livorno ha organizzato una raccolta straordinaria di generi non alimentari per i detenuti della casa circondariale "Le Sughere". I clienti che quel giorno hanno fatto la spesa in uno dei quattro supermercati Coop livornesi sono stati invitati ad acquistare prodotti specifici per venire incontro alla grave situazione igienico-sanitaria e al sovraffollamento del carcere labronico, caratterizzato anche da condizioni di precarietà ed estrema povertà dei detenuti. All'Sos del carcere hanno risposto anche Arci, Caritas, Cesdi, Comunità Sant'Egidio, Banco di Solidarietà, Ufficio esecuzione penale esterna del

Ministero di Giustizia, Commissione Pari Opportunità Comune di Livorno. L'iniziativa, chiamata "Un gesto di solidarietà oltre il muro", è stata presentata da Marco Solimano, garante dei diritti dei detenuti per il Comune di Livorno, Luigi Pini, consigliere di amministrazione di Unicoop Tirreno e Gabriella Cecchi, vice presidente della Sezione soci di Livorno. La lista dei prodotti indicati (bagnoschiama, shampoo, dentifricio, spazzolini da denti, ciabatte, slip, assorbenti femminili, buste da lettera, quaderni, carta igienica) lascia immaginare lo stato di degrado e di abbandono della popolazione carceraria in questione. B.R. ■

La grande storia Coop

28

A conclusione il progetto di Unicoop Tirreno sulla cooperazione al Sud che ha portato i ragazzi delle scuole di Avellino alle origini del movimento cooperativo irpino.

Si è concluso il 12 novembre scorso ad Avellino con una presentazione pubblica dei lavori del progetto "Etica e Impresa" di Unicoop Tirreno sul passato e il futuro della cooperazione al Sud, sviluppato nell'anno scolastico 2010-11 dagli alunni di una delle più antiche scuole di Avellino, l'Istituto Tecnico Agrario "F. De Sanctis". Sono stati presentati i risultati della ricerca svolta dalle classi che ha portato alla luce documenti storici inediti e il prezioso lavoro svolto in classe e non solo.

A portare i saluti delle istituzioni alla cittadinanza di Avellino invitata alla presentazione delle scuole nell'auditorium dell'Istituto, il presidente della Provincia di Avellino Cosimo Sibilia, il sindaco di Avellino Giuseppe Galasso e il dirigente dell'ufficio scolastico provinciale Rosa Grano. Poi la parola è passata ai protagonisti, gli alunni del "De Sanctis" che hanno raccontato con i risultati della ricerca alla mano il loro percorso di risalita alle origini del movimento cooperativo irpino lungo i tratti della storia, tra sviluppo e difficoltà, in un parallelo continuo con gli scenari e le problematiche attuali. Guidati dalle docenti Giuseppa Coppola e Costantina Glave e dai Formatori Coop, hanno prima affrontato in classe la storia del movimento cooperativo per poi visitare aziende locali e intervistare operatori, arricchendo

il lavoro con letture di antichi giornali conservati nell'Emeroteca della Biblioteca Provinciale di Avellino. Passando dal Centro di Ricerca "Guido Dorso" all'Archivio di Stato i ragazzi hanno acquisito notizie sulle tante cooperative sorte in città e in provincia a partire dalla prima cooperativa di consumo costituitasi a Grottaminarda nel 1870 e gli atti del fallimento della Federazione Cooperativa Irpina per i Consumi, costituitasi nel 1919 e dichiarata fallita nel 1924. Fascicolo, statuto, documenti, bilanci, resoconti, ma soprattutto la lettera dell'amministratore delegato Antonio Ciccone dove sono esposte le cause che hanno minato, agli inizi del Novecento, lo sviluppo della cooperazione nel territorio irpino, soffocando "i germogli di una nuova coscienza cooperativa" che pure erano nati "fra popolazioni politicamente ed economicamente arretrate".

Alla presentazione sono intervenuti anche il dirigente scolastico Michele De Simone, Gerardina Rita De Lucia, direttore dell'Archivio di Stato e, per Unicoop Tirreno, Enrico Mannari, direttore dell'Archivio Storico di Ribolla dove nell'aprile scorso ci fu una prima presentazione del percorso, Cristina Del Moro dell'Area Educazione al Consumo Consapevole, Giovanni D'Auria responsabile territoriale Politiche Sociali e il presidente della Sezione soci Irpinia Gaetana Aufiero. ■

I partecipanti alla presentazione finale del Progetto di Unicoop Tirreno sulla cooperazione al Sud nell'auditorium dell'Istituto "De Sanctis" di Avellino.



A piene mani

Nuova estensione ai punti vendita di Viterbo del servizio 100mani di Unicoop Tirreno. In programmazione anche su Tarquinia e Civitavecchia.

Ai punti vendita delle città di Roma, Guidonia, Fontenuova, Pomezia, Aprilia, Cisterna di Latina e a tutta la zona dei castelli romani (Velletri, Genzano, Ariccia) si aggiungono anche l'IperCoop e il Supermercato di Viterbo. In tutti è attivo per i soci il servizio **100mani** di Unicoop Tirreno, in programmazione anche sulle città di Tarquinia e Civitavecchia, per piccoli e grandi interventi domestici, riparazioni, manutenzioni a tariffe e condizioni garantite da Coop come l'alta professionalità del servizio, la qualità dei materiali, aziende selezionate, rapidità di esecuzione. Oltre ai servizi base (idraulico, muratore, elettricista, falegname e tappezziere, fabbro, giardiniere, assistenza elettrodomestici, traslochi e trasporti, pulizie, disinfestazioni ecc.), le ditte affiliate hanno accettato di erogare ai soci Coop altri servizi ad alto valore aggiun-

to con una convenienza trasparente e garantita da Coop, come le offerte: "Bollino Blu Caldaie" per la revisione annuale dell'impianto di riscaldamento al costo convenzionato di 70 euro; montaggio dei climatizzatori a tariffe fisse senza sorprese; ristrutturazione bagno a prezzi controllati e servizio garantito dalla selezione di ditte artigiane qualificate e dei materiali utilizzati (3.900 euro + Iva 10%).

L'intervento si richiede telefonando al numero verde 800563310 (per i cellulari è attivo il numero 0650514501); sarà l'artigiano selezionato a ricontattare il cliente entro le 48 ore successive. I costi prevedono un diritto di chiamata di 22 euro e 27 euro all'ora per ogni operaio impiegato comprensivi d'Iva. In caso di lavori che non si possano effettuare a ore sarà fornito un preventivo gratuito.

Per l'elenco dei servizi e i dettagli delle offerte www.cartasocio.it. ■



Dolce Natale

In promozione miele e frutta secca per il Natale "scelto dai soci".



Un Natale più dolce che mai per i soci Unicoop Tirreno che **dall'1 al 15 dicembre** possono trovare sugli scaffali ben due prodotti in offerta esclusiva evidenziati dal marchio rosso dello "Scelto dai soci". Il primo è il **Miele Toscano di acacia** proveniente dall'apicoltura *Dr. Pescia*, nella confezione in vetro da 750 g, in promozione per i soci al prezzo di 4,99 euro con uno sconto applicato del 39 per cento rispetto al prezzo di 6,95 euro. L'altro è la confezione regalo di frutta secca **Tuttinsieme Ventura** da 1,5 kg al prezzo, scontato del 40



per cento, di 11,40 euro con un risparmio per i soci rispetto al pezzo pieno di 7,90 euro a confezione. Anche nel mese di ottobre i prodotti in offerta per i soci sono stati due: la pasta di semola di *Gragnano Fior Fiore Coop* da 5 kg scontata del 40 per cento, di cui sono state vendute 18.366 confezioni con uno sconto totale ai soci di 63.546 euro, e il *multipacco di suino*, di cui sono stati venduti 20mila pezzi (41.500 kg di carne) con uno sconto che la Cooperativa ha erogato a favore dei propri soci di 164mila euro.

Alta società

30

■ Alessandra Bartali

Se accanto al nome del paese trovate "alto" siete in Val di Nievole dove le parole d'ordine sono terme, Medioevo, Pinocchio, fiori e... outlet, ottimi ingredienti per le vacanze di Natale.

Medioevo, terme, e *outlet*. Questa è la **Val di Nievole** ridotta ai minimi termini. Non perché si esaurisca in queste tre parole chiave (a cui di fatto andrebbero aggiunti i fiori e il campanilismo toscano, *Pinocchio* e i *social network* di cucina), ma perché queste, oltre a rappresentare i motivi per cui l'80 per cento dei turisti visita Monsummano o Fucecchio, Montecatini o Pescia, raccontano da sole l'evoluzione dell'intera zona.



Monsummano.

L'esistenza di tanti paesi che includono l'aggettivo "alto" nel proprio nome parla dei secoli di lotte tra fiorentini e lucchesi, che alla fine del Medioevo lasciarono il posto alla placidità del Granducato. Fu proprio allora che, per procedere alla costruzione di fattorie e ville, si avviò la bonifica della zona paludosa, scoprendo le numerose sorgenti d'acque termali su cui si baserà l'economia locale nei secoli a venire (da lì l'aggiunta del suffisso "terme" al nome delle località).

Scoprire l'acqua calda

Almeno fino a quando, qualche decennio fa, molti abitanti della Val di

Nievole non hanno deciso di darsi al commercio, soprattutto delle pelli e delle scarpe. E nell'epoca in cui la parola inglese "outlet" (evocativa di distese d'aziende nell'immaginario nazionale) si è diffusa a macchia d'olio per l'Italia tanto da soppiantare il termine "economico", l'essere al centro di un distretto calzaturiero ha fatto molto comodo.

Come si diceva, però, l'attrattiva della zona non si esaurisce qui. Lo dimostra la cittadina di **Monsummano** (che esiste sia nella versione "Alto" che nella versione "Terme") dove, oltre al castello discretamente conservato e alle grotte termali toccasana per l'antroterapia, si possono visitare il Museo di arte contemporanea e del Novecento e la casa di Giuseppe Giusti, un poeta che si battè strenuamente per l'Unità d'Italia. E sicuramente parlare di ciclismo nelle piazze e nei bar, visto che 9 su 10 frazioni del Comune (20mila abitanti in tutto) possiedono una propria squadra ciclistica (che a volte dà buoni frutti come il campione del mondo e *ct* della nazionale Paolo Bettini).

La gemella più famosa di Monsummano è **Montecatini**, dove la vocazione termale è esibita addirittura nel gonfalone, su cui si legge "salus", salute in latino (ciò nonostante, fu proprio qui che qualche anno fa Silvio Berlusconi svenne in pubblico, durante un convegno del *Circolo Giovanî*). Anche chi non ha bisogno di fanghi e inalazioni e si annoia a sguazzare e farsi massaggiare per ore, non dovrebbe perdersi una visita agli stabilimenti di questo angolo di provincia pistoiese: si parte dal Tettuccio, capolavoro liberty con saloni, corridoi e ampi spazi decorati da artisti del primo Novecento, si prosegue con il Regina, dove le acque termali lambiscono un portico monumentale e si arriva fino alle Tamerici, complesso di edifici di inizio secolo.

In fiore

Uscendo dai due centri principali della Val di Nievole, sono i borghi arroccati sulle montagne a catturare l'attenzione dei visitatori. Tra questi i più rinomati sono **Colle di Buggiano** e **Uzzano Castello**, dove il tenace campanilismo toscano ha dato prova di sé anche nel non lontano 1963, quando divergenze economiche e culturali – così si legge sui siti ufficiali – lo spinsero a separarsi dal Comune di Chiesina Uzzanese. Un torrente separa Uzzano da **Pescia**, stesso numero di abitanti degli altri centri della valle pistoiese ma diversa vocazione: qui l'economia è incentrata sui fiori. In un contesto altrimenti destinato a sonnacchiosa provincia, proprio a garofani e gerbere i pesciatini devono il via vai di "forestieri". E ad un certo Carlo Lorenzini che a **Collodi** (frazione di Pescia) scrisse un racconto di fama planetaria e ripagò il luogo facendone il proprio cognome.



Collodi (la frazione) vide bene di cavalcare l'onda del successo e nel 1956 dedicò un parco a **Pinocchio**, che adesso non è solo un tributo al burattino più famoso del

mondo, ma anche un centro culturale dove laboratori e spettacoli di burattini si alternano a mostre d'arte e illustrazione ispirate alla letteratura per ragazzi.

Seguir con gli occhi un airone...

Dopo bagni di terme e tuffi nell'infanzia, la natura più spettacolare potete andarla a cercare nella riserva naturale **Padule di Fucecchio**, la più grande palude interna d'Italia. Nonostante quest'area rivesta grande importanza per il sistema della fauna migratoria europea, nessun ministro dell'Ambiente ha pensato fosse necessario garantirle protezione nazionale e pertanto il Padule è diventato luogo d'interesse non solo per turisti, ma anche per molti cacciatori. Se appartenete alla prima schiera, qui potete percorrere itinerari di tipo naturalistico e storico-ambientale, scattare fotografie a 190 diverse specie di uccelli e scoprire l'esistenza di specie dai nomi fantasiosi come la sgarza ciuffetto e l'airone guardabuoi.

La carne tipica del luogo è meglio che la gustiate nei ristoranti della Val di Nievole dove tra i piatti più tipici c'è la **concia**, che rimanda a quando uccidere gli animali non era un hobby ma una necessità.

Anzi in questo caso i bovini venivano uccisi per una doppia funzione, una delle quali era la lavorazione delle pelli. Gli operai delle concerie le ripulivano in loco delle loro parti carnose, che le mogli cucinavano.

A distanza di qualche decennio, la fantasia in cucina continua ad animare gli abitanti della Val di Nievole. È nato da queste parti, infatti, il **social network** gastronomico www.cookooc.it, dove si crea un profilo per condividere le ricette con gli altri utenti (non solo italiani), si ricevono commenti e consigli sulle proprie, e si partecipa a concorsi di cucina online. **Facebook**, ormai, tra Montecatini e Fucecchio, è un trastullo démodé. ■



Speciale Capodanno per i soci in Toscana

> 2 notti, cenone e veglione incluso a partire da 190 euro;
> 3 notti, cenone e veglione incluso a partire da 215 euro.
> Grande veglione presso la **Fattoria Medicea** di Monsummano Terme.
Info: numero verde 800778114;
www.mondovivo.it

Pescia e Montecatini Terme.



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

32

Piombino (LI)

18 novembre

Alla presentazione del libro *La scoperta* di Monica Pacchini, il 18 novembre presso la libreria Coop di Piombino via Gori, sono intervenuti, oltre all'autrice, Cinzia Cioncoloni presidente dell'associazione *Sempre donna* e Anna Tempestini, assessore alle politiche sociali del Comune di Piombino.

Rosignano S. (LI)

25 e 26 novembre

Due appuntamenti con *Stop alla violenza contro le donne* a Rosignano Solvay: un seminario dedicato a Francesca Morvillo "Aspetti legislativi e giuridici della violenza di genere" (relatrice la senatrice Pd Silvia Della Monica) il 25 e il 26 una conferenza dibattito alla presenza di Elisabetta Baldi, vedova del giudice Antonio Caponnetto, sulla lotta contro la mafia e il disagio femminile in Sicilia.

Scarlino (GR)

27 e 28 novembre

La Sezione soci Colline Metallifere ha organizzato il 27 novembre presso il ristorante *La Maremma* in località Castellina a Scarlino Scalo un pranzo di solidarietà a sostegno del progetto *Buon Fine* e il 28, in collaborazione con l'*Auser* locale, l'incontro "Alimenta il tuo benessere con i corretti stili di vita" con Massimiliano Matteoni biologo nutrizionista e consulente di Unicoop Tirreno.

Portoferraio (LI)

1 dicembre

La compagnia teatrale *Capoliveri Caput Mundi* in collaborazione con la Sezione soci Elba porta in scena il 1 dicembre la commedia in 3 atti *La*

Fortuna si diverte per la regia di Franca Canovaro. L'incasso sarà devoluto al *Progetto Migranti* Poliambulatorio di Palermo di *Emergency*, presente nel catalogo soci.

Monticiano (SI)

2 dicembre

Fantasia di pizze venerdì 2 dicembre alle ore 19,30 presso la pizzeria osteria *Il Borgo* a Monticiano, con il patrocinio del Comune. Il ricavato della cena sarà devoluto al progetto *Cuore di Coop* di Unicoop Tirreno e *Fondazione Avsi* per il sostegno a distanza.

Massa

3 dicembre

Presidio dei soci con rinfresco al punto vendita di Massa il 3 dicembre per la distribuzione del materiale informativo sul progetto *Ausilio*.

Monte Argentario (GR)

4 dicembre

Il 4 dicembre il Comitato soci di Porto Santo Stefano (Sezione Costa d'Argento) organizza in collaborazione con la trattoria pizzeria *La Rosa* in località Pozzarello, un pranzo di solidarietà per raccogliere fondi a sostegno del *Progetto Migranti* Poliambulatorio di Palermo di *Emergency*.

Ribolla (GR)

10 dicembre

La Sezione soci Est Maremma e l'*Associazione Italiana Celiachia Toscana Onlus* organizzano per il 10 dicembre alle ore 9 presso l'ex cinema *Mori* a Ribolla un convegno medico scientifico sulla celiachia.

Sant'Oreste (RM)

24 dicembre

La mattina del 24 dicembre il Comitato soci di Sant'Oreste (Sezione Agro Falisco) offre ai soci e consumatori una colazione di augurio presso il punto vendita cittadino.

La scoperta del male

La scoperta di Monica Pacchini è la scoperta di un tumore. Come in un diario, l'autrice racconta in prima persona la malattia che a un certo punto della sua vita, la colpisce al seno. E offre agli altri il suo esempio di esistenza passata dalla paura di non farcela alla sospensione tra diagnosi e cure fino a "una nuova me" che trova il coraggio di lottare e "il vero valore delle cose e delle persone". Di questo libro, edito da La Banca di Piombino e finanziato da Unicoop Tirreno, sono in corso



presentazioni a cura delle Sezioni soci della Cooperativa che di volta in volta individuano associazioni o strutture sanitarie ospedaliere del territorio impegnate nella prevenzione e cura dei tumori, cui devolvere il ricavato della vendita del libro, che è a offerta; grazie all'intervento di 200 persone alla prima presentazione, al Teatro L'Ordigno di Vada, sono stati raccolti 1.700 euro a favore del Day Hospital di Cecina. Dopo le presentazioni di Vada e Piombino l'autrice, pedagoga di Rosignano e consigliere di amministrazione della Cooperativa, presenterà il suo libro a Cecina e Viareggio.



SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



**CAPODANNO
SPECIALE PER I SOCI
IN TOSCANA**
Tante proposte per te,
da € 190,00
(2 notti in appartamento
solo soggiorno per min. 4 pp)
a € 375,00
(3 notti in hotel 4* in mezza pensione).
INCLUSO
GENONE E VEGLIONE PRESSO
LA FATTORIA MEDICEA DI MONSUMMANO TERME.

VIAGGIA INSIEME A NOI VERSO IL NUOVO ANNO

LE CAPITALI EUROPEE

(4 giorni/3 notti) volo da Roma A/R;
soggiorno in hotel indicato o similare in BB;
tasse e assicurazione inclusi;
prezzi a persona in camera doppia:

LISBONA Hotel MIRAPARQUE 3* o similare
Euro 266,00

partenze: 26 gennaio; 9, 10, 11, 23 febbraio; 1, 2, 8, 9,
17 e 23 marzo

PRAGA Hotel FORTUNA WEST 3* o similare
Euro 238,00

partenze: 26 gennaio; 9, 23 febbraio; 1, 8, 9, 15, 16, 22 e 23
marzo

AMSTERDAM Hotel NOVOTEL AMSTERDAM
CITY 4* o similare - **Euro 342,00**

partenze: 1 e 15 marzo

VIENNA Hotel AIRO TOWER 3* o similare
Euro 245,00

partenze: 15 marzo

BARCELLONA Hotel RIALTO 3* o similare
Euro 266,00

partenze: 8 e 22 marzo

PARIGI Hotel APOLLO OPERA 3* o similare
Euro 312,00

partenze: 27 gennaio; 17 febbraio; 9 e 23 marzo

MALTA Hotel NEW TOWER PALACE 3*
o similare - **Euro 241,00**

partenze: 11 e 23 febbraio; 8, 15, 22 e 29 marzo

SHARM.. L'ESTATE TUTTO L'ANNO

7 notti in Hotel 5* in soft all inclusive;
partenze da Napoli/Bologna e Fiumicino
(da Pisa con supplemento)

14 GENNAIO PREZZO PER I SOCI COOP
Euro 565,00 (da catalogo euro 659,00)

4 FEBBRAIO PREZZO PER I SOCI COOP
Euro 610,00 (da catalogo euro 709,00)

Prezzi e dettagli su www.mondovivo.it - numero verde **800 778114**



in collaborazione
con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

VIAGGIA INSIEME A NOI VERSO IL NUOVO ANNO

PROPOSTE DI VIAGGIO PER IL 2012

CROCIERE MSC

tanti itinerari con partenze da vari porti
DA APRILE A OTTOBRE 2012



CROCIERE ROYAL CARIBBEAN

tanti itinerari con partenze da vari porti
DA GIUGNO A OTTOBRE 2012



CROCIERE COSTA

tanti itinerari con partenze da vari porti
DA APRILE A OTTOBRE 2012



Prezzi e dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione
con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



Unicoop Tirreno

VIAGGIA INSIEME A NOI VERSO IL NUOVO ANNO

PROPOSTE DI VIAGGIO PER IL 2012

CROCIERA FLUVIALE SUL RENO

LUGLIO 2012

SOGGIORNI AL MARE IN SPLENDIDI VILLAGGI da 4 a 5 stelle
(Basilicata, Sardegna, Toscana, Puglia, Calabria, Abruzzo, Sicilia)

COUNTRY BREAK E WEEKEND BENESSERE... TEMPO DI RELAX

Pacchetti con date libere nelle strutture:

Fattoria degli Usignoli (Toscana) - Relais Corte di Bettona (Umbria) - Borgo di
Colleoli (Toscana) - Hotel Squarciarelli (Lazio) - Hotel Hermitage (Ischia)

TOUR CUBA

MAGGIO 2012

Prezzi e dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione
con





SCONTI RISERVATI
AI SOCI
UNICOOP TIRRENO



TUTTO IN UN GIORNO 2012

GITE DI 1 GIORNO CON PRANZO INCLUSO

Mondovivo presenta la 1° serie di percorsi volti alla valorizzare dei patrimoni locali, che coinvolgeranno per una giornata intera i soci di Unicoop Tirreno alla scoperta dei luoghi di produzione delle eccellenze gastronomiche, artistiche e culturali, veri e propri tesori da scoprire e gustare in compagnia nel corso del 2012.

PARCO ARCHEOLOGICO DELL'ANTICA CONZA

e Sorgenti del fiume Sele (Avellino)

SU & GIÙ PER ROMA

con visita ai musei Vaticani e Cappella Sistina

FALANGHINA DAY

alla scoperta dell'antico vitigno apprezzato da Sanniti e Romani

BUFFALO TOUR

visita agli allevamenti di bufale dove impareremo le tecniche di lavorazione del latte per la produzione della mozzarella di bufala campana

UN MARE DI MINICROCIERE

un ricco programma di minicrociere da gustare in uno o più giorni da aprile 2012 alla scoperta del mare e delle isole tirreniche

CANTUCCINO DAY

qualità e legame con il territorio: scopriamo insieme ai produttori la vera ricetta del cantuccio toscano alle mandorle

WINE TOUR FRASCATI

nel cuore dei castelli romani tra arte natura storia ed enogastronomia

BELLA LIVORNO

storia e tradizione cosmopolita, tramonti fiammeggianti e aria profumata, tradizioni gastronomiche e vernacolo... tutto parla di Livorno e del mare.

Prezzi e dettagli su www.mondovivo.it - numero verde 800 778114



in collaborazione
con



LE MOSTRE

Roma al tempo di Caravaggio

Fino al 5 febbraio.

Roma, Palazzo Venezia.

Biglietti 10 euro, 7 ridotto per i soci Unicoop Tirreno.

In mostra da Annibale Carracci a Guido Reni, da Artemisia Gentileschi a Rubens.

Info 0669994388, 0669994284-5

WILDT L'anima e le forme tra Michelangelo e Klimt

28 gennaio - 17 giugno.

Forlì, Musei San Domenico.

Sconto soci Coop 7 euro (anziché 10).

Info www.mostrawildt.it, www.civita.it

I CORSI

Università Popolare di Roma

v. Quattro Novembre 157



Presentando la carta SocioCoop al momento 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 2011-2012 compresi i corsi estivi.

Info info@upter.it - www.upter.it

tel. 066920431; per ulteriori informazioni i soci possono contattare Cristina Pani 0669204362, cristina.pani@upter.it

"BELLA LIVORNO"

> **Aspettando il Natale al Museo di Storia naturale**

15 dicembre, ore 16 presso il Museo di Storia Naturale del Mediterraneo, via Roma.

Laboratorio per grandi e piccini di addobbi natalizi a tema naturalistico. Durata 2 ore/prenotazione obbligatoria 2 giorni prima. Costo 8 euro, soci Coop 6.

> **Arriva Babbo Natale sul battello**

18 dicembre ore 16 imbarco con babbo Natale dalla Fortezza Vecchia, gita lungo i fossi e sbarco in cantina, degustazione del ponce livornese.

Durata 1 ora/prenotazione obbligatoria 2 giorni prima.

Costo 8 euro, soci Coop 6.

In collaborazione con Coop Itinera "progetti e ricerche".

Info e prenotazione obbligatoria: segreteria Itinera Eventi 3487382094; www.itinera.info.

LO SPORT

Centro sportivo Avellino

Palestra

> **Abbonamento trimestrale** 85 euro anziché 110;

> **Pacchetto 10 ingressi** 35 euro anziché 40.

Piscina

> **Abbonamenti:** mensile 48 euro anziché 55 (quota iscrizione 35); **trimestrale** 110 anziché 135;

> **Pacchetto 10 ingressi** mattina: 42 anziché 45; sera: 55 euro anziché 60.

Iscrizione 25 euro invece di 35.

Campi estivi per bambini e ragazzi sconto del 10%.

Offerte valide fino al 31 agosto per i titolari carta SocioCoop.

Info 082536488; www.centrosportivo-avellino.it.



Al castello

Domenica 8 gennaio inaugura al Castello Pasquini di Castiglione (LI) la nuova stagione teatrale di *Armunia* in collaborazione con *Fondazione Toscana Spettacolo*.

Dopo il primo appuntamento con *Dura crosta*, parabola sul pane della compagnia "Ca' luogo d'arte", il cartellone alterna ogni settimana un percorso per adulti (il venerdì alle 21,15) e uno per ragazzi (la domenica alle 16,15). Alla fine di ogni spettacolo il dopo-teatro con degustazioni dei prodotti delle aziende locali e merende a marchio *ViviVerde*. Tra i temi dominanti nella stagione del teatro per i ragazzi le problematiche ambientali e le buone pratiche quotidiane: ogni bambino che porterà in biglietteria 10 bottiglie di plastica da riciclare avrà diritto a uno sconto di 2 euro sul biglietto e a piccoli gadget offerti da Rosignano Energia Ambiente.

Biglietto 10 euro, soci Coop 8; abbonamento a 6 spettacoli 50 euro, soci Coop 40; abbonamento a 6 spettacoli bambini unico 25.

Info tel. 0586754202-759021, www.armunia.eu



GLI SPETTACOLI

Tra gli spettacoli in vendita presso le biglietterie Box Office nei punti vendita di Livorno via Settembrini e IperCoop, Viareggio, Avenza, Rosignano, Cecina, Follonica via Chirici proponiamo:

Litfiba 2 marzo Nelson Mandela Forum Firenze

Massimo Ranieri 14 aprile Teatro Moderno Grosseto

Pino Daniele 19 aprile Teatro Verdi Firenze

Antonello Venditti 23 aprile Nelson Mandela Forum Firenze

Tiziano Ferro 25 aprile Nelson Mandela Forum Firenze



PORTA SEMPRE CON TE LA CARTA SOCIO COOP

I TEATRI

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.

38

Teatro Goldoni Livorno

> 3 dicembre

VIII edizione **Livorno Gospel festival**

Direzione artistica Luca Del Tongo.

> 7 dicembre

...il **bianco manto di Isabeau** I cento anni di Isabeau e il repertorio sinfonico e corale di Pietro Mascagni nell'anniversario della nascita. Solisti del Cantiere Lirico Fondazione Goldoni, Coro Around Mascagni (M. Maurizio Preziosi), Orchestra Laboratorio Strumentale Fondazione Goldoni (Dir. Mario Menicagli).

> 8 dicembre

Spellbound Dance Company **Le relazioni pericolose**, regia e coreografia Mauro Astolfi.

> 13-14 dicembre

La donna di garbo di Carlo Goldoni, regia Emanuele Barresi, con Marco Messeri e Deborah Caprioglio.

> 17 dicembre

The Joyful Gospel Ensemble **Buon Natale, Livorno**, Orchestra Note Libere, Direzione artistica Riccardo Pagni.

> 19 dicembre

Gospel and spiritual Concerto Natale The Sue Conway Victory Singers, Herald Vincent Johnson jr. direttore, Orchestra della Toscana.

> 20-21 dicembre

Padrona padrone della mia passione di William Shakespeare, con Anna Galiena, regia Marco Rampoldi.

> 26 dicembre (fuori abb.)

La mutua di Gino Lena, regia Marcello Marziali.

> 5 gennaio

Giselle balletto, musiche Adolf Adam, coreografia Jean Coralli.

> 7 gennaio

Daniel Kawka direttore, Patricia Kopatchinskaja violino, Orchestra della Toscana, musiche di L. v. Beethoven, P. I. Ciaikovskij e J. Brahms.

> 10-11 gennaio

Il mercante di Venezia di William Shakespeare, di e con Andrea Buscemi, e con Eva Robin's.

Goldonetta Livorno

> 15 dicembre - Chiesa di S. Caterina **Concerto di Natale** Coro voci bianche e Giovanile della Fondazione Goldoni.

> 16 dicembre

Good morning beetle, ispirato a Le

metamorfosi di Kafka, regia Marco Bruciati, con Debora Di Girolamo.

> 12 gennaio

Tango story Luis Bacalov pianoforte.

> 15 gennaio

Kurt's journey con Niki Mazziotta cantante-attrice, Anna Cognetta pianoforte, Dimitri Grechi Espinoza sax, Massimo Signorini fisarmonica.

> 20 gennaio

Andrea Celeste Quartet Andrea Celeste vocalist, Alessandro Collina pianoforte, Riccardo Barbera contrabbasso, Andrea Marchesini batteria.

Teatro Cral Eni Livorno

> 22 dicembre

Walter Mammarella e Fabrizio Prestipino **Vento dell'Est**. Musiche di J. Brahms, F. Liszt, A. Dvorák, M. Moszkowski.

Info 0586401308

> 14-15 gennaio

La Traviata di Giuseppe Verdi, selezione dell'opera narrata in forma scenica, regia Didier Pieri.

Info 0586893247.

www.cralenilivorno.it

Teatro Comunale dei Concordi

Campiglia Marittima (LI)

> 16 dicembre

Tocnadanza Compagnia **Made in Italy I soliti ignoti**, coreografia e regia Michela Barasciutti.

> venerdì 13 gennaio

Idoli "se ti addormenti sotto alla neve non la senti la morte che arriva...", di e con Gabriele Di Luca.

Info 0565837028

www.teatrodellaglio.org

Teatro Moderno Grosseto

> 9 dicembre

L'astice al veleno di e con Vincenzo Salemme.

> 15 gennaio

Servo di scena di Ronald Harwood, regia Franco Branciaroli.

Info 056422429

www.teatromodernogrosseto.it

Teatro degli Industri Grosseto

> 3 dicembre

Sarabanda di Ingmar Bergman, regia Massimo Luconi, con Giuliana Lojodice, Massimo De Francovich.

> 20 dicembre

I cavalieri da Aristofane, di e con Mario Perrotta.

> 13 gennaio

Giselle di Adolphe Adam regia e coreografie Enzo Celli.

> 24 gennaio

Appassionatamente drammaturgia



ELENA TORRE



LEVI JACOMANNI



Maurizio Lupinelli e Eugenio Sideri.

Info 056421151

www.gol.grosseto.it/industri

Teatro dell'Opera Roma

> Fino al 11 dicembre

Macbeth di G. Verdi, direttore Riccardo Muti, maestro del coro Roberto Gabbiani, Orchestra e coro del Teatro dell'Opera.

> Dal 20 al 30 dicembre

Lo schiaccianoci balletto, musica di P. I. Ciaikovskij, direttore Nir Kabaretti, coreografia Slawa Muchamedow.

> Dal 18 al 24 gennaio

Candide opera comica di Leonard Bernstein, direttore Wayne Marshall, maestro del coro Roberto Gabbiani, Orchestra e Coro del Teatro dell'Opera.

Teatro Ambra Jovinelli Roma

> Fino al 4 dicembre

Rocco Papaleo **Una piccola impresa meridionale**, regia Valter Lupo.

> dal 8 al 18 dicembre

Facciamo 31! con La Premiata Ditta

> dal 26 dicembre al 18 gennaio

A che servono questi quattrini? con Luigi De Filippo.

> 9 gennaio

Alessandro Haber in concerto.

> dal 19 al 29 gennaio

Compagnia Totò, regia Giancarlo Sepe, con Francesco Paolantoni e Giovanni Esposito.

Info www.ambrajovinelli.org

info@ambrajovinelli.org

Teatro Eliseo Roma

> Fino al 18 dicembre

Natale in casa Cupiello di Eduardo De Filippo, regia Nello Mascia, con Gino Monteleone, Roberto Giordano.

> Dal 20 dicembre al 15 gennaio

Alessio Boni, Alessandro Haber, Giorgio Alberti **Art**, di Yasmina Reza, regia Giampiero Solari.

> Dal 17 al 29 gennaio

Sebastiano Lo Monaco, Marina Biondi **Il berretto a sonagli** di L. Pirandello, regia Mauro Bolognini.

Teatro Piccolo Eliseo Roma

> Fino al 4 dicembre

Silvio Orlando **Il nipote di Rameau** di Denis Diderot.

> Dal 6 al 18 dicembre

Il ritorno di Sergio Pierattini, progetto e regia Veronica Cruciani.

> Dal 10 al 15 gennaio

Macbeth night da William Shakespeare, regia Simona Gonella.

> Dal 17 al 22 gennaio

Il paradosso del poliziotto e Tex Wil-



ANDREAS PRAEFCKE



ELENA TORRE

ler di Gianrico Carofiglio, adattamento e regia Teresa Ludovico.

Info 0648872222-064882114

info@teatroeliseo.it

www.teatroeliseo.it

Teatro Quirino Roma

> Fino al 4 dicembre

Filippo Timi **Favola - C'era una volta una bambina, e dico c'era perché ora non c'è più.**

> Dal 6 al 18 dicembre

Vanessa Gravina, Edoardo Siravo **La bisbetica domata** di William Shakespeare, adattamento e regia Armando Pugliese. Musiche Goran Bregovic.

> Dal 26 dicembre al 8 gennaio

Le bugie hanno le gambe lunghe di Eduardo De Filippo con Luca De Filippo.

> Dal 10 al 29 gennaio

Giuliana De Sio **La lampadina galleggiante** di Woody Allen, regia Armando Pugliese.

Info 066794585, 800013616

Teatro Sala Umberto Roma

> Fino al 18 dicembre

Paolo Poli **Il mare** da Anna Maria Ortese.

> dal 27 dicembre al 22 gennaio

Napoletani a Broadway di e con Carlo Buccirosso, coreografie Fabrizio Angelini.

Info 066794753-97274066

www.salaumberto.com

Teatro Vittoria Roma

> Fino al 4 dicembre

Oh Dio mio! di Anat Gov con Viviana Toniolo e Vittorio Taviani, regia Nicola Pistoia.

> Dal 6 al 18 dicembre

Giorgio Tirabassi **Salvatore e Nicola** di Ascanio Celestini.

> Dal 20 dicembre al 8 gennaio

Paolo Triestino e Nicola Pistoia **Grisù, Giuseppe e Maria** di Gianni Clemente, regia Nicola Pistoia.

> Dal 10 al 29 gennaio

Povera gente con Paolo Rossi, Carolina De La Calle Casanova.

Info ufficio promozione, 065781960 int. 3, promozione@teatrovittoria.it

Info 065740170-598

info@teatrovittoria.it

www.teatrovittoria.it

Teatro delle Marionette degli Accettella c/o Teatro Mongiovino Roma

> 3-4 dicembre

La regina delle nevi (5-9 anni)

> 8-22 dicembre

La magica notte di Lilli la gatta e



Gino il topolino (5-9 anni)

> 25, 26, 31 dicembre, 1 gennaio

Ho scelto la magia (per tutti)

> 4-6 gennaio

Missione befana! (per tutti)

> 7-8 gennaio

Varietà prestige (per tutti)

> 12-25 gennaio

Storie d'acqua (4-8 anni)

Info tel. 0687189984 (lun-ven 9-17);

www.accettellateatro.it

Teatro Aurora Velletri

> 4 dicembre

L'uomo dal fiore in bocca... e altri fiori da Luigi Pirandello.

> 15 gennaio

Un mondo di carta di Enzo Ardone.

Info 3392335488; prenotazioni e vendite Il Biglietto 0696142750

Teatro Bellini Napoli

> Dal 2 al 4 dicembre

Ascanio Celestini **Pro Patria**.

> Dal 6 al 11 dicembre

Giselle balletto, musiche Adolphe Adam, coreografie Coralli.

> Dal 13 al 18 dicembre

L'arca di Giada musical in 3D, coreografie Kristian Cellini, musiche e regia Tony Verde.

> Dal 25 dicembre al 15 gennaio

C'era una volta... un jeans e una maglietta di e con Nino D'Angelo.

> Dal 17 al 22 gennaio

Filippo Timi **Favola-C'era una volta una bambina, e dico c'era perché ora non c'è più.**

Teatro Piccolo Bellini Napoli

> Dal 25 dicembre

Nel nome di Ciccio con I Virtuosi di San Martino.

> Dal 10 al 22 gennaio

La Repubblica di Salotto con I Virtuosi di San Martino.

Info 0815499688-5491266, www.teatrobellini.it (tariffe soci Coop alla voce Cral, giovani, anziani).

Teatro San Carlo Napoli

> 3-4 dicembre

Jennifer Frautschi violino, direttore James Conlon, Orchestra del Teatro di San Carlo. Musiche di Barber, Cajkovskij.

> Dal 6 al 16 dicembre Teatrino di Corte di Palazzo Reale

Il marito disperato di Domenico Cimmarosa, direttore Christophe Rousset, Orchestra del Teatro di San Carlo, regia Paolo Rossi.

> Dal 17 al 20 dicembre

Messa di requiem di Giuseppe Verdi, direttore Riccardo Muti, maestro del coro Salvatore Caputo, Orchestra e

Coro del Teatro di San Carlo.

> Dal 10 al 15 gennaio

The Gershwins' Porgy and Bess direttore William Barkhymer, regia Baa-york Lee e Larry Marshall, Compagnia New York Harlem Theatre, Orchestra del Teatro di San Carlo.

> Dal 17 al 21 gennaio

L'opera da tre soldi di Bertolt Brecht e Kurt Weill, con Massimo Ranieri, Gaia Aprea e la partecipazione di Lina Sastri, regia Luca De Fusco, Orchestra del Teatro di San Carlo, direttore Francesco Lanzillotta.

> Dal 20 al 29 gennaio Teatrino di Corte di Palazzo Reale

Without words musica F. Schubert, **Francesca da Rimini** di Cajkovskij, coreografie Nacho Duato; Alessandra Panzavolta.

> 22-23 gennaio

Evelyn Glennie percussioni, Eduard Zilberkant direttore, maestro del coro Salvatore Caputo, Orchestra e Coro del Teatro di San Carlo. Musiche di Millan, Villa-Lobos.

Info 0817972468

promozionepubblico@teatrosancarlo.it

Galleria Toledo Napoli

> Dal 1 al 4 dicembre

Il viaggio i padri e l'appartenenza di e con Peppe Voltarelli.

> Dal 12 al 18 dicembre

Riccardo III da William Shakespeare, drammaturgia e regia Laura Angiulli.

> Dal 20 dicembre al 5 gennaio

Gran galà, Tra burlesque e Draw Queen...

> Dal 6 al 8 gennaio

Unghie, di Marco Calvani (regia) e Marco Marra, con Monica Scattino.

> Dal 10 al 15 gennaio

Paloma negra, regia e coreografia Federica Musella.

> Dal 17 al 22 gennaio

Radio Argo, testo Igor Esposito, regia e interpretazione Peppino Mazzotta.

Info 0815646162

Teatro d'Europa Cesinali (AV)

> 10, 11 e 18 dicembre

Soldi da ridere di Ray Cooney, regia Luigi Frasca.

> 6, 13, 20, 27 gennaio

Quel raggio di luna di E. Carsana, regia Luigi Frasca.

> 21, 22 e 29 gennaio

La cena dei cretini, da Francis Veber, regia Francesco Scotto.

Info 0825666323

info@teatroeuropa.it

www.teatroeuropa.com



MARTIA LUIGI NAPP





Massima

efficienza

Come si fa a utilizzare l'energia nel modo migliore? In altre parole: che cos'è davvero l'efficienza energetica? E quali benefici può apportare ai cittadini in termini di risparmio e alle imprese di maggiore competitività? Dai piani dell'Unione Europea alle scelte di ciascun cittadino.

■ Miriam Spalatro

In fisica e in ingegneria l'efficienza energetica esprime un numero compreso tra 0 e 1 – spesso usato anche in termini percentuali – che indica il rapporto tra lavoro e quantità d'energia necessaria a compiere il lavoro stesso. Ma, in senso più ampio, rappresenta la capacità di noi tutti di utilizzare l'energia nel modo migliore. Capacità che, di fatto, è nelle mani di ciascun consumatore finale.

Sin da quando è emersa l'esigenza di limitare le emissioni di CO₂, il settore energetico ha individuato nelle energie rinnovabili e nell'efficienza energetica le principali risposte per combattere il problema delle emissioni climalteranti.

Rosa dei venti

Le energie rinnovabili, grazie ai rilevanti incentivi su cui possono contare, vivono già da alcuni anni una fase di grande espansione. Il fotovoltaico in particolare, ha conosciuto crescita spesso a 2 zeri, e questo nonostante la crisi economica che grava su gran parte dei settori



produttivi. Il comparto dell'efficienza energetica, invece, è rimasto sicuramente un po' più in ombra. Non a caso l'Unione Europea ha dichiarato che siamo molto indietro rispetto all'obiettivo di riduzione dei consumi di energia stabiliti dal "Pacchetto 20-20-20" con cui l'Europa si è imposta, rispetto ai livelli del 1990, di ridurre le emissioni di gas serra, migliorare l'efficienza energetica e aumentare il consumo di energia da fonti rinnovabili.

Dario Di Santo, direttore di *Fire* (Federazione Italiana per l'uso Razionale dell'Energia), associazione che promuove in Italia l'efficienza

energetica, indica quali sono le ragioni per cui dovremmo essere tutti interessati a perseguire l'efficienza. «Ci sono essenzialmente tre motivi fondamentali. Il primo è che l'efficienza energetica fa bene al Paese nel suo complesso – spiega Di Santo –. Riducendo i consumi di energia, infatti, si riducono le emissioni di CO₂ e la dipendenza dall'estero nell'importazione di fonti energetiche. Inoltre in Italia c'è una forte industria legata all'efficienza, quindi si creano anche opportunità di sviluppo e occupazione. Il secondo motivo è perché si risparmia. Infine con l'efficienza energetica si possono anticipare possibili rischi. In futuro, infatti, i prezzi dell'energia tenderanno a crescere mentre i salari tenderanno a scendere. Tutto questo ridurrà il nostro potere d'acquisto. Per questo è conveniente evitare che una buona fetta del nostro reddito finisca nelle spese energetiche. E quando dico spese energetiche, mi riferisco al riscaldamento, alla climatizzazione e all'illuminazione, tutti comfort a cui è difficile pensare di rinunciare».

In Italia, però, a guardare i dati forniti dal Governo, la situazione sembrerebbe buona. Il nuovo "Piano Ambientale per l'Efficienza Energetica", trasmesso alla Commissione Europea la scorsa estate, parla di un risparmio ottenuto nel periodo 2007-2010 di 48 GWh; superiore all'obiettivo di 36 GWh fissato dal precedente Piano. Per il conseguimento del risultato globale è andato molto bene il settore residenziale, mentre l'industria e il terziario rappresentano aree di miglioramento. Analizzando il dato residenziale, poi, scopriamo che questo risulta buono grazie alle detrazioni fiscali del 55 per cento per l'efficienza energetica in edilizia – incentivo, lo ricordiamo, ancora in vigore sino a tutto il 2011 – e al contributo della sostituzione delle lampade a incandescenza con quelle fluorescenti.

Il miglio verde

«C'è attenzione a incentivare con denaro la diffusione delle tecnologie – afferma **Andrea Molocchi**, responsabile ufficio studi *Amici della Terra* –. Invece non ci sono soldi per un'informazione che accompagni "l'ultimo

miglio”, ossia l’effettiva installazione delle tecnologie presso gli utenti finali, ma anche presso i progettisti e gli installatori. Formazione e informazione sulle tecnologie è quello che manca, ed è questo che penalizza un po’ tutto il settore. Basterebbe a volte solo formare senza offrire denaro. Ci sono tecnologie interessanti con prestazioni poco note che sarebbe conveniente installare anche senza incentivi, valga per tutti l’esempio delle pompe di calore».

Quali sono dunque le scelte virtuose che i cittadini consumatori possono oggi realizzare sul fronte dell’efficienza energetica? «Primo aspetto da analizzare – suggerisce Di Santo – è individuare le voci di spesa per l’energia più cospicue. Oggi le due spese principali per le famiglie sono date dalle automobili e dal riscaldamento. Se, ad esempio, ho l’esigenza di acquistare un’automobile nuova e il modello di cui dispongo percorre in media 15 km con un litro di carburante, acquistando un modello più efficiente, che ne faccia 20 di km, avrei un risparmio di circa 500 euro annui secondo una stima costruita in base ai prezzi attuali dei carburanti e a una percorrenza media di 15mila km l’anno. La scelta, poi, sul fronte informativo è agevolata dalle etichette energetiche presenti anche per le auto o attingendo i dati dalle riviste specializzate». E aggiunge: «anche per il riscaldamento esistono una serie di soluzioni molto efficienti che possono venirci in aiuto come le caldaie a condensazione, le pompe di calore, i sistemi di cogenerazione. Importante, però, per una migliore comprensione dell’intervento, è acquisire più offerte presso più installatori o venditori in modo da poter fare un confronto».

Calo d’energia

Ma il concetto di efficienza energetica, grazie al risparmio nei consumi che genera, è spinto anche oltre il suo senso letterale tanto da essere identificato spesso come una vera e propria fonte energetica virtuale d’approvvigionamento. Questo perché ogni singola unità di energia non consumata riduce, di fatto, l’utilizzo di fonti d’energia tradizionali quali gas, petrolio, carbone e migliora il contributo di ciascuna fonte nel

In piena autonomia

Dall’efficienza all’autonomia. La politica delle cooperative nel settore energetico.

«La nostra strategia ha un titolo e questo titolo è “autonomia energetica”». **Vanni Rinaldi**, responsabile nazionale del settore energia di *Legacoop*, illustra la politica delle cooperative italiane nel settore energetico. Strategia molto ambiziosa che punta anche, ma non solo, al vantaggio ottenibile dall’efficienza energetica. «Stiamo vivendo una crisi mai vista negli ultimi 50 anni e un solo elemento ci parla della transizione che è in corso nel settore dell’energia “le due G” – spiega Rinaldi –, ossia l’uscita dal nucleare della Germania (ma anche della Svizzera) e il tragico evento di Fukushima in Giappone. Bisogna transitare da un modello centralizzato dell’energia, com’è quello fossile, verso un modello decentrato, e questo vale sia per le imprese sia per i consumatori». Il passaggio, secondo Rinaldi, può realizzarsi grazie a tre leve.

«Ottenere energia al minor prezzo possibile, mettere in atto atteggiamenti di efficienza e risparmio per abbassare i consumi, introdurre la produzione d’energia da fonte rinnovabile. Questo permetterebbe a imprese e consumatori di raggiungere nel tempo un bilancio energetico nullo in cui, al limite, l’autoproduzione potrebbe anche superare il proprio consumo». In una situazione economica come quella attuale, in cui la crisi incalza e il mercato energetico è fortemente sbilanciato sul lato dell’offerta, «è indispensabile puntare sull’aggregazione – rileva Rinaldi – aggregando la domanda d’energia dei consumatori finali, ma anche proponendosi in forma aggregata nelle scelte di autoproduzione, di efficienza e di risparmio

anche perché senza questo riequilibrio dal lato della domanda il consumatore, da solo, nel mercato dell’energia non conterebbe nulla. Nel settore dell’efficienza energetica – prosegue Rinaldi – gli interventi sono più convenienti se fatti insieme ad altri consumatori. Se, ad esempio, devo rifare la facciata della mia abitazione, sarà più conveniente farlo come condominio che come singolo inquilino e, se il singolo non arriva ad aggregarsi, allora entra in gioco la tecnologia. L’*Autorità Garante* inglese, infatti, a tale riguardo ha sperimentato alcuni modelli di frigoriferi che nelle ore di maggior richiesta d’energia staccano il motore per un tempo stabilito senza compromettere la funzionalità del sistema. Questa soluzione tecnologica, se applicata in tutte le case degli inglesi, sarebbe in grado da sola di generare un risparmio pari a 280 milioni di sterline l’anno. Cifra sicuramente rilevante».



mix energetico nazionale, riducendolo. L'obiettivo di riduzione dei consumi fissato nel Piano d'Azione italiano per l'Efficienza Energetica 2011 è stimato nella misura del 9,6 per cento al 2016 (126.540 GWh/anno): valore rilevante in un paese come l'Italia in cui la principale problematica energetica è proprio la forte dipendenza dall'estero. Tuttavia oggi l'efficienza energetica ha un motivo in più per essere chiamata in causa. Dopo Fukushima, molte scelte energetiche sono state riviste e riformulate. Il ricorso all'atomo, ad esempio, avrebbe dovuto contribuire anche in Italia a coprire circa il 20 per cento del fabbisogno energetico nazionale. Ebbene, il ricorso all'efficienza energetica, se adeguatamen-

le scelte riguardanti l'abbigliamento. Anche in questo settore, infatti, le politiche statali sono riuscite a sollecitare la proposta di prodotti innovativi.

In potenza

Un esempio per tutti è fornito dalla tecnologia *Dry Function*, applicata a tessuti tecnologicamente avanzati per repellere il sudore. Tale tecnologia è assolutamente in linea con le politiche governative finalizzate a ottenere un risparmio energetico limitando l'uso degli impianti di condizionamento in estate, poiché la campagna governativa giapponese spingeva la popolazione a indossare abiti leggeri, polo e t-shirt al posto della tradizionale giacca e cravatta, in modo da poter mantenere la

temperatura degli uffici intorno ai 28 gradi. Allora cosa ferma il nostro percorso virtuoso per il conseguimento dell'efficienza nei consumi d'energia? Perché si è facilmente disposti a ricorrere a un finanziamento per acquistare dispositivi elettronici, come uno *smartphone* o un televisore al *led*, e invece non si guarda con attenzione alle tecnologie per l'efficienza? Una ragione è che l'efficienza energetica non è, di per sé, un prodotto ben definito. È più complicata da comprendere perché fatta d'interventi diversi, da dimensio-

Un'efficiente organizzazione

L'esempio virtuoso della Danimarca.

Ci sono stati che su certi temi, come l'attenzione all'ambiente e al risparmio energetico, hanno imparato a giocare d'anticipo, tanto da coinvolgere buona parte dell'industria nazionale. Un valido esempio è la Danimarca. Questo piccolo paese dal 1980 a oggi ha saputo duplicare il *pil* tenendo, però, invariato il consumo di energia e riducendo, tra l'altro, di circa il 20 per cento le emissioni di CO₂. Certo, la Danimarca vanta un reddito pro-capite tra i più alti d'Europa e conta appena 5,5 milioni di abitanti, ma ha comunque puntato con decisione sullo sviluppo delle tecnologie pulite. Tecnologie che nel 2008 valevano ben il 10 per cento delle sue esportazioni totali e che, nello stesso anno, hanno conosciuto una crescita quattro volte superiore rispetto alle restanti voci di *export*. Tanto che, in occasione del vertice di Copenaghen sui cambiamenti climatici del 2009, la Danimarca ha potuto presentarsi al mondo come la nazione d'Europa più efficiente da un punto di vista energetico.

te sovvenzionato, può generare una riduzione globale del fabbisogno di energia pari a quello che si progettava di coprire con l'atomo. Il Giappone, ad esempio, ha provveduto alla chiusura di 35 reattori nucleari sui 54 esistenti. Questa scelta ha provocato una riduzione nella produzione di energia pari al 30 per cento e, per evitare il più possibile il rischio di blackout, tutta la popolazione è stata spinta a rivolgere maggiore attenzione alle proprie abitudini di consumo. Sono stati promossi sacrifici per il risparmio energetico, ma anche l'utilizzo di apparecchiature più efficienti, sino a toccare addirittura

spesso con l'aiuto di tecnici o installatori. E poi perché mancano oggi strumenti finanziari specifici a suo supporto, mentre altri sistemi come il fotovoltaico hanno un sostegno bancario fatto di prodotti già standardizzati. In definitiva, scegliendo l'efficienza energetica, non si può pensare di arricchirsi oltre ogni misura né si deve temere il rischio di stravolgere le proprie abitudini di consumo. Una cosa, però, è certa. Ogni consumatore paga nella sua bolletta elettrica, alla voce "oneri di sistema", il proprio contributo per finanziare sia le rinnovabili sia l'efficienza. Ragion per cui sarebbe davvero il caso di approfittarne. ■

A basso consumo

Guida pratica all'efficienza energetica.

Quali sono le scelte "virtuose" che cittadini e consumatori possono compiere per arrivare all'efficienza energetica? Innanzitutto è necessario evidenziare la differenza che passa tra efficienza e risparmio energetico. Efficienza non vuol dire sacrificio nelle abitudini di consumo, ma solo uso di tecnologie diverse che richiedono degli investimenti iniziali, ma che garantiscono ritorni economici certi e quantificabili. Sostituire le lampade tradizionali con quelle a basso consumo, ad esempio, o preferire un elettrodomestico con classe di consumo energetico migliore, garantiscono una riduzione del consumo di elettricità oltre a fornire un valido contributo alla riduzione delle emissioni di gas serra.

Gli interventi per l'efficienza energetica possono essere molti. Si parte dalla riqualificazione energetica degli edifici esistenti, settore molto promettente, dal quale ci si attende in futuro grandi risultati. Ma anche interventi sui consumi per riscaldamento e raffrescamento come caldaie e scaldacqua ad alta efficienza, gli stessi isolamenti termici degli edifici, il solare termico per la produzione di acqua calda, le pompe di calore. Con gli interventi sui consumi elettrici si entra nel mondo delle apparecchiature che supportano la nostra quotidianità come gli elettrodomestici a basso consumo (frigoriferi, lavabiancheria, lavastoviglie), le LBC, lampadine anch'esse a basso consumo che promettono di durare cinque volte di più dei vecchi modelli a incandescenza e consumare 5 volte di meno. Interventi nel settore dei trasporti con veicoli a più alte prestazioni e non da meno sono gli interventi di recupero di energia come la cogenerazione (produzione e consumo combinato di energia elettrica e vapore) che dal settore industriale comincia a farsi spazio anche in ambito domestico.

Al momento in Italia uno degli incentivi più interessanti per la realizzazione d'interventi di efficienza energetica è rappresentato dalle detrazioni

del 55 per cento dalle imposte sui redditi per interventi di risparmio energetico. L'agevolazione consiste in una riduzione dall'*Irpef* (Imposta sul reddito delle persone fisiche) e dall'*Ires* (Imposta sul reddito delle società) concessa per interventi che aumentano il livello di efficienza energetica degli edifici esistenti e che riguardano, in particolare, spese sostenute per la riduzione del fabbisogno energetico per il riscaldamento; il miglioramento termico dell'edificio (finestre, infissi, coibentazioni, pavimenti); l'installazione di pannelli solari; la sostituzione d'impianti di climatizzazione invernale.

La legge 13 dicembre 2010, n. 220, ha prorogato a tutto il 2011 gli incentivi, inserendo la novità che quanto



speso nel 2011 sarà detraibile in 10 anni anziché in 5. La detrazione è concessa per un importo limite in funzione del tipo d'intervento che si intende realizzare.

Se questo incentivo fosse confermato anche in futuro garantirebbe un grande stimolo poiché consente di ripagare circa la metà dell'investimento. Per approfondire questo tema è possibile scaricare la guida, aggiornata al 2011, "Le agevolazioni fiscali per il risparmio energetico" dal sito dell'Agenzia delle Entrate www.agenziaentrate.gov.it alla sezione centrale "documentazione" e poi "guide fiscali".

Cacao meraviglioso

Nel cacao, l'ingrediente principale del cioccolato, una delle fonti più ricche di antiossidanti, in grado di prevenire malattie cardiovascolari e ipertensione. Le ultime ricerche scientifiche fanno la gioia del popolo dei golosi.

■ Barbara Bernardini

In principio fu il tè, poi il vino, ora tocca alla più golosa delle invenzioni umane passare dalla lista degli alimenti più dannosi per la salute a quella degli alimenti che potrebbero contenere una goccia dell'elisir di lunga vita. Il cioccolato è al centro di una rivoluzione cultural-scientifica grazie alle recenti scoperte che hanno individuato nel cacao,

l'ingrediente principale del cioccolato, una delle fonti più ricche in assoluto di antiossidanti della grande classe dei "polifenoli". Queste molecole, e in particolare quelle contenute nel cacao che vanno soprattutto sotto il nome di "flavanoli", si sono dimostrate da sole in grado di impedire l'insorgere di malattie cardiovascolari e ipertensione, praticamente le due maggiori cause di morte e malattia di tutta la popolazione occidentale dai 60 anni in su.

Grazie per la cioccolata

A iniziare la rivoluzione è stato un gruppo dell'Università di Harvard diretta dal professor Norman Hollenberg, il quale ha notato che una popolazione di indiani residenti a Panama, i Kuna, sembrava essere immune dall'ipertensione. «Eravamo sicuri che queste persone non si ammalassero di ipertensione perché non mangiavano sale – spiega Naomi Fisher, endocrinologa presso la Harvard Medical School di Boston, nel Massachusetts –, ma quando siamo andati laggiù a stu-



diare le loro abitudini ci siamo accorti che mettono il sale ovunque, persino sulla frutta, quindi la risposta era decisamente sbagliata». Così un'équipe di nutrizionisti ha seguito le abitudini degli indigeni scoprendo che al posto dell'acqua queste persone si dissetano con il cacao, grattando nell'acqua i semi fermentati ed essiccati. «La usano al posto dell'acqua, almeno 5 bicchieri al giorno – afferma Fisher –. È lì che sono contenuti i flavanoli, così si chiamano le molecole che proteggono i vasi sanguigni e favoriscono la dilatazione del sistema vascolare». Da questo primo studio, le proprietà del cacao si sono diffuse alla velocità della luce sia nella comunità scientifica che tra i consumatori di cioccolato, convinti che il peccato di gola potesse trasformarsi in una sorta di medicina naturale. Non è esattamente così. Il cacao utilizzato nella produzione di cioccolato industriale, infatti, subisce trattamenti di alcalinizzazione e lavorazione ad alta temperatura che in genere distruggono la maggior parte di queste molecole nobili, e contengono una percentuale di grassi e zuccheri che non aiutano, ma danneggiano il sistema cardiovascolare.

Lezioni di cioccolato

Ma proprio grazie a questi studi oggi sono stati messi a punto alcuni prodotti dolciari ad alto contenuto di flavanoli da utilizzare in grandi studi di popolazione. Una recentissima ricerca olandese ha dimostrato che basta consumare pochi grammi al giorno di questo cioccolato ad alto contenuto di catechine per vedere la pressione abbassarsi miracolosamente. «È stato anche condotto uno studio sui diabetici – sottolinea Fisher – e si è visto che consumando modeste quantità di questo cioccolato il controllo della glicemia migliora». La riprova ancora più entusiasmante viene da una recente ricerca dell'Università di Campobasso su oltre 4mila persone dal quale è emerso che il consumo di cioccolato nella dose di 6,7 grammi al giorno è sufficiente a ridurre il rischio di malattie cardiovascolari. Un cioccolatino al giorno insomma.

Gli estremi per una rivoluzione scientifica ci sono tutti, e anche il mondo della produzione dolciaria se ne sta accorgendo.

A tavoletta

È il caso del *Consorzio di Tutela del Cioccolato di Modica*, in Provincia di Ragusa, dove i maestri cioccolatieri producono le tavolette di cacao in modo del tutto particolare, partendo dalla pasta di cacao non trattata (che contiene sia la polvere che il burro di cacao naturale, ndr) e lavorandola a mano aggiungendo zucchero a temperatura non superiore a 40°. Questo trattamento delicato, frutto di una tradizione secolare, potrebbe teoricamente preservare una gran quantità di catechine, e non è un caso che il *Consorzio* stia mettendo in atto una serie di iniziative scientifiche volte a determinare e valorizzare il contenuto di polifenoli nel cioccolato che viene usato per le preparazioni modicane, di provenienza dell'Equador, mentre la *Fine Chocolate Organization* sta sperimentando una sorta di serra in cui la fermentazione dei semi avverrebbe in minor tempo e con una minore perdita di composti preziosi. Un'opportunità unica per unire la salute alla bontà, perché le ricerche in atto promettono ancora di più. «I Kuna non sviluppano mai demenza senile – riprende Fisher – e vogliamo scoprire perché. Abbiamo già dimostrato che il cacao aumenta il flusso di sangue al cervello, ora stiamo conducendo ricerche per capire se questo aumento corrisponde a una maggiore efficienza dei processi cognitivi. Nessuno ha una cura per la demenza, e se scopriremo che ne esiste una in natura sarebbe davvero fantastico». Non resta che attendere il prossimo miracolo. ■



GLOSSARIO

Seme della concordia

Flavanoli Sono molecole antiossidanti estremamente delicate e degradabili che si trovano nei semi di cacao, il frutto da cui si ricava il cioccolato. Normalmente i semi del cacao vengono fermentati, tostati e frantumati per produrre gli ingredienti base del cioccolato, la polvere di cacao e il burro di cacao. Già in questo processo la maggior parte delle catechine può andare distrutto. Le catechine determinano una potente risposta di vasodilatazione dovuta all'attivazione di un enzima presente nella parete interna delle arterie (l'endotelio, ndr) che produce ossido nitrico, il naturale dilatatore dei vasi sanguigni, prevenendo così l'ipertensione.

Info

http://adampaulgreen.com/wp-content/resources/Full_White_Paper.pdf [in inglese]
www.cioccolatomodica.it

Mi scappa la pipì

48

Un pacemaker per aiutare la vescica dei più piccoli.

■ Barbara Bernardini



Che male c'è a fare un po' di pipì nei pantaloni. Succede a tutti i bambini, è una fase normale della crescita che comporta l'acquisizione graduale del controllo del corpo. Ma questa fase, più o meno prolungata, deve comunque finire, e lasciare spazio, a tempo debito, al naturale autocontrollo. Può succedere, però, che non finisca e l'incontinenza in un'età così delicata può fare molto più che bagnare i pantaloni, può alterare lo stato d'animo del piccolo tanto da indurlo a provare continui sensi di colpa e a perdere la stima in se stesso. Per questo è sempre sbagliato sottovalutare il problema.

Nuovo continente

Fortunatamente spesso si tratta di semplice "incontinenza funzionale",

Perdere il controllo

Ecco come funziona la vescica.

La vescica è il contenitore dell'urina prodotta dai reni, che arriva fino a qui tramite due condotti chiamati ureteri. Quest'organo, fatto per lo più di tessuto muscolare, si distende aumentando di volume adattandosi al riempimento progressivo di liquido. Espandendosi, la vescica mantiene al suo interno una pressione molto bassa in modo da facilitare l'azione di barriera esercitata dall'uretra, il canale che si estende dalla vescica verso l'esterno e dal quale fluisce la pipì. È questa

parte dell'apparato urinario che è responsabile della "continenza" ovvero della capacità di controllo, grazie a un anello muscolare detto "sfintere" che avvolge l'uretra. La contrazione dello sfintere, aiutato dalla contrazione del pavimento pelvico, aumenta gradualmente per controbilanciare la spinta crescente dell'urina che si va accumulando. Man mano che la vescica si distende, vengono stimolati alcuni recettori nervosi che si trovano nella parete. Il messaggio giunge al cervello e viene interpretato come stimolo ad urinare. Il muscolo vescicale, chiamato detrusore, si contrae e l'urina comincia a uscire. Il controllo di questo meccanismo apparentemente naturale si acquisisce nel tempo, a partire dai 2 anni d'età.

provocata da piccole infezioni, un problema che riguarda dal 5 al 10 per cento dei bambini in età scolare. La cosiddetta "incontinenza organica", invece, è un problema ben più serio dovuto a malformazioni delle vie urinarie, come l'estrofia vescicale, l'epispadia e a problemi della colonna vertebrale e del midollo come la spina bifida. Questi problemi sono assai più rari e difficili da curare. Fino ad oggi, comunque, qualunque ne fosse la causa, la soluzione dell'incontinenza grave nei bambini era affidata a metodologie di riabilitazione, chiamate uroterapia, come il *training* vescicale, la chinesiterapia e il *biofeedback*, in grado di aiutare il bimbo nella rieducazione della vescica, consentendogli di acquisire il controllo dei propri sfinteri. Ma ora i piccoli pazienti possono contare su una specie di "pacemaker vescicale", uno stimolatore impiantabile con una breve operazione chirurgica che risolve definitivamente il problema dell'incontinenza.

Sotto stimolo

A introdurre la tecnica in Italia è stato l'Ospedale "Bambin Gesù", oggi uno dei 10 ospedali al mondo in grado di eseguire in età pediatrica quella che in termini tecnici si chiama "neuro-modulazione sacrale", una tecnica chirurgica mini-invasiva per il trattamento delle disfunzioni vescicali nei bambini. La tecnica chirurgica consiste nell'impianto di uno stimolatore sottopelle nella regione lombare che permette di riattivare il controllo nervoso che regola il riempimento e lo svuotamento della vescica, risolvendo l'incontinenza e la ritenzione urinaria. Grazie a una sempre maggiore esperienza dell'équipe chirurgica, si è arrivati al punto di non dover più ricorrere all'anestesia generale a partire dai 12 anni d'età e di ridurre moltissimo i tempi chirurgici a una media di 40 minuti per operazione. Quest'intervento, innovativo e sicuro, aiuterà migliaia di bambini con patologie della vescica permettendo loro di proseguire nel percorso di crescita con maggiore serenità. ■

Info

Ospedale Bambin Gesù, Roma
Centralino: 06.68591
www.ospedalebambinogesù.it

Grasso che cala

49

Un gruppo di ricerca dell'University of California a Davis ha scoperto che una mutazione genetica che blocca la produzione della proteina galectina impedisce anche l'accumulo adiposo, risultando nelle cavie una diminuzione del grasso corporeo dal 20 al 40 per cento. La stessa mutazione produce nelle cavie anche un netto miglioramento del diabete e della disponibilità dell'energia corporea. Una grande notizia per gli studiosi che da decenni tentano invano di combattere il diabete di tipo 2 e l'obesità, ma ci vorrà forse un altro decennio perché questa scoperta si trasformi in un farmaco utile per chi soffre di queste malattie.

Grandi firme

Un numero potenzialmente infinito di virus potrebbe originarsi dalla raccolta delle acque di scolo civile. A dirlo è una nuova ricerca della prestigiosa Pittsburgh University che ha identificato con un metodo di "firma genetica" migliaia di virus, tra i quali molti ad oggi sconosciuti, nelle acque fognarie. Lo scopo dello studio non è stanare un misterioso agente patogeno, ma capire il modo in cui si formano nuovi virus che rappresentano un terzo delle specie viventi sul Pianeta e che in generale rappresentano i nemici maggiori della salute pubblica.



Una specie di...

Dalla flora batterica del cavo orale si potrà ottenere un marcatore per individuare precocemente il cancro del pancreas. Lo afferma un gruppo di ricercatori Università della California che ha notato che nella saliva dei pazienti colpiti da tumore del pancreas si riduce la presenza di 31 specie batteriche, mentre altre 25 specie fanno registrare un aumento numerico rispetto ai livelli normali. Non è chiaro, però, se quest'alterazione sia causa o effetto della manifestazione del tumore che, anche se ha uno sviluppo lentissimo, rimane ad oggi tra i più pericolosi.



Fior Fiore **all'occhiello**

Una selezione di qualità, che valorizza la provenienza dei prodotti e l'originalità delle ricette. Con Coop un Fior Fiore di menu non solo a Natale.

■ Anna Somenzi

Prodotti delle migliori tradizioni gastronomiche, accomunati dalla stessa idea di gusto, autenticità e piacere. La linea *Fior Fiore Coop* offre, infatti, una selezione d'eccellenze gastronomiche, una ricca scelta di prodotti tipici e tradizionali di alto livello con cui si possono preparare menu completi grazie a 280 referenze, tra i ge-

neri vari, freschi industriali, surgelati e freschissimi. Sono il risultato di un'accurata ricerca e selezione dei fornitori dedicati a produzioni di qualità e con forte cultura e tradizione di quel prodotto, fornitori che ricercano con grande cura le materie prime, seguendo processi di produzione in grado di associare innovazione tecnologica e attenzione alla tradizione.

fiorfiore 

Il Meglio della Cultura Gastronomica

Grangallo

alimentazione
• NO OGM •

« Il Grangallo Coop è un galletto apprezzato per le carni saporite e consistenti. Si presta particolarmente alla cottura arrosto e in casseruola. È un piatto squisito per ogni occasione »

Coop è la prima catena della grande distribuzione italiana a vincere il premio Good Chicken per l'impegno a favore del benessere dei polli da allevamento a marchio Coop



www.e-coop.it
Numero Verde gratis
800 80 55 80

COMPASSION in world farming 

Conserva in frigorifero tra 0° e +4°C

fiorfiore 

Il Meglio della Cultura Gastronomica

Pollo Kabir

alimentazione
• NO OGM •

« Il pollo fior fiore Kabir, dal tipico piumaggio grigio e rossastro, è apprezzato per le carni consistenti e saporite. Si presta particolarmente, per essere gustato al meglio, alla cottura arrosto o in casseruola »

Coop è la prima catena della grande distribuzione italiana a vincere il premio Good Chicken per l'impegno a favore del benessere dei polli da allevamento a marchio Coop



www.e-coop.it
Numero Verde gratis
800 80 55 80

COMPASSION in world farming 

Conserva in frigorifero tra 0° e +4°C

fiorfiore 

Il Meglio della Cultura Gastronomica

Livornese

alimentazione
• NO OGM •

« Il galletto livornese fior fiore Coop, dalle tipiche carni di colore chiaro, consistenti e saporite, è particolarmente adatto per la cottura arrosto e alla cacciatora »

Coop è la prima catena della grande distribuzione italiana a vincere il premio Good Chicken per l'impegno a favore del benessere dei polli da allevamento a marchio Coop



www.e-coop.it
Numero Verde gratis
800 80 55 80

COMPASSION in world farming 

Conserva in frigorifero tra 0° e +4°C

Sua eccellenza!

Coop ha ricercato l'eccellenza in Italia e non solo: una ricca scelta di pasta da *Gragnano*, di semola trafilata al bronzo, pasta all'uovo di *Campofilone*, dove dal Quattrocento si impastano ad arte semola di grano duro e uova; una ricca selezione di oli extravergine di oliva dal *Toscana* al nuovo raccolto, dal *Terra di Bari al Val di Mazara*, per non parlare della varietà di salumi, senza dimenticare il salmone selvaggio affumicato dell'Alaska.

Vediamo qualche prodotto più da vicino, come il *Grangallo Fior Fiore*: ha carni saporite, consistenti e si presta particolarmente alla cottura arrosto. Nasce ed è allevato in Italia, segue una dieta priva d'organismi geneticamente modificati, ha vita più lunga, doppia, rispetto al pollo "normale", vive in spazi dove ha a disposizione balle di paglia e posatoi per poter svollazzare (per questi allevamenti sono, infatti, già centrati gli obiettivi di *Good Chicken*, il premio di *Compassion in World Farming* per l'impegno sul benessere animale 2011 ottenuto da Coop).

Poi il prosciutto *San Daniele Fior Fiore* Coop, frutto della collaborazione di Coop con un'impresa artigiana d'antica tradizione norcina, unica oggi a disporre dell'intera filiera del prosciutto dall'allevamento alla stagionatura in *San Daniele* del Friuli; il prosciutto è stagionato almeno 20 mesi.

Tutti i salumi *Fior Fiore* Coop sono prodotti da animali alimentati senza farine animali e senza *ogm*, allevati almeno 10 mesi, uno in più rispetto allo standard; i prodotti sono stagionati a lungo e con metodi tradizionali.

Banco di provola

Tra gli ultimi prodotti nati il prosciutto di *Modena Dop* stagionato 20 mesi sulle montagne dell'Appennino modenese e la *mortadella Fior Fiore*. L'impasto è fatto solo con alcuni tagli nobili, non contiene aromi e insaporitori (glutammato), sono utilizzati solo sale e spezie. La mortadella che viene affettata al banco gastronomia ha un peso intorno ai 12 kg, ha un budello naturale, è legata come da tradizione artigianale. Tra oltre 300 varietà esistenti di calamari, Coop ha selezionato i *Calamari della Patagonia*, pescati in mare aperto, nelle profondità dell'Oceano Atlantico sudoccidentale, vicino

Menu completo

Fior Fiore dal primo al dolce.

Primo

Mezze penne di Gragnano con verdure croccanti e mozzarella di bufala campana *Dop*, pepe nero e scaglie di grana *Parmigiano Reggiano Dop* 30 mesi.

Secondo

Grangallo allo spiedo e caponata di melanzane. Grissogliotti e tarallini pugliesi.

Dessert

Torta profiteroles. Pasticceria al tavolo: baci di dama, cantucci alle mandorle e pinoli, perle nere, croccante al cioccolato.

all'Antartide. Vengono pescati, puliti e immediatamente surgelati, e la cura e la rapidità della preparazione lascia inalterati sapore e proprietà nutritive. Semplici da cucinare, hanno un basso contenuto in grassi e sono ricchi di proteine. La *provola sfoglia di Montalbano Fior Fiore* è una specialità siciliana tipica del territorio dei Monti Nebrodi, prodotta esclusivamente con latte di mucche, a prevalenza di razza bruna alpina, allevate in alta montagna e alimentate con foraggi naturali. Ha una caratteristica forma a pera, simile al caciocavallo, con testa strozzata. Il formaggio viene filato a mano: si getta acqua calda sulla cagliata ottenuta e tagliata dentro particolari recipienti (tinozzi), la pasta è poi manipolata a lungo con l'aiuto di una stecca, mediante la quale viene ripiegata più volte su se stessa, ed è proprio questa fase di lavorazione che dà al formaggio la caratteristica di tendere a "sfogliarsi" in bocca. Fra i dolci citiamo solo qualche specialità della pasticceria siciliana lavorata con cura artigiana da maestri pasticceri: *Croccante al cioccolato* con mandorle *Fior Fiore*, *Biscotti gemme di Sicilia* con *pistacchi di Bronte* e mandorle. Preparati con ingredienti selezionati (farina, miele, burro, uova, cioccolato puro) e con i pistacchi di Bronte, le mandorle e i limoni maturati sull'isola, il piacere del palato è garantito. ■



Servizio in camera

52

Le videocamere digitali tascabili tra megapixel, display, stabilizzatori d'immagine, obiettivi e zoom per filmati da... rivedere.

■ Roberto Minniti

Sembra davvero passato un secolo da quando per immortalare un matrimonio, una festa o i primi passi del proprio pargolo si doveva imbracciare una telecamera che pesava diversi chili, inserire una cassetta grande come un quaderno e improvvisarsi cineasti. Oggi ai più basta tirare fuori dalla tasca un telefonino, per realizzare una ripresa. Oppure una moderna videocamera digitale, ormai proposta da tutti i produttori in formato tascabile. È questa l'ultima frontiera degli apparecchi. Modelli a sviluppo verticale che entrano comodamente in una tasca e pesano mediamente intorno ai 200 grammi, di facile utilizzo e di costo contenuto. Con dotazioni, però, non troppo ridimensionate rispetto alle sorelle maggiori e più ingombranti.

Videocamere che puntano molto anche sulla facilità di trasferimento dei filmati: si collegano direttamente al pc, ma consentono anche di caricare il video direttamente su *YouTube* o su *Facebook*. Tutte ormai hanno rinunciato alle cassette o ai dvd per registrare i filmati: lo standard universale

delle videocamere tascabili prevede una memoria di tipo *Secure Digital*, una piccola scheda in grado di immagazzinare una grande quantità di dati.

A più riprese

Ma ha davvero senso acquistare un apparecchio di questo genere o basta la comune fotocamera per immortalare i momenti migliori della nostra vita?

Seppure i produttori hanno iniziato da qual-

che anno a offrire macchine fotografiche digitali che registrano filmati e videocamere che scattano foto, sarebbe sempre bene utilizzare l'apparecchio giusto per ogni esigenza. Pur offrendo la possibilità di registrare dei filmati, infatti, una macchina fotografica dà il meglio di sé negli scatti, grazie a sensori da 10-12 megapixel, stabilizzatori d'immagine e zoom di tipo ottico che vanno in media da 3x a 7x. Proprio l'ingrandimento dell'immagine però spesso non può essere utilizzato in fase di ripresa video (in pratica non si può avvicinare un soggetto mentre si filma, ma solo prima) con evidenti limiti di utilizzo. Da non dimenticare, infine, la componente audio che a causa di un microfono integrato di piccole dimensioni, per ovvie ragioni, non è in grado di offrire un campionario di suoni tipico di una videocamera (anch'essa con microfono integrato ma più potente) con una perdita evidente in termini di qualità. I giochi si ribaltano quando si passa alle videocamere. La qualità media del sensore si riduce, così come la potenza dello zoom che è quasi sempre di tipo digitale nei dispositivi di fascia economica. Pochi esemplari inoltre sono dotati di flash incorporato, indispensabile per scattare immagini notturne o in ambienti poco luminosi. Va da sé inoltre che le funzioni di una fotocamera sono specifiche per l'immagine fissa: dal formato grandangolo al sistema che riconosce automaticamente la scena o i lineamenti del soggetto. E ancora, lo scatto multiplo che dipende dalla velocità dell'otturatore o l'autoscatto, tutte funzioni spesso assenti nelle videocamere che al contrario sono quasi sempre predisposte con uscite Tv (Hdmi ad esempio) per visualizzare i contenuti direttamente sul televisore di casa. Immagini e video, dunque, rimangono due mondi completamente differenti e difficili da paragonare fra loro.



Tasc-force

Una volta chiara la supremazia delle videocamere per chi vuole registrare riprese, è il caso di avventurarsi nella scelta delle caratteristiche migliori di quelle tascabili per selezionare il miglior compromesso tra qualità e prezzo.

Partendo dalla risoluzione, dove il mercato mediamente offre sensori da 5 megapixel, ma non mancano modelli che arrivano anche a 10 megapixel. Questo fattore si riflette tanto nella resa delle foto che in quella delle immagini che registrano.

Essendo modelli molto piccoli, è bene prestare molta attenzione alle dimensioni del display, visto che non è prevista la presenza di un mirino per scegliere le inquadrature. Tenete conto che con un display di 2 pollici – come quello offerto da molti apparecchi – è davvero difficile capire cosa si sta riprendendo. Meglio spendere qualcosa in più e avere un display un po' più grande per non... inquadrare

a caso. Sempre per via delle dimensioni e del peso ridotto, poi, sarebbe importante poter contare su uno stabilizzatore d'immagine, una funzione che consente di correggere i tremolii inevitabili delle riprese.

Per chi cerca un obiettivo di qualità, poi, è importante scegliere attentamente la luminosità delle lenti offerte dal mercato. In questi modelli, mediamente, ci si attesta su valori sufficienti, intorno a F2.8. Tenete conto che valori inferiori sono sintomo di qualità migliore e consentono riprese anche in condizioni di scarsa illuminazione.

La capacità dello zoom, generalmente intorno ai 4x per le tascabili, è uno dei veri punti deboli di queste macchine. Almeno rispetto alle compatte che possono arrivare anche a 70x e consentirci di avvicinare soggetti anche lontani senza dover muovere un passo in fase di ripresa. Una comodità dovuta a ottiche di maggiori dimensioni che ovviamente si riflette sull'aumento di peso. ■

marca e modello	peso (grammi)	sensore	luminosità	display (pollici)	caratteristiche	prezzo (euro)
JVC GC-FM2	113	CMOS 1/3,2"	F2.8	3	Full HD. Foto digitali da 5 megapixel. Zoom digitale 4x. Stabilizzatore di immagini digitali	140
KODAK Zx1	90 (no batt.)	CMOS da 1/4,5" con 1,6 MP	F2.8	2	HD. Foto digitali da 3 megapixel. Zoom Digitale 2X	130
PANASONIC HM-TA1	93	1/4,1" MOS	F2.8	2	Full HD. Foto digitali da 8 megapixel. Zoom digitale 4x. Stabilizzatore di imm. digitali. Stereo	120
PHILIPS CAM102PK	nd	CMOS 2 MP da 1/3,2"	Nd	2	Full HD. Foto digitali da 5 megapixel. Zoom digitale 2x. Stabilizzatore di imm. digitali. Stereo	100
SAMSUNG HMX-W200	nd	BSI CMOS	F4.3	2,3	Full HD. Zoom digitale 1x. Waterproof.	145
TOSHIBA Camileo B10	nd	CMOS 5MP	Nd	2	Full HD. Foto digitali da 16 megapixel. Zoom digitale 16x. Stabilizzatore di imm. digitali. Stereo	135

Che si scelga una tascabile o si opti per una videocamera compatta, è bene conoscere alcune caratteristiche che possono fare la differenza.

La memoria Le videocamere di ultima generazione registrano video e foto su memorie di tipo Secure Digital, un supporto che ha una buona capacità di memoria e arriva in media fino a 32 GB, che alla massima risoluzione corrispondono a 180 minuti di riprese. Più di quanto in genere è offerto dalle miniDV (le minicassette digitali).

Il sensore È il cuore del dispositivo, quello che cattura luce e immagini. Può essere Ccd (Charged coupled device) e Cmos (Complementary metal oxide semiconductor). Il primo sistema è stato sviluppato appositamente per le videocamere ed è impiegato da diversi anni. Offre un'elevata sensibilità alla luce e ottime immagini anche in condizioni di scarsa luminosità. Di contro ha un costo elevato che ne limita l'adozione sui dispositivi di fascia economica. Il sen-

sore Cmos impiega la tecnologia usata per i chip di memoria. Qualitativamente è un gradino sotto al Ccd, è meno sensibile alla luce, ma ha costi e dimensioni più contenuti.

Stabilizzatore d'immagine Contribuisce a ridurre l'effetto mosso durante le riprese. Può essere elettronico o ottico. Nel primo caso è il sensore della videocamera che interviene sull'immagine riducendo il disturbo; nel secondo caso è l'ottica, cioè sono le lenti della videocamera. Fra i due è senza dubbio da preferire lo stabilizzatore di tipo ottico, che offre performance migliori.

Lo zoom Buona parte delle videocamere oggi in commercio, specie quelle tascabili, adottano zoom digitali che inevitabilmente riducono la qualità della ripresa di video e foto (l'ingrandimento avviene elaborando l'immagine a livello digitale). Meglio uno zoom ottico che garantisce ottimi valori in termini di risoluzione dell'immagine registrata.

La via dell'orzo

54

La riscoperta dell'orzo al bar ma anche in casa dove tra caffettiere e tazzine spuntano moka da orzo, orziere e "cuccumelle".

P ■ Daniele Fabris

Per anni è stato considerato un surrogato, memoria di tempi difficili, quando prepararsi una tazzina di caffè era un miraggio e si sceglievano alternative disponibili e a basso costo. Poi, per decenni, è stato confinato nelle tazze della prima colazione dei bambini. Oggi l'orzo vive una stagione da grande protagonista, riscoperto in casa e nei bar grazie alla tecnologia (che ha fatto fare passi da gigante alle macchine espresso che danno bevande

di ottima qualità, ormai presenti in ogni bar) e alle sue doti nutrizionali. Tra queste, la prima è senza dubbio l'assenza di caffeina che rende le bevande a base di questo cereale adatte a tutti, grandi e piccoli, consumatori sani e persone che debbono limitare l'assunzione di caffè per problemi di salute.

Gran cereale

Ma dal punto di vista nutrizionale l'orzo non ha solo questo vantaggio.

Già Ippocrate lo considerava un alimento nutriente, ottimo per la digestione e lo consumava in tisana. Una considerazione ben meritata da parte del padre della medicina, visto che questo cereale, tra i più antichi del mondo, contiene una grande quantità di amido (fonte di energia facilmente assimilabile dall'organismo) e apporta proteine e vitamine (B1 e B2). Inoltre un suo consumo regolare combatte i disturbi al fegato e allo stomaco, svolge funzioni di regolazione intestinale e di antin-



fiammatorio sugli organi digerenti. E contrasta le irritazioni del cavo orale. Studi recenti hanno perfino associato il consumo d'orzo alla prevenzione dell'iperglicemia e al colesterolo, un'azione legata alla presenza di betaglucano, una sostanza che rallenta l'assorbimento dei carboidrati abbassando il tasso glicemico.

Non stupisce, con queste proprietà, che la tradizione lo voglia valido aiuto per "diventare forti nelle membra e chiari nella mente", anche perché per il suo contenuto in fosforo è considerato utile a quanti svolgono un'attività intellettuale e per i soggetti nervosi.

Fuoco alle polveri

Il consumo come bevanda, per lo meno in Italia, sta rapidamente aumentando grazie alla preparazione con la moka e con le macchine per espresso. Se per le seconde non servono grandi precauzioni e grossa abilità (basta inserire una cialda di orzo e il gioco è fatto), nella classica caffettiera moka, il rischio di una bevanda poco soddisfacente è assai più alto. Rispetto alla polvere di caffè, infatti, l'orzo ha la proprietà di gonfiarsi molto di più, ragion per cui se si riempie la moka normalmente, la polvere non riesce a essere attraversata dall'acqua. Il risultato è non vedere uscire la bevanda o vederla uscire dopo molto tempo con un sapore irrimediabilmente bruciato. Per evitare disastri del genere non resta che affidarsi al passaparola di chi consiglia di riempire il filtro per metà e senza alcuna pressione. Ma il risultato non è assicurato. Certo, ci si potrebbe affidare alle cialde monodose che già dosano perfettamente la quantità d'orzo giusta per non correre rischi, ma dal punto di vista economico si tratta di prodotti che costano di più e di questi tempi non c'è da scialare.

Meglio non rischiare, dunque, e affidarsi alle orziera nate proprio per utilizzare il metodo della moka senza possibilità di errori e gustarsi una tazza con un ottimo aroma e una schiuma molto simile a quella di un buon caffè. Dall'esterno queste caffettiere sono indistinguibili da quelle che siamo abituati a usare per il caffè ma hanno dei piccoli particolari che garantiscono una bevanda eccellente. Il filtro, innanzitutto, è studiato per raccogliere la quantità giusta di maci-

nato e la piastrina e l'imbuto sono di dimensioni adatte a far salire l'estratto senza condizionarne negativamente il sapore. In più, nei modelli migliori è previsto un separatore sulla colonnina che trattiene i residui di orzo e impedisce di trovarseli nella tazzina.

Va di moka

Per il resto, nella scelta di una caffettiera per l'orzo valgono le considerazioni che si farebbero per l'acquisto di una buona moka. Prima fra tutte la sicurezza dell'apparecchio che stiamo per portare a casa. Da questo punto di vista, oltre a cercare le certificazioni di sicurezza che garantiscono il superamento di severi test preventivi in fase di fabbricazione, è bene assicurarsi che i manici e il pomello per sollevare il coperchio siano fatti in materiali termicamente isolanti per evitare che impugnando la macchina ci si bruci e si lasci cadere tutto con il pericolo di ustionarsi. Altro punto critico è la scelta del materiale in cui è realizzata la moka. In generale quello più indicato è l'acciaio che conduce bene il calore (meglio dell'alluminio) e consente di preparare bevande di miglior sapore.

Per i patiti dei vecchi sistemi da poco hanno fatto la loro comparsa sul mercato anche le caffettiere napoletane dedicate esclusivamente all'orzo. La differenza rispetto alla moka, come sanno bene gli utilizzatori della "cuccumella" sta nel metodo di estrazione della bevanda dal macinato che, in questo caso, è per infusione. Il funzionamento di una napoletana è semplice: si carica l'orzo e l'acqua nella macchina e si pone sul fuoco la napoletana. Quando si vede un filo di vapore è il segnale che l'acqua è in ebollizione: è questo il momento di capovolgere la napoletana. In questo modo il liquido bollente scende attraverso l'orzo e si raccoglie nel serbatoio da cui può essere versata grazie al beccuccio dell'orziera. In questo caso il materiale di fabbricazione è rigorosamente alluminio e va messo in conto un tempo più lungo per la preparazione dell'orzo (mediamente intorno ai 10 minuti). ■

Orzo Express di *Bialetti* è l'orziera in assortimento continuo negli IperCoop a 20,10 euro e in una decina di Supermercati a 24,75 euro.



Parenti stretti

■ Eleonora Cozzella

«**A**h, cotichin, null'altra a te somiglia / in fragranza e in sapor vivanda eletta! / Quando tu giungi inarca ognun le ciglia. / I grati effluvi ad assorbire in fretta / si spalancano i tubi ambo nasali / e un "Oh" comune il godimento affretta».

Non capita spesso che un poeta dedichi a un cibo dei versi. Quando accade siamo certi si tratti di una vera specialità, qualcosa che va oltre il godimento del palato e conquista il cuore. Il cotichino, così celebrato dal modenese Tigrinto Bistonio nel poema "Elogio del porco" (1761), è una di quelle preparazioni che oltrepassano l'alimento e diventano simbolo.



Cucinati per le feste

Il cotichino, come il suo parente zampone, è sinonimo della festa, del calore della casa, della famiglia riunita per le grandi occasioni. Infatti, per dirla con le parole dello storico Corrado Barberis, il cotichino è un piatto di "forte socialità gastronomica". Non si gusta da soli, poiché sarebbe troppo triste l'immagine del tronco da cui sia stata spiccata solo qualche fetta.

E da un gourmet del Settecento, la suggestione per il particolare salume, rimane emozionante anche per famosi cuochi dei nostri giorni. Lo chef modenese Massimo Bottura, ai vertici delle classifiche e delle guide di ristoranti di tutto il mondo, quando parla di zampone e cotichino si entusiasma: "Entrando in cucina durante la cottura si coglie un profumo inebriante e inconfondibile, che attiva inesorabilmente le papille gustative mettendole in attesa di poter gustare e confermare le aspettative innescate. Anche chi non lo conosce, se lo prova, viene catturato dal suo sapore".

In passato hanno suscitato versi di poeti, definizioni di storici, entusiasmi di gourmet, contese per la paternità. La secolare tradizione del cotichino, e del suo parente stretto, lo zampone, intramontabili simboli di festa e di buon auspicio.

In effetti l'orgoglio degli emiliani per questo particolare insaccato è così forte che - quando ancora non c'era l'Unione Europea a dirimere le dispute tra diverse città che si contendevano la paternità di un cibo - si provava a dare una soluzione per via diplomatica. Ecco allora nel 1772 l'intellettuale ferrarese Antonio Frizzi lanciare nell'opera "La Salameide" una curiosa proposta, una sorta di spartizione a tavolino delle tipicità: Ferrara avrebbe avuto la primogenitura del cotichino, lasciando a Modena quella dello zampone (anzi zampetto, come veniva chiamato a quell'epoca).

I secoli hanno deluso queste aspirazioni ed è Modena ad aver ottenuto entrambe le Igp (Indicazione geografica protetta). Ma la zona di produzione si estende naturalmente anche alle città dove questo salume è patrimonio culinario da sempre: Ferrara, Bologna, Reggio Emilia, Parma e Piacenza.

Trasecolare

Cotechini e zampone sono parenti stretti nati in terra emiliana. E vantano tradizione plurisecolare. Il primo è già documentato in modo ufficiale nel 1745. Lo sappiamo grazie a un documento dei "giudici alle vettovaglie" in cui viene fissato il prezzo dell'insaccato preparato con carni di maiale striate, una percentuale del 20 per cento inferiore di cotenne, sale pepe e noci moscate.

La nascita dello zampone sarebbe ancora più antica. E suggestiva. Perché, se l'idea di conservare nei budelli la carne tritata dei suini è vecchia quanto il mondo e comune a molti popoli, lo zampone è un unicum. Tutto sarebbe iniziato nel 1511 quando la cittadina di Mirandola in guerra stava per cadere nelle mani delle milizie di Papa Giulio II Della Rovere. Poco prima della capitolazione, piuttosto che lasciare le loro preziose bestie in mani nemi-

che, i mirandolesi decisero di macellarle tutte. Ma come conservare tutta quella carne? Il cuoco del celebre Pico ordinò allora di stipare le zampe dei maiali riempite con la loro carne più magra, per poterla cuocere anche a distanza di tempo. Storia o leggenda poco importa: era stato inventato un nuovo modo di far durare più a lungo le carni macellate.

Tempi di magra

L'impasto di entrambi i prodotti era ed è rimasto secondo la tradizione (con ovvi aggiustamenti richiesti dalle nuove norme alimentari, che richiedono una ridotta quantità di lipidi) una miscela di carni suine magre ricavate da muscoli striati, poi una parte di grasso (meno di quanto i patiti della dieta possano immaginare) e vari condimenti, tra cui spiccano pepe, macinato o in grani, e noce moscata.

La produzione segue diverse fasi: dopo la preparazione degli ingredienti crudi, si ha la macinazione, quindi la miscelazione. L'impasto viene inserito nell'involucro naturale formato dal tessuto cutaneo della zampa anteriore del maiale, per lo zampone, e nel budello – naturale o artificiale – per il cotechino. Segue poi l'asciugamento, nel caso il prodotto venga venduto fresco, o la precottura nel caso opposto.

In vendita si trova con la forma di grosse salsicce cilindriche, dal colore chiaro e del peso che varia dai 500 ai 1.000 grammi. Una volta cotto, al taglio la cotenna deve presentarsi come gelificata, ma la fetta dovrà avere invece una bella compattezza e non sfaldarsi.

Ma comprare un cotechino non basta per prepararsi a festeggiare Natale e Capodanno. La tradizione vuole che il profumato insaccato soffra di solitudine se non è accompagnato dal contorno delle lenticchie. Insieme sono il binomio portafortuna per eccellenza.

Di buon auspicio

Già di per sé il maiale è di buon auspicio per un anno di sazietà e abbondanza: un cibo nutriente, sapido, caldo, sontuoso. È come un amuleto per allontanare lo spettro della fame. Il maiale nei secoli è sempre stato associato all'idea di buon auspicio, pienezza, benessere e ricchezza. Non a caso i salvadanai più classici sono a forma di maialino. E in molte culture – specie nel Nord Europa – si regalano

e portano a tavola maialini di marzapane come augurio di buona sorte. E che dire delle lenticchie? Ricordano per la forma tonda e appiattita delle monetine e sono quindi simbolo del danaro che entra in casa. Simbolicamente tengono lontana la povertà. La loro è una bontà biblica: Esaù in lite col fratello Giacobbe per questioni d'eredità, barattò il suo diritto alla primogenitura per una minestra rossa di lenticchie. Così riporta la *Genesi*, confermando l'antichissima presenza sulle tavole di questi legumi. ■

La coppia perfetta

Unione benedetta anche dai nutrizionisti quella tra cotechino e lenticchie, povere di grassi ma ricche di carboidrati, fibre, minerali e vitamine.

Le lenticchie non sono altro che i semi commestibili di piante della famiglia delle *leguminose*, sottofamiglia *papilionee*. Sono, insieme con ceci, cicerchie, piselli, lupini, fagioli & co., i vegetali più ricchi di proteine e hanno (sia freschi che secchi) un alto contenuto di carboidrati. Ottima fonte d'energia perché d'elevato valore calorico, sono poveri di grassi (circa il 2-4 per cento) e quindi il loro matrimonio col cotechino è benedetto anche dai nutrizionisti.

Tra i loro pregi, inoltre, l'apporto di fosforo, ferro, vitamine del gruppo B e il contenuto in fibra alimentare.

In Italia ne abbiamo di famose: quelle di Castelluccio di Norcia Igp e di Colfiorito, in Umbria, quelle di Leonessa nel Lazio, quelle di Altamura in Puglia, quelle siciliane di Ustica (che crescono su terreni vulcanici e sono di colore

marrone scuro, piccole, tenere e particolarmente saporite) o di Villalba (di grandi dimensioni), e ancora, del Fucino o di Mormanno in Calabria.

Che le preferiate piccole o più grandi, rosse o verdi, da mangiare bollenti o freddine, non le dimenticate. Il primo boccone dopo la mezzanotte è un rito da non perdere.

E per concludere un consiglio goloso da intenditori: se volete un'esperienza di pienezza del gusto, accanto alle lenticchie belle piccantine, provate il cotechino non lessato ma cotto al vapore, sostituendo nella vaporiera l'acqua con il Lambrusco.



Pan di zucchero

Il dolce dorato, fatto d'uovo, farina e zucchero a velo.

58

U ■ Silvia Inghirami

Un dolce apparentemente semplice, fatto di uovo, zucchero e farina, che richiede però quindici ore di lievitazione e la maestria di pasticceri "consumati". Un dolce "dorato" che ha come unico "vezzo" lo zucchero a velo. Questo era il pandoro con cui si festeggiava il Natale fino a qualche anno fa. Ora trovare la soffice stella nella sua ricetta originaria è quasi diventata un'impresa: c'è quello con la crema al limoncello o alla panna, con lo zabaglione, al cioccolato o al gianduja, quello ricoperto di cioccolato e infine la versione tiramisù.

Pasta prioritaria

Ma non tutti questi dolci possono permettersi di chiamarsi pandoro: il termine è riservato per legge al "prodotto dolciario da forno a pasta morbida, ottenuto per fermentazione naturale da

pasta acida, avente forma di tronco di cono con sezione a stella ottagonale, superficie esterna non crostosa, struttura soffice e setosa ad alveolatura minuta e uniforme, e aroma caratteristico di burro e vaniglia". Al pandoro possono essere aggiunte farciture, bagne, coperture, glassature, decorazioni purché il prodotto finito contenga almeno il 50 per cento dell'impasto base. Questo deve essere preparato con farina di frumento, zucchero, uova di gallina di

categoria "A" (cioè uova fresche) o tuorlo d'uovo (o entrambi, in quantità da garantire non meno del 4 per cento in tuorlo), burro (in quantità non inferiore al 20 per cento), lievito naturale costituito da pasta acida, aromi di vaniglia o vanillina, sale. Possono però essere utilizzati anche aromi naturali, emulsionanti e conservanti (acido sorbico e sorbato di potassio), a discrezione del produttore. Ma a differenza di tanti dolci e merendine, non sono previsti margarina, strutto, grassi idrogenati né uova liofilizzate.

Il segreto di questa specialità natalizia sta nella durata della lunga lievitazione naturale e del ciclo di lavorazione che insieme arrivano a quasi 35 ore: una preparazione complessa che passa per 6 impasti (3 per il lievito e 3 per gli impasti veri e propri). Basti pensare che a livello industriale la laboriosità della preparazione del lievito naturale è presente solo nel pane di segale in Germania (Sauerbrot), nel pane acido (Sour bread) di San Francisco, e nel panettone e nella colomba in Italia. Per questo il pandoro raramente si prepara in casa e solo saltuariamente s'acquista in pasticceria: i prodotti industriali sono tanto sperimentati che hanno poco da invidiare a quelli artigianali. D'altronde per una volta è l'impresa a vantare ormai una storia lunga più di un secolo, che ha reso grande una specialità gastronomica locale. Nel 1884, infatti, il pasticcere veronese Domenico Melegatti presentò all'allora Ministero dell'Agricoltura e del Commercio del Regno d'Italia la ricetta di un dolce "troncoconico", allo scopo di registrarlo: al pandoro venne conferito l'attestato di "privativa industriale", in pratica un brevetto. Da allora è entrata, come il panettone, nella tradizione nazionale.

Campagna acquisti

I consumi di pandoro risultano più elevati nel Centro-Sud, mentre il panettone è più acquistato nel Lazio, in Abruzzo, nel Molise e nel Triveneto. Le vendite vengo-



Offerte e promozioni sui pandori nei punti vendita di Unicoop Tirreno.

Il Pandoro Classico a marchio Coop va in offerta mentre il tradizionale *Tre Marie* finisce dentro al pacco soci. Ma ci saranno anche promozioni sui pandori farciti e sulle confezioni regalo con proposte differenti per Iper e Super, ad eccezione dei due *Bauli* alla crema di limoncello e panna e cioccolato presenti in entrambi. Ecco i prodotti interessati dalle promozioni divisi per Super e Iper.

Per i Supermercati

- > Mister Chocolate *Bauli*
- > White Christmas *Bauli*
- > Balocco confezione latta da collezione
- > Con gocce di cioccolato *Paluani*
- > Confezione regalo *Grandi Incontri Maina* con pandoro e spumante *Bosca*

Per gli IperCoop

- > Con gocce di cioccolato *Ciocosoffice Bauli*
- > Tartufato *Tartufone Motta*
- > Confezione regalo *Notte di Natale Balocco* con pandoro e spumante *Gancia*
- > Confezione *Dolce Armonia Melegatti* con pandoro e spumante *Riccadonna*

no fatte al 74,6 per cento al supermercato e per il 22,9 per cento all'ipermercato. A indurre l'acquisto in questi canali piuttosto che in pasticceria sono anche i prezzi, che nella Grande Distribuzione arrivano a volte a livelli perfino "sospetti": possibile che si riesca a trovare un dolce così elaborato a prezzi anche inferiori al pane? Sì, perché spesso le catene di distribuzione presentano offerte decisamente convenienti solo per invogliare i consumatori a recarsi al supermercato a fare la spesa di Natale. Il prezzo basso, in questo caso, può non essere indice di cattiva qualità. Le grandi aziende che aderiscono all'*Aidi* (Associazione industrie dolciarie italiane) rispettano dal 2003 un disciplinare produttivo vincolante che ha uniformato il prodotto. Cosicché la concorrenza viene fatta sul packaging, sul messaggio pubblicitario o sulle novità di glasse e farciture. Il pandoro classico, nella tradizionale confezione di cartone, finisce solo per fare da specchietto per le allodole!

Prova d'assaggio

Se quindi i codici di autoregolamentazione delle imprese hanno causato una certa standardizzazione del sapore, hanno rappresentato anche un'importante salvaguardia per il consumatore che si affida a marchi conosciuti. Gli acquirenti possono orientare la propria scelta dando la preferenza a quei dolci privi di aromi naturali, di emulsionanti e di conservanti.

Dopo l'esame dell'etichetta degli ingredienti, non resta che la prova assaggio. Il primo passo è valutare la sofficietà, strappando un pezzo di pasta dall'alto verso il basso: la striscia che resta in mano deve essere lunga. Il pandoro deve poi sciogliersi in bocca e avere un gusto fragrante, delicato ed equilibrato, senza la prevalenza del burro o dell'uovo. Infine, la cottura non deve essere eccessiva e la superficie esterna deve rimanere morbida.

Fatta la scelta, resta la preparazione e l'abbinamento: una volta scartato, il pandoro va a piacere spolverato di zucchero a velo (solo al momento di tagliarlo) e riscaldato ponendolo vicino al termosifone, in modo che burro e zucchero si ammorbidiscano. Insieme va servito un vino o uno spumante dolci, aromatici e freschi, come il classico *moscato d'Asti*, che secondo gli esperti potenzia il profumo di vaniglia e vi aggiunge una sensazione floreale e fruttata. La preferenza andrà a un *Passito* o a un *Vin Santo* nel caso il pandoro sia farcito con una crema. ■

LO speziato

La lunga tradizione del Pan di sorc in Friuli Venezia Giulia, una pagnotta dolce e speziata, di farina di mais, che si mangiava per le feste di Natale e si dava in dono ai bambini.

59

Gemona e le sue terre sono state per secoli il luogo di passaggio obbligato per chi transitava verso l'Europa centrale. Durante la dominazione dell'impero asburgico queste terre non rappresentavano soltanto una delle vie di accesso a Vienna, ma anche una zona dove reperire manodopera per le grandi opere e artigiani e operai specializzati impiegati in larga parte nei cantieri della capitale. Molti di loro partivano stagionalmente da queste terre per lavorare nelle fornaci asburgiche e tornavano dalle loro famiglie riportando usi e costumi stranieri, anche abitudini gastronomiche. Così si pensa sia nato il *Pan di sorc*, un pane dolce e speziato, ricco di contaminazioni d'Oltralpe che le famiglie del gemonese preparavano per le feste ma che si consumava e regalava in particolare in occasione del Natale. Ogni famiglia di questa zona lo cucinava, con una propria ricetta che, però, prevedeva di base una miscela di farina di mais (il sorc in dialetto), segale, frumento,



fichi secchi a cui alcuni erano soliti aggiungere anche uvetta e semi di finocchio. La cottura avveniva sempre nei forni comuni dei paesi o presso i forni delle famiglie più abbienti; spesso una parte del pane rimaneva al proprietario del forno, in vendita o come compenso, gli altri pani erano consumati nella festa oppure dati in dono ai bambini per Natale. Il *Pan di sorc* è una pagnotta rotonda alta pochi centimetri e con la crosta molto scura e fragrante che fa da contrasto con la mollica gialla e dal caratteristico aroma di polenta. Si consumava sia dolce che salato, come accompagnamento ai salumi. Essiccato, dopo due o tre giorni, veniva inzuppato nel latte o addirittura usato come ingrediente del crafut, una polpetta fatta di fegato e reni di maiale tritati finemente e impastati appunto con pane di mais grattugiato, uva sultanina, scorze di limone e mele. I cereali erano coltivati in loco: segale, frumento tenero e tanto mais, una popolazione di varie tipologie e di vari colori, tutti accomunati da una caratteristica, svilupparsi e maturare in un lasso di tempo massimo di 50 giorni e per questo detti cinquantini. In questo modo riuscivano a svolgere il ciclo vitale completo anche in una zona poco calda e piovosa come il gemonese.

L'abbandono della coltivazione di mais a ciclo breve come i cinquantini e il cambiamento dei gusti alimentari delle popolazioni gemonesi avevano relegato il *Pan di sorc* a un consumo unicamente casalingo nelle famiglie che conservavano un legame molto forte con le tradizioni.

È grazie alle testimonianze degli anziani e alla volontà di recuperare un territorio attraverso il suo prodotto più originale che l'*Ecomuseo delle Acque del Gemonese* ha avviato da alcuni anni un progetto di recupero della filiera del *Pan di sorc*, riproponendo il consumo e la vendita di questo pane. ■



Uova all'Umberto I

Ingredienti per 4 persone

- 12 uova ■
- 12 fondi di carciofi ■
- 1 piccolo tartufo nero ■
- 400 g di piselli ■
- 150 g di burro ■
- 1 cipolla ■
- 1 foglia di alloro ■
- 2 cucchiai di panna ■
- 12 crostoni di pane fritto nel burro ■
- 1 cesto di insalata romana ■
- 1 limone ■
- 1 bicchiere di vino bianco ■
- odori misti ■

Preparazione facile

Tempo 50 minuti

Costo medio

La dietista

1.340 Kcal a porzione

Carboidrati ●●● Proteine ●●●●

Grassi ●●●● Colesterolo ●●●●

Le uova sono controindicate solo in caso di calcoli alla colecisti, ma il carciofo contiene la cinarina che stimola la secrezione biliare e l'inulina che tampona i troppi grassi.

Preparazione

Lessare 12 uova, sgusciarle e lasciarle in caldo nell'acqua di cottura. Lessare i fondi di carciofi in acqua e sale acidulata con il succo di limone. Passarli in olio, sale e pepe e vino bianco.

Per la vellutata di piselli Cuocere i piselli in acqua salata con tutti gli odori e una foglia d'alloro, quindi passarli in un trito di cipolla rosolata nel burro, aggiungere parte dell'acqua di cottura, la panna e frullare il tutto. Aggiungere se necessario altra acqua di cottura per raggiungere la consistenza desiderata. Disporre su un vassoio i crostoni di pane con sopra i fondi di carciofo e un uovo sopra ogni fondo. Guarnire con cucchiainate di vellutata, fettine di tartufo e insalata romana.



Abbinamento

Per un cenone di fine anno è d'obbligo iniziare con le bollicine, di un metodo *Champenois* o anche *Charmat*.



Ingredienti semplici, arricchiti da guarnizioni "regali", come il tartufo e la vellutata di piselli per questa ricetta tratta in parte da "L'arte culinaria in Italia" di Alberto Cougnet, Milano e dal solito Artusi.

Cenone di **fine anno**

61



Coppola di Garibaldi

Ingredienti per 4 persone

- 600 g di tagliatelle all'uovo ■
- 400 g di funghi ■
- 1 spicchio d'aglio ■
- 300 g di provola ■
- 300 g di prosciutto cotto ■
- tanto Parmigiano grattugiato ■
- burro per la teglia ■
- 600 g di besciamella ■
- olio extravergine d'oliva ■

Preparazione

Tagliare a fettine la provola, saltare i funghi tagliati a fettine in aglio e olio e preparare una besciamella molto densa. Imburrare la teglia e foderarla con le fette di prosciutto accavallandole leggermente e facendole debordare. Distribuire al suo interno la pasta cotta al dente e condita con la besciamella, i funghi, la provola e il parmigiano. Ripiegare le fette di prosciutto e porre in forno caldo a 190° per 35-40 minuti. Fare raffreddare per circa mezz'ora e sfornare su un piatto da portata.

Preparazione media

Tempo 40 minuti

Costo medio



Abbinamento

Si consiglia un bianco robusto, magari passato in *barrique*, oppure un rosso d'annata scegliendo tra le *Doc Bolgheri* o *Val di Cornia*.

La dietista

2.200 Kcal a porzione

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

Completo ma troppo ricco in calorie e grassi. Sono, però, lipidi di tipo polinsaturo (acido linoleico coniugato), provenienti dal latte e derivati, che inibiscono la formazione dei tumori.



Sembra che questa ricetta prenda il nome dal cappello di Garibaldi perché gli somiglia. Questo timballo di tagliatelle viene preparato infatti in un recipiente semisferico, foderato da fette di prosciutto cotto. Una volta capovolto il timballo, le fette di prosciutto rosicce ricordano il rosso della divisa dei Mille, rosso che si dice scelto per la convenienza di parecchie pezze di stoffa originariamente destinate a una congregazione di macellai.



Gran bollito risorgimentale

Ingredienti per 4 persone

carni di manzo per bollito,
mezza gallina, cotechino... ■
salsa verde, mostarda,
senape, maionese... ■
patate lesse, spinaci al burro,
peperonata, carote fritte,
mostarda di frutta... ■
odori misti ■

Preparazione facile
Tempo 80 minuti
Costo alto

Preparazione

Bollire con gli odori le varie carni, dividendole in base ai tempi di cottura, preparare le salse da mettere in distinte ciotoline e i contorni e servire caldo su un vassoio molto capiente cercando di non mischiare le varie qualità di ingredienti.



Abbinamento

Va bene un rosso d'annata, ma stando attenti a non esagerare con un vino troppo strutturato.

La dietista

1.680 Kcal a porzione

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

Troppo ricco di grassi e proteine, meglio moderarsi con le quantità e preferire, fra le salse, senape e mostarda, antimeteoriche. Per riequilibrare l'eccesso lipidico-protidico bene le patate, ricche di triptofano, e gli spinaci ricchi di nora-drenalina, che regalano serenità.



Questa ricetta, definita sontuosa dai membri dell'Accademia italiana della cucina, era una delle preferite di Vittorio Emanuele II. Ancora Principe di Savoia, scappava dalla noiosa Corte di Torino, dove imperversava la cucina alla moda della Corte di Vienna, e si recava a Moncalvo per tre ragioni. Andare a caccia, incontrarsi con compiacenti villanelle e mangiare questo bollito che nella ricetta originale comprende le 7 carni, i 7 ornamenti, i 7 bagnetti e i 7 contorni. La versione che vi proponiamo è molto semplificata e suscettibile a modifiche in base ai propri gusti.



Panforte

Ingredienti per 4 persone

- 120 g di farina ■
- 120 g di mandorle ■
- 120 g di noci ■
- noce moscata ■
- ostie ■
- 180 g di zucchero a velo ■
- 40 g di zucchero vanigliato ■
- 150 g di miele ■
- 1 cucchiaio di coriandolo in semi ■
- 200 g di canditi ■
- 1 cucchiaino di cannella in polvere ■

Preparazione media

Tempo 40 minuti

Costo medio

La dietista

890 Kcal a porzione

Carboidrati ●●● Grassi ●●●

Molto energetico e ricco di grassi buoni per un cuore sano, zinco e selenio contro il cancro alla prostata. In più la cannella abbassa i livelli di glucosio nel sangue.

Preparazione

Fare sciogliere lo zucchero a velo in una casseruola con il miele e 1 cucchiaio d'acqua. Amalgamare a fuoco spento la farina, i canditi tagliati a pezzetti, i semi di coriandolo pestati, le noci e le mandorle tritate, la cannella e una grattata di noce moscata. Amalgamare, formare una palla e schiacciarla in una tortiera con il fondo foderato di ostie. Spolverizzare con lo zucchero a velo e farina e infornare a 150° per 30 minuti. Sfnare il panforte, lasciarlo raffreddare e spolverizzare con lo zucchero vanigliato.



Abbinamento

In abbinamento un ottimo Vin Santo toscano oppure un altro vino da dessert sempre robusto come un Passito di Pantelleria o anche un Vin Santo del Trentino.



Il panforte è un dolce tipico delle feste natalizie – il suo nome era panpepato – e le sue origini risalgono all'anno Mille. Preparato in genere da farmacisti e speziali era destinato prevalentemente ai ricchi e al clero perché degli ingredienti facevano parte droghe e spezie costosissime per quei tempi. Il panpepato non subì modifiche fino al 1879, anno in cui la regina Margherita andò in visita a Siena. Per l'occasione uno speziale preparò un panforte con una copertura di zucchero vanigliato anziché di pepe nero. I senesi l'offrirono alla regina come "Panforte Margherita", nome con il quale questo panforte bianco, più delicato, è noto ancora oggi.

Acquista una Internet Key entro il 06 gennaio 2012.



**CON COOPVOCE
NAVIGHI SPENDENDO
LA META'!**

**WEB 30 ORE
PER 6 MESI A SOLI
4 EURO AL MESE!**

**WEB 30 ORE
E' TARIFFATA
AL SECONDO!**

CONVENIENZA E TRASPARENZA

La promozione è valida solo attivando una SIM CoopVoce contestualmente all'acquisto di una Internet Key in un Supermercato o Ipermercato Coop. Al termine dei 6 mesi dal momento dell'attivazione o in caso di credito non sufficiente per il rinnovo dell'offerta, il costo mensile applicato sarà di 8 euro al mese, previsto per la Web 30 Ore. L'offerta Web 30 Ore può essere disattivata in qualunque momento chiamando il 188. Al superamento della soglia di ore sarà applicata la tariffa a 2€/ora tariffata al secondo. Per info e dettagli su promozione e offerta Web 30 Ore visita www.coopvoce.it. L'immagine della Internet Key è utilizzata a solo fine di esempio: la Internet Key associata alla promozione potrebbe essere un modello diverso da quello rappresentato in foto.

semi seria di Simona Marchini



I miei auguri

Non restare inerti e indifferenti, vivere con coraggio, impegno e dignità. Lo dobbiamo a noi stessi e agli altri. Ecco l'augurio per un buon Natale.

Che dire dell'orrore dei magazzini Trony, dell'assalto da consumatori in delirio? Così siamo ridotti? Mi sono sentita umiliata di fronte a questa degenerazione. A questa follia collettiva... i topolini dietro al *Pifferaio magico*. E il baratro è lì, a un passo. Se non ci ha già inghiottiti. È sconcertante constatare il risultato di anni e anni di manipolazione dei cervelli, di stimoli avvilenti di qualunque oggetto reso "indispensabile" dai media. 20 anni fa anch'io, come tanti osservatori attenti, non facevo che lanciare un allarme accorato per lo sfacelo culturale e morale che si preparava. La Tv commerciale, l'invenzione dell'auditel come trabocchetto per la Tv pubblica sempre in cerca di pubblicità, i modelli sempre più scadenti hanno lentamente corroso un rapporto sano con la vita e con se stessi. E la volgarità della politica? Una volta siamo inorriditi di fronte a un dito medio sbandierato in Tv o alla corna esibite nella foto di gruppo in Europa. Oggi tutto passa come fosse normale, virtuale. Ma non voglio fare

prediche tediose, voglio solo motivare il dolore attonito che mi ha provocato quell'umanità all'assalto dei "beni" scontati: è veramente un esempio di degrado avvilente. Quello che annunciavano le menti più illuminate già agli inizi degli Anni Settanta si è avverato. Parlo soprattutto di Pier Paolo Pasolini. Ho visto la mostra molto bella a lui dedicata all'Auditorium di Roma. Commovente, forte nelle immagini e nei contenuti. Ebbene annunciava l'ideologia dei consumi come unica spinta vitale e sostanziale del mondo. Un mondo popolato di un'umanità omologata, livellata, a testa bassa, senza più occhi per vedere il cielo, senza più cuore per sentire amore, pietà, fratellanza, tolleranza... Ma, per dirla con le sue parole, "Io non credo in nulla, eppure lotto per qualcosa", cioè non resto inerte e indifferente con l'alibi della morte e della speranza. No, continuo a sentirmi una piccola cellula in un grande corpo pieno di ferite ma vivo, perciò obbligato ad esistere per sé e per gli altri. Con coraggio, impegno, e dignità. Buon Natale! ■

Tempo

Attività, servizi, competenze che i correntisti delle Banche del Tempo offrono agli altri.

Quando il valore non è dato dal denaro, ma dal "dare e avere" qualche ora per aiutarsi a vicenda, il tempo è davvero prezioso.

al tempo

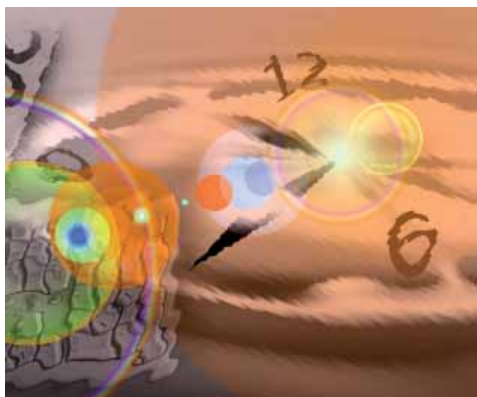
66

■ Barbara Autuori

Andare in banca, aprire un conto corrente, depositare il proprio gruzzoletto e all'occorrenza ritirare la somma di cui si ha bisogno. Nulla di strano o di anomalo, eccetto la moneta da versare e ritirare: il tempo. Già, perché agli sportelli delle tante Banche del Tempo (BdT) disseminate sul territorio nazionale, l'unica valuta accettata è il proprio monte ore. «Come qualunque altro Istituto di credito anche le BdT si basano

sulle transazioni: la moneta di scambio, però, non è il denaro bensì attività, servizi, saperi o competenze il cui valore è conteggiato in singole ore» spiega **Daniela Ducato** del coordinamento di *Tempomat* (www.tempomat.it), l'Osservatorio nazionale sulle Banche del Tempo che dal 1995 monitora,

studia e si occupa di divulgare l'idea di queste associazioni. Moneta "calda" che possiede una storia, che porta in sé il calore umano della relazione, il proprio tempo diventa il mezzo per soddisfare il bisogno di qualcun altro in cambio della scoperta, a volte sorprendente, di avere anche noi necessità del tempo altrui.



Libero scambio

«La filosofia alla base delle Banche del Tempo punta a recuperare l'antica e saggia abitudine di dare e ricevere aiuto abolendo qualunque monetizzazione» sottolinea Ducato, correntista dal 1997 di una delle prime sei BdT d'Italia. In quest'ottica, l'"aver bisogno" raramente coincide con la povertà materiale tanto che l'adesione ad una BdT è per lo più motivata dal desiderio di sperimentare una dimensione diversa delle relazioni umane. «In Italia – continua l'esponente di *Tempomat* – le prime BdT nascono in Emilia Romagna, territorio con una rete di servizi sociali eccezionali che tuttavia non sono riusciti a sostituire l'autenticità e gratuità di certi rapporti umani». Ecco allora che chiunque può diventare correntista di una BdT: la casalinga, il pensionato, lo studente, il professionista, l'amante degli animali, il giardiniere o la cuoca. «Perché ognuno è in grado di offrire del tempo utile per qualcun altro e, al tempo stesso, è "bisognoso" di qualcosa». Non è un caso, peraltro, che le BdT che funzionano meglio siano quelle dove c'è maggiore varietà di correntisti e dunque una più alta possibilità di scambi. «Più ore si scambiano, più si movimentano il capitale, più si crea ricchezza: l'abilità di gestione si misura con la capacità di far circolare bene le ore depositate incrociando al meglio domanda e offerta», sottolinea Ducato. In questo modo non si diventa debitori o creditori di una persona, ma lo si diventa nei confronti della banca che potrà coprire porzioni più o meno ampie di territorio. Il quartiere, la scuola, l'ospedale cittadino, ma anche il condominio come testimonia la tendenza in crescita negli ultimi tempi. «L'elemento innovativo di queste particolari associazioni di persone – conclude Ducato – è che lo scambio avviene per lo più tra sconosciuti, spesso non affini, che si incrociano disegnando incastri di geografie umane altrimenti immaginabili». Un laboratorio ideale per superare diffidenze, abbattere pregiudizi, smussare e ridurre le differenze migliorando al contempo la qualità della propria vita. ■

Tuttora

Il tempo più che denaro è regalo.

La mamma sogna da sempre un orto in giardino. Il nonno aspira ad usare il computer. La nuora non sa come potare rose e bonsai. Il cuginetto vuole suonare la chitarra elettrica. Bando ai soliti manuali fai da te o ai kit che promettono miracoli in poche mosse, quest'anno sotto l'albero parenti e amici potrebbero trovare originali "pacchetti ore-tempo" per assecondare le proprie passioni: basta rivolgersi alla BdT più vicina, aprire un conto corrente mettendo a disposizione lo stesso monte ore che si intende regalare e vedere se tra gli altri correntisti c'è un esperto in botanica, un informatico o un giovane chitarrista. Mettendo in banca il proprio tempo si potrà fare un regalo utile e gradito ai propri cari e, perché no?, anche a se stessi.

Minuti contati

Nel pareggio di bilancio d'ore e minuti scambiati gli uomini sono più bravi delle donne.

Anche se tra i correntisti delle *BdT* le quote rosa sono nettamente superiori, i maschietti risultano in generale più bravi nel pareggio di bilancio. «La gestione ottimale del conto – dice a proposito **Daniela Ducato**, di *Tempomat* – è quella che punta all'equilibrio tra le ore in uscita e quelle in entrata: un dare e avere nel quale riescono meglio gli uomini». Spesso le donne, infatti, tendono a versare molto e a prelevare poco, denotando un atteggiamento generoso ma anche un tantino presuntuoso di chi “non ha bisogno”. Una contraddizione rispetto ai principi fondanti delle *BdT* dove ogni attività scambiata ha pari dignità e presuppone la reciprocità.

Segnale orario

Banche del Tempo made in Italy.

Nate in Gran Bretagna negli Anni Ottanta per arginare i tagli imposti dalla politica tacheriana, le *BdT* anglosassoni sono note come *Lets* (*Local Exchange Trading System*) e rappresentano un vero e proprio mercato alternativo dove ottenere beni e servizi pur senza avere denaro. In Italia la prima Banca del Tempo nasce a Parma nel 1992, ma sarà l'esperimento di un gruppo di donne di Santarcangelo di Romagna a fare da volano per la sua diffusione nel resto del Belpaese. Generata dall'obiettivo di ricostruire e rinsaldare i rapporti tra le persone più che da ragioni economiche, l'esperienza italiana conta oggi circa 400 sportelli che fanno capo a 250 *BdT* operative con presenze significative in Lombardia ed Emilia Romagna, seguite da Piemonte, Lazio, Puglia e Sicilia.

Per saperne di più:

www.tempomat.it

www.associazionenazionalebdtdt.it

Natale a palla

Quest'anno più che bianco sarà un rosso e verde Natale. Per gli addobbi delle feste torna, dopo un'assenza lunga di anni, lo stile *country*: l'atmosfera si riscalda, l'albero si riempie di pupazzi, cassette, Babbi Natale con slitta e renne, stelle, angioletti e palline in morbidi tessuti. Natale tradizionale anche per il “contorno”: ghirlande, statuette e candele dai colori brillanti prendono il posto di cristalli e decorazioni trasparenti o bianche, eleganti, ma un po' algide, di gran moda gli anni passati. I bambini di casa ne saranno contenti, gli adulti torneranno un po' bambini.



La signora in giallo

Se tutto è troppo, cominciate con un accessorio: una tracolla, una cintura o una gonna, se invece il giallo non vi spaventa, tingete di buonumore tutto il guardaroba, dal cappotto all'abito a ruota. Girasole, canarino, senape, lime e fluorescente: tante le sfumature da accostare insieme o da abbinare al grigio e al nero per un look più sobrio, con il rosso mattone l'accostamento è perfetto, con il cammello una sinfonia di colori. Ciliegina sulla torta: un cappello a tesa larga in feltro, elegante e grintoso, nasconde gli occhi – attenzione a dove mettete i piedi! –, sposta tutta l'attenzione sulla bocca. Se è giallo non passerete inosservate.

Made in China

Mandarino batte (rà) inglese. Chi domina la ricchezza, infatti, da sempre impone il linguaggio. Ecco perché il mandarino, già madrelingua di 850 milioni di persone e di altri 190 milioni che lo parlano perfettamente, diventerà entro il 2015 la prima lingua parlata al mondo. Un boom documentato dal fatto che dallo scorso ottobre è proprio il cinese l'idioma che il maggior numero di stranieri ha iniziato a studiare. 50 milioni di studenti la cui domanda è talmente in crescita che nel prossimo



quinquennio Pechino conta di aprire 1.000 scuole dell'*Istituto Confucio* sparse in ogni angolo del Pianeta. Dall'Europa all'Asia passando per i paesi in via di sviluppo il mandarino è già la lingua più ambita dalle imprese, capace di accorciare di un terzo l'attesa per il primo impiego.

Da Monopoli a Risiko, dalla Tombola alle carte, dal Trivial ai più recenti passatempi in scatola d'ispirazione fantasy: gli italiani si "mettono in gioco", intorno a un tavolo, in famiglia o con gli amici, ma solo per le feste.

Il dado è tratto

68

■ Rita Nannelli

Se capitate su Parco della Vittoria costellato di case non vostre è l'inizio della fine... del gioco. *Monopoli, Tombola, Risiko* (anche *Super* per i più agguerriti), *Cluedo, Scarabeo* e i più svariati giochi di carte – briscola, scopa, scopone scientifico, sette e mezzo, uno, rubamazzo e così via a seconda della regione, se non addirittura del campanile – continuano ad essere di generazione in generazione tra i giochi più "gettonati" delle feste natalizie, rispolverati (letteralmente, perché la scatola giace abbandonata per mesi in un angolo della casa) soprattutto nella notte di San Silvestro aspettando intorno a tavolo, in famiglia o con gli amici, l'anno che verrà.

Scatola magica

Che si tratti del gioco in cui perdere o vincere denaro, case e aziende è legato al capriccio del tiro di un dado brevettato negli Anni Trenta da Charles Darrow (che da disoccupato divenne milionario), del *Trivial Pursuit* che ad ogni carta mette alla prova le conoscenze dei partecipanti con domande di storia, geografia, letteratura, arte, spettacolo, scienza e natura, hobby e sport, o dei loro fratelli più giovani, sono i giochi di società gli unici ancora in grado di mettere d'accordo proprio tutti, genitori e figli, nonni e nipoti, maschi e femmine, nonostante la tecnologia avanzi e i *videogames* non conoscano crisi (a dire il vero anche di molti giochi da tavolo esiste una versione digitale su pc o console). E poi amati dai più giovani – ma anche dai quarantenni – i giochi di "strategia" veri e propri come *Talisman, Warhammer*, nelle edizioni fantasy e futuristiche, *Il Signore degli anelli* e l'intramontabile *D&D, Dungeons & Dragon* (ormai un trentennio di storia nelle varie versioni con decine di manuali rigorosamente cartacei e set di dadi ad hoc), con regole non proprio semplici da apprendere e dinamiche complicate che solo i giocatori "incalliti" sanno padroneggiare davvero.



Scoprire il gioco

E chi non ha mai atteso con trepidazione dallo zio di turno l'annuncio solenne del numero tirato fuori da un sacchetto consumato dal tempo, nella speranza di avere almeno due numeri nella cartella? È il più classico dei giochi, tanto che viene da domandarsi se è nato prima l'uomo o la tombola. Ma basta fare un click su www.giochidatavolo.net per scoprire che il paese dei balocchi non ha confini: una guida a tutti i giochi da tavolo, da quelli tradizionali alle loro evoluzioni, fino ai nuovissimi (avete mai sentito parlare di un gioco chiamato *Vendemmia?*), e consigli utili per scegliere il gioco che fa per noi (o per la persona a cui regalarlo), a seconda che si abbiano capacità strategiche o d'investigatori, spirito d'avventura, passione per la lingua o una buona manualità (in questo caso i piccoli della famiglia sono avvantaggiati: lo scoprirete giocando-creando con loro a *Vasaio Pazzo Art Attack*, ndr).

Game over

Tutti insieme intorno a un tavolo, però solo per le feste, mentre in quasi tutte le altre nazioni europee i giochi di società fanno parte delle abitudini quotidiane. Ogni famiglia prevede una "zona giochi" da frequentare insieme, in alternativa a cinema, Tv e pizza fuori, in Italia – rilevano gli studiosi di giochi e comunicazione –, zittiti e calamitati dalla Tv, i giochi fanno capolino a Natale e Capodanno, con qualche rara apparizione d'estate. In Germania (e in generale nei paesi di lingua tedesca), per esempio, la febbre del gioco da tavolo è alta tutto l'anno tanto da ospitare il premio "gioco dell'anno" che è il più importante del mondo; e se un libro diventa *best seller* si può stare certi che uscirà un gioco da tavolo ispirato a quella trama. E fanno bene: ogni attività che aiuta a stare insieme, in famiglia, è di per sé positiva, lo sostengono gli esperti e lo suggerisce il buon senso. Intanto *Hasbro*, uno tra i massimi produttori di giochi da tavolo, ha lanciato un'iniziativa lo scorso mese

che non è solo pubblicità: la “Settimana del gioco in scatola” in 100 città italiane, coinvolgendo scuole, università, locali (www.staserasigioca.it), e magari molti genitori si sono accorti che “mettersi in gioco” è divertente, non solo per i più piccoli. Non solo quando è festa. ■

Carte in tavola

I giochi di società aiutano a pensare e a divertirsi insieme agli altri, facilitano le relazioni tra genitori e figli. Parola di psicologa.

«È importante per i più piccoli trascorrere del tempo libero con i coetanei e con “i grandi”, piuttosto che guardare la televisione o isolarsi davanti ai videogames. Nel quotidiano il tempo trascorso dai genitori con i figli è sempre limitato: il lavoro, gli impegni extra scolastici impediscono o rallentano la dinamica del rapporto. I giochi da tavolo favoriscono, invece, l'aggregazione e l'inserimento nella vita di relazione; aiutano a pensare insieme, a perseguire, divertendosi, un obiettivo comune», spiega **Mariacandida Mazzilli**, psicologa e psicoterapeuta, responsabile del sito www.psicologiadonna.it, che fa un esempio: «Pensiamo alla tombola: durante una serata in compagnia sembra che il tempo rallenti, i numeri estratti vengono associati ad immagini divertenti, vengono pronunciati lentamente per creare suspense, si assapora il gusto antico dello stare insieme. E ancora si ride perché qualcuno si è distratto e non ha segnato la casella, ci si lascia andare ad urla ed esclamazioni quando si vince». Dunque giocare è una “cosa seria”, toccasana per grandi e piccini? «A volte i bimbi si sentono “grandi” perché fanno qualcosa da grandi, con i grandi, e questi si sentono “piccoli” perché possono impegnarsi in qualcosa che li diverte e che li fa regredire, anche se solo per il tempo del gioco, al periodo più o meno lontano della gioventù. Giocando ci si conosce meglio e si cresce osservando le reazioni dell'altro espresse con maggiore spontaneità».

scienza infusa di Patrice Poinssotte

Io sono leggenda

69

Semiseria dimostrazione fisico-matematica della non esistenza di Babbo Natale.

Ma se avesse ragione la poesia?

142 metri di diametro, velocità media 815 chilometri al secondo, peso 378 mila tonnellate, direzione Terra. Non si tratta di un asteroide in rotta di collisione con il nostro Pianeta, ma di un fenomeno sovranaturale che si ripete ogni anno: la distribuzione dei regali da parte di Babbo Natale. Vediamo se la scienza ci aiuta a capire quest'eccezionale performance. La notte del 24 dicembre il vecchio dalla barba bianca riempie un enorme sacco, lo mette sulla slitta tirata da renne e vola a distribuire i regali a circa 378 milioni di bambini sparsi in tutto il mondo. Supponiamo che tutti questi ragazzini siano stati buoni e che ognuno riceva un regalo di 40 centimetri cubi del peso di 1 chilogrammo, come un gioco da tavolo. Il cesto di Babbo Natale raggiungerebbe 1.512 mila metri cubi (378 milioni x 0,004) e somiglierebbe a un'enorme sfera con un diametro di circa 142 metri, cioè una mezza Tour Eiffel. Visto il numero degli ordini, Santa Claus deve sbrigarsi, eccome! Infatti se contiamo mediamente 3,5 bimbi per casa, deve visitarne 108 milioni (378 milioni/3,5) in circa 31 ore, immaginando che viaggi da est ad ovest. Dispone quindi di solo 1 secondo per visitare 968 case ([108 milioni/31]/3.600) o meglio di 1,03 (1/968) millisecondi per fermare la slitta, scendere, prendere i regali, scivolare nel camino, distribuirli, mangiare i biscottini lasciati dai bambini e risalire lungo la canna fumaria. Davvero in forma smagliante! E le renne non sono da meno: la slitta deve, infatti, percorrere 61 milioni di chilometri quadrati, la superficie cumulata dell'Europa, Australia e dell'America, con una densità di 1,77 case al kmq (108 milioni/61 milioni). Immaginiamo una distanza media di 850 metri fra due abitazioni, le renne devono galoppare per circa 91 milioni di chilometri alla velocità media record di 815 km/s, una performance davvero eccezionale sapendo che una renna “normale” si sposta a 40 km/h. Ma c'è di più: una renna di 2 metri è in grado di tirare al massimo 150 chilogrammi, quindi sono necessari per la distribuzione 2,5 milioni di animali, cioè un convoglio lungo di 2.520 chilometri... Davanti all'impossibilità scientifica come fa allora Babbo Natale a compiere questo *tour de force*? Forse la soluzione non si trova nelle leggi della fisica newtoniana, ma nelle *Meditazioni poetiche* di Alphonse de Lamartine: “O tempo! sospendi il tuo volo, e voi, ore propizie! Suspendete il vostro corso: Lasciateci gradire le delizie rapide le più belle del giorno d'oggi!” ■



Donare i propri punti a favore dei progetti di solidarietà Coop: a Natale Basta un gesto. Ma la Cooperativa, i suoi soci e i suoi dipendenti, sono vicini a chi ha bisogno ogni giorno dell'anno.

Un bel gesto

■ Barbara Sordini

70

La storia di Napeya inizia 10 anni fa, quando la redazione di *Nuovo Consumo* decise di avviare un'adozione a distanza tramite la *Fondazione Avsi*, la Onlus di volontari per il servizio internazionale. Oggi dal Congo ad Unicoop Tirreno è arrivata questa lettera: "Possiamo affermare con certezza che Napeya ha avuto, grazie anche a voi, un'occasione di crescita che non mancherà di dare i suoi frutti nel tempo. Per questo, il suo sostegno può definirsi concluso". La prossima storia sarà, invece, quella di Kikuru, 7 anni, anche lei congolese, che ama saltare la corda e vive con i tre fratelli insieme alla zia in uno stato di profondo disagio. Il sostegno di Coop la accompagnerà da adesso nel suo cammino.

Stelle di Natale

Sono storie belle e intense, da raccontare sotto l'albero di Natale di Coop, ma come queste ne potrebbero essere raccontate 884, tante quanti sono i bambini che vivono nei paesi in via di sviluppo a cui Unicoop Tirreno ha potuto offrire un'opportunità di vita migliore grazie al sostegno a distanza. *Basta un gesto* è, infatti, il progetto che raccoglie la solidarietà Coop, a cui i soci possono donare i propri punti del collezionamento in qualsiasi periodo dell'anno, e la Cooperativa li raddoppia nel loro valore economico (500 punti = 10 euro) dando un contributo concreto: di questo progetto fanno parte *Cuore di Coop* e il *Progetto Haiti* in collaborazione appunto con l'Avsi per il sostegno a distanza, ed *Emergency-Progetto Migranti*, per contribuire nella gestione a Palermo di un Poliambulatorio che presta gratuitamente assistenza sanitaria di base e specialistica agli immigrati.

Dall'8 dicembre all'8 gennaio si rinnova la *Campagna di Natale*: molti dei soci attivi di Unicoop Tirreno si mettono al lavoro allestendo nei punti vendita dei presidi per invita-

re a compiere un gesto di solidarietà e spiegare cosa in questi anni si è realizzato grazie al contributo dei soci di Unicoop Tirreno.

L'albero della vita

Quest'anno per Unicoop Tirreno assume un valore particolare anche l'albero di Natale: nella sede aziendale ne verrà allestito uno per raccogliere i doni da destinare ad un altro progetto di solidarietà a marchio Coop e "a chilometri zero", il *Buon Fine*. Infatti è dal 2004 che Unicoop Tirreno, grazie alla legge del Buon Samaritano, recupera a fini sociali i prodotti alimentari che vengono ritirati dai banchi e dagli scaffali ancora perfettamente integri e commestibili ma che per diversi motivi (scadenza ravvicinata, confezione esterna ammaccata, errori di etichettatura...) non possono essere riproposti alla vendita e li destina alle 45 associazioni Onlus con cui collabora. Per dare un ulteriore contributo a questo progetto, anche i colleghi di sede sono invitati a portare sotto l'albero di Natale un loro dono: generi alimentari, capi d'abbigliamento o qualsiasi altro oggetto anche usato, da destinare alle Onlus insieme alle strenne che arrivano in Cooperativa dai fornitori. A queste stesse associazioni è andato anche il ricavato della *Colletta alimentare* che si è svolta lo scorso 17 ottobre in 26 Supermercati di Unicoop Tirreno (la maggior parte della Provincia di Grosseto, alcuni negozi del senese e dell'Alto Lazio). I chilogrammi di prodotti raccolti dai volontari delle 12 associazioni Onlus e dai soci attivi sono stati 12.438 che saranno destinati alle mense dei poveri e alle famiglie in difficoltà indicate dai Servizi Sociali dei singoli territori.

Ma non è Natale senza il grande contributo di tutti i soci. Oltre alla donazione dei punti del collezionamento, sono tantissime le iniziative organizzate dalle Sezioni soci di Unicoop Tirreno: dalle cene benefiche, ai mercatini, alle lotterie, il cui ricavato andrà a dare sostegno a chi si trova in difficoltà. Per fare sì che anche quest'anno sia una festa sotto l'insegna della solidarietà Coop. ■



CUORE DI COOP



PROGETTO HAITI



PROGETTO MIGRANTI

Donare per Basta un Gesto è facile, consegnando la carta SocioCoop direttamente alla cassa del punto vendita. La donazione è libera, si può donare anche 1 solo punto.

Deep impact

La vera identità dell'asteroide Apophis.

Ormai è una moda, un rito da celebrare ogni anno. Harold Camping, un noto profeta dell'Apocalisse, aveva predetto la fine del mondo per il 21 ottobre scorso. Invece eccoci qua. E anche per la prossima fine del mondo sono stati ipotizzati i più vari eventi catastrofici, senza però mostrare alcuna prova scientifica che spieghi perché dovrebbero verificarsi proprio nel 2012, a parte un'interpretazione travisata e arbitraria del calendario Maya. Altra storia sono i possibili impatti con gli asteroidi: il rischio di un urto catastrofico con la Terra è minimo, tuttavia lo studio degli asteroidi potenzialmente pericolosi - i *Neo (Near Earth Objects)* - è preso molto sul serio dagli scienziati. Questi oggetti sono costantemente monitorati ed è così che è diventata di dominio pubblico la notizia del possibile impatto di un asteroide nel 2029 o nel 2036. Il potenziale "asteroide killer" si chiama *Apophis* e ha un diametro di circa 270 metri; non è abbastanza grande da provocare un cataclisma globale, ma in caso d'urto, libererebbe un'energia di oltre 500 megatoni. Quando fu scoperto, nel 2004, fu stimata una probabilità di collisione con il nostro Pianeta del 2,7 per cento, ma nuove osservazioni hanno ridotto drasticamente il rischio fino ad una probabilità di 1/250mila.

Il calcolo preciso dell'orbita di un asteroide è molto complesso ed è influenzato da perturbazioni gravitazionali e da altri fattori di minore entità. Anche la piccola pressione della radiazione solare può deviare la traiettoria dell'asteroide quel tanto che basta per evitare la collisione.

I calcoli più recenti indicano che *Apophis* sfiorerà la Terra il 13 aprile 2029, probabilmente ad una quota di circa 36mila km, quella a cui orbitano i satelliti geostazionari che garantiscono le trasmissioni televisive e le previsioni meteo. L'asteroide sarà visibile anche ad occhio nudo e non provocherà la fine del mondo, anzi il suo studio sarà utile per comprendere meglio struttura, composizione e origine di questi corpi celesti ed elaborare metodi per deviarne l'orbita in caso di futuri rischi concreti. Cosicché la Terra possa tranquillamente "morire di vecchiaia" tra alcuni miliardi di anni, come previsto dalla naturale evoluzione del sistema solare. ■ Letizia Leonardi

Un grande recupero

Amanti della natura e degli animali, veterinari, biologi, naturalisti hanno unito le forze nell'Associazione Recupero Fauna. La fondatrice ci racconta come combattono chi commette violenze contro animali indifesi.

Calabrese ma ormai romana d'adozione, 44 anni, Sabrina Calandra è fondatrice, presidente e coordinatrice dell'Associazione Recupero Fauna (Arf www.soccorsofauna.com), composta da veterinari, biologi, naturalisti ed esperti di settore specializzati in fauna autoctona, alloctona e domestica non convenzionale, diversa dai cani e gatti.



Come e quando nasce l'Arf?

«Dall'unione di singoli amanti della natura e degli animali che nel 2002 hanno deciso di unire le loro forze».

Cosa fate esattamente?

«Collaboriamo per il recupero di varie specie animali con le forze vigenti sul territorio della Provincia di Roma, dal Corpo Forestale dello Stato alla Polizia, dai Carabinieri alla Capitaneria di Porto passando per i Vigili del Fuoco e la Polizia Municipale: interventi realizzati su protocolli specifici che ci consentono di operare con professionalità e senz'improvvisazione».

Un lavoro prezioso che spesso fa la differenza tra la vita e la morte per tanti animali.

«Grazie ai nostri 85 volontari, di cui 32 operativi, siamo in grado di mettere in campo alcune Unità Speciali tra cui quella esperta in rettili pericolosi e quella di recuperatori specializzati, preparati per preservare le prove sulla scena di un crimine. Una sorta di C.S.I. per perseguire chi commette violenze contro degli animali indifesi».



Quanti interventi avete effettuato nell'ultimo anno?

«Oltre 420 di cui la maggior parte relativi a randagismo di esotici. Tra i recuperi più singolari annoveriamo quelli di una tiliqua dalla lingua blu, una specie di grossa lucertola innocua e tranquillissima, una salamandra del Portogallo rimasta incastrata nel tronco di un ulivo importato ma anche più di 200 tartarughe palustri abbandonate».

Come vi finanziate?

«Con donazioni e autotassazione dei soci: fondi che non bastano per soddisfare tutte le richieste d'aiuto che ci arrivano da cittadini privati come dalle Forze dell'ordine».

Di cosa avete più urgente bisogno?

«Di sponsor motivati che ci aiutino a coprire le spese per gli interventi d'emergenza». ■

Spirito natalizio

72

■ Dario Guidi

Parlare con lui non è semplice, alle prese col debutto e la tournée del suo nuovo spettacolo (*Molière a sua insaputa* che sarà in scena sino al 4 dicembre al Teatro Puccini di Firenze e poi girerà tra Toscana e Lombardia), in cui veste i panni del celebre commediografo francese del Seicento (quello, per intenderci, autore di capolavori come *Il misantropo*, *Il tartufo* e *L'avarò*) che finisce invitato a una trasmissione televisiva. Parliamo di Paolo Hendel, comico toscano che, se ora veste i panni di Molière, ha di recente incontrato Coop proponendo una serie di spot (visibili sul sito www.e-coop.it) in cui fa un suo storico personaggio, lo sprejudicato imprenditore Carcarlo Pra-

per risolvere la crisi economica che stiamo attraversando?

«La solita che, inascoltato, propongo da anni: polenta e usei. Con un buon bicchiere di vino».

Rosso?

«Meglio nero».

In caso di elezioni, un imprenditore del suo calibro pensa di candidarsi?

«È presto per parlare di elezioni politiche. Comunque il mio punto di vista in merito è noto a tutti. Io non sono il tipo che si può permettere di sprecare tempo dietro alle regole democratiche e ai cavilli burocratici. Non è nelle mie abitudini aspettare la scadenza elettorale per candidarmi. Se un domani mi gira di fare il presidente del consiglio mi reco a palazzo Chigi, mi insedio e chi s'è visto s'è visto! Son fatto così, è carattere...».

Quale sarebbe il suo programma di governo?

«Proprio in questi giorni ho letto sul giornale che occorre investire. Allora mi sono seduto alla guida del mio *Suv Porsche Cayenne* e ho messo sotto tre o quattro vecchiette prese a caso per la strada. Uno spasso! Poi m'hanno spiegato che si tratta sì di investire, ma in un altro senso...».

Siamo pieni di *Bot* e *Btp* che valgono sempre meno. Ha in mente prodotti alternativi su cui è bene puntare?

«Le dirò, mi sono trovato molto bene con lo *Spic & Span*. Ma per i pavimenti consiglio senz'altro il nuovo *Vim Liquido*».

La presenza di soggetti come Coop rende più difficile l'uscita dalla crisi, non le pare?

«Mi rincresce, ma non conosco nessun soggetto di nome Coop. Conosco invece il *COP*, Centro Operativo Pravettoni. Ma è una struttura clandestina affiliata al crimine organizzato, modestamente parlando, e non sono autorizzato a rilasciare dichiarazioni al riguardo».



vettoni, uomo senza scrupoli, titolare di una immaginaria catena di supermercati nei quali i clienti sono solo polli da spennare e dove non esistono regole da rispettare.

Così proprio il signor Pravettoni siamo andati a cercare, per sentire le sue ricette per il Natale alle porte e non solo quello.

Dottor Pravettoni, partiamo da questioni più generali, qual è la sua ricetta

Il Natale è alle porte e sicuramente la sua azienda avrà in mente idee regalo piuttosto interessanti e innovative.

«Quest'anno, lo dico con malcelato orgoglio, la *Pravettoni e Ripravettoni* è in grado di offrire ai suoi fedeli clienti dei Mercatoni Pravettoni prodotti fortemente innovativi, risultato di anni e anni di ricerche. Anni di arditi esperimenti condotti da una affiatata équipe di ricercatori altamente qualificata, tra cui mi pregio di annoverare il Mago Zurli, Topo Gigio, Pupo, Ezechiele Lupo e l'Incredibile Hulk». ■

triplavù di Luca Carlucci

Mercatino globale

enneci
73

Sgradite sorprese

Ed eccovi le rivoluzionarie idee regalo di Pravettoni per il vostro Natale.

Le polpette di manzo senza manzo Cosa ci mettiamo dentro? Dipende. Ingredienti a sorpresa, in perfetta sintonia con lo spirito natalizio!

Le pellicce ecologiche Pravettoni Come si ottengono? È semplice. Si prende l'animale da pelliccia, lo si manda una settimana all'aria buona e poi, alla fine della villeggiatura, lo si abbatte con una randeddella in testa. Viene una pelliccia morbida che è una meraviglia! Per la salvaguardia dell'ermellino, animale raro, da proteggere, abbiamo deciso di mettere in produzione solo pellicce di animali vivi... Mi direte: «Ma com'è possibile?». Anche qui la soluzione è semplice. Si prende la bestia, la si scuoa e la si rimanda a casa con un cappottino in similpelle. Un'altra pelliccia che trattiamo è quella della volpe argentata. Il problema è argentarla. Non sta mai ferma. Se n'è cromata una, ma non è la stessa cosa...

L'orologio usa-e-getta Lo trovate nei *Mercatoni Pravettoni*, reparto Fregature, insieme alla "Sveglia che non ti sveglia" e ad altri straordinari prodotti a sorpresa. Vi aspetto numerosi nei nostri negozi e vi ricordo il nostro slogan che ben rappresenta la nostra filosofia aziendale: "Noi dei *Mercatoni Pravettoni* non soddisfiamo i bisogni della gente... È la gente che soddisfa i nostri! Chiamaci scemi."

In un mese come questo, dello shopping forsennato, con l'ansia di non cadere vittime della "sindrome del paio di guanti" e di trovare regali azzeccati e originali per i destinatari, un sito come *Etsy* (www.etsy.com) è quello che ci vuole. Si basa su una delle dinamiche che hanno fatto la fortuna del web: consorzio i piccoli in modo da dar loro forza, visibilità e mercato. I piccoli in questione sono artigiani, stilisti, designer e consimili di tutte le parti del mondo, che sul sito hanno modo di mostrare e vendere i loro pezzi unici. Fondato nel 2005 e da allora cresciuto moltissimo, *Etsy* è una sorta di immenso mercatino digitale: si calcola che coinvolga, tra venditori e acquirenti, circa 5 milioni di persone. Sul sito si trovano solo creazioni nuove e originali oppure, in alternativa, cose *vintage* (devono avere almeno 20 anni). Scelta immensa, una trentina abbondante di categorie merceologiche che vanno dai vestiti ai gioielli, dalla cartoleria al mobilio, dalla borsetteria ai giocattoli, dagli accessori ai casalinghi, e così via, il tutto all'insegna della fantasia e della creatività più sfrenate. Tutti gli oggetti sono accuratamente descritti e mostrati attraverso fotografie e ovviamente dotati di prezzo. Com'è facile intuire, *Etsy* è interessante per i compratori, ma anche per i venditori: così, se siete gioiellieri, artigiani o altro, e desiderate cercare un canale di vendita globale per i manufatti che produce, date un'occhiata al sito. I costi per gli espositori sono presto detti e sembrano molto onesti: 20 centesimi di dollaro per ogni tipologia di oggetto esposta alla vendita e il 3,5 per cento sulle vendite effettivamente realizzate. *Etsy*, infine, non è solo una piattaforma commerciale, ma un'attiva e ottimamente progettata community on line, dotata di forum di discussione, blog, mailing list e che organizza anche eventi e fiere reali, dove i migliori inserzionisti hanno modo di promuovere ulteriormente i loro prodotti. ■

In maniche di maglietta

Per la *t-shirt* illustrata, meglio se originale e bizzarra, tra i giovani (ma non solo) c'è un vero e proprio culto. Internet offre tantissime possibilità per realizzare, vendere o comprare *t-shirt*. Uno dei siti più noti e frequentati è *Threadless* (www.threadless.com), basato sul *crowdsourcing*, cioè sulla creatività diffusa: sono gli utenti a proporre nuovi design di magliette (al sito arrivano circa 1.500 proposte alla settimana!) e sono gli stessi utenti che votano le migliori che saranno poi messe in vendita e i proventi spartiti tra l'autore della maglietta e i gestori del sito. Il risultato è un rutilante circo di magliette sempre nuove e originali che ha reso *Threadless* uno dei siti più amati dai maniaci di *t-shirt* di tutto il mondo, dove – perché no? – trovare un'idea regalo.



Di tutti i colori

Dal bianco e nero al colore, dalla "non-vita" alla "vita": le bustine colorate del tè Twinings che ti cambiano l'esistenza. Spot ingenuo, ma non troppo.

74

Alla ricerca di meccanismi, più o meno occulti, più o meno palesi, attraverso cui funziona la pubblicità, ci imbattiamo nell'ultimo spot di *Twinings* in cui è in azione un tipico dispositivo di pubblicità comparativa. Ma lo spot, per non incorrere in spiacevoli (e in certi casi sanzionabili) situazioni di scorrettezza comunicativa, e anche per non dare troppa importanza a nessuna delle altre marche di tè, non fa una comparazione con uno specifico prodotto della concorrenza, bensì giustappone in sequenza due situazioni appartenenti a due opposti mondi possibili: un mondo senza *Twinings*, in cui viene versata nelle tazze niente più che acqua zuccherata con limone (metafora discreta e giudizio implicito su tutti gli altri tè) e un mondo dominato dalla presenza del tè *Twinings*. Il vantaggio di usare questa strategia è che ciò che emerge dal punto di vista del senso non è il fatto che *Twinings* sia un buon (mettiamo pure un ottimo) tè, ma che il suo uso cambia tutta la vita. Lo spot inizia in bianco e nero mostrando una padrona di casa che serve da una bella, ma un po' troppo classica, teiera una bevanda trasparente a degli ospiti eleganti, ma non più giovani, che hanno un'aria composta e forse anche un

po' mesta. La musica che accompagna la scena è la prima strofa, molto soft, della canzone di Alanis Morissette "Ironic". Ma improvvisamente alla seconda strofa della stessa canzone, che esplose in un ritmo animatissimo, irrompe un arcobaleno che fa da cerniera verso un'altra scena, questa volta colorata e animata, popolata di giovani che si muovono saltando e facendo festa. Dal cielo piovono, come tanti petali di fiori, le bustine colorate del tè *Twinings*. È chiara la valenza simbolica del colore, che rimanda iperbolicamente al tema della "vita", così come il bianco e nero in questo caso rimanda al suo opposto. *Twinings* fa passare dalla "non-vita" alla "vita". È una proposta immaginativa francamente esagerata: eppure non ci rendiamo ben conto dell'eccesso perpetrato dalla comunicazione pubblicitaria, ci sembra naturale. È il modo in cui funziona la retorica come arte del comunicare in modo persuasivo, in contrapposizione alla logica come arte del parlare in modo diretto e perseguendo solo la corrispondenza nuda e cruda con i fatti. Non c'è formalmente niente di scorretto in tutto ciò né tantomeno una forma di manipolazione psicologica ingannevole. Ma è proprio per questa apparente innocuità dei meccanismi con cui si tenta di sedurlo che lo spettatore deve stare in guardia. ■



teleobiettivo di Beatrice Ramazzotti

Domenica è sempre domenica

Domenica italiana, ora di pranzo. Fate zapping tra RaiUno e Rete4 e cercate le differenze tra i programmi in onda, rispettivamente Linea Verde e Mela Verde. Il colore non è l'unica caratteristica che per circa un'ora unisce Rai e Mediaset. In ambedue i programmi si accavallano pranzi in piazza con uomini panciuti e donne in grem-

biule intenti a preparare pietanze tipiche dal vivo, balli popolari, incursioni tra le vie del paese, zoom su artigiani che intarsiano manufatti, avvicinamento di bestiame caratteristico e poi il volo in elicottero, con intervista urlata nel vento. Così mentre gli adolescenti ancora sbadigliano, i cognati si guardano in cagnesco, i nonni ripetono le stesse domande, in Tv scorre una rassicurante Italia da cartolina, dove il tempo è artificialmente in standby e i problemi sono nascosti sotto una tavola imbandita.

LA CONVENIENZA A MISURA DI SOCIO



COOP È LA TUA ALLEATA CONTRO IL CAROVITA.

Ti garantisce ogni giorno il risparmio che cerchi, proponendoti tante possibilità:

- offerte per tutti i consumatori
- offerte riservate esclusivamente ai Soci
- prodotti che i Soci possono acquistare utilizzando i punti
- premi del catalogo, che i Soci possono richiedere utilizzando i punti.

Inoltre, continua anche nel 2011 **lo sconto 20% su 100 prodotti a marchio Coop**. Una grande occasione di risparmio per tutti i Soci e i consumatori perché garantisce uno sconto importante su prodotti significativi per la spesa di tutti i giorni, che cambiano a seconda dei periodi durante tutto l'arco dell'anno. Li puoi trovare tutti segnalati nel punto vendita e alcuni di essi saranno riportati periodicamente come esempio nei volantini commerciali.

Clicca su **www.unicooptirreno.e-coop.it** e scopri tutte le offerte: buona spesa, e buona convenienza.

Le offerte per i Soci si intendono valide solo per i Soci Unicoop Tirreno.

sociocoop

Unicoop Tirreno

LA CONVENIENZA A

Ogni quindici giorni tantissimi

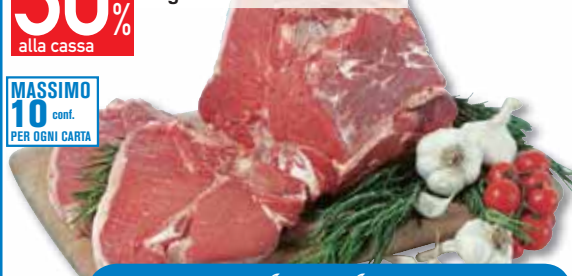
OFFERTE RISERVATE AI SOCI

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA **DALL'1 AL 15 DICEMBRE.**

PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto
30%
alla cassa**VITELLONE
BISTECHE**

il kg

MASSIMO
10 conf.
PER OGNI CARTA*Consigli per la cottura*

- 1 Togliere la bistecca dal frigorifero 1 ora prima della cottura.
- 2 Utilizzare piastra o griglia ben calde.
- 3 Cuocere dai 3 ai 5 minuti per lato. Girare una sola volta.
- 4 Aggiungere il sale solo al termine della cottura.

MASSIMO
6 pezzi
PER OGNI CARTA**PECORINO STAGIONATO
TOSCANO DOP
CASEIFICIO SOCIALE
MANCIANO**

il kg

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENOsconto
35%
alla cassa

per i non soci € 15,90

€ 10,33MASSIMO
6 pezzi
PER OGNI CARTA**TRANCIO
DI PROSCIUTTO
DI PARMA DOP
CASA MODENA
stagionato 12/13 mesi
il kg**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENOsconto
30%
alla cassa

per i non soci € 17,90

€ 12,53MASSIMO
5 conf.
PER OGNI CARTA

PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

sconto
40%**CONFEZIONE
REGALO
TUTTINSIEME
VENTURA**
1,5 kgSCELTO DAI SOCI
SCELTO DAI SOCI
SCELTO DAI SOCI
SCELTO DAI SOCI**FILETTI DI TONNO
IN OLIO DI OLIVA
CONSORCIO**
425 gPREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENOsconto
50%

per i non soci € 13,30

€ 6,65

il kg € 15,65

MASSIMO
8 pezzi
PER OGNI CARTAQUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITAPREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**SET WHITE BIALETTI
COMPOSTO DA:
moka 3 tazze + 3 bicchieri + zuccheriera
+ vassoio in ceramica bianca****€ 19,90****VICINO A NOI**MASSIMO
8 pezzi
PER OGNI CARTA**MIELE
TOSCANO
ACACIA
APICOLTURA
DR. PESCIA**
750 gPREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**€ 4,99**

il kg € 6,65

SCELTO DAI SOCI
SCELTO DAI SOCI
SCELTO DAI SOCIQUESTO PRODOTTO
NON È DISPONIBILE
IN ALCUNI PUNTI
VENDITAPREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**PANTALONE UOMO
IN VELLUTO CARRERA
colori assortiti****€ 22,90**

A MISURA DI SOCIO.

mi prodotti in offerta speciale.

SOCI UNICOOP TIRRENO.

coop ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

DAL 16 AL 31 DICEMBRE.



PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
sconto **40%**
alla cassa

SUINO ARISTA SENZ'OSSO A TRANCI
il kg

MASSIMO 10 conf.
PER OGNI CARTA



MASSIMO 10 pezzi
PER OGNI CARTA

PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
sconto **40%**

LENTICCHIA MONTE CASTELLO
500 g



MASSIMO 6 pezzi
PER OGNI CARTA

PISELLI PRIMO FIORE FINISSIMI OROGEL
750 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

€ 1,59

il kg € 2.12

SOTTOZERO



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

SALMONE SCOZZESE AFFUMICATO RIUNIONE
400 g

€ 7,50

il kg € 18.75

MASSIMO 6 pezzi
PER OGNI CARTA



MASSIMO 3 conf.
PER OGNI CARTA

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

CONFEZIONE DUETTO TAPPO RASO FONTANAFREDDA DOCG
brachetto d'Acqui le fronde + moscato d'Asti - 75 cl x 2

€ 8,89



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

ASCIUGONI REGINA
conf. x 6

€ 4,29

MASSIMO 2 conf.
PER OGNI CARTA

- Potenza 1200 W (performance da 2000 W)
- 40% di risparmio energetico
- Regolazione elettronica della potenza
- Capacità sacco 2,3 litri
- Filtro pre-motore hepa
- Spazzola parquet Caresse

ASPIRAPOLVERE A TRAINO CON SACCO HOOVER
Mod. TFG5123 FREESPACE GREEN RAY

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

€ 79,90

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

SERVITO PIATTI 12 PEZZI IN PORCELLANA
6 piani + 6 fondi
colori: lilla/verde/giallo

€ 14,90

coop

QUESTO PRODOTTO NON È DISPONIBILE IN ALCUNI PUNTI VENDITA



coop

socio**coop**

Unicoop Tirreno

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

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

DALL'1 AL 31 DICEMBRE.

OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

coop incoop ipercoop

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

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

**MASSIMO
10 pezzi
PER OGNI CARTA**



**NOCI
DELLA
CALIFORNIA
1 kg**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 1,98
+ 100 punti
oppure
€ 3,98**



**SET IN MICROFIBRA
BESANA BY CALEFFI
COMPOSTO DA: accappatoio
con cappuccio e asciugamano
double face - tinta unita
e stampato - 50 x 100 cm**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 13,90
+ 400 punti
oppure
€ 21,90**



**CONFEZIONE
IN SCATOLA
MAGLIA CASHMERE
UOMO/DONNA
modelli e colori assortiti**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 49,00
+ 1000 punti
oppure
€ 69,00**

**OLIO EXTRA
VERGINE
DI OLIVA
NOVELLO 2011
100% ITALIANO
IL GREZZO
COSTA D'ORO
3 litri**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 9,90
+ 150 punti
oppure
€ 12,90
il litro € 4,30**

**MASSIMO
10 pezzi
PER OGNI CARTA**



**TAPPETO MAGNETICO
ELETTRICO DIADORA
Mod. MARATHON 3.5**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 349,00
+ 2500 punti
oppure
€ 399,00**



- Nastro di corsa 41 x 120 cm
- Velocità 1-16 km/h
- Inclinazione elettrica 15%
- Pieghevole
- Ruote di trasporto
- Ammortizzato
- Computer LCD retroilluminato
- Hand pulse
- 12 programmi di allenamento
- Rilevazione massa grassa
- Velocità/inclinazione preselezionata computer, corrimano
- Peso massimo utilizzatore 110 kg

- Processore Intel Atom N570 Dual Core 1,66 GHz
- Ram 1 GB
- Hard disk 250 GB
- Scheda video Intel MA 3150
- Memoria video integrata
- Batteria 6 celle
- 3 porte USB
- Connessione Wi-Fi 802.11 b/g/n

**LED
TECHNOLOGY
10,1"**



**Windows 7
Starter**

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 169,00
+ 1500 punti
oppure
€ 199,00**

**NETBOOK
PACKARD BELL
Mod. DOT_SE2-2031T**

**LED
TECHNOLOGY
40"**

**Full HD
1080**

**4 USCITE
HDMI™
HIGH DEFINITION MULTIMEDIA INTERFACE**

**DVB-T
TERRESTRIAL
HD CI+**

**TV LED SAMSUNG
Mod. UE40D6500**

3D

- Mega contrasto
- Frequenza 400 HZ
- Internet TV
- Connessioni: Scart, AV, Component, VGA, 3 USB
- Wi-Fi
- Audio stereo 2x10 W



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

**€ 749,00
+ 2500 punti
oppure
€ 799,00**

**61 cm
26 cm
93 cm**

PUNTI COOP NUOVA COLLEZIONE SOCI UNICOOP TIRRENO

COLLEZIONA LA SERIE COMPLETA DI PORCELLANE SATURNIA



PRODOTTI IN ESCLUSIVA PER IL MESE DI DICEMBRE

Set 3 piatti frutta linea Malaga

- in porcellana bianca ø 21 cm



 **200 punti + 2,50 €**
PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA SATURNIA 6,30 €

Insalatiera linea Malaga

- in porcellana bianca ø 26 cm



 **200 punti + 2,50 €**
PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA SATURNIA 5,50 €

Sottopiatto rotondo linea Malaga

- in porcellana bianca ø 31 cm



 **300 punti + 3,50 €**
PREZZO DI VENDITA AL PUBBLICO
CONSIGLIATO DA SATURNIA 8,50 €

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

SOLO PER TE.



PUNTI COLLEZIONAMENTO: LA RACCOLTA 2011-2012

PER CONOSCERE TUTTI I PREMI:

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

LE OFFERTE SONO VALIDE SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Abetone: il bello della montagna.

L'Abetone deriva il proprio nome da un enorme abete che lì si trovava e che venne abbattuto per far posto alla settecentesca strada Modenese. Oggi il nome è pienamente meritato grazie alla bellezza delle foreste di abeti che circondano tutta la zona. E rispetto ad allora l'Abetone si è trasformata in un accogliente centro turistico destinato sia agli sport invernali che estivi. Per gli sport invernali in particolare, vi sono tre valli collegate tra di loro attraverso oltre cinquanta chilometri di piste da sci servite da un articolato sistema di impianti di risalita: seggiovie, ovovie, sciovie di lungo tragitto e baby-skillift.



1.000 punti

**BUONO DA 15 EURO
SKIPASS GIORNALIERO**

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

Il buono potrà essere convertito presso la biglietteria centrale Multipass, in piazza Piramidi all'Abetone.

Il buono è valido per l'acquisto parziale di un solo skipass.

I buoni non sono cumulabili e non sono validi su tariffe già scontate.

Il buono ha validità per le stagioni invernali 2011 o 2012 (escluso festività natalizie).

Per informazioni:

Consorzio Impianto di risalita Abetone tel 0573 60556 - fax 0573 60557

BOLLETTINO DELLA NEVE: tel 0573 60556

ABETONE



SOLO PER TE.



PUNTI COLLEZIONAMENTO: LA RACCOLTA 2011-2012

PER CONOSCERE TUTTI I PREMI:
WWW.UNICOOPTIRRENO.E-COOP.IT OPPURE WWW.CARTASOCIO.IT

LE OFFERTE SONO VALIDE SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO



Comprensorio del Cimone: neve in piena libertà.

Ad un'ora da Modena e dall'Autosole, il Cimone con i suoi 50 km di piste offre impianti veloci e sicuri con accesso a mani libere, fuoripista e pendii per lo sci estremo.

Luogo ideale per accostarsi alla pratica dello sci, fin dalla primissima infanzia, è attrezzato per i bambini e le famiglie.



1.000 punti

**BUONO DA 15 EURO
SKIPASS GIORNALIERO**

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

I buoni non sono cumulabili e non sono validi su tariffe già scontate.

**Il buono ha validità dal 12 dicembre 2011
al 30 aprile 2012**

(escluso festività natalizie dal 24 dicembre 2011
all'8 gennaio 2012).

Per informazioni:

tel 0536 62350 - fax 0536 60021

info@cimonesci.it - www.cimonesci.it

BOLLETTINO DELLA NEVE:

operativo 24 ore a impianti aperti tel 0536 62350.



DAL 29 SETTEMBRE AL 14 DICEMBRE

COLLEZIONE ITALIANA



LUIGI BORMIOLI LINEA GOURMET

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



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

CONFEZIONE
2 BICCHIERI ACQUA
34 d

6 BOLLINI + € 1,95



CONFEZIONE
2 CALICI FLUTE
31,5 d

8 BOLLINI + € 2,70



CONFEZIONE
2 CALICI VINO BIANCO
45 d

10 BOLLINI + € 2,70



CONFEZIONE
2 CALICI VINO ROSSO
58 d

12 BOLLINI + € 2,90



**1 BOLLINO
OGNI 20 EURO DI SPESA**

coop incoop ipercoop
GRUPPO UNICOOP TIRRENO

NUOVO DASH CONCENTRATO

ieri



=



oggi

120 ml

73 ml

NUOVA FORMULA CONCENTRATA
CON IL 50% DI POTERE PULENTE IN PIU'
IN OGNI GOCCIA*



E inoltre...



NUOVA BOTTIGLIA
CON MANICO
ERGONOMICO



NUOVO DOSATORE
INTEGRATO



NUOVO TAPPO
CON PULSANTE
AD EFFETTO "CLICK"



Più bianco non si può

*DOSA IL 39% IN MENO RISPETTO ALLA FORMULA PRECEDENTE



MULINO BIANCO

Barilla

NOVITÀ

Nascono i Biscotti Cotti al Vapore



*Fiori
di Latte*

con Latte Scremato e Riso

Ricchi di Calcio
per le tue ossa

*Gemme
di Grano*

Integrali

**Ricchi di Fibra
di Grano**
per il tuo intestino

*Segreti
di Bosco*

con Mirtilli Rossi

Ricchi di Minerali
con proprietà antiossidanti