



Il mensile per i soci Unicoop Tirreno ■ euro 1,50

novembre 2015 anno XXIV

# 251

# MEDICINA SENZA FRONTIERE

*Quella tradizionale insieme  
a omeopatia, agopuntura,  
fitoterapia e pratiche manuali.  
La medicina del futuro sarà integrata?*

## Amori criminali

■ 25 novembre: Giornata  
internazionale contro  
la violenza sulle donne.  
Per dire basta.

## Lotta di class action

■ Perché l'azione legale  
collettiva in Italia  
non funziona?

## Sotto tiroide

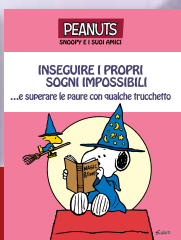
■ La tiroidite cronica  
di Hashimoto che  
si può curare.

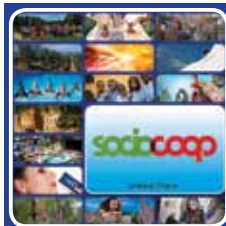
## Peso piuma

■ Guida all'acquisto  
di piumini e trapunte.

## ASSEMBLEE SEPARATE STRAORDINARIE DEI SOCI

calendario  
a pag. 31





# SOLO PERTE

**RACCOLTA PUNTI 2015-2016  
VALIDA SOLO PER  
I SOCI UNICOOP TIRRENO**

Per conoscere tutti i premi:  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com)



## EXPLORA, IL MUSEO DEI BAMBINI DI ROMA

**1 ingresso a Explora**



**800  
punti**

**SPENDI**

**Buono valido per il ritiro presso i punti vendita di Unicoop Tirreno di 1 biglietto gratuito di ingresso dai 3 anni in su a Explora, il Museo dei Bambini di Roma.**

**Scadenza buono 31 maggio 2016.**

**Prenotazione obbligatoria allo 06 3613776 weekend, festivi e vacanze scolastiche. I bambini sotto i 12 mesi entrano GRATIS.**

Aperto dal martedì alla domenica con quattro turni di visita di 1 ora e 45 minuti:

10.00 - 11.45 (eccetto agosto)

12.00 - 13.45

15.00 - 16.45

17.00 - 18.45

**Cos'è Explora? Un Museo a misura di bambino con giochi e allestimenti interattivi su scienza, ambiente, comunicazione, società, economia e nuove tecnologie per capire la realtà di tutti i giorni, 2.000 mq di allestimenti interattivi per giocare, sperimentare, divertirsi, crescere e imparare.**

In ogni area del Museo è segnalata la fascia d'età (0-3 anni, 3-5 e 6-12 anni) per cui è stato realizzato l'allestimento.

### Il Museo si sviluppa su due piani:

- piano terra: installazioni permanenti, area "Piccoli Exploratori" per i bambini da 0 a 3 anni, spazio laboratori "Lavori in corso".
- primo piano: mostre temporanee.

*L'area Piccoli Exploratori e le mostre temporanee sono incluse nel biglietto di ingresso al museo. Consultare nel calendario sul sito i giorni in cui sono offerti i laboratori tematici.*

### Explora offre anche:

- laboratori creativi e scientifici
- giornate tematiche ed eventi privati
- feste di compleanno
- campus durante le vacanze scolastiche
- letture animate nel bookshop
- visite per scuole
- laboratorio "Officina in cucina" nell'edificio "cucina", accanto al padiglione espositivo

Per aperture/chiusure eccezionali e per variazioni di orario di ingresso consultare sempre [www.mdbri.it](http://www.mdbri.it).

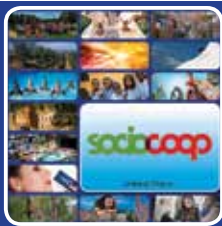
Shop, ristorante, bar, parcheggio riservato ai visitatori (1,00 euro).

**Per informazioni e prenotazioni: 063613776**

[info@mdbri.it](mailto:info@mdbri.it), [biglietteria@mdbri.it](mailto:biglietteria@mdbri.it), [www.mdbri.it](http://www.mdbri.it).

Seguici su:





# SOLO PERTE

## RACCOLTA PUNTI 2015-2016 VALIDA SOLO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com)



# EURONICS

## Converti i punti IOMERITOCLUB in punti Coop

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

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

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

### EuronicS

Per cercare i punti vendita EuronicS che aderiscono all'iniziativa visita il sito

[www.cds.euronicS.it](http://www.cds.euronicS.it)

o chiama il numero verde

**800 067 367**

Ogni 100 punti IoMeritoClub avrai 300 punti Coop



**300**  
punti Coop

**ACCUMULA**

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

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

**La conversione dei punti IoMeritoClub in punti Coop è possibile fino al 31 marzo 2016.**

## Converti i punti Coop in punti IOMERITOCLUB

Ogni 100 punti Coop avrai 33 punti IoMeritoClub



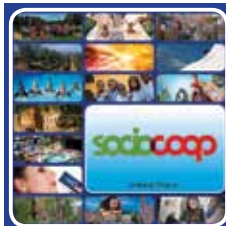
**33**  
punti IoMeritoClub

**SPENDI**

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

I punti saranno accreditati sulla carta IoMeritoClub entro 7 giorni.

**La conversione dei punti Coop in punti IoMeritoClub è possibile fino al 31 marzo 2016.**



# SOLO PERTE

RACCOLTA PUNTI 2015-2016  
VALIDA SOLO PER  
I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com)

sociocoop  
Unicoop Tirreno



BRICO IO

## Brico Io è una delle principali catene italiane dedicate al fai da te.

Personale disponibile e competente vi aspetta per consigliarvi nei vostri acquisti. Con Brico Io scoprirete come è facile decorare, rinnovare o sistemare la vostra casa realizzando le vostre idee e rispettando le vostre esigenze.

ricevi 1 punto  
ogni 2 euro di spesa



1  
punto Brico Io

SPENDI

Per ricevere i punti presenta, prima di effettuare il pagamento, la tua carta SocioCoop nei punti vendita Brico Io che aderiscono all'iniziativa.

I punti saranno accreditati periodicamente e in modo automatico.

L'iniziativa è valida fino al 29 febbraio 2016.

I punti vendita Brico Io aderenti all'iniziativa:

### TOSCANA

#### Massa

Via Catagnina, 3-3R  
0585.832977

#### Viareggio (LU)

Via Di Montramito, 283  
0584.44000

#### Livorno

Via Collinaia, 12  
0586.863521

#### Cecina-Montescudaio (PI)

c/o Centro Comm. "Il Poggio"  
Loc. Poggio Gagliardo  
0586.686684

#### Piombino (LI)

Via della Base Geodetica, 6  
Loc. La Fiorentina  
0565.276662

#### Follonica (GR)

S.P. Aurelia, km 226,9  
0566.55900

### LAZIO

#### Civitavecchia (RM)

Cento Comm. "La Scaglia"  
Via Aurelia Nord, km 76  
ang. Via D. Marrani  
0766.568064

#### Formia (LT)

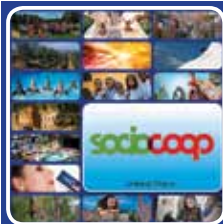
davanti al Centro Comm. ITACA 2  
Loc. Santa Croce  
Via Mamurrano  
0771.738097

#### Aprilia (LT)

Via Caracalla - ang. Via A. Moro, 6  
06.92730206

#### Ceccano (FR)

S.S. 156 Monti Lepini, km 6  
0775.641503



# SOLO PERTE

RACCOLTA PUNTI 2015-2016  
VALIDA SOLO PER  
I SOCI UNICOOP TIRRENO

Per conoscere tutti i premi:  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com)



ACCUMULA

## ACCUMULA PUNTI CON LO SHOPPING ONLINE

**GROUPON**

 **Meridiana**  
QUESTO SI CHIAMA VOLARE.

**redcoon.it**  
Prezzi piccanti

 **laFeltrinelli**

 **cisalfa**  
SPORT

  
Il parco divertimenti di Roma

 **opodo.it**  
viaggio dunque sono



**Douglas**

 **eDreams**

**La Redoute**  
Oh la mode

 **Vola quasi gratis**  
Tutti i voli in un click!

 **Expedia.it**  
Viaggia a modo tuo

**spartoo.it**  
N°1 DELLE SCARPE SU INTERNET

**TOYS center**

**lastminute.com**

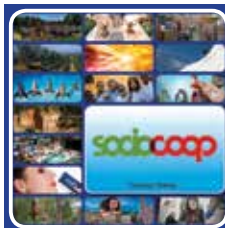
**Bottega Verde**  
Tu, naturalmente bella

**Aer Lingus**

**FOPPAPEDRETTI**

**solaris** | SPORT

I PUNTI SARANNO ASSEGNATI SOLO PER TRANSAZIONI CONCLUSE ON LINE, PASSANDO PRIMA DAL SITO: [www.catalogosoci.unicooptirreno.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.com)



# SOLO PERTE

**RACCOLTA PUNTI 2015-2016  
VALIDA SOLO PER  
I SOCI UNICOOP TIRRENO**

Per conoscere tutti i premi:  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com)



OVINDOLI

**Ovindoli** è uno dei 18 paesi più importanti del Parco Sirente-Velino e si trova a 35 km da L'Aquila, nella zona della Magnola.

**Skipass giornaliero**



**2.900  
punti**

**SPENDI**

Buono valido per l'acquisto di uno skipass giornaliero adulti. Scadenza voucher: 30/04/2016. Ingresso gratuito: per i bambini al di sotto di 6 anni (verificare dettagli sul sito internet).

Le stazioni sciistiche della Magnola offrono impianti di risalita per più di 35 km, serviti da una telecabina a otto posti, seggiovie biposto e triposto, sciovie e un tapis roulant. Gli amanti dello snowboard vengono soddisfatti con un'intera zona dedicata alle loro acrobazie sulla neve nello snowpark con half pipe. La neve è sempre assicurata grazie alla presenza del nuovo, moderno ed efficiente sistema di innevamento artificiale, che assicura la produzione di neve di ottima qualità distribuita e prontamente battuta da cinque moderni macchinari battipista (gatti delle nevi) sempre a disposizione.

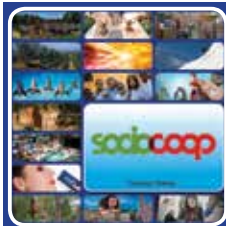
La nuova telecabina ad ammortamento automatico da otto posti a sedere permette l'arroccamento in soli tre minuti. All'arrivo della telecabina Le Fosse, a 1.800 m di quota, è aperto il nuovo rifugio albergo Anfiteatro, con bar, ristorante e solarium.

**Novità della stagione:** nuova seggiovia esaposto Fontefredda-Montefreddo.

**Contatti:**

Piazzale Magnola, 69  
67046 - Ovindoli (AQ)  
Tel. 840.000.900

[info@montemagnola.191.it](mailto:info@montemagnola.191.it)  
[www.ovindolimagnola.it](http://www.ovindolimagnola.it)



# SOLO PERTE

**RACCOLTA PUNTI 2015-2016  
VALIDA SOLO PER  
I SOCI UNICOOP TIRRENO**

Per conoscere tutti i premi:  
[www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com](http://www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com)



ABETONE

## Abetone: il bello della montagna.

L'Abetone è una delle più conosciute stazioni dell'Appennino: può vantare 17 impianti di risalita comodi e veloci e 50 km di piste di ogni grado di difficoltà. Si scia su diversi versanti con caratteristiche molto varie: gli ampi pendii del Monte Gomito con le "Zeno", i boschi secolari delle Regine e della Selletta, l'ambiente alpino della Val di Luce, i ripidi muri delle piste Coppi al Pulicchio.

Ci sono poi due snowpark attrezzati con jumps e rails, un baby park per i più piccoli, mentre per gli amanti dello sci nordico c'è la pista "Maiori", di oltre 6 km di lunghezza. I boschi secolari dell'Abetone sono inoltre terreno ideale per chi ama scoprire la montagna innevata con le ciaspole o praticare lo sci alpinismo.



CIMONE

## Comprensorio del Cimone: neve in piena libertà.

A 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.

**Buono da 15 euro  
skipass giornaliero**



**1.100  
punti**

**SPENDI**

Buono del valore di 15 euro da utilizzare per l'acquisto di uno skipass giornaliero adulti (Abetone Multipass).

**Buono da 15 euro  
skipass giornaliero**



**1.100  
punti**

**SPENDI**

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

Il buono potrà essere convertito presso tutte le biglietterie del Consorzio Abetone Multipass ed 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 2015 o 2016** (escluse le festività natalizie).

**Per informazioni:**  
Consorzio Abetone Multipass Tel. e Fax 0573 60557  
[abetonemultipass@tiscali.it](mailto:abetonemultipass@tiscali.it) - [www.multipassabetone.it](http://www.multipassabetone.it)

**Bollettino della Neve** tel. 0573 60556

**Il buono ha validità fino al 10 aprile 2016**  
(escluso feste natalizie dal 24 dicembre 2015 al 6 gennaio 2016).  
Il buono non è cumulabile e non è valido su tariffe già scontate.

**Per informazioni:**  
Tel. 0536 62350 - Fax 0536 60021  
[info@cimonesci.it](mailto:info@cimonesci.it) - [www.cimonesci.it](http://www.cimonesci.it)

**Bollettino della Neve**  
Tel. 0536 62350 operativo 24 ore a impianti aperti.

# PERCHÉ SENTO MA NON CAPISCO LE PAROLE?



## PERCHÉ SENTIAMO CON LE ORECCHIE MA CAPIAMO CON IL CERVELLO.



Dott.ssa **GIORGIA PERI**  
Audioprotesista, Responsabile Formazione Audin

### Quali sono i segnali di una difficoltà di udito?

Il più delle volte, all'inizio, non ci si rende conto di avere dei problemi di udito. Si continua a sentire, ma le parole arrivano poco scandite.

Gli altri ci dicono che teniamo il volume della TV troppo alto, perdiamo le battute di un discorso, ci ritroviamo a chiedere 'ehh??', faticiamo a capire quello che ci viene detto e ci stanchiamo così tanto a seguire una conversazione che tendiamo a isolarci.

### Può accadere a tutte le età

Lo dimostra il numero crescente di giovani che vanno incontro a danni dell'udito soprattutto a causa dell'abitudine di ascoltare musica ad alto volume. Ma la perdita uditiva può essere causata anche dallo stare a lungo in ambienti rumorosi, da infezioni ed infiammazioni, dall'assunzione di farmaci ototossici, da traumi, da familiarità ed ereditarietà.

*L'indebolimento dell'apparato uditivo (ipoacusia) è un problema che riguarda circa 6 milioni di italiani. Alcuni segni e sintomi associati alla perdita di udito sono:*

- **Sentire la voce poco chiara**
- **Avere difficoltà a capire in presenza di rumore**
- **Fare fatica a capire quando più persone parlano contemporaneamente**
- **Dover alzare il volume della televisione o della radio**
- **Chiedere spesso agli altri di ripetere**

*Chi soffre di ipoacusia spesso "Sente ma non capisce le parole", questo perché ha difficoltà a sentire alcuni suoni. È come leggere un testo a cui sono state cancellate delle lettere:*

"Sento ma non capisco le parole"

"S to ma n ca cole pa e"

*Per risolvere questo problema la tecnologia **BrainHearing™** restituisce udibilità ai suoni mancanti amplificandoli, e chiarezza alla voce pulendone il suono.*

NOVITÀ  
PER L'UDITO



## CAPIRE LE PAROLE IN AMBIENTI RUMOROSI

*Quando ci troviamo in presenza di rumore il nostro cervello si focalizza sulla voce che vogliamo ascoltare. Questa capacità viene compromessa in presenza di una difficoltà di udito.*

*Per tornare a capire in presenza di rumore, la tecnologia **BrainHearing™** utilizza speciali microfoni in grado di amplificare le voci e ridurre i rumori.*



Il chip,  
cuore della  
nuova  
tecnologia  
BrainHearing™

## CONDIZIONI SPECIALI RISERVATE AI

# AUDIN

Eccellenza per l'udito

**CENTRO** Via V. Veneto, 7 - Tel. 06.485546

**MONTEVERDE** Cir.ne Gianicolense, 216 A/D - Tel. 06.53272336

**SAN GIOVANNI** Via Gallia, 59/63 - Tel. 06.77209344

**SALARIO/TRIESTE** Viale Somalia, 184/186 - Tel. 06.86205134

**TUSCOLANO** Via F. Stilicone, 217/219 - Tel. 06.76988107

**PRATI/TRIONFALE** Via Cipro, 8 F/G - Tel. 06.62288288

**PRENESTINO/TOR DE SCHIAVI** Via Anagni, 100 - Tel. 06.62275454

AUDIN informa

Chiamata gratuita

800.16.71.71

Contatta subito il centro  
Audin a te più vicino

www.audin.it

felici di sostenere



# SOCI coop

- **Check up gratuito dell'udito**
- **Sconto 15% soci coop** (come da convenzione)
- **Garanzia kasko 36 mesi**
- **Copertura smarrimento e furto 36 mesi**
- **Apparecchio di cortesia** (in caso di riparazione)
- **Prova gratuita di 30 gg** (senza impegno di acquisto)
- **Forniture ASL e INAIL** (a gli aventi diritto)
- **Consulenza gratuita a domicilio**
- **Finanziamenti e pagamenti personalizzati**





# Trattato male

L'avevamo detto che ci saremmo tornati sopra. La partita che si sta giocando fra Europa e Stati Uniti intorno all'ormai celeberrimo Trattato di libero scambio meglio noto come *Ttip* (*Transatlantic Trade and Investment Partnership*), è troppo grossa per lasciare che vada dove la portano i meri interessi commerciali dei due continenti. E quindi, dopo la lunga inchiesta pubblicata su *Nuovo Consumo* di marzo, è arrivato il momento di verificare se i nodi ancora irrisolti e i rischi che avevamo paventato sono stati superati. Le

questioni sul tappeto sono molte e importanti per la salute dei consumatori, l'ambiente e la sicurezza dei prodotti. Prendiamo ad esempio gli *ogm*. *L'Unione europea*, fino ad ora, ha posto forti limitazioni all'uso e all'importazione degli *organismi geneticamente modificati* e delle carni trattate con ormoni in nome di un principio di precauzione sposato anche da Coop nel senso che fino a quando la comunità scientifica non sgombrerà il campo da ogni possibile rischio, di questi prodotti se ne può tranquillamente fare a meno. Senza contare che l'eliminazione delle attuali barriere esporrebbe le imprese agricole europee alla concorrenza del potentissimo *agri-business* statunitense. Altrettante minacce gravano sul settore sanitario che, dal 2007, grazie a un regime di regolazione del mercato dei prodotti chimici in Europa (*Reach*), ci ha permesso di difenderci dall'importazione di prodotti farmaceutici che le autorità europee ritengono potenzialmente nocivi per esseri umani e animali. Reggerà il *Reach*? O sarà superato insieme ad altri? E che ne sarà dell'organi-

simo arbitrare terzo in grado di sovvertire legislazioni nazionali e comunitarie in contrasto con le strategie aziendali di imprese e multinazionali? Sarà davvero imparziale? E avrà davvero questo enorme potere antidemocratico di rotamare leggi e regolamenti approvati da Parlamenti di Stati sovrani? Anche

**Il Trattato Transatlantico tra Europa e Stati Uniti che mette a rischio la qualità dei prodotti, la salute dei cittadini, il lavoro, l'ambiente. Ma ne siamo veramente coscienti?**

qui incombono le stesse incertezze che già avevamo evidenziato alcuni mesi fa. Un'altra partita difficile si gioca sul terreno del diritto del lavoro. C'è ancora la concreta possibilità di un'ulteriore accelerazione liberista volta ad alimentare una sempre più spietata e disumana concorrenza al ribasso fra i lavoratori, i loro diritti e i loro salari come se non bastasse l'attuale livello di flessibilità, precarietà e incertezza del lavoro. Potremmo continuare. Ma forse più che allungare questo già preoccupante elenco di nefaste conseguenze che un accordo malfatto farebbe ricadere sull'Europa e sull'Italia in particolare, specialmente in un settore così importante come l'agroalimentare, vale la pena augurarsi che salga rapidamente una presa di coscienza più diffusa e

ampia tra i cittadini europei. In alcuni paesi si sono già mossi. A Berlino sono scese in strada centinaia di migliaia di persone. Manifestazioni anche a Bruxelles. Comitanti stanno nascendo ovunque. Ma queste voci sono ancora troppo fioche per impensierire chi vuole tessere un *Ttip* a maglie larghe. ■



730 ONLINE

FIDARSI È BENE,

Numero Verde  
800 730 800



CAAF CGIL È MEGLIO.

caafcgiltoscana.it

## IMU TASI

Sei proprietario di una casa?

Hai bisogno di conoscere se devi versare l'**IMU** o la **TASI**?  
Si avvicina la scadenza per il pagamento della  
seconda rata **IMU TASI**,  
possiamo aiutarti!

Per maggiori chiarimenti rivolgiti al **Caaf CGIL**

Prenota un appuntamento al nostro call center o presso le nostre sedi

**CAAF CGIL** Toscana è in grado di fornirti **SICUREZZA** e **PROTEZIONE** dei tuoi dati

**CAAF CGIL** Toscana...

**NON SOLO MODELLI REDDITUALI!**

PRENOTA AL NUMERO GRATUITO

**800 730 800**

per i cellulari: **199 100 730**

al costo del piano tariffario del tuo gestore

Possiamo esserti di aiuto per

**pratiche di assunzione Colf e Badanti.**

Hai bisogno di saper cosa devi fare per assumere una colf o una badante?

Possiamo aiutarti a districarti in questo mondo nella compilazione e stesura del contratto e di tutti gli adempimenti necessari per la regolarizzazione di colf e badanti e per la tenuta delle buste paga.

Prenota un appuntamento. Sapremo informarti su tutti gli adempimenti.

**Successioni:** **CAAF CGIL** può esserti vicino anche nei momenti più difficili.

Se devi presentare una dichiarazione di successione troverai personale qualificato

che saprà seguirti e consigliarti al meglio.

**730**

**IMU-TASI**

**RED**

**BONUS**

**BADANTI e COLF**

**UNICO**

**ISEE**

**CONSULENZA FISCALE**

**Inps ICRIC/ICLAV/ACCAS/PS**

**SUCCESSIONI**

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

**CAAF CGIL** TOSCANA



**la tutela individuale passa da noi!**

**Direttore responsabile**

Aldo Bassoni

**In redazione**Rita Nannelli  
Barbara Sordini**Hanno collaborato a questo numero**Barbara Autuori  
Francesca Baldereschi  
Alessandra Bartali  
Barbara Bernardini  
Olivia Bongiani  
Salvatore Calleri  
Luca Carlucci  
Claudia Ciriello  
Elena Corsi  
Tito Cortese  
Daniele Fabris  
Maria Vittoria Ferri  
Antonio Fico  
Jacopo Formaioni  
Stefano Generali  
Silvia Inghirami  
Giovanni Manetti  
Enrico Mannari  
Gianna Martorella  
Massimiliano Matteoni  
Roberto Minniti  
Massimo Montanari  
Giorgio Nebbia  
Susanna Orlando  
Patrice Poinssotte  
Paola Ramagli  
Gabriele Salari  
Maria Antonietta Schiavina  
Miriam Spalatro  
Mario Tozzi  
Ersilia Troiano**251**

novembre 2015

**Progetto grafico e impaginazione**Marco Formaioni  
per Studiografico M (Piombino.LI)**Impianti e stampa**

Elcograf

**Direzione e redazione**SS1 Aurelia Km 237  
frazione Riotorto  
57025 Piombino (LI)  
tel. 0565/24628  
fax 0565/24210  
nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it**Editore**

Unicoop Tirreno soc. coop.

**Pubblicità**Unicoop Tirreno  
tel. 0565/24111  
fax 0565/24213  
alessio.misrahi@unicooptirreno.coop.itRegistrazione del Tribunale  
di Livorno n. 695 del 15/4/2015  
Iscrizione ROC 25535Tiratura: 197.050 copie  
Chiuso in tipografia il 20/10/2015**Font utilizzate**Testata **Titillium** [Accademia di Belle Arti di Urbino, 2007]  
Titoli **Avenir** [Adrian Frutiger, 1988]  
Testi **Caslon 224** [Ed Benguiat ITC, 1988]**9** Il punto  
*Aldo Bassoni***Trattato male****contatti**

- 12**
- Fermo posta
- 
- 13**
- Coop risponde
- 
- 14**
- Chi protegge il cittadino
- 
- 14**
- Previdenza
- 
- 15**
- Benestare

**firme**

- 16**
- Salvatore Calleri
- 
- Nel vero senso della parola**
- 
- 17**
- Gabriele Salari
- 
- Mal vestiti**
- 
- 18**
- Tito Cortese
- 
- Cultura d'impresa**
- 
- 19**
- Giorgio Nebbia
- 
- Visione del mondo**
- 
- 20**
- Mario Tozzi
- 
- Un brutto clima**
- 
- 21**
- Massimo Montanari
- 
- Uovo d'onore**
- 
- 69**
- Gianna Martorella
- 
- Donne nel pallone**
- 
- 78**
- Giovanni Manetti
- 
- Sei un mito**

**attualità**

- 22**
- La notizia
- 
- Barbara Sordini*
- 
- Amori criminali**
- 
- 24**
- Primo piano
- 
- Aldo Bassoni*
- 
- Medicina senza frontiere**
- 
- 45**
- Inchiesta
- 
- Antonio Fico*
- 
- Lotta di class action**

**soci**

- 30**
- Cambio di Statuto**
- 
- 31**
- Calendario**
- 
- Assemblee Separate straordinarie dei soci**
- 
- 33**
- Coop fa Centro**
- 
- 40**
- Cicli e ricicli**
- 
- 41**
- Per voi soci
- 
- 79**
- Convenienza

**viaggi**

- 36**
- Giro di vento**
- 
- Alessandra Bartali*

**salute**

- 50**
- L'ora della merenda**
- 
- Ersilia Troiano*
- 
- 51**
- Faccende domestiche
- 
- 52**
- Sotto tiroide**
- 
- Barbara Bernardini*
- 
- 53**
- Sani & salvi

**prodotti**

- 54**
- All'asciutto**
- 
- Maria Vittoria Ferri*
- 
- 56**
- Peso piuma**
- 
- Roberto Minniti*
- 
- 58**
- Cambiare aria**
- 
- Daniele Fabris*
- 
- 59**
- Eco sistema
- 
- 60**
- Vino al vino**
- 
- Silvia Inghirami*
- 
- 61**
- Presidi Slow Food
- 
- 62**
- Buono come il pane**
- 
- Olivia Bongiani*
- 
- 64**
- Menu di gorgonzola**
- 
- Paola Ramagli*
- 
- 68**
- A tavola con i bambini

**ennci**

- 70**
- Striscia la notizia**
- 
- Rita Nannelli*
- 
- 71**
- Tempi moderni
- 
- 72**
- Tutto è relativo?**
- 
- Patrice Poinssotte*
- 
- 73**
- Scienza infusa
- 
- 74**
- Buongiorno tristezza**
- 
- Barbara Autuori*
- 
- 75**
- Le vite degli altri
- 
- 76**
- Nel segno del giallo**
- 
- Maria Antonietta Schiavina*
- 
- 77**
- Triplavù



fermo **posta** nuovoconsumo - SS1 Aurelia km 237 - Fraz. Riotorto, 57025 Piombino (LI)  
e-mail: nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

# Anima e corpo Salva... vita

**Vorrei ringraziare Mario Tozzi che, nella rubrica "Pianeta terra" del numero di ottobre 2015 (pag. 5), ha evidenziato l'assurdità dello scioglimento del Corpo forestale dello Stato. Credevo di essere l'unica cittadina italiana a pensarla così. Anna Andreucci N.B. Sono dipendente della P.A., ma non appartengo alla forestale.**

Ha fatto bene a precisare il suo non interesse personale alla questione perché in Italia, troppo spesso, si ragiona per istinto corporativo. Invece ci sono cittadini che credono davvero nei beni pubblici e nella loro salvaguardia. In questo caso, come dice giustamente il professor Tozzi, c'è di mezzo la tutela delle nostre ricchezze naturali e ambientali. "Se il patrimonio forestale del paese è incrementato negli ultimi decenni - scrive Tozzi nel suo articolo - questo lo si deve al *Corpo Forestale dello Stato*, che certo non è esente da critiche e che si gioverebbe di una riorganizzazione per dotarlo di più mezzi e di più uomini".

Aldo Bassoni

**Ho letto la vostra rivista e mi permetto di suggerirvi di scrivere un articolo su come salvare il pianeta, salvando l'acqua e mettendo le cose in appositi contenitori sulle strade, per vestiti, plastica, bottiglie, lattine, giornali, cibo (...). Le persone non hanno ancora capito che cosa significa rifiuto organico. Sui contenitori dei bar è scritto "organico", ma la gente mette dentro qualsiasi cosa. Educatela! Lettera firmata**





## Ricevuti dal Papa

**La partecipazione di Unicoop Tirreno all'udienza privata di Papa Francesco a ottobre.**



L'occasione speciale per Unicoop Tirreno è stata quella di partecipare ad un'udienza privata tenuta dal Santo Padre il 3 ottobre

scorso con la *Fondazione Banco Alimentare* aperta a tutti i soggetti che collaborano alle iniziative della *Raccolta Alimentare* e, come nel nostro caso, anche per il sostegno quotidiano attraverso il progetto *Buon Fine* attivo proprio nella città di Roma.

Al termine dell'udienza che si è trasformata in un'iniziativa contro la povertà e per l'inclusione sociale, per combattere lo spreco e recuperare il cibo, Papa Francesco ha ringraziato tutti gli operatori coinvolti, i volontari, e ha esortato a proseguire lungo questo percorso di solidarietà. In rappresentanza di Unicoop Tirreno, era presente il direttore soci e comunicazione Massimo Favilli.



## A caro prezzo

**Ho notato che negli ultimi tempi nel negozio Coop in cui faccio la spesa il prezzo delle mandorle è notevolmente aumentato e vorrei capire perché.**

Il prezzo delle mandorle è aumentato soprattutto a causa di un notevole incremento del loro consumo e dell'impiego da parte dell'industria –

ad esempio, per gli *snack* – ma anche per i dolci fai da o per i *mix* energetici e salutistici. Per rispondere a questa richiesta crescente negli ultimi 2 anni sono aumentate le superfici produttive, in particolare in California e Australia. Ciononostante il prodotto è quotato il 30 per cento in più rispetto all'anno passato. Come Coop cerchiamo sempre di contenere gli incrementi del prezzo finale di un prodotto per tutelare il potere d'acquisto di soci e clienti, ma in questo caso non potevamo continuare a mantenerlo inalterato alla luce della situazione che le abbiamo descritto. Un'ulteriore informazione: nel corso del prossimo anno potrebbe notare mandorle un po' più piccole del solito; ciò è dovuto alla siccità che ha colpito la California.



## Certo che sim

**Ho smarrito il codice puk del mio telefono con tariffa CoopVoce; ho chiamato il 188 per averne uno nuovo, ma mi è stato detto che questa procedura non esiste. Non ci sono altri modi per risolvere il problema?**

Come le è stato spiegato dall'operatore del 188, il codice *puk* smarrito, purtroppo, non può essere recuperato. L'unica modalità per risolvere il problema è richiedere la sostituzione della *sim*.

Procedura che non determina, però, il cambio del numero di telefono e che non compromette il trasferimento del credito residuo sulla nuova *sim*. Per effettuare la sostituzione può recarsi in qualsiasi punto vendita Coop.

# Fare la voce grossa

**Ho trovato nella fattura telefonica delle voci che si riferiscono a servizi in sovrapprezzo mai richiesti. Premesso che di solito sto molto attento quando navigo su internet con il mio smartphone, come posso contestare queste voci di spesa consistenti?**

**S**i tratta del fenomeno alquanto diffuso degli sms premium e dei servizi a sovrapprezzo. Nonostante le diverse sanzioni

delle autorità competenti, in particolare dell'Antitrust, che ha riconosciuto queste attivazioni indebite come pratiche commerciali scorrette, gli operatori di telefonia mobile continuano a addebitare consumi e servizi mai richiesti dai consumatori, che spesso se ne accorgono solo quando leggono la bolletta. Consigliamo di prestare sempre molta attenzione quando si naviga sul web, perché i servizi legati agli sms premium

possono anche essere frutto di attivazioni inconsapevoli da parte degli utenti come, ad esempio, sfiorando semplicemente il display dello smartphone o del tablet. Cosa si può fare quando ci si accorge che il proprio gestore telefonico ha attivato questi servizi a

pagamento? Per prima cosa è necessario contestare la fattura di riferimento per le voci e gli addebiti che si disconoscono, inoltrando un reclamo formale a mezzo raccomandata a/r all'operatore che entro 30 giorni dovrà dare un riscontro positivo o negativo (o non darlo affatto). Nel reclamo si dovrà contestare l'attivazione non richiesta e chiederne il rimborso o lo storno – nel caso sia stata pagata la somma, ad esempio, con addebito su conto corrente bancario –, oltre alla disattivazione del servizio. Se il consumatore è soddisfatto della risposta del gestore telefonico, la controversia si potrà considerare conclusa, altrimenti potrà attivare la procedura di conciliazione paritetica nei confronti dell'operatore e ribadire le pretese del rimborso o storno. Oltre a questa procedura di definizione bonaria della controversia, potrà poi segnalare all'Antitrust la pratica ritenuta scorretta, compilando il modulo dedicato disponibile sul suo sito web. Per una maggiore assistenza potrà rivolgersi direttamente a CittadinanzAttiva.

## Info

**Antitrust - Autorità garante della concorrenza e del mercato** [www.agcm.it](http://www.agcm.it)

## Claudia Ciriello

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



## Criteri di scelta

**Sento spesso parlare di "opzione donna", cioè della nostra possibilità di andare in pensione prima. Mi potete spiegare esattamente di che cosa si tratta?**

**L**a Riforma Fornero del 2011 ha confermato fino al 31 dicembre 2015 la possibilità per le donne di andare in pensione prima, a patto di scegliere un assegno interamente calcolato con il metodo contributivo. Per l'esercizio

dell'"opzione donna" è necessario possedere 57 anni e 3 mesi di età (58 anni e 3 mesi le autonome) unitamente a 35 anni di contributi. Si ricorda che per questa prestazione resta in vigore la finestra mobile che sposta l'erogazione dell'assegno dopo 12 mesi per le lavoratrici dipendenti e 18 mesi per quelle autonome. Questa possibilità di scelta è stata introdotta dalla Legge Maroni del 2004, ma è stata riscoperta in massa dopo l'introduzione della Riforma

# Educazione alimentare

***Nel corso degli ultimi anni ho iniziato varie diete, che riesco a portare avanti solo per poche settimane; poi subentra un po' di stanchezza e la mia motivazione si esaurisce, soprattutto quando il dimagrimento rallenta o si arresta. A quel punto abbandono la dieta e riprendo a mangiare come prima, recuperando ben presto i chili che avevo perso. Come posso fare per non perdermi lungo la strada?***



I percorsi di dimagrimento non sono mai così lineari e semplici. Anzi, è assolutamente normale che ci siano dei momenti in cui si è meno motivati o addirittura che si ricada nelle vecchie abitudini. Ciò che conta è considerarli come parte del percorso, non come la prova che abbiamo fallito. Inoltre non è importante solo che cosa mangiamo (ovvero la dieta), ma anche come mangiamo. Prestiamo realmen-

te attenzione a ciò che mettiamo nel piatto? Lo assaporiamo e ne facciamo esperienza boccone dopo boccone o buttiamo giù il cibo meccanicamente? Per dimagrire non si devono fare dei sacrifici esagerati, ma occorre portare avanti nel tempo un'alimentazione completa dei nutrienti necessari anche se moderatamente ipocalorica. Se, invece, non siamo consapevoli di ciò che mangiamo, ci sembrerà che la nostra alimentazione sia insapore e punitiva, dato che non prevede più cibi ricchi di grassi o dolci. Il percorso di dimagrimento, oltre a farci perdere i chili in eccesso, serve a rieducare il cervello a trovare gratificante un'alimentazione più sana e ipocalorica.

## Dolce vita

***Quando mi avvicino al ciclo mestruale avverto una voglia irrefrenabile di dolci, soprattutto di cioccolato. Mi hanno consigliato di utilizzare un integratore di magnesio. Può essermi utile?***

Sì, può essere utile perché il magnesio, insieme alla vitamina B6, è implicato nella biosintesi della serotonina. Molte donne sperimentano nella fase premestruale un'irresistibile voglia di cibi dolci, oltre a un peggioramento dell'umore e un aumento dell'irritabi-

lità. Questi cambiamenti sembra che siano causati da una diminuzione dei livelli di serotonina nel cervello, un neurotrasmettitore che regola il tono dell'umore, il sonno, l'appetito e la sessualità. Bassi livelli di serotonina inducono il consumo di dolci che stimolano il rilascio di insulina, capace di favorire l'aumento della serotonina. È bene ricordare che anche una moderata attività aerobica può essere utile per contrastare i sintomi della sindrome premestruale, perché eleva in modo naturale il livello della serotonina cerebrale.

Fornero perché consente di anticipare l'uscita di diversi anni rispetto alle regole ordinarie che, com'è noto, chiedono in alternativa o il perfezionamento di almeno 41 anni e mezzo di contributi indipendentemente dall'età anagrafica (pensione anticipata) o il raggiungimento di un'età anagrafica pari a 66 anni e 3 mesi per le donne del pubblico impiego (63 anni e 9 mesi le donne dipendenti del settore privato, 64 anni e 9 mesi per le autonome) unitamente a

20 anni di contributi. Anche se la data di scadenza del regime sperimentale "opzione donna" è fissata al 31 dicembre 2015, la scelta potrà essere esercitata anche oltre questa data. Con la nota 145949 dello scorso 14 settembre l'Inps ha, infatti, precisato che le lavoratrici che abbiano maturato i requisiti di decorrenza della pensione per poter esercitare l'"opzione donna" entro il 31 dicembre 2015 potranno presentare domanda anche in una data successiva.

ora legale di Salvatore Calleri



# Nel vero senso della parola

**Che cosa significa antimafia oggi e perché ha senso mantenere viva la parola e metterla in pratica. Un vademecum 2.0.**

Più volte ho detto e lo ripeto che non bisogna abbandonare il termine antimafia. È un termine scritto con il sangue, il sudore, con il sorriso e le lacrime. Ovviamente va aggiornato e reso attuale. In vista del consueto vertice antimafia del 27 novembre al Bigallo di Bagno a Ripoli – che avrà un *prequel* il 21 novembre sul Titano e un *sequel* il 28 novembre a Cascina – occorre approfondire la questione per capire che cos'è e che cosa dovrebbe essere l'antimafia oggi.

**Antimafia 2.0** significa seguire i soldi e sequestrare i soldi. Tra i beni sottratti ai mafiosi i soldi sono pochi. Se non si tocca la liquidità dei mafiosi loro continuano a operare.

**Antimafia 2.0** significa non farsi guidare dalle nevrosi che in tempi d'informazione *web* dilagano troppo spesso. La mafia controlla una piccola parte del *web* e sa come usarlo soprattutto con la delegittimazione.

**Antimafia 2.0** significa proteggere chi rischia la vita sempre e comunque.

Ma con un pizzico d'intelligenza tattica. Si leggono in giro troppi consigli inutili, come l'uso di apparecchi ipertecnologici.

**Antimafia 2.0** significa aiutare e tutelare i magistrati perbene. Ma ricordarsi che le cricche di corrotti esistono anche all'interno della magistratura.

**Antimafia 2.0** significa che nessuna organizzazione antimafia deve avere il monopolio sui beni confiscati.

**Antimafia 2.0** significa mettere al primo posto la lotta al crimine organizzato.

**Antimafia 2.0** significa che bisogna essere uniti nella diversità per combattere il fenomeno mafioso come voleva Caponnetto.

**Antimafia 2.0** significa che il fuoco amico nei confronti di chi combatte la mafia è nocivo oltre a essere da utili idioti.

**Antimafia 2.0** significa aumentare le risorse alle forze dell'ordine con i mezzi tolti a criminali.

**Antimafia 2.0** significa aumentare la propria capacità d'analisi per confrontarsi con la mafia mutante 2.0.

**Antimafia 2.0** significa usare bene l'intelligenza. ■





# Mal vestiti

**In molti capi d'abbigliamento sostanze inquinanti pericolose che si ritrovano nei luoghi più remoti del pianeta.**

Sostanze chimiche pericolose e persistenti, usate anche nella produzione di abbigliamento *outdoor*, lasciano tracce nei luoghi più remoti e apparentemente incontaminati del globo. Fra maggio e giugno 8 squadre di attivisti di Greenpeace hanno intrapreso spedizioni in altrettante aree montane e remote di 3 continenti, per prelevare campioni di acqua e neve che sono stati poi analizzati in laboratorio per verificare la presenza dei *Pfc*, composti poli e perfluorurati impiegati in numerosi processi industriali. Le concentrazioni maggiori sono state trovate nel lago di Pilato, sui Monti Sibillini, tra Umbria e Marche, ma anche negli Alti Tatra, in Slovacchia, e sulle Alpi, nel Parco nazionale svizzero. «Abbiamo trovato tracce di *Pfc* nei

campioni di neve raccolti in tutte le località oggetto d'indagine. Preoccupa che questi inquinanti pericolosi e persistenti si trovino persino nei luoghi più remoti del pianeta», afferma **Giuseppe Ungherese**, responsabile campagna inquinamento di *Greenpeace Italia*.

I *Pfc* sono impiegati in molti processi industriali per la produzione di beni di consumo: il settore dell'abbigliamento li usa nelle finiture impermeabilizzanti e antimacchia. Una volta rilasciati nell'ambiente si degradano molto lentamente, restando nella forma originaria per diversi anni e disperdendosi così su tutto il globo. Alcuni *Pfc* possono causare danni al sistema riproduttivo e ormonale, favorire la crescita di cellule tumorali e sono sospetti agenti mutageni. Le aziende di abbigliamento all'aperto devono dare l'esempio e impegnarsi per un ambiente più pulito eliminando completamente i *Pfc* dai processi produttivi. Alcune aziende più piccole, come *Fjällräven*,

*Paramo*, *Pyua*, *Rotauf* e *R'Adys*, producono già collezioni di abbigliamento idrorepellente *Pfc-free*. I leader del settore, come *The North Face*, *Columbia*, *Patagonia*, *Salewa* e *Mammut*, mostrano invece scarso senso di responsabilità quando si tratta di eliminare i *Pfc*. Tutti possono unirsi al movimento su [detox-outdoor.org](http://detox-outdoor.org) per chiedere di eliminare subito le sostanze chimiche pericolose. ■

**Gabriele Salari**  
ufficio stampa Greenpeace



## Mi manca l'aria

L'inquinamento atmosferico causa ogni anno la morte prematura di oltre 3 milioni di persone in tutto il mondo, e l'Asia è il continente più colpito dalle malattie respiratorie. Lo sostiene uno studio dell'Istituto "Max Planck" che ha elaborato una proiezione sugli scenari futuri: la mortalità da inquinamento dell'aria potrebbe raddoppiare entro il 2050, arrivando a interessare oltre 6 milioni di persone all'anno. A livello globale la principale causa di inquinamento sono le emissioni derivanti dall'energia residenziale, soprattutto in India e Cina, mentre negli Stati Uniti è il traffico a pesare di più sulla produzione di polveri sottili. In Europa, infine, sono le emissioni provenienti dall'agricoltura a dare il contributo maggiore alla produzione di agenti inquinanti.

## Sotto protezione

Per difendere i nostri animali e sottrarli ai traffici illeciti, molto diffusi in Europa, le organizzazioni animaliste aderenti a Eurogroup for Animals hanno lanciato una campagna, intitolata Protect our Pets, per fare pressione sulle istituzioni europee affinché legiferino in materia. Si può firmare on line sul sito [www.protectourpets.eu](http://www.protectourpets.eu) la petizione che chiede di introdurre un sistema d'identificazione e registrazione unico per tutti gli animali d'affezione nei paesi europei. Nell'Unione europea sono circa 300mila all'anno gli animali commercializzati illegalmente, con grossi rischi per la popolazione e un gravissimo impatto sulla salute e il benessere degli animali.



# Cultura d'impresa

**Si attenda alla sicurezza, alla salute, all'ambiente, alle future generazioni in nome dei bilanci. Ma questa è vera cultura industriale?**

18

Lo scandalo delle emissioni “truccate” delle automobili del gruppo Volkswagen ha lasciato dietro di sé una scia di preoccupazioni per le conseguenze che ci potranno essere sulla crescita e, soprattutto, sull'occupazione: non soltanto in Germania, ma nei tanti paesi in cui si producono automobili (o componenti) per i marchi del gruppo tedesco. In tutto il mondo la VW dà lavoro a 600mila persone; in Italia sono 4mila le imprese che lavorano in un modo o nell'altro per quel gruppo. Ecco perché ci si preoccupa tanto un po' ovunque, e anche qui da noi.

La questione principale, naturalmente, è di evitare che i crimini compiuti da un'azienda industriale per aumentare i propri profitti (in questo caso crimini contro l'ambiente, che vuol dire contro le generazioni future) ricadano su persone incolpevoli, quali sono i lavoratori della VW, in Germania e altrove, così come quelli dell'indotto. È una questione che si ripropone troppo spesso; sono troppe le vicende di aziende industriali grandi, medie e piccole che, colte in violazione di norme poste a salvaguardia dell'interesse collettivo, fanno scattare il ricatto occupazionale, mettendo gli organi di controllo (magistratura compresa) e la stessa opinione pubblica di fronte all'alternativa: o così o la fabbrica

chiude, perché i costi diventerebbero insostenibili.

In tanti casi si è dovuto ricorrere a dolorosi e non sempre limpidi compromessi, per evitare, appunto, che le conseguenze delle illegalità commesse dalle industrie ricadessero sui lavoratori. E i pubblici poteri, ma anche i sindacati, si sono piegati a queste soluzioni, cioè al “meno peggio”. È evidente che in questo, come in altri campi, l'azione normativa e quella repressiva non bastano, se non si può contare su una cultura diffusa della legalità. Per decenni chi denunciava abusi o irregolarità di questa o quell'azienda è stato accusato di essere portatore di una miope cultura antindustriale. È ora che si chiarisca una volta per tutte che una corretta e feconda cultura industriale non può tollerare ambiguità nei confronti delle insidie al bene comune.

Non esiste e non può esistere la giustificazione dei bilanci, per gli attentati alla sicurezza, alla salute, all'ambiente, al futuro delle generazioni. Non è sul grado di accortezza nel violare impuniti la norma, o nell'aggirarla con cavilli legali, che si misura la cultura industriale di chi è a capo di un'azienda, grande o piccola che sia. Già la progressiva finanziarizzazione dell'economia aveva sollevato grossi dubbi circa il deterioramento della cultura industriale prevalente. Ora, il disprezzo per il bene comune manifestato in molte delle strategie industriali che si praticano aggrava quei dubbi e ribalta le antiche accuse: non sarà proprio in quelle pratiche che si annida il germe di una deleteria cultura antindustriale? ■



beni di consumo di Rita Nannelli

## Sei connesso?

Quanto all'uso di smartphone non ci batte nessuno in Europa. Gli italiani che ne possiedono uno – il 60 per cento di chi ha un telefonino – lo usano di più, al lavoro, nel tempo libero, nelle relazioni, e per più servizi rispetto agli altri cittadini dell'Unione. Secondo

un'indagine della società di ricerca ComScore, che ha preso in esame anche Germania, Francia, Regno Unito e Spagna, dalle nostre parti spopolano le chat, usate dal 75 per cento degli uomini e dall'81 per cento delle donne, contro una media Ue del 60 per cento, e i social network, più frequentati dalle signore (66 contro

61 per cento). Nessuna meraviglia perciò che la app più gettonata sia WhatsApp, con quasi il 60 per cento. In classifica poi si trovano Google (51,1 per cento), Facebook (48,7 per cento) e un po' distanti Skype (19,5 per cento) e Outlook (17,1 per cento). Ma se si considerano solo gli under 35 le percentuali salgono ancora.





# Visione del mondo

**Nell'enciclica di Papa Francesco ecologia, ambiente, consumi e cooperazione, l'unica che può assicurare ai poveri del mondo i beni essenziali.**

**S**i parla di noi. La parola "consumo" ricorre 67 volte nell'enciclica *Laudato si'* di Papa Francesco, il quale ricorda che il 20 per cento della popolazione mondiale consuma risorse in misura tale da rubare (avete capito bene) alle nazioni povere e alle nuove generazioni ciò di cui hanno bisogno per sopravvivere, e invita a cambiare profondamente i modelli di produzione e di consumo.

L'enciclica parte dai principi dell'ecologia per cui, in un pianeta grande ma di dimensioni limitate, la produzione e il consumo di oggetti, utili e superflui, avviene soltanto sottraendo risorse naturali (acqua, prodotti agricoli e forestali, minerali, fonti d'energia) dal pianeta, bene comune, con l'inevitabile formazione di scorie e rifiuti che sporcano e rendono meno utilizzabili l'aria, le acque, rendono meno fertile il suolo. I consumi e gli sprechi di una minoranza dei terrestri rendono più poveri gli abitanti dei paesi da cui vengono tratte, a basso prezzo, le materie prime, e usano violenza nei confronti del prossimo del futuro, coloro che dovranno fare i conti con rifiuti a

lunga vita, come plastica e sostanze tossiche, e con inquinamenti persistenti. Una di queste violenze è rappresentata dalla continua e crescente immissione nell'atmosfera di gas provenienti dai nostri consumi e sprechi d'energia e di merci, con conseguente crescente e irreversibile riscaldamento del pianeta e relativi mutamenti climatici che lo renderanno sempre meno abitabile. Le generazioni future avranno quindi campi meno fertili, meno cibo e meno acqua pulita. E ancora: la produzione di abbondante ed "economica" elettricità nucleare e la continua corsa agli armamenti nucleari (queste merci oscure) stanno determinando un crescente accumulo di scorie, radioattive per secoli e millenni, una velenosa eredità che lasciamo a chi verrà dopo di noi.

E non si creda che siano i maggiori consumi a far crescere l'occupazione, ma il lavoro impegnato in migliori servizi pubblici, di educazione, di difesa della salute, degli anziani, del suolo contro l'erosione, di edilizia per le classi povere. A maggior ragione occorre lavoro e una tecnologia che, nel rispetto della natura, assicuri servizi igienici, acqua pulita, salute, istruzione, abitazioni decenti a quell'altro 80 per cento dei nostri fratelli che abitano nei paesi poveri.

E il Papa cita l'organizzazione cooperativa, sì proprio come quella di noi soci Coop, come soluzione per assicurare al prossimo e specialmente alle classi povere dei paesi ricchi e agli abitanti dei paesi poveri i beni essenziali al loro vero sviluppo. ■



che dovranno fare i conti con rifiuti a

chissà cosa di Jacopo Formaioni

## Chiave di svolta

È il 2000, l'anno del millennium bug, a vedere la nascita di un oggetto tanto piccolo quanto indispensabile per chi usa il computer: la chiavetta o penna usb. Chiave o penna poco importa, perché a 15 anni di distanza periferiche e gadget che si connettono tramite

usb non si contano più, avendo rivoluzionato la memorizzazione e il trasporto di dati, grazie a velocità e facilità d'impiego. Se all'inizio la capacità massima era di appena 1 Gb al costo di 100-150 euro, oggi le più moderne arrivano a incamerare

fino ad 1 Tb di dati (circa 1.000 Gb), sempre per un costo di 100 euro. Tantissime le forme e le dimensioni, modelli personalizzati che riproducono personaggi famosi o immaginari, simboli e sigle. E magari da attaccare al porta-chiavetta.





# Un brutto clima

20

**Ecco due possibili scenari tracciati dagli scienziati sul clima futuro. Uno peggiore dell'altro.**

**D**a quando ci si è messo pure il papa a considerare il clima "la casa comune" degli uomini, sono praticamente ridotti al minimo i finti scettici che, per anni, hanno prima cercato di minimizzare il riscaldamento atmosferico in atto e, poi, di attribuirlo alle macchie solari o ai raggi cosmici, tutto fuorché alle attività produttive dell'umanità. Ridotti, però, non significa scomparsi. Una minoranza sparuta che non va ignorata; anzi, nella scienza lo scetticismo è d'obbligo, ma come considereremmo

oggi chi mettesse in discussione la teoria dell'evoluzione di Darwin? Non gli si darebbe un grande spazio; perché agli scettici sul clima si? Di 2.500 scienziati che studiano il clima sulla Terra, quasi tutti sono d'accordo su due possibili scenari. Il primo

è che le temperature medie dell'atmosfera aumenteranno di 2°C nel prossimo mezzo secolo, cosa che comporterà conseguenze traumatiche di vario genere, a cominciare dalla fusione dei ghiacciai continentali e dal conseguente innalzamento del livello dei mari: dal 1965 si è fuso il 52 per cento dei ghiacci artici e, per fare un esempio, oltre 1/3 di quelli del Kilimanjaro; mentre dal 1850 si sono dimezzati i ghiacciai alpini. In questo quadro il livello dei mari crescerà da 10 a 90 cm nei prossimi 50 anni causando l'annegamento degli atolli delle isole oceaniche, la perdita di gran parte delle barriere coralline, l'in-

vasione di pianure costiere da parte delle acque, l'incremento delle aree inondate durante le alluvioni. Aumenteranno le perturbazioni meteorologiche a carattere violento e le grandi inondazioni, che già sono cresciute da 2-3 per anno negli anni Cinquanta a oltre 20 negli anni Novanta del XX secolo. Questo è lo scenario ottimista. In quello pessimista, davvero grave, basta moltiplicare per 10 tutti i fenomeni prima elencati: questo è quello che accadrebbe nel caso in cui l'incremento delle temperature fosse – come pure è possibile ipotizzare – di 6°C. L'anidride carbonica è in aumento da 200 anni a questa parte come mai negli ultimi millenni, essendo passata da 280 a quasi 560 parti per milione, incremento che non può essere spiegato con i soli processi naturali, ma attraverso la combinazione di due processi interamente antropici, la deforestazione (1,5 miliardi di tonnellate di carbonio) e la combustione (6,5 miliardi di tonnellate). E l'anidride carbonica è un potente gas-serra, impedisce cioè al calore solare arrivato a Terra di disperdersi liberamente nello spazio, ragione per cui l'atmosfera si riscalda. Industrie, centrali termoelettriche, zootecnia, riscaldamenti e trasporti producono gas clima alteranti in modo esponenziale e senza conoscere soste. E come aggravante, la battaglia per limitare le emissioni viene già data per persa, vista la rinuncia da parte dei paesi maggiormente inquinanti a sostenere accordi internazionali veramente vincolanti. La *cop21* di Parigi è l'ultima chiamata, e questa l'ultima generazione di uomini che può ancora fare qualcosa. ■

**t** #mariotozzi



al naturale di Stefano Generali

## Nuovo corso

Cresce velocemente in tutto il mondo la diffusione delle energie rinnovabili, in particolare eolico, solare e idroelettrico. Secondo l'Agenzia internazionale dell'energia (Aie) la produzione mondiale d'elettricità da fonti pulite e rinnovabili è destinata

a crescere fino a raggiungere nel 2020 il 26 per cento della produzione mondiale. Una stima basata sul fatto che sono in procinto di essere realizzati in tutto il mondo una serie di impianti che produrranno 700 gigawatt d'elettricità, pari a 700 reattori nucleari. Una crescita trainata soprattutto dai paesi

emergenti, in particolare dalla Cina, che da sola rappresenta quasi la metà dell'incremento previsto nei prossimi 5 anni. Contemporaneamente in molti paesi, in particolare Sudafrica, Brasile, India, Medio Oriente,

i costi di produzione dell'eolico e del solare sono diminuiti in maniera costante.





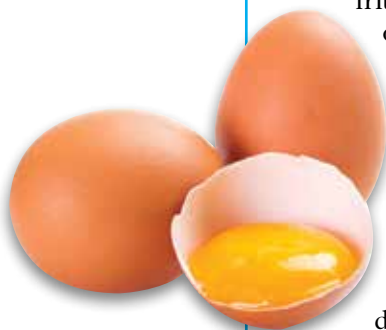
# Uovo d'onore

**Si preparano in mille modi diversi e con loro si può cucinare tutto. La forza delle uova che aiutano gli altri ingredienti a stare insieme.**

I titolo dell'edizione 2015 (7-28 novembre) del *Baccanale* di Imola è *Basta un uovo*. Perché con un uovo si può fare di tutto. Bernardo di Chiaravalle, nel XII secolo, polemizzava con i monaci di Cluny che, secondo lui, erano troppo attenti ai piaceri della gola. E, come esempio, portava i modi infiniti messi a punto nelle cucine di quell'abbazia per cucinare le uova, «con quanta cura vengono rivoltate e strapazzate, liquefatte, rassodate, sminuzzate; e si portano in tavola ora fritte, ora arrostate, ora farcite, ora accompagnate da altri cibi, ora da sole».

Le uova si preparano in mille modi diversi, e per di più entrano dappertutto: pasta, polpette e polpettoni, torte salate e dolci, ciambelle, creme, salse... e finirebbe la pagina prima dell'elenco. È questa la forza dell'uovo. Lega e si lega. È un cibo, per definizione, conviviale; un "facilitatore" gastronomico, che ama la compagnia e aiuta gli altri a stare insieme. È semplice, ma si presta bene a qualsiasi complessità. È il trionfo dell'essenzialità. È quella cosa che magari non la senti, ma se non ci fosse ne sentiresti la mancanza. L'uovo è anche un *test*. Una palestra che allena alla comprensione del mondo. I cuochi da una parte, gli scienziati dall'altra hanno scatenato attenzioni, studi,

riflessioni, ricerche attorno all'uovo. I *guru* della cucina molecolare si sono formati su questo; i fisici che studiano i meccanismi della natura – così semplici, così complessi – hanno trovato nell'uovo il loro primo alleato. Lo aveva già capito una celebre religiosa del XVII secolo, Suor Juana Inés de la Cruz, poetessa, scrittrice, intellettuale colta e curiosa, che aveva trasformato il suo convento di Città del Messico in una specie di *foyer* letterario. Per questo fu rimproverata dal vescovo di Puebla, formalmente per il fatto di occuparsi di soggetti profani anziché sacri, sostanzialmente perché donna, inabile (secondo la cultura maschilista del tempo) a trattare di "cose serie" cioè di cultura, letteratura, filosofia. Di che cosa infatti dovrebbe occuparsi una donna, se non di cucina? A questo invito del vescovo, Suor Juana rispose difendendo il suo diritto a pensare facendo cucina. E utilizzò, guarda caso, proprio l'esempio dell'uovo, utile a scoprire i segreti dell'universo e il funzionamento delle cose: «che cosa potrei raccontarvi [...] dei segreti naturali che ho scoperto mentre cucinavo? Vedo che un uovo si rapprende e frigge nel burro o nell'olio e, al contrario, si spezza nello sciroppo [...]; vedo che il tuorlo e l'albume di uno stesso uovo sono così contrari, che per lo zucchero possono venire usati separatamente ma mai insieme». La conclusione è provocatoria: «io dico spesso, pensando a tali bagatelle: se Aristotele avesse cucinato, avrebbe scritto molto di più». Magari un trattato sull'uovo. ■



il buongustaio di Silvia Inghirami

## Lassù sulle montagne

Ammirare lo spettacolo del foliage nel Parco nazionale delle foreste Casentinesi e intanto assaporare le ricette locali di stagione. Autunno slow presenta un ricco programma di escursioni, passeggiate, laboratori, mostre, workshop di foto-

grafia, sagre, degustazioni. Un'occasione per assaporare funghi, castagne, zucche, miele, formaggio raveggiolo dell'Appennino toscano romagnolo, pecorino toscano e altri prelibati sapori ereditati da antiche ricette e protetti dai presidi Slow Food, e contemporaneamente immergersi nella natura. Tra le sagre in programma nel ter-

ritorio del Parco, quella del bartolaccio (nella foto) a Tredozio (1° e 8 novembre), del cioccolato a Bagno di Romagna (14 e 15 novembre) e infine del vino e dell'olio nuovo sempre a Stia (21 e 22 novembre).



# Amori **criminali**

**Picchiate, violentate, uccise. Non passa giorno che la cronaca non riporti casi di violenza contro le donne. Il 25 novembre, nella Giornata internazionale indetta dall'Onu, l'occasione per dire basta.**

■ **Barbara Sordini**

**S**i chiamano Melania, Giordana, Elena, Eligia. Meglio dire si chiamavano perché questi sono i nomi di donne uccise recentemente per mano del compagno o marito. L'ultima poi, soffocata con la bambina che aveva in grembo, all'ottavo mese di gravidanza. Sono i volti simbolo di una violenza infinita, un fenomeno ampio e diffuso che si riversa contro le donne dentro e fuori la propria famiglia.

## **Donne violate**

Sono loro la triste rappresentanza di quelle 6 milioni e 788mila donne che in Italia, negli ultimi 5 anni fino

al 2014, hanno subito nel corso della propria vita una qualche forma di violenza fisica o sessuale: in pratica, il 31,5 per cento delle donne (1 su 3!) tra i 16 e i 70 anni. Tra loro il 20,2 per cento ha subito violenza fisica, il 21 per cento violenza sessuale, il 5,4 per cento forme più gravi di violenza sessuale come stupri e tentati stupri. Sono 652mila le donne stuprate e 746mila le vittime di tentati stupri. La diffusione della violenza psicologica registra una percentuale pari a oltre il 40 per cento.

I loro *partner* o i loro *ex* commettono le violenze più gravi: il 62,7 per cento degli stupri è commesso proprio dai partner attuali o precedenti, mentre gli autori di molestie sessuali sono, invece, degli sconosciuti nella maggior parte dei casi (76,8 per cento). Sono queste le mere e crude statistiche stilate dall'Istat in una ricerca pubblicata lo scorso giugno sulla *Violenza contro le donne dentro e fuori la famiglia*, commissionata dal Dipartimento delle Pari Opportunità della Presidenza del Consiglio dei ministri, a distanza di una prima rilevazione in assoluto che era stata fatta nel nostro paese nel 2006, ben 9 anni fa.



## Abusi e costumi

Due i dati preoccupanti legati ai minori: il 10,6 per cento delle donne ha subito violenze sessuali prima dei 16 anni e aumenta la percentuale dei figli che hanno assistito a atti violenti sulla propria madre (dal 60,3 per cento del dato del 2006 al 65,2 per cento rilevato nel 2014). Nel mirino delle violenze anche le donne disabili: ha subito violenze fisiche o sessuali il 36 per cento di chi è in cattive condizioni di salute e il 36,6 per cento di chi ha limitazioni gravi.

Ma, mentre fino qualche anno fa, gli episodi di violenza contro le donne erano purtroppo tacitati dalle vittime, per una forma di pudore o di vera e propria sottomissione psicologica nei confronti del maschio, i dati della statistica *Istat* fotografano un fenomeno certamente ancora ampio e diffuso, ma con dei margini positivi legati soprattutto a una crescita della coscienza femminile, della prevenzione, del lavoro dei centri antiviolenza, dei *media*, di un clima sociale mutato verso una maggiore condanna del fenomeno. Per *Telefono Rosa*, la *onlus* nazionale a capo di una rete di associazioni territoriali, che dal 1988 si occupa di difesa delle donne, «la ricerca dell'*Istat* sottolinea che ora la strada è più tranquilla, ma questo non basta: non emerge la realtà della vita della donna che ha subito una violenza e che ha cercato aiuto – come spiega **Gabriella Moscatelli**, presidente dell'associazione –. La ricerca ci dà certo degli spunti su cui lavorare, in particolare sul tema della violenza assistita, perché finalmente si dà rilievo a situazioni che potrebbero trasformare ragazzi e ragazze in uomini violenti o donne assoggettate al volere del maschio».

## Dolenti note

È proprio grazie ad alcuni *Centri antiviolenza* e alle *Case delle donne* che dal 2005 in Italia si è iniziato a celebrare la *Giornata internazionale contro la violenza sulle donne*, il 25 novembre, indetta dall'Assemblea Generale dell'*Onu* nel 1999 ufficializzando una data che fu scelta da un gruppo di attiviste, riunitesi nell'*Incontro Femminista Latinoamericano e dei Caraibi*, tenutosi a Bogotà nel 1981.

Questa data fu scelta in ricordo del brutale assassinio nel 1960 delle 3 sorelle Mirabal, considerate esempio di donne

## Piange il telefono

**1522: per non restare sole, cercare aiuto, informarsi, per denunciare la violenza subita.**

Un'importante azione per l'emersione e il contrasto al fenomeno della violenza dentro e fuori le mura domestiche a danno delle donne viene svolta dal 2006 dal numero di pubblica utilità **1522** attivato dal Dipartimento per le pari opportunità. Nato e pensato come servizio pubblico nell'intento esclusivo di fornire ascolto e sostegno alle donne vittime di violenza, ha iniziato nel 2009, con l'entrata in vigore della L. 38/2009, in tema di atti persecutori, un'azione di sostegno anche nei confronti delle vittime di *stalking*. Il numero è attivo 24 ore su 24 per tutti i giorni dell'anno ed è accessibile dall'intero territorio nazionale gratuitamente, sia da rete fissa che mobile, con un'accoglienza disponibile nelle lingue italiano, inglese, francese, spagnolo e arabo. I casi di violenza che rivestono caratteristiche d'emergenza vengono accolti con una specifica procedura tecnico-operativa condivisa con le forze dell'ordine. Le operatrici telefoniche dedicate al servizio forniscono una prima risposta ai bisogni delle vittime di violenza di genere e *stalking*, offrendo informazioni utili e un orientamento verso i servizi socio-sanitari pubblici e privati presenti sul territorio nazionale.

**Telefono Rosa** opera gratuitamente per consulenze legali, bancarie, psicologiche, psichiatriche, mediazione familiare. Sede della presidenza Roma: 0637518282 - telefonorosa1988@gmail.com.

**Doppia Difesa** Nata dall'incontro casuale fra due donne, Michelle Hunziker e Giulia Bongiorno, sulle problematiche della violenza, degli abusi e delle discriminazioni. Sede Fondazione *Doppia Difesa* Roma: 0668309491 - info@doppiadifesa.it.

**Fondazione Pangea** Nata nel 2002, lavora nell'ambito dei diritti umani per le donne, favorendone, con progetti di sviluppo e cooperazione, il riscatto economico e sociale, operando in contesti discriminanti e segnati da povertà, emarginazione guerre e conflitti. La Fondazione opera in Italia, Afghanistan, India e Nepal: [www.sportelloantiviolenza.org](http://www.sportelloantiviolenza.org).

rivoluzionarie per l'impegno con cui tentarono di contrastare il regime di Rafael Leónidas Trujillo, il dittatore che tenne la Repubblica Dominicana nell'arretratezza e nel caos per oltre 30 anni. Il 25 novembre 1960, infatti, le sorelle Mirabal, mentre si recavano a far visita ai loro mariti in prigione, furono bloccate sulla strada da agenti del Servizio di informazione militare. Condotte in un luogo nascosto nelle vicinanze furono torturate, massacrate a colpi di bastone e strangolate, per poi essere gettate in un precipizio, a bordo della loro auto, per simulare un incidente. ■

24



# Medicina senza frontiere

*Omeopatia, agopuntura, fitoterapia e pratiche manuali insieme alla medicina tradizionale per curare meglio i malati, abbassare i costi e ridurre il farmaco con i suoi effetti collaterali. La medicina del futuro sarà integrata? Il caso di Pitigliano dove opera il primo Centro ospedaliero di medicina integrata in Europa. Ma non tutti la pensano così.*

■ Aldo Bassoni



**Q**ualcuno giura che è la medicina del futuro. Altri che è la sola e unica medicina. Altri ancora, invece, non le danno alcun credito. Stiamo parlando della medicina integrata, un approccio terapeutico che mette insieme medicina ufficiale e pratiche come agopuntura, omeopatia, fitoterapia considerate non più medicine complementari o alternative da seguire senza o contro la medicina ufficiale, ma un modo diverso di intendere il rapporto con il paziente. Un esempio? Basta andare a Pitigliano, in provincia di Grosseto, dove opera il primo Centro ospedaliero di medicina integrata in Europa promosso dalla Regione Toscana. Un esperimento che, risultati alla mano, produce salute e benessere per molte patologie grazie alla collaborazione tra medici convenzionali e medici che qualcuno si ostina ancora a chiamare “alternativi”.

## Sistema integrato

Inutile nascondere la testa sotto la sabbia. Negli ultimi vent'anni sono aumentate le persone che si rivolgono all'omeopatia o ad altre cure non ortodosse per avere una risposta dolce ed efficace anche a patologie serie che la medicina ufficiale, da sola, non riesce a curare. Nel maggio 2001 in Italia 9 milioni di cittadini si rivolgevano a questo tipo di cure, nel 2014 sono arrivati a 15 milioni. È l'Istat che ce lo dice, specificando che, “tra quanti hanno fatto ricorso ai diversi tipi di terapie nell'anno precedente (2013, ndr), si dicono convinti a utilizzarli ancora perché hanno ricevuto benefici il 55,4 per cento per l'omeopatia, il 58 per cento per i prodotti fitoterapici, il 76,7 per cento per chi ha fatto ricorso all'agopuntura e l'83,4 per cento per chi si è sottoposto a trattamenti manuali”.

Ma non tutti approvano questo approccio integrato alla diagnosi e alla cura del malato nelle strutture pubbliche. **Silvio Garattini**, l'autorevole direttore dell'Istituto di ricerche farmacologiche “Mario Negri”, ha appena pubblicato un libro sull'omeopatia (ma sarebbe meglio dire “contro”) dal titolo significativo: *Acqua fresca?*, nel quale sostiene che non c'è nessuna evidenza scientifica a sostegno della sua efficacia. Gli risponde a stretto giro di posta chi si occupa di medicina omeopatica sostenendo che nel mondo circa 2 milioni di persone muoiono a causa degli effetti tossici provocati dai farmaci allopatrici, mentre da oltre 200 anni i medicinali omeopatici hanno dimo-

strato l'efficacia per la cura di diverse patologie senza nessun effetto indesiderabile. Nel mondo sono quasi mezzo milione i medici che prescrivono questi medicinali; più di 30mila sono italiani. E allora come fa un sistema sanitario serio a lasciare fuori dalla porta approcci terapeutici di comprovata efficacia? «Non può – risponde senza esitazione **Sonia Baccetti**, responsabile della Rete di medicina integrata presso l'Assessorato alla salute della Regione Toscana –. Attualmente il sistema sanitario deve affrontare le tematiche della multiculturalità in campo medico sanitario».

## Basta che funzioni

Questo implica fare i conti con tante medicine, in primo luogo con la medicina orientale, di cui l'agopuntura rappresenta forse l'esempio più noto. L'omeopatia, invece, nasce in Europa alla fine del Settecento. La ricerca non ha ancora capito bene i loro meccanismi d'azione, ma spesso funzionano. «Quando dico che l'agopuntura rilassa e fa dormire so che stimola produzione di endorfine, serotonina eccetera, ma non so come fa», spiega Baccetti. Come nel film di Woody Allen, basta che funzioni? Questo vale anche per la medicina convenzionale. «Andiamoci piano con l'oggettività della scienza. Esistono nel settore della medicina due punti di vista – è l'opinione del professor **Andrea Dei**, che ha insegnato chimica generale all'Università di Firenze –. Prima di tutto la provata efficacia del rimedio. Questo significa che se ho una polmonite l'antibiotico me la fa passare. Non so come funziona la polmonite e nemmeno l'antibiotico, però guarisco e quindi per me è un vantaggio. L'altro aspetto è la cosiddetta scientificità assoluta che è alla base della nostra società. Però noi non siamo in grado di stabilire se questa pretesa di oggettività sia vera o no. Ci crediamo e basta». A quanto pare è così che funziona la medicina, dal medico di base al più grande specialista si dice semplicemente di seguire i sintomi e di capire qual è il miglior modo di agire per risolvere più facilmente il problema del paziente. «La medicina che ricerca l'oggettività affida sempre ►

# Profilo del discorso

**Medicina integrata e riabilitazione.**

**Ne parliamo con il professor Vincenzo Maria Saraceni, docente di medicina riabilitativa alla Sapienza di Roma, che mette al primo posto il profilo del paziente e la relazione con lui.**

«Nella riabilitazione la medicina integrata impone un rapporto con il paziente di tipo olistico: non un insieme di organi riducibili a frammenti di corpo tra cui distinguere quelli malati, ma un individuo, un essere umano indivisibile da curare nella sua interezza». Il professor **Vincenzo Maria Saraceni**, ordinario di medicina riabilitativa a “La Sapienza” di Roma e presidente della *Società italiana medicina riabilitativa*, spiega bene qual è il concetto: «naturalmente si parte dall’osservazione, non come elenco di dati ma come identificazione degli elementi del profilo di un paziente. Ascoltare il paziente da riabilitare significa prestare attenzione alle sue parole – spiega Saraceni –. La narrazione fa uso costantemente del tema delle metafore quando ci racconta quello che sente. Sentire la spalla come un sasso ha un significato, sentirla come ingessata ne ha un altro e nella medicina riabilitativa questa differenza influisce sulla riuscita del trattamento».



Vincenzo Maria Saraceni.

il semplice fatto che molti pazienti trovano in esse dei benefici. Infatti, il *Comitato nazionale per la bioetica* “giudica positivamente alcune importanti terapie come l’agopuntura, la fitoterapia e le medicine manuali”, e invita ogni medico ad “ottenere negli anni della sua formazione una conoscenza adeguata delle ragioni che militano a favore e di quelle che mili-



► più ai computer la cura dei malati – prosegue Dei –. Ma c’è un piccolo problema, e cioè che importanti gruppi di potere influenzano l’indirizzo delle scelte in tutto, anche in campo medico. *Big Pharma* in primo luogo, cioè le maggiori multinazionali del farmaco, decidono in base alla logica del profitto ed è giusto che sia così perché qualunque azienda deve far quadrare i bilanci. Ma *Big Pharma* non finanzia mai le medicine complementari per un problema di brevetti». Ecco perché siamo ancora indietro nel capire come funziona un principio attivo omeopatico. Sì, certo ci sono tante teorie, come quella dell’acqua informata, ma niente di scientificamente provato.

## Con la massima cura

Ma cosa succede quando i medici dell’una e dell’altra parte, quelli convenzionali da un lato e quelli complementari dall’altro, si mettono insieme e decidono di collaborare? Succede il miracolo. Giù le barriere e le diffidenze reciproche, l’obiettivo è solo l’interesse del malato e la sua guarigione. È questo che accade all’ospedale di Pitigliano, appunto, dove operano in perfetta armonia agopuntori e ortopedici, omeopati e cardiologi, fitoterapeuti e neurologi o gastroenterologici e altri specialisti (vedi pag. 29). La medicina integrata non è altro che un approccio interdisciplinare alla cura del paziente. Il *team* medico lavora insieme, medici ortodossi e medici complementari dialogano e costruiscono il miglior percorso di salute per ciascun paziente con pari dignità e reciproca ausiliarità. L’idea di fondo è che non c’è una medicina di serie A e un’altra di serie B. Ma non è tutto così semplice. Ci sono ostacoli da superare, in Italia in particolare, dove, come abbiamo visto, non mancano opposizioni spesso autorevoli ad ogni tentativo di regolamentare la materia e soprattutto contro ogni progetto di finanziamento alla ricerca e ai servizi nel campo delle medicine complementari e alternative giudicate senza fondamenti scientifici, salvo, però, prendere atto che c’è una crescente diffusione in tutto il mondo del ricorso alle medicine alternative per



### Ma come si fa a individuare il profilo esatto del paziente?

«Per individuare il profilo del paziente, di qualunque paziente, bisogna comprendere il suo rapporto con il corpo: come apprende, come si muove, come immagina, come percepisce la realtà, come parla e come sta attento. Questo si chiama approccio riabilitativo attraverso la narrazione e l'espressione del sé».

### E il medico, l'osservatore, come si pone di fronte al paziente?

«Con sempre più chiarezza la scienza ha documentato che l'osservazione non è neutrale e, quando la realtà osservata è l'uomo, è difficile fare la ricerca con le statistiche, deve invece essere presa in carico tutta la sua realtà umana, sociale, biologica e psicologica. Quindi, quello che conta è la relazione con il paziente. In altre parole la riabilitazione non è uno strumento preconstituito valido in assoluto ma lo dobbiamo modificare in base a quello che il paziente dice di sé».

### Che ruolo può svolgere la medicina integrata in questa prospettiva?

«La riabilitazione è la scienza del cambiamento per portare la persona a una condizione funzionale più evoluta. Dunque bisogna essere aperti alla medicina integrata perché orientata al potenziamento della salute e non solo alla cura della malattia, perché la salute si promuove; e perché l'integrazione è tesa a un approccio olistico».

### Non mi sembra che tutta la classe medica la pensi come lei...

«Ci sono ostacoli, è vero. Ma gli ostacoli dipendono dal paradigma scientifico di riferimento ancora centrato sull'idea che la salute sia assenza di malattia e la malattia sia un guasto riparabile con un bisturi o una pillola. Invece ci sono tante persone che non hanno malattie, ma non sono in buona salute. Noi siamo abituati a parlare di malessere, ma di benessere non parla mai nessuno. Allora bisogna curarci sempre».



### Come migliorare la formazione dei medici?

«Prima di tutto bisogna superare una concezione nozionistica e poi bisogna inserire nei programmi di studio alcuni contenuti innovativi che ancora non sono stati recepiti. Per esempio, esiste la legge 38 sul dolore. Allora bisogna che si parli del dolore nei nostri corsi, fare *master* sul dolore e dentro questi percorsi ci può stare tutto, dall'agopuntura all'omeopatia, perfino l'ipnosi». ■ **A.B.**

tano contro le pretese delle medicine alternative". Un'apertura nella quale alcune regioni italiane, prima fra tutte la Toscana, si sono inserite per aprire finalmente degli ambulatori dove, pagando un normale *ticket*, come per qualunque altra prestazione, si può avere accesso a una delle varie medicine complementari. In Toscana sono 100. Nel resto d'Italia solo 50.

## Modello Toscana

«Di fatto le medicine complementari stanno nel *Servizio sanitario nazionale* in virtù di una legge regionale e del *Piano sanitario integrato* che stabiliva la presenza delle medicine complementari che hanno fatto anche altre regioni, ma non così estesamente come la Toscana – spiega Baccetti –.





- Per esempio la Valle d'Aosta eroga agopuntura soltanto ai pazienti oncologici. L'Emilia solo agopuntura sia ai pazienti oncologici che per la promozione del parto fisiologico. La Toscana è l'unica regione d'Italia che abbia veramente introdotto agopuntura, omeopatia, fitoterapia e pratiche manuali nel servizio sanitario». Non per nulla, nel 2013 l'accordo Stato-Regioni indica il modello to-

scano a tutte le regioni, invitandole a regolamentare anche la medicina antroposofica e l'omotossicologia. E quasi tutte le regioni si stanno muovendo in questa direzione, in particolare l'Emilia, il Piemonte, la Sicilia, l'Umbria e le Marche. La formula è semplice. Applicarla è difficile, ma non impossibile. «Questa è la medicina del futuro alla quale manca solo un tassello – commenta la dottoressa **Rosaria Ferreri**, omeopata presso il *Centro di medicina integrata* di Pigtigliano –, quello della cultura e cioè dell'inserimento delle medicine complementari non solo nelle Università, ma anche nei corsi di preparazione degli infermieri. Noi però siamo già nel futuro – prosegue Ferreri – perché la medicina del futuro è la medicina integrata, l'unica via per guadagnare salute, ma anche per la prevenzione, per cercare di rallentare la progressione di una malattia, per diminuire o togliere del tutto i farmaci e i loro effetti collaterali».

Ma il cammino è ancora molto lungo. In Italia, si sa, non sempre vengono seguite logica e coerenza nelle scelte. Spesso le migliori pratiche, anche in campo medico, sono affidate alla buona volontà di pochi pionieri. Quello che serve, probabilmente, è un quadro legislativo nazionale più chiaro e deciso nel dare impulso alla medicina integrata in tutto il *Sistema sanitario nazionale*. Anche l'integrazione a livello della ricerca ponendo fine a contenziosi scientifici che durano da secoli. Ma è bene farlo in fretta perché non abbiamo tutto questo tempo a disposizione. ■

## Per quali problemi di salute può essere utile la medicina integrata?

Per molte malattie croniche quali: ■ malattie reumatiche; ■ riabilitazione ortopedica e neurologica; ■ malattie della pelle; ■ malattie respiratorie e gastrointestinali; ■ esiti di traumi da ictus; ■ dolore cronico; ■ allergie da asma. ■ Inoltre è utile per attenuare e contrastare gli effetti collaterali della chemioterapia e della radioterapia in oncologia.

## Come richiedere la prestazione?

Dov'è presente il servizio di medicina integrata, il cittadino può prenotare direttamente la visita specialistica, anche senza richiesta medica, attraverso il *Centro Unico di Prenotazione (Cup)*.

Per esempio, presso la Asl 9 di Grosseto, basta telefonare allo 0564483500.

## Centro operativo

**È il primo Centro di medicina integrata in Europa. Si trova nel cuore della Maremma, in provincia di Grosseto, presso l'ospedale di Pitigliano. Un'esperienza pilota che farà scuola.**

Realizzato dalla Regione Toscana e dall'Asl 9 di Grosseto presso l'ospedale Petruccioli di Pitigliano, un piccolo comune del grossetano appoggiato su una collina di tufo, da 4 anni ha intrapreso uno scambio culturale straordinario con medici e personale infermieristico proveniente da tutta Italia.

Il *Centro di medicina integrata* di Pitigliano è conosciuto in tutto il mondo ed è l'unica esperienza in Europa che ha portato agopuntura, omeopatia, fitoterapia e pratiche manuali nei reparti di un ospedale suscitando grande attenzione da parte della comunità scientifica internazionale. Alcuni dati: su 600 pazienti l'efficacia percepita è del 93 per cento. Una percentuale altissima. A Pitigliano a differenza dei dati *Istat* nazionali che vogliono che a curarsi con le complementari sia prevalentemente una donna di media età di livello socio-economico e culturale elevato, si curano con queste medicine soprattutto le categorie più fragili della popolazione: oltre il 50 per cento ha fra 55 e 90 anni. Questo significa che esiste in Italia una discriminazione d'accesso a queste cure. Vi ha posto riparo il fatto che la Regione Toscana garantisce la visita dietro pagamento di un *ticket* come per qualunque altra prestazione in tutti gli ospedali dove c'è un ambulatorio di medicina complementare. «La nostra è un'esperienza maturata sul campo, a Pitigliano dove abbiamo 5 ambulatori in funzione con relative liste d'attesa e dove vengono curati prevalentemente pazienti con malattie croniche e pazienti oncologici che arrivano da tutta la Toscana – racconta la dottoressa **Simonetta Bernardini**,

responsabile del Centro –. Siccome Pitigliano è una sede scomoda da raggiungere, dal 30 settembre abbiamo aperto un ambulatorio anche a Grosseto». Il modello a cui si ispira il Centro fa riferimento a un manifesto per la medicina integrata messo a punto nel 2011 a Firenze, proprio l'anno di apertura del Centro, e che è stato condiviso da 35 sigle della medicina ortodossa italiana e complementare. In 9 punti si spiega quale deve essere l'approccio complementare alla cura. «Ma fare *setting* in reparto di medicina integrata con i medici ortodossi non è stato facile – lamenta Bernardini –. È stato un lavoro che si è aperto alla collaborazione davanti ai successi: vedendo i pazienti migliorare i medici hanno cominciato ad aprirsi, specialmente a Manciano dove è stata immediata la collaborazione del primario dei neurologi e dove il 99 per cento dei pazienti accetta di buon grado un approccio di medicina integrata».

Nel Centro di Pitigliano la collaborazione comincia dalla diagnosi, non è un'aggiunta di pratiche esotiche alla medicina tradizionale. «Dal confronto vengono fuori diagnosi e terapia – prosegue Bernardini –. Questa è la novità dell'integrazione, evitando l'autoreferenzialità di un solo medico che si occupa di tutto o di una cosa sola». L'integrazione dei saperi è fondamentale e in molti casi cade la funzione del farmaco tradizionale. «La medicina integrata che pratichiamo nel nostro Centro sta dimostrando efficacia clinica e terapeutica – conclude Bernardini –. Si parte da una collaborazione con il medico di base perché conosce meglio il paziente. Meglio se anche il medico di base ha frequentato corsi di medicina complementare perché altrimenti la collaborazione è più difficile. Però in Toscana le cose stanno cambiando sia a livello di medici di base che di specialisti che ci mandano i loro pazienti». ■ **A.B.**

**Info** [www.usl9.grosseto.it](http://www.usl9.grosseto.it).



# Cambio di **Statuto**

**Più trasparenza, maggiori occasioni di partecipazione e tanta informazione. Sono questi i cambiamenti più significativi che verranno apportati allo Statuto della Cooperativa nelle assemblee straordinarie che si terranno in tutte le Sezioni soci.**

■ **Aldo Bassoni**

Questa volta, per la terza volta, i soci tornano a riunirsi nelle 29 assemblee delle rispettive Sezioni soci che si svolgono dal 4 al 13 novembre e si concludono il 24 novembre con l'Assemblea generale dei delegati dove verranno approvate una serie di modifiche allo Statuto della Cooperativa. Accanto a importanti innovazioni sulla trasparenza e la partecipazione, saranno introdotti altri cambiamenti minori, ma non banali, come l'aggiornamento degli scopi sociali e alcuni interventi sulla *governance* aziendale. Ma andiamo con ordine.

## Grado di partecipazione

«Innanzitutto è bene precisare che si interviene sullo Statuto perché dobbiamo obbligatoriamente recepire le disposizioni contenute nella normativa ex articolo 17 bis (d.L. 91/2015) volte a favorire una maggiore partecipazione e informazione dei soci – spiega il presidente di Unicoop Tirreno **Marco Lami** –. In sostanza il tasso di partecipazione dei soci alla vita della Cooperativa, per quanto ci riguarda, è già abbastanza elevato dato che pub-

blichiamo da tempo il Bilancio sul sito e teniamo le assemblee territoriali degli organismi di rappresentanza dei soci in maniera assai più capillare che in un semplice ambito provinciale. Infatti, ogni anno convochiamo 29 assemblee separate e altrettante assemblee autonome coinvolgendo migliaia di soci proprio per garantire la maggiore partecipazione e informazione possibili». Qui, in effetti, non c'è molto da adeguare se non recepire nello Statuto il testo della legge.

Una novità, almeno parziale, riguarda la possibilità per ciascun socio di porre domande direttamente al Consiglio d'Amministrazione in occasione delle assemblee sui temi all'ordine ►

**In omaggio a tutti i soci che parteciperanno alle assemblee un buono per il ritiro di 1 confezione di fettuccine all'uovo ViviVerde da 250 g.**



# Assemblee separate straordinarie

## Sezioni soci Unicoop Tirreno

dal 4 al 13 novembre 2015 e martedì 24 l'Assemblea Generale dei Delegati

n. Sezione soci	giorno	data	ora	città	luogo
4 Rosignano	mer	4	16	Rosignano S.	Sala comunale delle conferenze - piazza del Mercato
7 Piombino	mer	4	16	Piombino	Teatro Metropolitan - piazza Cappelletti, 2
10 Colline Metallifere	gio	5	16	Bagno di Gavorrano	Sala B&W Casa del Popolo "Senesi" - via Marconi, 91
8 Elba	gio	5	15,30	Portoferraio	Sala della Provincia - viale Manzoni, 11
6 S. Vincenzo-Venturina	gio	5	16	Venturina Terme	Sala "Giorgio La Pira" - largo della Fiera
18 Roma Nord	gio	5	17	Roma	Sala Agorà - Parrocchia S. Maria della Speranza via Cocco Ortu, 19
29 Est Maremma	ven	6	17	Ribolla	Sala conferenze 3° piano Archivio Storico Unicoop Tirreno
28 Cimini	ven	6	17,30	Fabrica di Roma	Parrocchia S. Silvestro Papa
13 Viterbo	ven	6	16	Viterbo	Sala della Provincia - via Saffi
15 Roma Colli Aniene	ven	6	17	Roma	Teatro Ist. Comp. "Balabanoff" - via Bardanzellu, 79
17 Persone giuridiche	ven	6	10	Vignale Riotorto	Sede Unicoop Tirreno
23 Area Vesuviana	lun	9	16,30	Acerra	Casa dell'Umana Accoglienza - via Annunziata, 23
26 Paglia Vulsinia	lun	9	17	Acquapendente	Biblioteca Comunale - via del Cantorriwo
16 Roma Laurentino	lun	9	16,30	Roma	Teatro Parrocchia S. Mauro Abbate - via Saporì, 10
11 Grosseto	lun	9	16	Grosseto	Hotel Airone - via Senese, 35
24 Castelli romani	mar	10	16	Velletri	Sala Micara - corso della Repubblica, 347
22 Irpinia	mar	10	16,30	Avellino	Hotel De La Ville - via Palatucci, 20
21 Etruria	mar	10	16	Tarquinia	Centro Socio Riabilitativo Capotorti - via delle Torri
25 Valnerina	mar	10	16	Giove	Sala Polivalente
30 Costa d'argento	mer	11	16,30	Orbetello	Centro Culturale Sant'Antonio - via Dante, 1
2 Versilia	mer	11	16,30	Pietrasanta	Sala Croce Verde
19 Casilina	mer	11	16,30	Fiuggi	Hote Fiuggi Terme - via Capo di Prati - Fiuggi Fonte
5 Cecina-Donoratico	mer	11	16	Cecina	Cinema Tirreno - via Buozzi, 9
12 Civitavecchia	gio	12	16,30	Civitavecchia	Sala della Compagnia Portuale - via della Cooperazione, 1
14 Roma I.go Agosta	gio	12	15,30	Roma	Sala Teatro Parrocchia S. Maria Madre di Misericordia via dei Gordiani
27 Agro Falisco	gio	12	16,30	Civita Castellana	Bar Garden - loc. Pizzo Garofalo
1 Carrara	ven	13	16,30	Avenza	Sala Parrocchia S.M. Mediatrice - via Villafranca
3 Livorno	ven	13	16	Livorno	Sala Arci La Rosa - via Cuoco, 12
20 Pontina	ven	13	16,30	Terracina	Aula Magna Liceo Scientifico "L. da Vinci"
9 Follonica-Castiglione d.P.	ven	13	15,30	Follonica	Centro "Tre Saggi" - piazza I Maggio
<b>Ass. Gen. Delegati</b>	mar	24	15	Riotorto	Sala conferenze - Sede Unicoop Tirreno

### Ordine del Giorno

1. Modifiche statutarie afferenti: **a.** Adeguamenti statutarî conseguenti alla entrata in vigore dell'Art. 17 bis D.L. 91/2014 convertito in legge 116/2014 e del D.M. 18 settembre 2014 al fine di garantire una maggiore trasparenza nello svolgimento delle attività mutualistiche, migliorare i livelli di coinvolgimento dei soci nei processi decisionali, nuova ipotesi di esclusione dei soci per inattività (Artt. 9-18-20-36-40) – loro decorrenza (Art. 66); **b.** Modifiche statutarie volte principalmente a razionalizzare la governance della cooperativa (Artt. 39-56) e ad integrare

· Ai sensi dell'art. 33 dello Statuto Sociale le assemblee separate, in forma straordinaria, eleggeranno i propri delegati (effettivo e supplente), che parteciperanno all'Assemblea Generale straordinaria indetta in prima convocazione per il giorno 23 novembre

2015 alle ore 7,30 presso la Sala conferenze Sede Unicoop Tirreno, Vignale Riotorto ed in seconda convocazione nello stesso luogo il giorno 24 novembre 2015 alle ore 15.

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

o riformulare alcuni articoli in tema di: • diversa previsione di denominazione delle organizzazioni associative (Art. 1); • scopi sociali ed attività finalizzate al loro conseguimento (Artt. 3 e 4); • procedimento di ammissione dei soci (Artt. 6-7-8); • diritti dei soci (art. 9); scioglimento del rapporto sociale (Artt. 18 ss.); • trasferimento della quota sociale (Art. 23); • requisiti mutualistici (Art. 27); • disciplina delle assemblee (Art. 30 ss); • arbitrato (Art. 61); • adozione di un sistema di prevenzione dei reati (Art. 62); • disposizione finale (Art. 64); • approvazione di regolamenti (Art. 65).

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



► del giorno, oltre che in maniera diretta durante le assemblee separate, anche in forma scritta, tramite qualunque mezzo anche elettronico, fino a 7 giorni prima dell'Assemblea generale dei delegati che si svolge a conclusione della tornata assembleare territoriale. «Fino ad ora si poteva solo porre domande in assemblea – commenta Lami –. Con questa modifica statutaria si amplia la possibilità per il socio di interloquire con il Consiglio d'Amministrazione». Sempre nello spirito di un rafforzamento della partecipazione e del ruolo dei soci, il nuovo Statuto renderà obbligatorio esprimere un parere consultivo da parte della Consulta delle presidenze delle Sezioni soci sul Bilancio preventivo prima della sua approvazione nel CdA.

## Senso d'appartenenza

Un'altra importante modifica alla *Magna Carta* della Cooperativa riguarda l'esclusione da socio. Infatti, da sempre esistono casi in cui un socio può essere escluso, però le nuove disposizioni di legge obbligano a escludere quei soci che, nell'ultimo esercizio, non abbiano intrattenuto rapporti con la Cooperativa né di natura commerciale né di natura finanziaria (quindi titolari di un libretto di *Prestito Sociale*), oppure non abbiano mai partecipato alle assemblee annuali. «Quindi, se un socio non ha esercitato almeno una di queste 3 modalità di partecipazione alla vita della Cooperativa – precisa Lami –, si intende che la sua adesione non sia finalizzata allo scambio mutualistico e pertanto non ha più ragione di essere; sarebbe forse stato preferibile un termine un po' più lungo, ma questo è il contenuto inderogabile della norma. Per questo è importante informare adeguatamente tutti i soci che

l'appartenenza alla Cooperativa con la sottoscrizione della quota sociale è condizionata ad una vera partecipazione, cosa che in qualche modo si ritrova negli statuti originari delle prime cooperative, perché questo era proprio lo spirito della natura mutualistica dell'impresa cooperativa; in fondo non si fa altro che richiamare un principio fondamentale della cooperazione».

## A integrazione

Mettere mano allo Statuto è anche un'opportunità per apportare altre modifiche che hanno forse pochi elementi di novità, ma che sono integrazioni di natura formale nient'affatto banali. Per esempio, tra gli scopi sociali della Cooperativa verrà inserita la possibilità di aprire farmacie (*corner salute*), mense, punti di ristoro, bar, trattorie, vendita all'ingrosso verso terzi e attività in *franchising*; altri aggiustamenti vanno a toccare alcuni aspetti della *governance* societaria. Anzitutto è prevista l'introduzione della figura del direttore generale e la non obbligatorietà della figura del vice presidente. Viene, però, prevista la figura di un "vicario" che possa sostituire il presidente in caso di impedimento nello svolgimento delle sue funzioni ordinarie. Inoltre verrà reso possibile istituire Commissioni consiliari con il compito di svolgere approfondimenti su specifiche materie aziendali e sarà ampliato da 7 a 15 il numero massimo dei componenti il Comitato esecutivo. Il nuovo Statuto contempla l'adesione all'*Alleanza delle Cooperative Italiane*, l'associazione unitaria che dal 2017 riunirà le 3 Centrali cooperative attualmente esistenti. Infine, ma non ultimo per importanza, viene inserito un articolo sul sistema di prevenzione dei reati conforme alle disposizioni legislative vigenti. ■



# Coop fa Centro

Ha aperto il Nuovo Centro a Livorno, all'interno del Parco Commerciale Levante. Struttura più moderna, più ampio l'assortimento, maggiori i servizi.



Inaugurato lo scorso 15 ottobre a Livorno il nuovo Supermercato Coop all'interno del *Parco Commerciale Levante*, dall'elegante struttura rivestita in acciaio e vetro che dona molta luce naturale al punto vendita. Il *Nuovo Centro* (circa 2.500 mq) ha un ampio parcheggio, 13 casse e 4 Torri dedicate al pagamento automatico con il *Salvatempo*, lo sportello del *Prestito Sociale* e un bellissimo *Spazio soci*. Oltre alle linee del prodotto a mar-



chio Coop, garanzia di convenienza e qualità, il punto vendita si caratterizza per un ampio assortimento dei prodotti del territorio *Vicino a noi*, come il pescato locale proveniente dalla costa toscana e i prodotti ortofrutticoli dalla filiera corta. In generale è ampliata l'offerta nel reparto salumi e latticini, in quello della gastronomia fresca e calda, nell'ortofrutta e nella pescheria così come negli alimentari industriali. Inserito anche il banco *self service* di pesce congelato e proposte di carni "pronte da cuocere". Sono nel frattempo in corso i lavori presso il punto vendita di Livorno La Rosa che riaprirà tra alcuni mesi più piccolo (circa 500 mq a insegna InCoop), ma completamente rinnovato all'interno di un'area complessivamente riqualificata. ■ S.O.

## Valore di mercato

**Degustazioni e visite guidate in un piccolo "mercato" di prodotti locali di qualità. All'interno del negozio Coop di Pomezia.**

Il punto vendita di Unicoop Tirreno a Pomezia (Roma) si anima con degustazioni e vendite guidate di prodotti locali di qualità. Un piccolo "mercato" dentro il negozio con prodotti genuini del territorio: dalle cozze alle vongole, al polpo, pescati nella costa laziale, dal pane di Genzano alla porchetta. E ancora: salsicce, mozzarelle, baccalà, vini ecc. «Il progetto – spiega il coordinatore commerciale **Paolo Turchetta** – nasce per rendere più accogliente il negozio creando un punto d'incon-



tro tra produzioni locali, soci e clienti. Grazie alla nuova bilancia *wi-fi* si superano i limiti della vendita di reparto legate alla diversa tracciabilità dei prodotti. In pratica la merce viene pesata e prezzata durante la degustazione o la vendita guidata». Per acquisti più a portata di mano.

In programma a **novembre 6 e 7**: mortadella gigante *Fiorucci* e pizza sfornata in Coop. Proposte di carni pronte da cuocere. **13 e 14**: porchetta, salsicce, mozzarella e pane di Genzano. **20 e 21**: sagra del baccalà salato e bagnato, ceci. **27 e 28**: salsicce, braciole e funghi.

L'allestimento si completa con prodotti attinenti alla vendita guidata: limoni di Sorrento, prezzemolo, olio e pasta *Fior fiore* Coop e un adeguato assortimento di vini bianchi. ■ S.O.

## Follonica (GR)

**5 novembre**

Giovedì 5 novembre, alle 17, presso la Saletta soci del Supermercato Coop di Follonica, la Sezione soci organizza la presentazione del libro *Storie d'argilla* di Giulia Pieri (editrice *Icône*).

A intervistare l'autrice sarà don Francesco Guarguaglini, parroco della parrocchia di San Leopoldo. Introduzione a cura di Isetta Dani. Una parte del ricavato della vendita del libro sarà donata alla parrocchia S. Isabel di Taninga, in Mozambico.



## Isola d'Elba (LI)

**7, 8 e 29 novembre**



Sabato 7 e domenica 8 novembre, la Sezione soci dell'isola d'Elba, in collaborazione con *Altre Vacanze Club*, organizza la visita alla Sezione soci di Civita Castellana e un tour a Viterbo. La quota individuale è di 104 euro, il numero minimo di partecipanti è 35. Sabato 29 novembre, sempre in collaborazione con *Altre Vacanze Club*, gita a Portovenere. La quota individuale, comprensiva di un pranzo a base di pesce, è di 58 euro. Info e prenotazioni: 3388013198 3891417919

## Scansano (GR)

**13 novembre**

La Sezione soci di Grosseto e la *Cantina Cooperativa dei Vignaioli del Morellino di Scansano*, in collaborazione con l'Associazione *Gustalia*, la *Caritas*, l'*Auser* e l'Associazione *Macramè* di Scansano, organizzano venerdì 13 novembre alle 17,30, presso la *Cantina Cooperativa dei Vignaioli del Morellino di Scansano*, un *work-shop* sul *Vicino a noi*: prodotti tipici che profumano



di sostenibilità e fanno crescere territori e comunità. Sarà presente l'esperto di enogastronomia Francesco Gentili che intervisterà alcuni fornitori locali di Unicoop Tirreno. La quota di partecipazione per la degustazione guidata è di 10 euro. Il ricavato dell'iniziativa sarà interamente devoluto ai progetti di solidarietà di Unicoop Tirreno *Basta un gesto*.

## Montefiascone (VT)

**14 novembre**

Sabato 14 novembre, alle 16, presso il negozio Coop, in collaborazione con gli esercenti del centro commerciale "Cardinal Salotti", pomeriggio all'insegna di assaggi di bruschetta e olio.

## Tuscania (VT)

**14 novembre**

Sabato 28 novembre, alle 16, presso il Supermercato Coop, la Sezione soci organizza uno *show cooking* con il *Bimby*. L'incaricata *Bimby*, Fiorella Giorgi presenterà le ricette realizzate con i prodotti a marchio Coop.



## Civita Castellana (VT)

**18, 19 e 21 novembre**

La Sezione soci di Civita Castellana, in occasione del compleanno del negozio, organizza una serie di iniziative. Mercoledì 18 novembre, alle 10, si svolgerà l'*Approvato dai soci*, un appuntamento nel quale verranno testati alcuni prodotti a marchio. Alle 16 è previsto il taglio della torta di compleanno per ringraziare soci e clienti. Il 19, alle 16, pomeriggio dedicato ai più piccoli in occasione della giornata della *Carta dei diritti dei bambini*. La giornata di venerdì 20 sarà dedicata ai fornitori locali, con esposizione e degustazione di birre artigianali *Itineris* e formaggi *Chiodetti*. Sabato 21, alle 16, presentazione del libro *Un minuto oltre il silenzio* di Luigino Lorenzoni e Carlo Bolli che saranno intervistati dalla giornalista di *Sky* Vanessa Quinto. Durante l'iniziativa si parlerà anche di Coop e della vecchia fabbrica *Marcantoni*.



## Soriano del Cimino (VT)

22 novembre

Domenica 22 novembre la Sezione soci di Soriano nel Cimino, in collaborazione con il Comune e in occasione della ricorrenza della *Convenzione Onu sulla Carta dei diritti dei bambini*, siglata il 20 novembre 1989, organizza l'iniziativa *Diritti in gioco*. I bambini saranno aiutati nel gioco dell'*Oca dei Diritti* da animatori Coop. Al termine, merenda per tutti.

## Amelia (TR)

27 e 28 novembre



Da venerdì 27 a domenica 29 novembre, la Sezione soci di Amelia parteciperà alla

*Maratona dell'olio*. La Sezione soci, in collaborazione con la *Comunità montana*, organizzerà la mostra micologica, con l'esperto micologo Giuseppe Laureti. Fin dai primi giorni di questo mese, anche il negozio Coop di Amelia contribuirà al successo della manifestazione allestendo *ad hoc* il reparto degli oli e ospitando l'enogastronomia Carla Chiuppi per un percorso sensoriale sugli oli e le loro tradizioni.

## Velletri (Roma)

Seconda edizione del Concorso letterario per racconti inediti sul tema: *Dalle mimose alle scarpette rosse, dall'8 marzo al 25 novembre, dall'emancipazione delle donne alla denuncia delle violenze sulle donne*. Gli elaborati dovranno essere inviati entro il 31 gennaio 2016 per posta elettronica al seguente indirizzo: [concorsocoop@gmail.com](mailto:concorsocoop@gmail.com). Una giuria di esperti, dopo aver esaminato tutti i racconti, sceglierà il migliore e segnerà i primi 5 classificati. I vincitori saranno premiati nel corso di una manifestazione che si terrà a Velletri in occasione dell'8 marzo 2016.



# Il nome de La Rosa

Il 5 aprile 1976 il presidente della Cooperativa Sergio Meini comunicava al Consiglio d'Amministrazione che il Consiglio Comunale di Livorno aveva accolto la domanda per la concessione di un'area da destinarsi alla

**Il Supermercato La Rosa di Livorno, un punto vendita e d'incontro che ha fatto la storia della Cooperativa.**

costruzione di un mercato coperto, nel piano di zona de La Rosa. La progettazione del quartiere La Rosa di Livorno fu commissionata dall'Istituto Autonomo Case Popolari nel 1958 al famoso architetto Luigi Moretti (coadiuvato da Barucci, Belluc-

ci e Fagnoni). Nonostante si trattasse d'un quartiere di case popolari, si distingueva, all'epoca, per il rispetto dei principi ambientali e di abitabilità (aree verdi, distribuzione degli spazi, armonia tra gli edifici e gradevolezza delle case ecc.). Il 5 maggio del 1977 ci fu l'inaugurazione del *Centromercato Coop La Rosa*.



Tutte le testimonianze concordano nell'indicare che quando fu costruita la *Coppona*, essa dette al quartiere La Rosa – e fu una novità per quegli anni – il prestigio di un centro autonomo: attorno al punto vendita fu aperta la sede della Circoscrizione e poi la banca, le poste e altre strutture di servizio, compresa la creazione da parte di Coop di un parco per bambini presso la Scuola pri-

maria "Lambruschini". All'interno del *Centromercato* vennero collocati alcuni negozi di privati (calzature, bar, gioielleria, erboristeria). I prezzi molto competitivi e le vantaggiosissime offerte fin dall'apertura videro l'afflusso di tanti soci e consumatori. Un grosso successo, maggiore di quello preventivato, come raccontava al Consiglio d'Amministrazione il dirigente del servizio vendite alimentari, Sergio Salvadori. Luciano Martelli, capo negozio di allora, ricorda che in quegli anni «ci fu da parte dei dipendenti e dei tantissimi soci un grande senso d'appartenenza alla Cooperativa, un vivissimo interesse al suo sviluppo e uno spirito di partecipazione che ha consentito a questo Supermercato di diventare un centro d'attrazione per tutta la città», e un modello innovatore anche sul piano nazionale. ■

\* direttore scientifico della *Fondazione Memorie Cooperative*

# Giro di vento

*Spiagge nere e caraibiche, giardini di lava, natura selvaggia e rocciosa, tanto vento a scompigliare le cartoline scontate delle Canarie. Un arcipelago, invece, tutto da scoprire... lontano dal mondo.*

■ **Alessandra Bartali**

**N**on sono tanto le parole a far venire voglia di volare alle Canarie, ma i numeri. Delle riserve marine, delle specie vegetali endemiche, dei siti patrimonio dell'Unesco e dei parchi nazionali. E, soprattutto a novembre, quelli che segnalano le temperature. Tutti piacevolmente alti. La latitudine è quella di altri arcipelaghi più blasonati (Bahamas, Bermuda e Hawaii), senza il fastidio di mezze giornate da trascorrere in volo (quindi ancora numeri: delle ore e dei soldi risparmiati). Le compagnie *low cost*, che generalmente hanno il limite di confinare gli europei in Europa, concedono un'incursione in questo lembo ammarato d'Africa amministrato dalla Spagna, che deve il suo nome alle grandi quantità di cani selvatici.

## Cartolina dalle Canarie

A sette secoli dalla conquista da parte degli occidentali (frutto della scoperta fortuita di un genovese meno famoso del suo compatriota Colombo), i cani sonnecchiano per lo più dietro ai can-

celli di Santa Cruz e Las Palmas, ma tutto il resto ha mantenuto il suo alone selvaggio. Grazie al vento che scompiglia i capelli di chi vorrebbe darsi un tono (palme comprese), ai vulcani che da sempre hanno fatto capire all'uomo chi fosse il più forte, ma anche grazie all'uomo stesso e alla sua risolutezza nel costringere il turismo entro i confini dettati dagli strumenti nazionali e internazionali di tutela della natura. Quando si pensa alle Canarie viene in mente l'allegria un po' becera di Maspalomas (Gran Canaria) e la scarsa armonia architettonica di Santa Cruz de Tenerife. Questi, tuttavia, sono solo i biglietti da visita realizzati ad arte per un turismo che fino a qualche anno fa cercava solo mare, sole e leggerezza. Tant'è che per dare un tocco più elegante a Tenerife di recente è stato scomodato Santiago Calatrava, progettista di un *auditorium* vista oceano che regala tutt'altre suggestioni. Mentre a Gran Canaria solo gli sprovveduti si fermano a lungo a bere *cocktail* annacquati nei locali stracolmi del lungomare più famoso di Las Palmas. Gli altri vanno a gustarselo tutto, il mini continente.

Tenerife.



## Belle di natura

Così la chiamano, Gran Canaria, con le sue piogge al nord mentre al sud il sole spacca le pietre, le spiagge striate di nero come la lava seccata a sud-est e quelle caraibiche a sud-ovest, il deserto e le praterie di bananeti. Le famose dune alla periferia di Las Palmas sono la cartolina che tutti conoscono così bene che quasi non c'è bisogno di vederle. Meglio andarne a scovare di inedite oltre le colline desertiche del sud, dove l'assenza di sentieri e segnaletica dà il gusto della scoperta e il senso della continuità tra terra e mare. Sempre che le maree non le abbiano temporaneamente ingurgitate. La natura, d'altronde, non si addomestica. Al limite si racchiude in un parco, a misura di famiglia come il *Palmitos Park* o più imponente come il *Parco nazionale del Teide*, a Tenerife, dove le colate laviche e i vulcani che spuntano tra le ginestre affascinarono il capostipite dei turisti tedeschi, il naturalista Alexander von Humboldt. Decenni dopo, con lo sguardo su quella natura nera e rocciosa, qualcuno fantasticava di creare spiagge artificiali per attirare i turisti, mentre un certo Francisco Franco, confinato a Tenerife dal Governo repubblicano, organizzava il colpo di stato che avrebbe portato alla guerra civile spagnola. Poi si dice che sulle isole non succede mai niente...

## Per un soffio

Certo la vita non è frenetica a Fuerteventura, desertica e vulcanica, il cui *souvenir* fotografico per eccellenza sono le dune di Corralejo, dove costruzioni in pietra nera permettono di gustarsi un paesaggio magnifico riparandosi dal vento. È proprio il vento qui ad avere la parte del protagonista: soffia sull'isola la sabbia del Sahara, che crea spiagge bellissime (come El Cotillo) e richiama da tutto il mondo appassionati di sport acquatici. Tanto che a Sotavento sono necessari 90 dipendenti per mandare avanti una scuola di *windsurf*. Per i surfisti fino a qualche anno fa il motto era "Una ola, una persona", se non che negli ultimi tempi Fuerteventura è stata letteralmente invasa da europei vogliosi di cambiare vita, in cerca di ritmi



Dall'alto, dune di Corralejo; windsurf a Sotavento; auditorium progettato da Calatrava.

rilassati e di contatto con la natura. E le onde spesso tocca dividerle. Nel nostro periodo autunno-invernale (primavera per i canari) un'ottima destinazione vacanziera è *Playa Blanca*, a Lanzarote, con il suo clima eccellente, il suo turismo non ancora massificato e i traghetti che la collegano a Corralejo. Il vento c'è anche qui, come dimostrano le vigne protette da muretti circolari, così come, di conseguenza, la sabbia del vicinissimo Sahara.

## Isola felice

Non stupisce, quindi, la presenza del *Giardino dei cactus* di César Manrique, dove per giardino si intende un manto di lava nera con 9mila esemplari di piante. Più lontano dalla terraferma si trovano invece La Palma, La Gomera e El Hierro, tutte dotate di un fascino aspro. A La Gomera, sede di un parco nazionale tra i più strabilianti con i suoi boschi di laurisilva, c'è ancora qualcuno che comunica con uno speciale e autoctono linguaggio dei fischi, originariamente utilizzato dai pastori per ovviare alle grandi distanze. Sarà la scarsa presenza umana, la sensazione di trovarsi immersi nell'oceano o il vento che soffia verso ovest, ma l'Europa, in questi piccoli fazzoletti di terra canari, sembra davvero lontana. ■

# Ponti & Capodanno



## Immacolata Monaco dal 05/12 al 08/12

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in htl Winters Hauptbanhof

**445,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 3 notti in camera doppia in Hotel Winters Hauptbanhof o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione.



## Immacolata Bruxelles dal 05/12 al 08/12

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in hotel Queen Anne

**404,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 3 notti in camera doppia in Hotel Queen Anne o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione.



## Epifania a New York dal 01/01 al 05/01

partenza da Roma Fiumicino  
4 notti in hotel Holiday Inn New York City

**1.430,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 4 notti in camera doppia in Hotel Holiday Inn New York City o similare in solo pernottamento, assicurazione.



## Capodanno a Parigi dal 30/12/2015 al 02/01/2016

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in hotel Median Paris Congres

**495,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 3 notti in camera doppia in Hotel Median Paris Congres o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione.



## Capodanno a Praga dal 29/12/2015 al 02/01/2016

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in hotel Kavalir

**415,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

La quota include: Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 4 notti in camera doppia in Hotel Kavalir o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione.



## Capodanno a Lisbona dal 30/012015 al 02/01/2016

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in hotel Embaixador

**485,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 3 notti in camera doppia in Hotel Embaixador o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione.



## Capodanno ad Amsterdam dal 29/12/2015 al 01/01/2016

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in hotel Coredon Vitality

**330,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 3 notti in camera doppia in Hotel Coredon o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione



## Capodanno a Vienna dal 30/12/2015 al 02/01/2016

partenza da Roma Fiumicino  
3 notti in hotel Roomz

**505,00 euro**

Prezzo chiaro speciale soci COOP

La quota include:

Volo Di linea diretto da Roma Fiumicino, tasse aeroportuali, 3 notti in camera doppia in Hotel Roomz o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione.

# Navigando verso il 2016

... e in più potrai  
conoscere altre offerte  
e scaricare il catalogo  
Viaggiare Da Soci  
visitando il nostro sito  
[www.mondovivo.it](http://www.mondovivo.it)



## Minicruise MSC Fantasia

Partenza del 20 aprile 2015

4 notti

porto imbarco/sbarco: Genova

Itinerario:

Genova, Aiaccio, Palma, Barcellona, Genova

Interna Bella	<b>182 euro</b>	Interna Fantastica	<b>194 euro</b>
Esterna Bella	<b>230 euro</b>	Esterna Fantastica	<b>245 euro</b>
Balcony Bella	<b>268 euro</b>	Balcony Fantastica	<b>292 euro</b>

La quota include:

4 notti in cabina prescelta, trattamento di pensione completa,

divertimenti a bordo nave

La quota NON include: tasse portuali euro 80 a persona, assicurazione euro 27 a persona, bevande e quanto non espressamente riportato



## MIAMI + CROCIERA MSC Divina

Partenze: FEBBRAIO 11 18 25

Partenze: MARZO 03 10 17 24

9 notti/10 giorni

2 notti a Miami in hotel Circa 39 o similare

7 notti di crociera ai Caraibi (cabina interna esp. BELLA)

**1.294,00 euro**

Quota a persona in doppia con partenza a febbraio

**1.324,00 euro**

Quota a persona in doppia con partenza a Marzo

Tasse aeroportuali 365 euro. Assicurazione annullamento 45 euro. Supplemento per passaggio a cabina esterna in crociera 70 euro, per passaggio a cabina balcone 220 euro.

La quota include:

Voli di linea da Roma o Milano, sistemazione in doppia per 2 notti in hotels 3 stelle sup. a Miami e cabina doppia interna in crociera, le prime colazioni continentali in hotel e la pensione completa a bordo, tasse portuali, la visita città di mezza giornata a Miami con guida in italiano, i trasferimenti tutti a Miami in arrivo, per il porto e in partenza.



## Minicruise MSC Poesia

Partenza del 16 aprile 2015

1 notte

porto imbarco/sbarco: Genova

Itinerario:

Genova/Villefranche sur Mer/Genova

Interna Bella	<b>24 euro</b>	Interna Fantastica	<b>35 euro</b>
Esterna Bella	<b>47 euro</b>	Esterna Fantastica	<b>60 euro</b>
Balcony Bella	<b>72 euro</b>	Balcony Fantastica	<b>85 euro</b>

La quota include:

1 notte in cabina prescelta, trattamento di pensione completa,

divertimenti a bordo nave

La quota NON include: tasse portuali euro 70 a persona, assicurazione euro 27 a persona, bevande e quanto non espressamente riportato



## Speciale Neve

Monboso Hotel Gressoney - La Trinité (Ao)

dal 10 gennaio 2016 al 13 marzo 2016

**67,00 euro\***

\*Prezzi speciali riservati ai soci COOP con quote a persona al giorno a partire da 67 euro in media stagione (anziché 71 euro)

Prezzi per soggiorni 4 notti (da effettuarsi dalla domenica al giovedì) o per soggiorni di 3 notti (da effettuarsi dal giovedì alla domenica)

La quota include:

Soggiorno in camera doppia in mezza pensione



## Speciale Neve

Sansicario Majestic Hotel - San Sicario (To)

dal 20 dicembre 2015 al 20 marzo 2016

**59,00 euro\***

\*Prezzi speciali riservati ai soci COOP con quote a persona al giorno a partire da 59 euro in media stagione (anziché 64 euro).

Prezzi speciali per soggiorni di 7 e 3 notti

La quota include:

Soggiorno in camera doppia in mezza pensione bevande incluse.



## Speciale Neve

Hotel Monzoni - Pozza di Fassa (Tn)

dal 5 dicembre 2015 al 13 marzo 2016

**41,00 euro\***

\*Prezzi speciali riservati ai soci COOP con quote a persona al giorno a partire da 42 euro in media stagione (anziché 54 euro).

La quota include:

Soggiorno in camera doppia in mezza pensione acqua e vino ai pasti.

Per info e prenotazioni contatta il nostro

numero verde: **800 778 114**

dalle 10 alle 12 e dalle 15 alle 18 tutti i giorni dal lunedì al venerdì oppure recati presso le nostre agenzie di viaggio affiliate.

# Cicli e ricicli

La raccolta dell'olio usato da cucina ora si fa anche alla Coop di Orbetello e Albinia.

**A**ttivato alla Coop di Orbetello e Albinia (GR) il servizio di raccolta dell'olio esausto che promuove la pratica ecologica del corretto smaltimento dell'olio vegetale domestico. Un progetto, *In famiglia io riciclo: è tempo di olio!*, che è stato promosso dalla Sezione soci Coop Costa d'Argento con il Comune di Orbetello e l'azienda Calussi. Per contribuire concretamente basta raccogliere, dopo aver cucinato, l'olio freddo in una bottiglia di plastica con tappo e gettarla nell'apposito raccogliatore all'interno



del punto vendita Coop. Un litro d'olio vegetale esausto rende non potabile 1 milione di litri d'acqua: una quantità che potrebbe dissetare circa 140 persone per 10 anni. Orbetello e Albinia si aggiungono agli altri punti vendita Coop della provincia di Grosseto che già praticano questa raccolta. Un'iniziativa in linea con il lavoro che Unicoop Tirreno, con le sue Sezioni soci, svolge da anni. Basti pensare che nel 1997, su iniziativa dei soci Coop di Follonica, partì la seconda esperienza in Italia di riciclo dell'olio domestico. ■ S.O.

## Anche a novembre Scegli Tu

Continua a novembre l'offerta *Scegli Tu Grandi Marche*: dal 1° al 15 per ogni spesa fatta vengono consegnati 10 buoni sconto ("caricati" sulla carta SocioCoop e su cartolina cartacea per i non soci) del 30 per cento che potranno essere utilizzati dal 16 al 30 novembre su un prodotto a scelta tra quelli delle oltre 50 *Grandi Marche* che partecipano alla promozione, in vendita sugli scaffali degli Ipermercati e Supermercati Unicoop Tirreno, Ipercoop Tirreno e Campania Distribuzione Moderna. ■ B.S.



## Spirito di solidarietà

Si è svolta, presso lo sportello del Comitato soci Coop di Avenza, la cerimonia di consegna dei 7.350 euro ricavati dalla cena di beneficenza *Memorial Lino Dovicchi* che i soci Coop hanno organizzato in favore di *Aisla* (Associazione Italiana Sclerosi Laterale Amiotrofica) di Massa Carrara. All'iniziativa, tenutasi presso la struttura del "Comitato Battilana 95", hanno partecipato oltre 250 persone, tra cui alcuni malati di *Sla* e loro familiari che hanno portato una testimonianza su come possa essere gestita al meglio questa terribile malattia.

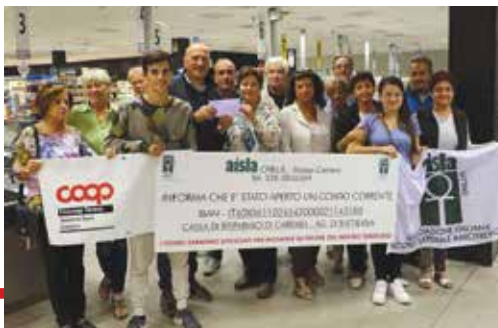
L'*Aisla* ha ringraziato il Comitato soci Coop per l'aiuto ricevuto che dimostra ancora una volta, oltre alla importante cifra raccolta, come i soci Coop riescano sempre a impegnarsi nel sociale con grande spirito di solidarietà. L'iniziativa ha avuto anche il supporto di molti negozi del Centro Commerciale "La Prada" e di Marina di Carrara che hanno offerto numerosi doni per una riuscita lotteria.

Con la cifra raccolta sarà ora possibile acquistare un automezzo adibito al trasporto di disabili.

*Aisla* Massa Carrara da poche settimane ha inaugurato una sede territoriale a sostegno informativo, pratico e formativo per tutti i malati di *Sla* e le loro famiglie. Il Comitato soci Coop di Avenza si è proposto di ospitare per ogni tipo di iniziativa i volontari *Aisla*

presso la propria sede, quale segno concreto per poter continuare quest'utile e costruttiva collaborazione. ■ A.B.

Info 3285856369





## I TEATRI

### Teatro Moderno e Teatro degli Industri Grosseto

Sconto soci Coop per acquisto abbonamenti e biglietti per gli spettacoli della stagione teatrale 2015-16.

Info 056422429

www.teatromodernogrosseto.it

## I PARCHI

### Aquarium Mondo Marino Massa Marittima (GR)

Via della Cava - loc. Valpiana  
Prezzo per i soci 5 euro anziché 6, sconto di 2 euro sui pacchetti famiglia.

Info 0566919529

www.aquariummondomawrino.com

### Riserva Naturale Provinciale Padule Orti-Bottagone

Loc. Torre del Sale - Piombino (LI)  
SP 40 Geodetica, km 6,700

Per gruppi e scolaresche l'oasi è aperta tutti i giorni dell'anno su prenotazione (escluso giugno), in orari e modalità da concordare. Per visite guidate nel mese di novembre l'oasi è aperta su prenotazione con orari e modalità da concordare.

Per tutti coloro che volessero visitare nella stessa giornata anche il Rifugio Faunistico Padule di Bolgheri è previsto, presentando il biglietto di Orti-Bottagone, uno sconto sull'ingresso.

Info ortibottagone@wwf.it

3384141698, 3899578763

### Rifugio Faunistico Padule di Bolgheri

Aperto dal 1° novembre al 30 aprile con visite guidate tutti i sabati e le domeniche alle 9,30 e alle 14 con prenotazione obbligatoria. Per i gruppi e le scolaresche il giorno di visita è il martedì su prenotazione.

Per tutti coloro che volessero visitare nella stessa giornata anche la Riserva Naturale Provinciale Padule Orti-Bottagone è previsto, presentando il biglietto del Rifugio Faunistico Padule di Bolgheri, uno sconto sull'ingresso.

Info 3384141698 - 3899578763

bolgheri@wwf.it

## I MUSEI

### Museo Civico Giovanni Fattori Villa Mimbelli - Livorno

Via San Jacopo in Acquaviva, 65  
All'interno del museo la collezione permanente costituita da dipinti di Giovanni Fattori e di altri artisti come Serafino De Tivoli, Vincenzo Cabianca, Silvestro Lega, Telemaco Signori-

*Pubblichiamo tutte le iniziative che prevedono sconti sui biglietti per i soci Coop grazie alle convenzioni stipulate da Unicoop Tirreno.*

ni, Giovanni Boldini. Presente anche un'ampia panoramica sulla pittura livornese di fine Ottocento. Aperto tutti i giorni: 10-13/16-19 (escluso lun.). Biglietto d'ingresso per i soci Coop 2,50 euro (anziché 4).

Info 0586808001

fgiampaolo@comune.livorno.it

http://pegaso.comune.livorno.it

### Wow Spazio Fumetto Milano

Viale Campania, 12 - Milano

Per festeggiare il 65° anniversario della nascita dei Peanuts una mostra dedicata al fumetto più amato dai bambini, fino al 10 gennaio 2016. Orari di apertura: mar. - ven., 15-19; sab. - dom., 15-20. Ai soci Coop che si presenteranno alla biglietteria dello Wow Spazio fumetto muniti di carta SocioCoop verrà praticata una riduzione di 1 euro sul prezzo del biglietto intero (quindi da 5 a 4 euro), per i bambini fino a 10 anni 2,50 euro (max 3 a famiglia).

Info 0249524744/45 - info@museowow.it

www.museowow.it



## GLI ITINERARI

### Artemide Guide Roma - Viterbo

Molte le attività offerte, dagli itinerari storico-artistici con guide autorizzate nel territorio di Viterbo, Roma e province, ai servizi tour escort in Italia e all'estero con accompagnatori autorizzati, ai laboratori didattici sulla civiltà etrusca. Sconto del 10 per cento per i soci Coop sul servizio guide e accompagnatori turistici.

Info e prenotazioni 0766857387

3282925237, artemideguide@hotmail.com

### Azienda Agricola Giacomo Giannini Alberese

L'azienda Giannini ha 2 strutture nel verde della Maremma Toscana che propongono servizi di agriturismo: Agriturismo Podere Oslavia offre ai soci di Unicoop Tirreno uno sconto del 10% sul soggiorno, oltre a una bottiglia di vino e l'uso di bici per tutto il soggiorno. Agriturismo Pian dei Pini 10 per cento di sconto per i soci Unicoop Tirreno e omaggio di una bottiglia di vino (produzione propria) per tutti i soci che soggiogneranno e un aperitivo in vigna.

Info Podere Oslavia

0564407116 - info@alberese.net

www.alberese.net

Info Pian dei Pini 0564589937

piandeipini@gmail.com - www.piandeipini.com



Agriturismo Podere Oslavia



Agriturismo Pian dei Pini



PORTA SEMPRE CON TE LA CARTA SOCIOCOOP



### Tenute Flanton Avellino

Pacchetto Agriturismo in due possibili soluzioni: **1.** Un pernottamento con prima colazione in camera doppia, presso hotel 4 stelle a pochi Km dalla tenuta. Cena e pranzo presso la tenuta, visita guidata in cantina. Nel pranzo e nella cena antipasti, primi piatti, secondo con contorno, frutta, dolce, vino, acqua e caffè). Il costo del pacchetto completo è di 60 euro a persona. I bambini di età inferiore ai 7 anni non pagheranno il pranzo/cena. **2.** Pacchetto senza pernottamento, con pranzo e visita guidata in cantina, 25 euro a persona. Il pranzo è composto di antipasti, primi piatti, secondo con contorno, frutta, dolce, vino, acqua e caffè. I bambini di età inferiore ai 7 anni non pagheranno il pranzo.

Info 3388758162

## IL BENESSERE E LA SALUTE

### Audin apparecchi acustici Roma

Audin propone diverse soluzioni personalizzate attraverso apparecchi acustici digitali e invisibili. Grazie a una convenzione con Unicoop Tirreno, tutti i soci possono effettuare un *check-up* gratuito dell'udito e usufruire di servizi a condizioni economiche vantaggiose presso uno dei centri nelle principali zone di Roma.

- > Clinic: v. Vittorio Veneto, 7 - 06485546;
- > Monteverde: circoscrizione Gianicolense, 216 A/D - 0653272336;
- > San Giovanni: v. Gallia, 59/63 - 0677209344;
- > Salario/Trieste: v.le Somalia, 184/186 - 0686205134;
- > Tuscolano: v. Stilicone, 217/219 - 0676988107;
- > Prati/Trionfale: v. Cipro, 8 F/G - 0662288288;
- > Prenestino/Tor de Schiavi: v. Anagni, 100 - 0662275454



### Coop Odontoiatrica Livorno

La Coop Odontoiatrica, in convenzione con Unicoop Tirreno, ha definito un progetto finalizzato alla cura e pre-

venzione delle malattie del cavo orale e delle malocclusioni. Nell'ambito di un programma rivolto al sociale, in collaborazione con professionisti qualificati, si impegnano a offrire prestazioni di qualità mantenendo costi vantaggiosi, soprattutto per le categorie convenzionate.

Info Torre 2 - via A. Lampredi, 45 (piano 4)  
Livorno - 0586425277

## CORSI

### ASD Uisport '92 Rosignano

La scuola di danza *Passi d'autore* organizza corsi di danza classica e moderna, con quote mensili scontate del 5 per cento per i soci di Unicoop Tirreno.

Info 0586762249; uisport92@tiscali.it  
info@scuoladanzarosignano.it  
www.scuoladanzarosignano.it

### ASD Amatori Nuoto Follonica

Società sportiva che organizza corsi di nuoto nelle piscine di Gavorrano e Follonica. La convenzione prevede uno sconto del 10 per cento per abbonamenti mensili e del 15 per cento per abbonamenti a periodo.

Info 056657093  
info@amatorinuotofollonica.it  
www.amatorinuotofollonica.it

### ASD Laboratorio di danza e movimento Livorno

Via di Popogna, 50  
Danza classica, moderna e contemporanea, laboratorio coreografico, recitazione, *pilates*, *hip-hop*: ecco alcune discipline che è possibile praticare con la guida di un istruttore. Prezzi scontati per i soci Coop sull'iscrizione ai corsi offerti dal laboratorio.

Info 0586814156-811740  
www.laboratoriodanzamovimento.it  
f ASD Laboratorio di Danza e Movimento



MUSEO DELLE ARTI IN CHIESA NELLA MAREMMA  
**magma**

### Museo Magma Follonica

Comprensorio ILVA Follonica (GR)  
Sconto ai soci Coop sul biglietto di ingresso (4 euro anziché 5).

Info 056659027-243-004  
info@magmafollonica.it

### G.R. Toscana Outdoor

Via del Tino, 301 - fraz. Roselle

*Trekking* con guide ambientali escursionistiche regolarmente abilitate. Sconto del 10 per cento sulle tariffe vigenti al momento della partecipazione a escursioni guidate di un giorno o di mezza giornata tra mare, colline e montagne; 10 per cento di sconto anche sui corsi di formazione che introducono alla pratica dell'escursionismo. Gli sconti non sono cumulabili con altri sconti o promozioni.

Info 3939805487 - 3331323726  
g.r.toscanaoutdoor@gmail.com



## To be Mattioli fitness Viterbo

Centro benessere che organizza corsi con offerte vantaggiose per i soci di Unicoop Tirreno. Prezzo conveniente per i primi 50 soci, 1 settimana di prova gratuita.

Info 0761250310 - 3921562522

## Arca Grosseto

Azienda di servizi che organizza 2 corsi di pasticceria, *Easy Coop cake* 1 e 2. I corsi verranno attivati al raggiungimento di 7 partecipanti con un massimo di 12 con possibilità di ripetizione in caso di richiesta. La durata del corso è di 4 ore. A tutti gli allievi sarà consegnato il ricettario dei dolci preparati durante il corso. Per i soci Coop è previsto uno sconto di 5 euro sul costo complessivo.

Info 3287631017 - 3203786017

e-mail: arcainfo@arcafactory.it

## I SERVIZI

### Movimento Consumatori

#### Coordinamento Regionale della Toscana (Livorno e Piombino)

Svolge un servizio d'informazione su problematiche economiche e sociali che riguardano i consumatori. Gli sportelli sono attivi

presso i punti di vendita di **Livorno** c/o Centro Comm Fonti del Corallo, Supermercato via Settembrini; **Piombino** Supermercato Salivoli.

### Cuore Liburna Sociale

#### Piombino e Follonica

Cooperativa sociale che offre prestazioni socio-assistenziali e infermieristiche. Il servizio è attivo a Piombino e Follonica; l'offerta prevede uno sconto del 5 per cento a tutti i soci Unicoop Tirreno (presentando carta *SocioCoop*).

Info Piombino 0565227212

Follonica 056657798

info@cooperativacuore.it

### Natural Farm Project

#### Follonica

*Natural* è una società che promuove un servizio di dissuefazione dal fumo



## MAREGIGLIO

### Maregiglio Porto Santo Stefano

Sconto del 10 per cento su tutte le tariffe ufficiali da sito, relative al solo trasporto passeggeri, per la tratta a/r per l'Isola del Giglio.

Info Porto Santo Stefano 0564812920 - fax 0564811160 Isola del Giglio 0564809309 fax 0564809469 info@maregiglio.it

di sigaretta. Tariffa agevolata per i soci di Unicoop Tirreno.

Info 05661900833 - 3358062363

fax 0566216911

info@lagrandebellezzanaturale.it

www.lagrandebellezzanaturale.it

## Blu Navy Porto Santo Stefano

Società di servizi di trasporto marittimo offre a tutti i soci di Unicoop Tirreno, presso le proprie biglietterie, il 15 per cento di sconto su tutte le tariffe di solo trasporto per le destinazioni dell'Arcipelago Pontino e Toscano.

Info 0564071007; fax 0564071206

3931791500; www.blunavycrociere.com



## Grosseto Revisioni

### Grosseto

Via Aurelia Antica, 48

Per tutti i soci di Unicoop Tirreno che si rivolgeranno all'officina per la revisione auto è previsto l'omaggio di un **buono acquisto di 5 euro** spendibile nei negozi di Unicoop Tirreno.

Info 056422582



## Sconti per i soci Coop sugli acquisti nei punti vendita Brico Io di Toscana e Lazio

Appassionati del fai da te? Da oggi potete decorare, rinnovare o sistemare la casa a prezzi vantaggiosi. Per i soci Coop è previsto, infatti, il **10 per cento di sconto** su tutti gli acquisti effettuati il mercoledì nei punti vendita *Brico Io* di Toscana e Lazio: Massa, Viareggio, Livorno, Cecina-Montescudaio, Piombino, Follonica, Civitavecchia, Formia, Aprilia, Ceccano.

Lo sconto non è utilizzabile per l'acquisto di articoli già in promozione o segnalati nel punto vendita o per combustibili (petrolio, pellet, legna, bioetanolo). Inoltre non è cumulabile con *coupon*, tessere sconto e convenzioni.



PORTA SEMPRE CON TE LA CARTA **SOCIOCOOP**



Supermercati con servizio Box Office presso i quali si possono acquistare i biglietti: Livorno via Settembrini, Livorno Chiosco del C.C. Fonti del Corallo, Viareggio, Avenza, Rosignano, Cecina, San Vincenzo, Venturina, Follonica.

**James Senese & Napoli Centrale**  
in apertura video tributo a Pino Daniele



5 novembre  
Teatro Moderno  
Grosseto

**Dervish**  
7 novembre  
Teatro Fonderia Leopolda  
Follonica (GR)



**Musica Nuda in tour**  
7 novembre



Teatro degli Industri  
Grosseto

**Lorenzo nei Palasport**  
22-24-25 novembre  
Modigliani Forum  
Livorno



## CINEMA

### Multisala Supercinema Orbetello (GR)

Ingresso ridotto di 2 euro per il solo titolare della carta SocioCoop per tutti gli spettacoli in programmazione, senza esclusione di periodi.

Per ottenere lo sconto è necessario presentare la carta SocioCoop al botteghino.

Info 0564867176

### Cinema Etrusco Tarquinia (VT)

Quattro sale e una ricca programmazione, offre prezzi scontati per i soci Coop sui biglietti d'ingresso: 5 euro anziché 6,50 per tutti i film in 2D; 6,50 euro anziché 8 per tutti i film in 3D.

Info 3351277281  
www.cinemaetrusco.it

## Le convenzioni nazionali per i soci Coop

### Parco naturalistico archeologico Vulci

Sconto del 20 per cento sulla VulciCard singola e VulciCard family.

Info 0766879942 - www.vulci.it.

### Campi Avventura Vacanze Natura Roma

Ai soci Coop sconto del 10 per cento sulla quota vacanza esposta al pubblico (non cumulabile con altre promozioni).

Info e prenotazioni www.campiavventura.it.

### Terme di Petriolo (GR)

Società specializzata nel settore del termalismo, offre ai soci Coop il 20 per cento di sconto sugli ingressi alle vasche termali (giornaliero e pomeridiano) e il 20 per cento di sconto sui trattamenti del listino (escluso i pacchetti). Le agevolazioni sono valide tutto l'anno senza esclusioni di giorni e periodi; inoltre sono estese a tutto il nucleo familiare del socio.

Info 0577757104 - info@termepetriolo.it.

### Explora - Museo dei bambini Roma

Società specializzata nel settore museale offre a tutti i soci Coop la riduzione del 10 per cento sul biglietto intero d'ingresso a tutto il nucleo familiare, sul biglietto settimanale del campus; sugli acquisti presso lo shop e la libreria del museo e presso il ristorante interno. La riduzione sarà applicata fino a un massimo di 4 persone del nucleo familiare per ogni card esibita.

Info www.mdbr.it.

### Il Giardino Sospeso - Parco Avventura Riparbella

Sul sito gli sconti per i soci Coop.

Info 3357726323 - www.ilgiardinosospeso.it.

### Parchi Val di Cornia Piombino

Ai soci Coop sconto del 20 per cento sul biglietto d'ingresso per visite a parchi e musei. Le agevolazioni sono estese ai soci Coop e a un accompagnatore del socio.

Info 0565261408 - promo@parchivaldicornia.it - www.parchivaldicornia.it.

### Ente parco regionale della Maremma

#### Parco Maremma Alberese

Sconto di 1 euro sul biglietto d'ingresso al Parco (percorso a piedi, in bicicletta e ingresso Acquario della Laguna di Orbetello a Talamone), acquistato presso i Centri Visite del Parco. Lo sconto non è valido per le gite in canoa, in carrozza e a cavallo. Le agevolazioni sono estese ai soci e ai loro accompagnatori.

Info 0564393222 - www.parco-maremma.it.

### Oasi Wwf

Soci Coop: ingresso adulti 4 euro anziché 6; bambini e ragazzi sotto i 14 anni 3 euro anziché 4 (secondo figlio ingresso gratuito). Il vantaggio è esteso a un accompagnatore del socio. Visite guidate 4 euro a persona (sia adulti che bambini). Sconto del 5 per cento su tutti i servizi a pagamento presso i punti vendita Wwf Oasi e sulla partecipazione a eventi.

Info www.wwf.it - www.e-coop.it



PORTA SEMPRE  
CON TE LA CARTA  
**SOCIOCOOP**



# Lotta di **class action**

*In corso le class action contro Volkswagen, Fiat e istituti bancari, ma da noi l'azione collettiva è stata un insuccesso.*

*Al Senato la riforma che dovrebbe rendere più facile il ricorso, osteggiata da industriali e banche. Ecco perché.*

N

el momento stesso in cui la *Volkswagen* rischia una *class action* mondiale da 50 miliardi di euro, con 11 milioni di potenziali aderenti, un bilancio sull'applicazione in Italia di questo strumento legale, nato negli anni Sessanta e talmente popolare negli Stati Uniti da ispirare addirittura un film di successo, non potrebbe essere che di luci e ombre. Più ombre che luci.

Introdotta con la Finanziaria 2008, entrata in vigore nel 2010 e modificata nel 2012 (troppo tardi perché i nuovi criteri ne permettessero l'uso nei *crac* finanziari *Parmalat*, *Cirio* e *Bond argentini*), la *class action* all'italiana ha consegnato 2 sole vittorie su circa 50 cause intentate dai consumatori nostrani, in 5 anni: la prima è quella di alcuni turisti italiani che partiti nel Natale 2009 per una vacanza a Zanzibar, organizzata da *Wecantour*, si ritrovarono non nel lussuoso albergo promesso dall'agenzia di viaggio, ma in un cantiere a cielo aperto. Nel 2013 il Tribunale di Napoli riconobbe le ragioni dei richiedenti e accordò i risarcimenti. Nell'altra, il tribunale di Torino ha stabilito nel 2014 che le commissioni applicate da *Intesa San Paolo* ai correntisti sui conti scoperti erano illegali, quindi andavano restituite. Da notare che la sentenza ha riguardato solo 6 delle decine di migliaia di correntisti dell'Istituto bancario, con indennizzi compresi tra i 100 e i 200 euro. Una miseria.

## Limiti di legge

In un terzo caso, 2 acquirenti di un inutile *kit* per diagnosticare l'influenza suina, messo in commercio dalla *Voden Medical Instrument*, si erano visti accordare da un Tribunale la non eccezionale cifra di 14 euro a testa (pari al prezzo del *kit*), per vedersi poi togliere in Cassazione. Il giudice, pur riconoscendo una pratica commerciale scorretta, ha ritenuto

che il danno non fosse "omogeneo" e che quindi non si potesse procedere a una causa collettiva.

Per le decine di *class action* in corso, invece, la strada si presenta spesso irta di difficoltà, colpa di una legge che gran parte delle associazioni dei consumatori ritiene "inservibile". «Troppo difficile da avviare, con costi per un semplice consumatore spesso sproporzionati rispetto ai risarcimenti possibili, l'istituto presenta anche l'estrema difficoltà di dimostrare che il danno riguarda in modo analogo una classe di persone», spiega **Francesco Avallone**, di *Federconsumatori* ed esperto in materia. Proprio per cambiare le storture della Legge 140 bis del *Codice del consumo*, 18 organizzazioni (su 19) aderenti al *Consiglio nazionale dei consumatori e degli utenti*, avevano sollecitato un intervento di riforma, che è poi arrivato sotto forma di disegno di legge approvato all'unanimità dalla Camera lo scorso 4 giugno. Si complica, invece, il percorso al Senato. Contro la proposta – che dovrebbe rendere più facile costituirsi in giudizio, incoraggia chi promuove un'azione collettiva con incentivi e permette la costituzione in giudizio anche dopo la sentenza – si è schierata *Confindustria*. Per gli industriali, il disegno di legge è un vero e proprio "atto ostile alle imprese". Dal Governo si è espressa a favore di modifiche al testo il ministro delle Riforme Maria Elena Boschi.



# Pro riforma

**La necessaria riforma della class action vista da vicino.**

«Non sono pessimista, sulla *class action* è possibile trovare un punto d'incontro tra interessi diversi in Senato. Anzi, dico di più: è un dovere trovare una mediazione». **Elena Fissore** è la senatrice del *Pd* che ha promosso e coordinato il tavolo al quale le associazioni dei consumatori hanno poi formalizzato una proposta complessiva di riforma della normativa vigente che dovrebbe dare impulso all'azione collettiva. «Il disegno di legge è un concreto passo in avanti. Si semplificano le procedure, mentre oggi è complicatissimo attivarle, dando all'utente o al consumatore uno strumento utile a far valere le proprie ragioni contro le pratiche scorrette da qualsiasi soggetto provengano. E si abbattano i costi, in particolare quelli di pubblicità dell'azione collettiva, oggi eccessivamente onerosi, con incentivi a quanti promuovono una azione».

**Un percorso che si annuncia accidentato per l'opposizione di Confindustria.**

«Ho fiducia in una soluzione condivisa. Alla Camera è stato complicato mettere su un confronto serio tra associazioni dei consumatori e asso-

ciazioni imprenditoriali, per i tempi molto rapidi d'approvazione del testo di legge presentato dal *Movimento 5 Stelle*, emendato con alcune proposte avanzate dalle associazioni e fatte proprie dai relatori del *Pd*».

**Sembrano all'apparenza posizioni inconciliabili. Un incontro c'è già stato, ma senza grandi risultati.**

«A quel tavolo si sono scontrati i rispettivi integralismi, esasperati dall'accelerazione che c'è stata alla Camera, ma ritengo che si possa fare qualche passo in avanti per rendere più equilibrata la legge. È una riforma di cui la nostra legislazione ha bisogno: da una parte per dare ai consumatori uno strumento che funzioni, dall'altra come monito a quelle imprese che si sentono troppo forti e mettono in pratica azioni scorrette».

**Sorprende la posizione di Confindustria, che per bocca del presidente Squinzi si è espressa a più riprese contro il testo di legge. Gli imprenditori non dovrebbero avere interesse a promuovere una concorrenza sana?**

«Alcune prese di posizione sono comprensibili. La preoccupazione degli industriali è che, rendendo più facile il ricorso all'azione collettiva, si dia spazio a quanti, per puro principio, promuovono cause temerarie paralizzando le attività delle aziende. Su questo punto si può lavorare. La legge, se fatta bene, può allontanare il rischio di abusi da una parte e dall'altra». ■



Elena Fissore.

## A totale discrezione

Ma cosa non ha funzionato della vecchia (si fa per dire) legge? «Le difficoltà cominciano dal sistema dell'adesione preventiva – osserva **Paolo Fiorio**, coordinatore dell'*Osservatorio Credito e Risparmio del Movimento dei Consumatori* –. Per sperare in un risarcimento un utente che ha subito un abuso, può costituirsi solo all'inizio del processo, cosa che non facilita la partecipazione». C'è poi la burocrazia. Dei 104 correntisti che hanno fatto causa a *Intesa San Paolo*, gli ammessi al processo erano appena in 6. La ragione? «Un cavillo: la richiesta non era stata autenticata da un notaio, formalità tra l'altro non prevista dalla legge – sottolinea l'avvocato **Marco Chiarani**,

legale dell'associazione *Altroconsumo* –. Alla fine abbiamo vinto ma è stata una vittoria amara». L'alta discrezionalità dei giudici è un altro elemento che può mandare a picco una *class action* prima ancora che cominci. «Lo scoglio dell'ammissibilità può essere insormontabile – afferma Avallone –, perché devi dimostrare che tutti gli utenti hanno subito un danno simile da una singola pratica commerciale scorretta, e la decisione può cambiare da giudice a giudice». Un giudice deciderà, in questi giorni, il ricorso contro *Volkswagen* per i consumi e le emissioni "bugiarde" mossa da *Altroconsumo* in tempi non sospetti, mentre sono partite le udienze per il ricorso di 6.136 utenti contro la società lombarda *Trenord* per alcuni gravi disservizi subiti per settimane nel di- ►

► cembre 2012: il sistema di trasporto su rotaie andò letteralmente in tilt, con treni cancellati, corse dirottate, ritardi, mancanza di informazioni, con 700mila pendolari coinvolti.

«Lo stesso ricorso era stato respinto dal Tribunale di Milano – racconta Chiarani –. Secondo il giudice, per avere diritto al risarcimento, gli utenti avrebbero dovuto viaggiare sullo stesso binario, aver subito lo stesso ritardo e aver viaggiato sullo stesso convoglio, per una settimana. In Appello, invece, il giudice ha riconosciuto che il mancato funzionamento del *software* di gestione e organizzazione del servizio adottato da *Trenord* ha causato disservizi analoghi e comuni a tutti gli utenti colpiti, e che quindi si poteva procedere».

## Perimetro d'azione

Ma anche se si arriva a sentenza, i rischi sono dietro la porta. «Se un cittadino vince, hai diritto a somme di frequente irrisorie. Se perde rischia di accollarsi costi alti, tra spese processuali, perizie e quello che hai già investito per rendere pubblica

l'azione su almeno 3 quotidiani nazionali», rileva

**Alessandro Mostaccio**, presidente del *Movimento dei Consumatori*.

Cose impensabili nel sistema americano. «Lì squadre intere di avvocati – prosegue Fiorio – hanno interesse a promuovere una *class action*, con costi minimi per gli assistiti, perché se il giudice riconosce il danno, lo studio legale ha ricavi milionari con percentuali consistenti sugli indennizzi. Da noi, invece, è tutto a carico di chi ricorre, scoraggiando i danneggiati a chiedere giustizia per abusi di piccola entità».

In sostanza la *class action* all'italiana ha funzionato più come deterrente che come reale arma nelle mani dei

consumatori per mettere alle corde le aziende, pubbliche o private, più scorrette. Lo testimoniano le due cause intentate da *Federconsumatori*, nei confronti della *Banca Popolare* di Milano e della *Apple*. Nel primo caso, la vicenda è quella del *bond* “convertendo”. Circa 15mila clienti della *BPM* erano stati allettati dal rendimento molto alto promesso da questo speciale prodotto finanziario, salvo scoprire che avevano perso quasi tutto – in alcuni casi fino al 90 per cento del capitale investito – al momento della conversione. Per paura di perdere la *class action* promossa da migliaia di risparmiatori, la direzione della banca ha accettato un protocollo di conciliazione a favore di tutti i correntisti danneggiati. Nel secondo, il giudice ha negato i risarcimenti, ma è bastata la notizia che i consumatori stessero muovendo un'azione risarcitoria, per far fare al colosso americano dietro-marcia sulla clausola che costringeva ignari acquirenti a pagare una cifra supplementare di 150 euro, per ottenere il secondo anno di garanzia sui *tablet* e gli *iPhone* della *Apple*. In altri casi, ha funzionato meglio l'azione inibitoria – contemplata dall'articolo 140 del *Codice del consumo* –, come quella lanciata con una campagna dal *Movimento dei Consumatori* nei confronti degli Istituti Bancari che praticano il cosiddetto “anatocismo” (cioè il calcolo degli interessi sugli interessi, vietato da una norma, ma ancora largamente praticato), ottenendo sentenze favorevoli nella stragrande maggioranza dei casi.

## Nome collettivo

Proprio il riconoscimento delle associazioni come soggetti che possono promuovere l'azione di classe è uno degli aspetti innovativi della nuova legge, mentre oggi occorre l'adesione dei consumatori danneggiati. Un altro aspetto è l'allargamento delle fattispecie a ogni illecito (ora l'ammissibilità è affidata alla ampia discrezionalità del giudice). Inoltre, basterà rendere nota l'azione collettiva sul sito del Ministero, con conseguente abbattimento dei costi pubblicitari. Una *class action* più facile che, però, non piace agli industriali. «Sarebbe





## Causa efficiente

È il terrore della grande industria americana (e ora anche mondiale), l'arma in mano ai consumatori che può portare a risarcimenti miliardari le multinazionali più agguerrite.

Non è un caso che la prima *class action* contro *Volkswagen*, parta da un fondo del Michigan in rappresentanza di investitori che ritengono di aver pagato troppo le azioni della casa tedesca, in decisa picchiata.

In nessun altro paese le protezioni legislative per i consumatori sono così efficaci, come negli Stati Uniti. La *class action* più celebre, è senz'altro

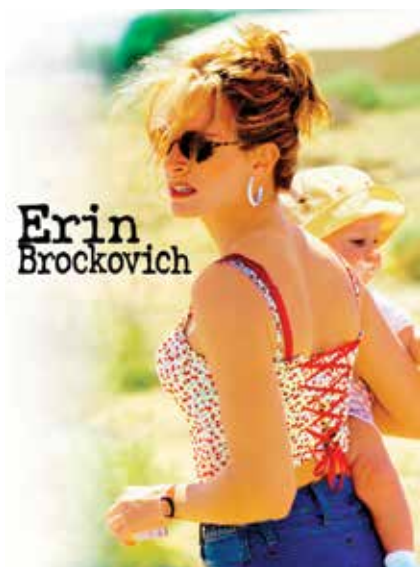
quella promossa contro la *Pacific Gas & Electric Co.* da Erin Brockovich, resa famosa dal film interpretato da Julia Roberts. L'allora trentenne segreteria di uno studio legale convinse i residenti di Hinkley in California a portare in tribunale la società con l'accusa di aver contaminato le falde acquifere con cromo esavalente. Nel 1996, dopo l'azione legale, il colosso dell'energia è stato costretto a pagare un risarcimento da 333 milioni di dollari ai residenti della cittadina.

È figlia delle battaglie con cui l'avvocato Ralph Nader mise sotto accusa un modello della *General Motors*, la *Chevrolet Corvair*, negli anni Sessanta. La *Gm*, fino ad allora intoccabile, lo trascinò in tribunale per diffamazione, ma perse la causa. Si parla quasi sempre di cifre enormi. Basti pensare ai 23,6 miliardi di dollari pagati dalla *RJ Reynolds* (che produce *Camel*, *Winston*, *Pall Mall*) accusata di non aver pubblicizzato abbastanza i peri-

coli per la salute provocati dal fumo, o ai 3 miliardi e mezzo di dollari che la più grande società costruttrice di protesi al seno ha liquidato alle donne che hanno riportato malattie autoimmunitarie dopo l'impianto. *Facebook* spia i messaggi scambiati nella sua posta privata? Ecco che centinaia di utenti del *social network* si uniscono per chiedere i danni. *Apple* fa un cartello con 5 grandi editori americani per togliere mercato ai concorrenti? Grazie a un *class action*, è costretta a chiedere un accordo stragiudiziale con i ricorrenti.

A rendere molto temibile la *class action* in America è la natura molto diversa da quella che si tenta di mettere in campo in Europa. Innanzitutto, può essere mossa per ogni illecito, compresi i danni ambientali, e a beneficiarne degli effetti non sono solo i consumatori costituiti in giudizio, ma chiunque abbia subito un danno diretto da una condotta. Sono gli avvocati il motore della *class action* negli Usa. Un legale che vince una *class action* o induca una grande azienda a patteggiare ha diritto a una percentuale consistente degli indennizzi. E questo spiega perché il fior fiore dell'avvocatura americana si è lanciata nel ricco mercato dei risarcimenti, e perché questa *lobby* sia stata la principale avversaria di Bush, quando introdusse nel 2005 consistenti limitazioni all'azione collettiva.

Anche perché parliamo quasi sempre di cifre enormi, a confronto di quelle che un qualsiasi tribunale italiano o europeo potrebbe riconoscere. Nella legislazione americana, infatti, vige il *punitive damage*, con cui una giuria può riconoscere alle vittime un danno più alto di quello reale. Il risarcimento ha il doppio valore di riconoscere le sofferenze morali e materiali della parte lesa, ma anche di scoraggiare la società che commette azioni irresponsabili o dannose. ■



Julia Roberts nel film ispirato alla storia di Erin Brockovich.

devastante per le imprese che operano in Italia se il testo venisse confermato nella sua versione iniziale», ha attaccato il presidente Cesare Squinzi, accomunando la legge al decreto sui reati eco-ambientali. «Sono meravigliato – è la risposta data a *Nuovo Consumo* da Rosario Trefiletti, presidente della *Federconsumatori* –.

Questa riforma è un'occasione unica per far funzionare uno strumento che non è solo utile ai consumatori per difendersi dai soprusi, ma alle stesse imprese che lavorano bene. E *Confindustria* che fa? Attacca un provvedimento che può creare davvero un mercato sano e concorrenziale anche in Italia». ■

# L'ora della merenda

*Varia, adeguata all'età, misurata. La merenda che fa bene ai bambini e non rovina i pasti principali.*

■ **Ersilia Troiano**

**C**roce (per i genitori) e delizia (per i bambini), nonostante la merenda sia il pasto più leggero della giornata, è quello più a rischio di errori nutrizionali, sia per quantità che per qualità. Ma è davvero così importante fare merenda? Decisamente sì. Perché aiuta a spezzare la fame tra un pasto e l'altro, colazione, pranzo, cena, e perché – lo dimostrano moltissimi studi – consumare 3 pasti e 2 spuntini durante la giornata permette di mantenere un equilibrio energetico migliore e un giusto peso corporeo.

## Unità di misura

Questi vantaggi, però, possono ritornare indietro come un *boomerang* se non si presta attenzione alle scelte. Adeguatezza, varietà e, soprattutto, misura le caratteristiche di una buona merenda, che dovrebbe coprire solo il 5-10 per cento del fabbisogno giornaliero. Tradotto in numeri, parliamo di circa 100 kcal per i bambini dai 3 ai 5 anni, 120 per quelli di 6 e 7 anni, per arrivare a 140 kcal intorno agli 8-9 anni e a 180

dai 10 ai 13 anni. Considerato che una semplice lattina di bibita gassata e un sacchetto di patatine (classica merenda, soprattutto per i più grandi) apportano oltre 300 kcal, con un carico notevole di grassi, zuccheri e sale, è facile capire come, quotidianamente, merende poco adeguate possono generare eccessi energetici e nutritivi che, a poco a poco, possono portare a aumento di peso e all'alterazione del ritmo di fame e sazietà. Una merenda troppo ricca, infatti, non permette al bambino di arrivare a pranzo o a cena con il giusto appetito, determinando l'inevitabile impoverimento dei pasti principali. A sua volta, se il bambino non mangia a sufficienza a tavola, tenderà a chiedere successivamente di mangiare fuoripasto. Si genera così una pericolosa alterazione del ritmo dei pasti, a cui fin dall'infanzia è importante dedicare la giusta attenzione per garantire un'alimentazione sana e adeguata.

## A spuntino

Nella scelta degli alimenti è giusto considerare anche le preferenze dei bambini. Ma altrettanto giusto è garantire la varietà dello spuntino. Divieto assoluto solo per le bibite zuccherine (gassate e non gassate), che rappresentano un carico



di zuccheri inutile e ingiustificato. Dunque, da bere solo acqua, preferibilmente del rubinetto. E da mangiare? Piccole porzioni di pizza o focaccia (al massimo 30-40 grammi), di preparazione artigianale o fatta in casa, yogurt, ma anche un piccolo panino (30-40 grammi) con prosciutto o marmellata, *crackers* o crostini non salati in superficie possono essere alcune delle alternative da proporre. Così come, oltre alla frutta, la frutta secca non salata o zuccherata – in porzioni di circa 30 grammi – mentre, d'estate, perché negare un mini gelato alla frutta o al cioccolato. Solo di tanto in tanto si può concedere qualche deroga, come un piccolo sacchetto di patatine (in commercio sono disponibili le multi porzioni da 20-25 grammi), una piccola fetta di pane con un cucchiaino di crema da spalmare, vera leccornia per i più piccoli.

## Buon appetito!

Non criminalizziamo gli *snack* dolci e salati disponibili in commercio, ma impariamo a scegliere quelli che garantiscono un apporto energetico adeguato e che presentano una lista di ingredienti non troppo lunga. Anche torte e dolci fatti in casa possono andare bene, a patto che le porzioni siano mini: al di là della genuinità, infatti, il ciambellone della mamma o della nonna non sono esenti dall'apportare calorie, zuccheri e grassi. Occhio dunque alle porzioni anche in questo caso. E a scuola? In molti comuni d'Italia è ormai prevista, oltre al pasto della ristorazione scolastica, anche la merenda. In molti altri, invece, le insegnanti forniscono ai genitori indicazioni su che cosa mettere nello zaino. Allora attenzione anche alla conservabilità e alle condizioni igieniche: meglio un prodotto confezionato scelto bene, dunque, che un prodotto altamente deperibile, più sicuro da consumare a casa.

E dopo lo sport? Nulla di più sbagliato che rimpinzare i bambini prima e dopo l'attività fisica, pensando di dover compensare chissà quale consumo energetico. Un piccolo *snack* prima dello sport, come un pacchetto di *crackers* o un pezzetto di focaccia, è più che sufficiente. Dopo lo sport è importante solo idratare il bambino, con acqua (ancora una volta no a bevande zuccherine e gassate), e aspettare l'ora di cena per farlo mangiare, soprattutto considerato che lo sport si fa di solito a metà pomeriggio e non è dunque necessario consumare una merenda così tardi, rischiando di togliergli l'appetito per cena. ■

# Forno subito

O lo ami o lo odi. In qualche caso ti è indifferente e lo usi solo per riscaldare il latte la mattina. A rendere molti ancora scettici sull'utilizzo del forno a microonde – tanto per rassicurarli, nessuno studio ne ha finora dimostrato alcuna pericolosità per gli alimenti e la salute – è il suo meccanismo di funzionamento, basato sulla generazione di un flusso di onde elettromagnetiche (microonde) che agita le molecole d'acqua contenute negli alimenti, facendole oscillare velocemente e dunque generando il calore necessario a cuocerli. Il calore non viene perciò trasmesso dalla superficie esterna verso l'interno, come in un forno tradizionale, ma si sviluppa all'interno dell'alimento. È questa la ragione per cui, a volte, i cibi cotti al microonde possono essere ancora tiepidi in superficie ma caldissimi all'interno. È questa la ragione

**Cuoce, scalda, scongela. Come usare al meglio il forno a microonde, veloce e pratico.**

per cui i tempi di cottura e riscaldamento risultano praticamente dimezzati. Come per altri metodi di cottura, un buon utilizzo del forno a microonde permette inoltre di ridurre al massimo l'utilizzo di condimenti e al minimo la perdita di vitamine e sali minerali. Con la variante "combinato" è possibile anche friggere, cuocere alla griglia o al vapore. Piatti, campane e coperchi specifici permettono poi di utilizzarlo al meglio. Ottimo anche per scongelare gli alimenti, garantendone la sicurezza e permettendo di risparmiare anche tempo prezioso. E i contenitori? Ormai quasi tutti i piatti, i contenitori e le pirofile di vario genere e dimensione sono adatti per l'utilizzo anche nel microonde. Occhio sempre all'etichetta, però, per esserne sicuri. Come il forno tradizionale, anche il microonde va regolarmente pulito, prestando attenzione a guarnizioni e pezzi che possono accumulare polvere, grasso o residui di alimenti (griglie interne e di areazione), così come vanno regolarmente puliti piatto girevole ed eventuali altre parti staccabili interne. Unico neo, non è possibile cuocere alimenti di grosse dimensioni, perché le onde elettromagnetiche riescono a penetrare per soli 4-5 centimetri all'interno della superficie del cibo. Difficile dunque raggiungere una temperatura uniforme e sufficiente per cuocerlo adeguatamente. ■



# Sotto tiroide

52

*Un attacco degli anticorpi alla ghiandola tiroide, un'infiammazione che a poco a poco ne impedisce il corretto funzionamento. Si chiama tiroidite cronica di Hashimoto, che si può curare e fare così una vita normale.*

■ **Barbara Bernardini**

**S**tanchezza, sonnolenza, apatia prolungata. Sono sintomi così banali che spesso sono attribuiti al superlavoro, ai cambi di stagione o al solito, onnipresente *stress*, la parola magica che da sola sembra la causa di tutti i malanni del secolo. In effetti è tutto verosimile, ma quando nemmeno una vacanza o una cura energizzante bastano a cacciare via quella fatica, si può pensare di sottoporsi a qualche semplice esame del sangue per accertare intanto il buon funzionamento di una ghiandola essenziale e spesso trascurata: la tiroide.

## Indice di produzione

Le malattie della tiroide, infatti, sono piuttosto frequenti, e questa ghiandola, responsabile della produzione di ormoni che regolano tra l'altro il metabolismo energetico delle cellule, può soffrire di una pigrizia cronica che si riflette, per carenza ormonale, sul funzionamento di tutto il corpo.

Si tratta dell'ipotiroidismo che determina la carenza di ormoni tiroidei attivi in circolo, una condizione che può manifestarsi appunto con sintomi banali o aspecifici come stanchezza prolungata, sonnolenza o tendenza all'aumento di peso e che rimane per questo ignorata. «La causa più comune dell'ipotiroidismo

nei paesi occidentali, Italia compresa, è la tiroidite cronica di *Hashimoto* – spiega **Massimiliano Andrioli**, specialista in endocrinologia e direttore del sito *web Endocrinologia Oggi* –. Si tratta di una patologia autoimmune nella quale si ha un'eccessiva reattività

del sistema immunitario nei confronti della tiroide. Questo ne causa l'infiammazione cronica da cui il nome tiroidite, e a sua volta ne determina una ridotta funzionalità. In altri paesi, con ridotto apporto di sostanze nell'alimentazione, come l'Etiopia, la causa più frequente dell'ipotiroidismo è invece la carenza di iodio».

## L'invasione degli anticorpi

L'alimentazione insomma nel nostro caso non c'entra. Da decenni nei paesi occidentali viene aggiunto iodio nel sale e «rispetto a quando non vi erano programmi di supplementazione iodica la prevalenza dell'ipotiroidismo si è notevolmente ridotta», sottolinea **Andrioli**. Esclusa quindi la causa alimentare, è rimasta una notevole prevalenza dell'ipotiroidismo autoimmune, la tiroidite di *Hashimoto*, appunto, dal medico giapponese che per primo l'ha descritta. Si tratta di una patologia che insorge gradualmente, determinata da un attacco degli anticorpi verso la propria ghiandola tiroide, che viene infiltrata da numerosi globuli bianchi, un'infiammazione cronica che piano piano ne impedisce il corretto funzionamento. «Non vi sono interventi terapeutici in grado di impedire lo sviluppo verso l'ipotiroidismo – chiarisce **Andrioli** –: l'ipotiroidismo autoimmune non si può prevenire e non esistono comportamenti alimentari, diete o attività fisica che possano impedirne lo sviluppo». Persino le cause rimangono piuttosto oscure: «la genetica, tuttavia, ha un ruolo innegabile – precisa lo specialista –, poiché questo problema è spesso frequente in chi ha una familiarità positiva». Probabilmente vi concorrono altri fattori come ormoni, infezioni ricorrenti, inquinamento,



che possono favorire lo sviluppo clinico di questa patologia, ma finora non vi è nulla di certo.

## Un farmaco efficace

Fortunatamente, anche se non se ne conosce l'origine, l'ipotiroidismo si può, se necessario, curare efficacemente con la somministrazione di farmaci specifici prescritti dall'endocrinologo, che supportano, o in alcuni casi sostituiscono *in toto*, gli ormoni prodotti dalla ghiandola e ripristinano un equilibrio perfetto. Il paziente si può sostanzialmente dimenticare di avere questo problema, e tornare a una vita del tutto normale, cacciando via stanchezza, apatia e tendenza al sovrappeso, una condizione che troppo spesso viene attribuita a squilibri tiroidei, ma che più spesso è determinata da grossolani squilibri alimentari. «L'ipotiroidismo non trattato può causare un incremento ponderale, ma non favorisce l'obesità», precisa Andrioli.

In ogni caso, quale che sia l'origine dell'ipotiroidismo, una volta diagnosticato non deve essere trascurato, in primo luogo perché la tiroide produce ormoni molto importanti per il corpo, la cui azione spazia dal metabolismo energe-

## I bambini e l'ipotiroidismo

L'ipotiroidismo subclinico, ovvero il quadro caratterizzato da *Tsh* elevato, ma con ormoni tiroidei normali, è una condizione non infrequente nei bambini. Tuttavia è spesso transitorio e solitamente non necessita di trattamento perché si risolve con la crescita. È consigliabile un controllo della funzione tiroidea per escludere un ipotiroidismo, subclinico o conclamato, solo nel caso di familiarità per patologie tiroidee, se il bambino non cresce molto o in presenza di astenia, sonnolenza e incremento del peso.

### Info

Dott. Massimiliano Andrioli

<http://lnx.endocrinologiaoggi.it/dott-massimiliano-andrioli/>  
Milano, Roma, Lecce

tico al trofismo della cute fino alle funzioni riproduttive; e in secondo luogo perché, quando la tiroide non produce abbastanza tiroxina – così si chiama l'ormone attivo nel sangue –, il cervello produce grandi quantità dell'ormone stimolante, il *Tsh*, nel tentativo di compensare lo squilibrio. «Il *Tsh* è un fattore trofico per la tiroide – riprende Andrioli –, ovvero è una sostanza in grado di stimolare la tiroide in tutto. Pertanto la persistenza di valori elevati di *Tsh* negli anni può determinare l'aumento di volume della tiroide o l'insorgenza di noduli nel suo contesto». ■

sani & salvi di Barbara Bernardini

## In memoria

Si può consentire alla memoria a breve termine di diventare più durevole utilizzando una sorta di convertitore automatico? Ci prova una ricerca americana che potrebbe aiutare milioni di persone affette da Alzheimer o danni cerebrali, patologie che compromettono la capacità di ricordare. L'idea è quella di impiantare un congegno elettronico che, grazie a uno speciale algoritmo, è in grado di mimare la trasformazione dei treni di impulsi elettrici che normalmente avviene nell'ippocampo, così che i ricordi vengano immagazzinati nella corteccia in maniera più duratura.



## Il pillolo va giù

Se ne parla da più di un decennio eppure finora nessuno è mai riuscito a mettere a punto un contraccettivo orale maschile. Stavolta la strada sembra spianata grazie a una ricerca giapponese dell'Università di Osaka che sarebbe riuscita a scovare una proteina chiave contenuta negli spermatozoi, essenziale per ottenere il "pillolo": si tratta della calcineurina. Su modelli animali, i ricercatori sono riusciti a inibire efficacemente la funzione di questa molecola necessaria agli spermatozoi per fecondare l'ovulo, realizzando di fatto un contraccettivo che impedisce la fertilità senza influenzare le capacità sessuali.

## Pasto completo

Un recente studio austriaco conferma i dubbi di molti nutrizionisti sulla dieta vegana constatando, a sorpresa, che i vegani sarebbero più esposti degli onnivori a molte patologie psichiche e fisiche, dalla depressione a alcuni tipi di tumore. I vantaggi del regime vegano nel controllo del peso, del colesterolo e dei trigliceridi, non sembrano essere sufficienti a proteggere adeguatamente nemmeno dalle patologie vascolari. Il problema starebbe nella carenza cronica di aminoacidi essenziali, componenti che il nostro corpo non è in grado di sintetizzare e che si trovano in abbondanza negli alimenti di origine animale, come latte e uova, mentre sono più difficili da reperire solo nei vegetali.

# All'asciutto

*Flessibile, delicato, con un grande potere assorbente. Il nuovo pannolino della linea Crescendo Coop, anche risparmiativo e rispettoso dell'ambiente. E per i più grandicelli c'è la mutandina assorbente.*

■ **Maria Vittoria Ferri**

**F**inché il pupo non impari a andare in bagno da solo, sono il compagno fidato delle lunghe giornate di mamme e papà. Per questo sulla qualità dei **pannolini** destinati al culetto della creatura non si transige: devono essere salubri, delicati e con grande potere assorbente, sempre, però, con un occhio al portafoglio. Ed ecco perché piacciono tanto quelli della linea **Crescendo Coop** in vendita da un paio di mesi in una versione rinnovata, riconoscibile anche dalla grafica.

## Potere assorbente

Il pannolino si basa su una nuova tecnologia che ha all'interno un nucleo "intelligente" in grado di garantire l'assorbimento di cui c'è bisogno e dove c'è bisogno (sia per i maschietti che per femminucce), lasciando alla pelle del bambino una gradevole sensazione di asciutto e prevenendo le irritazioni. In più il **pannolino Crescendo** è flessibile e sottile,



adattandosi ancora di più alle forme del bambino, permettendogli libertà di gioco e movimento, e prevenendo le fuoriuscite. Uno strato speciale di cellulosa e un velino esterno traspirante e microareato lo rende particolarmente morbido e permette alla pelle di respirare. Sono poi previste nuove chiusure (eliminando l'elastico in vita) ancora più morbide ed estendibili che, unite alle nuove linguette riposizionabili, avvolgono delicatamente il corpo. Lo speciale sistema filtrante a tre strati permette un rapido assorbimento e trattiene il bagnato mantenendo asciutta la pelle. I materiali, rigorosamente selezionati e dermatologicamente testati, garantiscono massimo *comfort* in tutta sicurezza, sia per il giorno che per la notte.

## Linguetta sciolta

Degne di nota alcune caratteristiche disponibili solo nelle taglie 1 e 2, cioè per i più piccoli e i primi giorni di vita. Qui le nuove linguette oltre ad essere riposizionabili sono anche sovrapposibili e in più c'è un nuovo indicatore di bagnato per aiutare a capire quando il bambino potrebbe aver bisogno di essere cambiato (la striscia gialla diventa blu). Tutto all'insegna del rispetto dell'ambiente. I nuovi pannolini sono, infatti, realizzati con cellulosa certificata 100% *Pefctm*, cioè proveniente da foreste gestite secondo rigorosi parametri ambientali e sociali. Si tratta di foreste nordamericane ripiantate dopo ogni taglio che dunque non sono foreste tropicali o primarie.



## Un paese di... vino

**Il meglio della produzione vinicola italiana raccolto in un catalogo esclusivo per gli IperCoop, in promozione a novembre.**

Per rendere festosa una cena tra amici oppure da gustare di fronte al camino acceso e, perché no?, da aperitivo servito con ghiotti stuzzichini. Il vino fa compagnia e, viste le ultime statistiche che indicano l'Italia come primo produttore di vino al mondo (per esempio, è *made in Italy* il 28 per cento delle bottiglie europee), niente di meglio che raccogliere in un catalogo le migliori produzioni nazionali a un prezzo d'occasione per i soci e clienti degli Ipermercati di Unicoop Tirreno (Livorno-Fonti del Corallo, Aprilia-Centro Commerciale Aprilia2, Roma-Centro Commerciale Casilino, Roma-Centro Commerciale Euroma2, Viterbo-Centro Commerciale Tuscia). Con validità **dal 5 al 29 novembre**, il catalogo offre una selezione dei migliori vini della Toscana, del Lazio, del Trentino, del Veneto e Friuli, del Piemonte, dell'Emilia-Marche-Umbria, dell'Abruzzo, della Puglia, della Campania, della Sardegna e della Sicilia: rossi, bianchi, rosati e proseccchi per un brindisi d'augurio. ■



## In mutandine

Da fine anno nuove anche le mutandine assorbenti della linea *Crescendo* per supportare il bambino nel passaggio dal pannolino al vasino. Si indossano stando in piedi ma assorbono come i pannolini, lasciando la pelle del bambino con una gradevole sensazione d'asciutto e prevenendo le irritazioni, grazie a un nuovo *mix* di materiali (con la stessa certificazione ambientale dei pannolini 100% *Pefctm* per la cellulosa utilizzata). Disegnate come le mutandine dei grandi, sono facili da indossare e da togliere, permettono ai bambini di muoversi liberamente, camminare e giocare. Mutandine che si cominciano ad usare a partire dai 12 mesi, quando più o meno il bebè inizia a camminare, e sono maggiormente utilizzate intorno ai 2 anni. Un piccolo passo sulla strada della sua autonomia. ■

# Peso piuma

56

**Qualità dell'imbottitura e quantità di piumaggio utilizzato. Ecco che cosa c'è da sapere prima di comprare un piumino, leggero, caldo, confortevole.**

■ **Roberto Minniti**

**U**n tepore rinfrescante. Senza la sensazione di un peso opprimente sopra di noi che ci impedisce di sentirci liberi nel letto. È tutta qui la fortuna del piumino, la pratica coperta imbottita che dalla Danimarca è scesa in Italia conquistando le vendite poco meno di 20 anni fa, alla fine degli anni Novanta, quando è diventato oggetto comune nelle case della Penisola.

## Occhio alla penna

Popolare e diffusissimo, il piumino non è, però, un acquisto semplice. Il primo imbarazzo per chi si trova di fronte per la prima volta a una scel-



ta del genere è il grado di tepore che è capace di assicurare. Per valutare questo fattore, è bene fare i conti con le percentuali di piumino e piumette che la compongono.

Nelle versioni imbottite di penne d'oca il piumino è il piumaggio di maggior pregio (e di costo più alto): proviene dagli strati immediatamente a contatto con la pelle del pennuto e ha il pregio di riscaldare di più, mantenere più a lungo il calore e non ostacolare la traspirazione del corpo. Le piumette, invece, sono più voluminose e pesan-

ti e vengono dalla parte più esterna dell'uccello. Normalmente sui modelli in commercio è indicata la percentuale della miscela dell'imbottitura, ma già un semplice sguardo al prezzo rivela le differenze. Basti considerare che passando dal 40 all'80 per cento di piumino, c'è il fondato rischio che il prezzo della coperta raddoppi. In generale, per le nostre latitudini e per il grado di riscaldamento delle case italiane, un modello al 50 per cento è più che sufficiente, almeno per chi non è estremamente freddoloso.

## Chiuse nel sacco

Garantitevi, poi, che l'imbottitura sia vergine (dunque mai usata in precedenza) e controllate, se dichiarato, il *filling power*, ossia il rapporto peso-volume: questo numero esprime la capacità di riempimento, ossia la qualità delle imbottiture naturali in piumino. I valori, in una scala che va da 400 a 800 e oltre, misurano il ritorno elastico dopo la pressione esercitata sul materiale da imbottitura. Tanto maggiore è il *filling power*, tanto più i fiocchi sono voluminosi e la coperta risulterà leggera, calda e confortevole.

La provenienza e la certificazione sul tipo di piume utilizzate, infine, dovrebbe garantire sulla veridicità dei dati indicati in etichetta. Altro controllo fondamentale per garantirsi una coltre di buona qualità è l'accuratezza delle rifiniture. Uno dei rischi di queste coperte, infatti, è che le piume si ammassino nel corso della notte, grazie ai nostri movimenti, e finiscano per concentrarsi in basso. L'effetto è lasciarci con i piedi troppo caldi e il corpo al freddo. Per evitarlo è meglio optare per modelli trapuntati: meglio se con cuciture a quadri che impediscono alle piume di "svolazzare" per il sacco.



## Ora di trapunta

**Imbottite con un misto sintetico, non hanno bisogno di essere rivestite. Comode ed eleganti trapunte.**

Piumino o trapunta? Più pratico ed economico il primo, più eleganti, decorative e care le seconde, che restano ancora le preferite nel Sud d'Italia.

Di differente, questi copriletti tradizionali hanno innanzitutto le dimensioni, maggiori di quelle del piumino, che consentono alla coltre di scendere anche sui lati e ai piedi del letto (senza la necessità di rimboccarle) e di coprire anche i cuscini. Non hanno poi l'esigenza di essere rivestite, la copertura, a tinta unita o con fantasie di ogni tipo, è parte integrante del copriletto.

Anche sull'imbottitura le trapunte si distinguono dal piumino, visto che gran parte dei modelli sono imbottiti con un misto sintetico. In questo caso, per non sbagliare acquisto e ritrovarsi con un materiale di scarsa qualità, è bene esaminare rigidità, peso della coperta e naturalmente prezzo, senza innamorarsi acriticamente delle offerte *low cost*.

Importante, nel caso della trapunta, è anche la trama con cui è realizzata. Quelle a canali verticali, per esempio, garantiscono maggiore isolamento, dato che permettono all'imbottitura di espandersi. La trapuntatura a rombi, invece, è utilizzata per i copriletti più leggeri e impedisce ogni movimento all'imbottitura, mentre con quella "a cassette" (generalmente impiegata nelle trapunte che prevedono l'utilizzo del piumino) si confezionano solo le coperte molto calde e più spesse.

Per chi ha a cuore il benessere animale, resta il problema delle povere oche che, spesso, finiscono spennate vive nelle grandi fabbriche che riforniscono i produttori di piumini. Non in tutti i paesi questo è permesso: in gran parte dell'Occidente le piume sono ottenute dopo il macello degli animali destinati alla catena alimentare umana. Ma avere la certezza che un piumino sia *cruelty free* è praticamente impossibile per mancanza di certificazioni in tal senso e per il fatto che la produzione si concentra nell'Europa dell'Est e in paesi orientali dove le regole comunitarie (e quelle del benessere animale) non sempre sono rispettate. A chi nutrisse dubbi, non rimane che la fibra sintetica che ha ottime capacità di isolamento termico, come spieghiamo in queste pagine. ■

### In promozione per i soci di Unicoop Tirreno

#### 1ª quindicina novembre



#### Scaldaletto Imetec Moon

In tessuto misto lana lavabile in lavatrice a 40°C

> **singolo prezzo 39,90 euro**

> **matrimoniale**

**prezzo 69,90 euro**

#### Plaid Microfibra Marta Marzotto

colori assortiti

> **150x205**

**prezzo 6,90 euro**

> **210x230**

**prezzo 8,90 euro**



#### 2ª quindicina novembre

Sconto soci 35%

#### Trapunta Microfibra

Marta Marzotto

> **1 piazza**

**prezzo 25,35 euro**

(anziché 39)

> **1,5 piazza**

**prezzo 29,25 euro**

(anziché 45)

> **2 piazze**

**prezzo 35,75 euro**

(anziché 55)



## Il grande sonno

### Il piumino che fa per voi, in piuma d'oca o sintetico?

Quando si dice piumino d'oca viene quasi naturale pensare al calore e con esso a un prodotto di altissima qualità. È così? Non necessariamente. E non solo perché esistono piumini con grado di riscaldamento differente. C'è da dire, infatti, che la piuma d'oca non è l'unica imbottitura capace di difenderci dal freddo. È la conclusione cui è giunta la Lav alla luce delle analisi fisiche su tre prodotti condotte dal laboratorio Centrocot - Centro Tessile e Cotoniero di Busto Arsizio (VA), il primo laboratorio in Italia ad avere messo a punto un servizio mirato alla valutazione del grado di

confortevolezza offerto da un tessuto.

Il laboratorio ha messo a confronto proprio un capo in piume d'oca, con due che utilizzano materiali alternativi. E i risultati confortano chi ha a cuore il benessere animale.

I test hanno misurato le *performance* di "resistenza termica" (quanto il prodotto tiene caldo) e "resistenza evaporativa" (la traspirazione, ovvero la quantità di umidità che riesce a trasferire all'esterno) e i due capi realizzati con materiale sintetico (poliestere) sono risultati più traspiranti della vera piuma, e solo leggermente meno caldi. Tra l'altro a condizionare il *comfort* anche le finiture dei modelli. In particolare, hanno fatto notare gli esperti, un piumino con molte cuciture avrà una resistenza termica minore rispetto a uno con la stessa imbottitura ma con meno cuciture.

# Cambiare **aria**

58

**Per un ambiente sano e privo di muffe basta un deumidificatore. Prima dell'acquisto occhio ai consumi, alla capacità di raccolta dell'acqua e alla rumorosità.**

**Daniele Fabris**

**U**na presenza nell'aria di alte percentuali d'acqua è un problema che non è infrequente nelle nostre case, neppure nella stagione fredda. E questo ha riflessi diretti sulla salute. Un buon rimedio è il deumidificatore, apparecchio che impedisce la formazione di muffe con tutti gli effetti negativi che possono avere sugli allergici. Basta non esagerare – spiegano i pneumatologi – seccando troppo l'aria e rendendo più difficile l'azione protettiva delle mucose. L'obiettivo ideale è mantenere un tasso di umidità compreso tra il 40 e il 60 per cento.

## Ottima prestazione

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

Oltre a prestare attenzione ai consumi del deumidificatore, è bene anche dare un'occhiata alla rumorosità tenendo conto che, al contrario di quanto accade con un condizionatore, qui il ronzio non riusciremmo a confinarlo fuori la finestra. *Timer* e *igrostato* (il meccanismo che consente di tenere l'umidità a livello costante staccando il motore per non farla scendere sotto il valore impostato dall'utente) sono abbastanza comuni nei modelli



in commercio. Controllate che siano presenti nel modello che avete scelto.

## Beneficio d'uso

Due particolari non da poco, poi, possono fare la differenza durante l'uso quotidiano del deumidificatore: la capacità del contenitore di raccolta e la presenza di filtri specifici. Nel primo caso la scelta di un apparecchio capiente avrà il vantaggio di evitarci di dover svuotare continuamente la macchina perché riprenda a funzionare, cosa che durante le giornate più afose potrebbe accadere con frequenza fastidiosa.

L'offerta di filtri *Hepa*, invece, è particolarmente importante per le persone allergiche che ne godranno in salute.

Una volta a casa, poi, utilizzare il deumidificatore è molto semplice. Qualche avvertenza, comunque, può essere d'aiuto. Innanzitutto tenetelo in funzione qualche ora prima di soggiornare in locali umidi (nelle seconde case, per esempio, accendetelo anche 12-24 ore prima, accordandovi con un vicino). Badate che, quando è in funzione, la griglia di entrata e uscita dell'aria non sia ostruita da tende o piante. Svuotate periodicamente il serbatoio di raccolta dell'acqua che, tra l'altro, così ottenuta è distillata e riciclatela nel ferro da stiro. ■



**In promozione per i soci 2ª quindicina di novembre**

### Deumidificatore Ariston DEOS11

• deumidificazione: 11 litri/giorno • potenza assorbita: W 289 • Pressione sonora: dB(A) 39 • Capacità serbatoio: l 1,5 • Controllo elettronico  
**prezzo euro 119,90**

## Sindrome svedese

**Giuste temperature e rispetto dei limiti di umidità relativa.**

**In ufficio come a casa.**

Prurito, secrezione nasale, irritazione agli occhi, ma anche tosse, affanno, mal di testa: sono i sintomi della cosiddetta "sindrome dell'edificio malato". Gli svedesi sono stati i primi ad accorgersi della sua esistenza: gli impiegati amministrativi di una grande azienda non riuscivano più a concentrarsi e a portare a termine i compiti assegnati proprio per problemi legati al mancato rispetto dei parametri microclimatici.

Il benessere termico si ha quando non siamo costretti ad attivare meccanismi di termoregolazione: non sentiamo, cioè, né troppo caldo né troppo freddo. Le temperature raccomandate, d'inverno, vanno da 17,5 a 21,5 gradi (preferibilmente 19). I limiti dell'umidità relativa devono essere compresi, come già ricordato, fra il 40 e il 60 per cento. Per rispettare queste condizioni bisogna fare attenzione agli eccessi. Se nella stagione fredda la temperatura dei termosifoni è troppo alta e l'aria troppo secca, diventa necessario l'uso di umidificatori, vaschette piene d'acqua fredda. Al contrario, in ambienti troppo umidi, si può utilizzare il deumidificatore, che riduce l'umidità del 50-60 per cento.

Una prova molto semplice, per capire come vanno le cose in casa, consiste nel lasciare un contenitore con del sale esposto nell'ambiente: se dopo qualche giorno il sale è bagnato, vuol dire che c'è troppa umidità. Nel dubbio, per un test meno empirico, procuratevi in un negozio d'ottica un igrometro, una sorta di barometro che misura l'umidità relativa, ossia la quantità di vapore acqueo nell'ambiente interno.

Quando in un chilo d'aria il rapporto di vapore acqueo aumenta oltre la soglia del 60 per cento, si parla di umidità in eccesso. Oltre questo valore si creano spesso odori stagnanti, aumenta la formazione di muffe e di condensa e il fisico può risentire, nel tempo, di dolori reumatici.

## Fumata nera

**C**hi di noi si è mai fermato a riflettere su quanti sono i mozziconi di sigaretta gettati per strada in un anno e quanti e quali danni provocano all'ambiente?

All'interno delle cicche di sigarette sono presenti circa 4mila diverse sostanze chimiche, alcune cancerogene che, disperse nell'ambiente, generano inquinamento. Non esiste un dato chiaro e preciso su quante e quali

***I mozziconi di sigaretta gettati per strada, un piccolo, grande, rifiuto che danneggia l'ambiente.***

siano tali sostanze imprigionate nel filtro perché ogni produttore ne usa diverse e perché questo dato è condizionato dal modo di fumare. Tuttavia, una cosa è certa, in Italia ogni anno si consumano circa 72 miliardi di sigarette e buona parte di queste – la tendenza è sempre di più quella di fumare all'aper-

to considerato il divieto di farlo in molti luoghi chiusi – finiscono in strade, piazze, spiagge. Quest'ultime, insieme a mare e corsi d'acqua, sono i luoghi dove questo micro rifiuto è maggiormente presente. Un rapporto del 2010 dell'*Ocean Conservancy* rileva che negli Stati Uniti, durante la manifestazione annuale di pulizia delle coste e dei corsi d'acqua, denominata *International coastal cleanup*, il 31 per cento della spazzatura raccolta è costituita da filtri di sigarette.

La cicca, al pari degli altri rifiuti, deve essere riposta nel posacenere o, se si è all'aperto, in appositi astucci ignifughi *ecofriendly* tascabili, disponibili in commercio anche a meno di 1 euro. L'abituale lancio del mozzicone è dunque un comportamento incivile, da biasimare. Parigi, ad esempio, dove ogni anno sono raccolte 350 tonnellate di mozziconi, lo scorso settembre ha fatto suo questo principio, dichiarando guerra alle cicche di sigarette gettate per strada. Lo ha fatto aumentando le sanzioni per chi è colto sul fatto a compiere quello che viene considerato un vero e proprio reato (sanzione che oscilla oggi tra i 35 e i 68 euro), installando per strada più posacenere, spingendo gli albergatori a fornire ai propri clienti astucci portatili ed ermetici per la raccolta delle cicche, lanciando campagne di sensibilizzazione mirate e autorizzando 500 agenti municipali a verbalizzare multe per chi infrange il divieto. ■



# Vino al vino

**Un bianco e un rosato, due vini delle nostre terre che si sposano con i piatti della tradizione laziale e toscana.**

60

■ **Silvia Inghirami**

**D**ue vini originali per rappresentare due regioni votate a Bacco: un bianco *Igt Lazio* e un rosato *Igt Toscana*. Il primo respira l'aria tiepida dei campi di Zagàrolo, protetti dai monti Prenestini; il secondo gode della brezza marina che lambisce le colline metallifere che fanno da cornice al golfo di Follonica, in Maremma. Il *Recluso* dell'azienda vinicola *Federici* è ottenuto da uve malvasia di Candia, malvasia del Lazio e Trebbiano e ha un colore giallo paglierino. Il *Rosato* dell'azienda *Rigoloccio* si ottiene da uve Cabernet Franc in purezza e ha un colore rosa tenue. Questa tonalità è il risultato della macerazione in bianco e del brevissimo contatto con la luce dell'uva bianca pressata immediatamente dopo il raccolto.

Coltivato in terreni situati a circa 100 metri di altitudine, può contare su una buona escursione termica tra il giorno e la notte e su un'adeguata ventilazione.

## Andare in bianco

La presenza di ferro nel terreno conferisce particolare freschezza al sapore: gli esperti vi ritrovano una caratteristica sapidità e sensazioni fruttate, in particolare d'anguria. Il profumo è intenso, persistente, ampio e complesso, fine. La fermentazione in bianco (a temperatura controllata per 20 giorni) e l'affinamento per 6 mesi in bottiglia, lo rende elegante, ma con una struttura che si avvicina a quella di un rosso. Il sapore

del *Recluso* è giudicato fresco, delicatamente amarognolo, armonioso e asciutto, mediamente persistente; il profumo è delicato, con un sentore di frutta gialla. La gradazione è al 12 per cento, contro i 13,4 per cento del *Rosato*: ma quello che conta non è la percentuale (che solitamente va a guardare il profano) ma l'equilibrio tra la parte alcolica e la parte fresca data dall'acidità. Entrambi i vini si abbinano con primi piatti bianchi, formaggi freschi, carni bianche, pesce, crostacei, affettati; indicati come aperitivo ma ottimi per pasteggiare. Il *Rosato* in particolare è un vino non impegnativo, facile da bere, che piace ai giovani. Nonostante in Italia non abbia mai goduto di grande considerazione, al contrario di quanto avviene in Francia e in particolare in Provenza, negli ultimi tempi è assurto a bevanda di tendenza. Questo perché l'impegno dei produttori è stato di puntare sulla qualità, facendo passare il messaggio che un rosato non è – come si credeva in passato – un miscuglio di avanzi di rosso e di bianco rimasti in cantina, ma un vino con una precisa tecnica di vinificazione, alla pari di un bianco.

## La vie en Rose

Tanto il vino di Zagàrolo quanto quello di Gavorrano non sono da invecchiamento e vanno consumati giovani, nel giro di 2 anni. Il bicchiere consigliato è il calice a tulipano, più corto e appena arrotondato, con una leggera svatura sull'imboccatura. La produzione delle due aziende è limitata perché entrambe perseguono un'accurata ricerca della qualità del prodotto, abbinando tecnologia degli



impianti alla cura di una gestione familiare. Segnalate da guide e insignite di riconoscimenti, tanto *Federici* quanto *Rigoloccio* sono case vinicole relativamente giovani e hanno tutta



Rose

l'intenzione di migliorare: la vigna del *Rosato*, in particolare, è stata impiantata nel 2003 e la produzione è cominciata nel 2005. Per valorizzare le bottiglie, la scelta è stata anche quella di rendere più attraenti le etichette. Così sul *Rosato*

appare un'immagine dipinta dal noto pittore e scultore francese Alain Bonnefoit: una ragazza non a caso di nome *Rose*. Non resta che aspettare l'arrivo delle bottiglie sul mercato. ■

## Un'ottima annata

La vendemmia 2015 è di buona qualità, grazie ad un'estate asciutta che ha consentito una giusta maturazione delle uve. Secondo le previsioni della Coldiretti la produzione made in Italy sarà destinata quest'anno per oltre il 40 per cento ai 332 vini a denominazione di origine controllata (Doc) e ai 73 vini a denominazione di origine controllata e garantita (Docg), il 30 per cento ai 118 vini a indicazione geografica tipica (Igt) riconosciuti in Italia e il restante 30 per cento a vini da tavola. Da una stima di Ismea-Uiv la produzione nazionale di vino si aggira attorno ai 47 milioni di ettolitri (più 12 per cento) il che consente all'Italia di conquistare la leadership mondiale grazie al sorpasso sulla Francia dove il raccolto, quest'anno in calo dell'1 per cento, è di 46,5 milioni di ettolitri. Sarà dunque un'annata da ricordare nel settore del vino che ha fatto segnare un valore record nelle esportazioni con un incremento del 6 per cento in valore nei primi 5 mesi del 2015. Le condizioni meteorologiche hanno accelerato i processi e anticipato la raccolta alla prima settimana di agosto, classificandola come la seconda più precoce dal dopoguerra, seconda solo a quella del 2003, l'anno di una storica siccità.

# Profumo d'inverno

L'origine del **melo decio** potrebbe risalire all'epoca romana. Il suo nome, infatti, deriva da D'Ezio, un generale che sbarcò a Adria e combatté a Padova contro Attila. Nel 1941 Primo Candioli redigé per l'ispettorato dell'agricoltura i *Sunti di frutticoltura pratica* definendo il

*melo decio* una "vecchia varietà veronese consigliata solo agli agricoltori che attraverso la potatura, la concimazione e la difesa dai parassiti riescono a produrre frutta grossa, sana e tutti gli anni. Riesce bene solo nei terreni freschi del Medio e del Basso Veronese". Ed è proprio a Belfiore che questa

**Il frutto del melo decio di Belfiore, profumato e dalla polpa soda, adatto anche per la produzione di mostarde.**

varietà ha avuto nel corso degli anni la sua maggiore espansione e ottenuto la migliore qualità.

Il *melo decio* può essere consumato solo in pieno inverno perché al momento della raccolta ha un'acidità troppo alta. Il frutto è di forma appiattita, di colore verde con un sopraccoloro rosa chiaro, che si ottiene ponendo i frutti sulla paglia o esponendoli al sole. Presenta una polpa compatta di colore bianco, ha sapore e profumo caratteristici, ancora apprezzati in alcuni mercati del veronese. Un melo talmente profumato che alcuni frutti in passato erano usati per dare un buon odore a armadi, cassetti e guardaroba. Ma il frutto del *melo decio*, dalla polpa soda, è ottimo per la produzione di mostarde oltre che per il consumo fresco.

Oggi di *melo decio* si trovano solo alcuni impianti e alberi sparsi nella zona di Belfiore – dopo l'abbandono degli anni Settanta-Ottanta in nome di varietà più produttive e per il cambiamento dei gusti dei consumatori –, grazie a alcuni produttori che lo vendono ancora sui mercati ortofrutticoli. Inoltre il *Consorzio ortofrutticolo* di Belfiore vuole rilanciare la coltivazione proponendo ai soci coltivatori di mele di impiantare nuovamente il *decio*. ■



**Melo decio di Belfiore**

Area di produzione

Comune di Belfiore

(provincia di Verona)

# Buono come il pane

62

**Sulle pendici del Monte Amiata non è cambiata la tradizione della panificazione: la famiglia Giomarelli ne sa qualcosa e sforna ogni giorno pane, dolci e schiaccia come una volta.**

■ **Olivia Bongianni**

**A**ntico vulcano ormai spento (ne tradiscono l'identità laghetti e rocce d'origine lavica tuttora presenti), il massiccio montuoso dell'Amiata svetta tra le vallate della Val d'Orcia, della Val di Chiana e della Maremma, abbracciando le province di Siena e Grosseto. Tra i piccoli centri abitati distribuiti lungo le valli, uno dei più popolosi è il tranquillo borgo di Castel del Piano, paese con poco meno di 5mila abitanti, adagiato sul



versante occidentale. Sorge qui un panificio, che proprio dal monte prende il suo nome, dove il pane si prepara ancora come una volta, secondo gli insegnamenti dei maestri dell'antica arte bianca della panificazione. È il *Panificio Amiata* di **Lauro Giomarelli**, realtà d'eccellenza del territorio, dove il pane sfornato conserva intatto il sapore della tradizione di montagna e fare "all'antica" è ancora un pregio, sinonimo di qualità e dedizione.

## All'antica

È questa una storia che affonda le sue radici lontano nel tempo, e si inizia a impastare ormai quasi 30 anni fa. Tanto è passato, infatti, da quando, nel 1986, Giomarelli comincia ad andare a bottega come fornaio nell'antico panificio di Sestino Ginanneschi. Quello stesso forno che nel 1993 rileverà, alla cessione dell'attività, insieme a un collega.

A ripercorrere i passaggi successivi sono le parole dello stesso Giomarelli: «L'anno seguente – racconta l'attuale titolare della panetteria – il forno, che nel frattempo aveva preso il nome di *Panificio Amiata*, si allarga e cambia sede, trasferendosi, sempre a Castel del Piano, in via Santucci al

numero 27». Qui trovano posto sia il laboratorio che l'area di vendita ed è presente ancora oggi uno dei due negozi di vendita al dettaglio (l'altro verrà aperto anni dopo a Grosseto). Il pane prodotto è ancora per lo più quello caratteristico della tradizione toscana: quello classico sciocco, per intendersi, totalmente privo di sale, che appena si assaggia rivela subito le proprie origini rispetto alle tipicità di altre regioni. Accanto a quest'ultimo iniziano però a fare la loro comparsa altri prodotti come la pizza e la cosiddetta schiaccia. Nel 1995, quando Giomarelli diventa l'unico proprietario del panificio, la produzione si amplia ancora con l'introduzione di nuove specialità come i panini all'olio o al latte.

## Dolci della casa

5 anni dopo, i tempi sono maturi per passare dal salato al dolce: nel 2000, infatti, si cominciano a preparare i primi prodotti di pasticceria, sia fresca che secca.

Molte cose non sono più le stesse rispetto all'inizio di questo racconto: dal 2007 il *Panificio Amiata* si è trasferito nella zona artigianale di Castel del Piano, dove un capannone ospita i laboratori per la produzione del pane e della pasticceria; sono stati acquistati nuovi macchinari che consentono di soddisfare una domanda crescente, su scala provinciale.

Oggi il panificio rifornisce diversi punti vendita (Super e Minimercati) di Unicoop Tirreno nella provincia di Grosseto, sia per quanto riguarda il pane fresco sfuso che quello confezionato, disponibile in molte varietà e formati (compresa la schiacciata all'olio, la "croccantella"). Ai negozi viene fornita anche la pasticceria fre-





sca e secca confezionata, oltre a una grande varietà di torte (ad esempio quelle col pan di Spagna farcito, decorate con le cialde) su prenotazione, che possono essere ordinate per occasioni ed eventi speciali.

Eppure, a ben guardare, non è cambiato poi tanto: anche oggi che l'azienda sforna dai 25 ai 30 quintali di pane al giorno, produce internamente circa 90 tipi di prodotti e il forno originario è diventato un opificio in grado di dare lavoro a 30 dipendenti, c'è stato un fortissimo impegno per mantenere una produzione di tipo artigianale.

## Particolare attenzione

«Da noi il pane si fa ancora come un tempo – ammette Giomarelli –. Certo, le macchine sono nuove, ma sono le stesse di una volta e cerchiamo di rispettare al massimo le tecniche di lavorazione legate alla tradizione e di favorire un processo naturale, seguito con cura in ogni dettaglio».

Al *Panificio Amiata* la produzione del pane è curata con attenzione in ogni singola fase, dalla scelta delle materie prime alla cottura. Farina, acqua, sale e (poco) lievito di birra: il pane si prepara con ingredienti genuini, selezionati e lavorati al naturale. Si prediligono farine toscane, provenienti dal territorio; non si ricorre all'aggiunta di additivi chimici e si usa meno lievito possibile. La lievitazione dura circa un'ora, a 35-40 gradi.

La stessa attenzione è riservata anche alla produzione di pasticcini *mignon*, biscotti secchi e di tutte le altre specialità della pasticceria. Anche il confezionamento finale dei prodotti è stato studiato appositamente per preservarne intatte la freschezza e la bontà.

Il risultato è un prodotto frutto di un'approfondita conoscenza, che racchiude in sé tecniche e segreti tramandati da mani sapienti, con il profumo inconfondibile del pane di montagna. ■

## Legume virtuoso

**Dalle colline aretine i ceci toscani, ricchi di proteine, nutrienti ed energetici.**

Di calibro medio, rugosi, dal sapore delicato e fresco. Sono i ceci toscani dell'azienda *Del Colle*, inizialmente nati come *ceci toscani della Val d'Arbia*, perché è in questa zona in provincia di Siena che ne era cominciata, ormai 18 anni fa, la coltivazione. «Con il passare del tempo la quantità prodotta in quell'area non era più sufficiente, di conseguenza abbiamo dovuto spostare la coltivazione in territori più fertili», racconta **Pier Giorgio Niccolai**, amministratore unico dell'azienda, che dà lavoro a una quindicina di persone. Per questo oggi i ceci toscani arrivano da Cortona, in provincia di Arezzo, e Selvatelle (sotto Peccioli), e sono coltivati con l'appoggio di aziende agricole locali. Qui è presente un terreno "di medio impatto", che ben si presta alla coltivazione dei legumi: «Il nostro obiettivo – spiega Niccolai – è quello di rivalutare l'agricoltura in Toscana a partire dai territori, favorendo la riscoperta di determinate colture. Puntiamo a rivitalizzare e recuperare zone quasi abbandonate, incentivando la permanenza degli agricoltori in queste terre. Qui ci sono colline bellissime ed è un peccato vederle brulle».

Quest'anno nella zona di Cortona sono stati prodotti oltre mille quintali di ceci toscani rugosi, mentre 200-300 quintali provengono dall'area di Selvatelle.

Dopo la fase di aratura e preparazione del terreno, che avviene in primavera sotto la supervisione di un agronomo, si procede con la semina. Il raccolto si fa nei mesi più caldi e la seccatura è al naturale.

Molto ricchi di proteine vegetali e di lipidi "buoni", nutrienti ed energetici, i ceci sono uno dei legumi più antichi nella storia dell'umanità: pare che lo stesso Cicerone fosse così chiamato per via di un'escrescenza sul naso di un suo antenato, che ricordava nella forma quella di un cece (*cicer*). Sono oggi il terzo legume più consumato al mondo, dopo i fagioli e la soia, e

in cucina si prestano alle miscele con altri legumi, zuppe, creme, passati e farinate.

Ma anche, semplicemente, a essere gustati così come sono – unico piatto – conditi con olio d'oliva di qualità. Un abbinamento in grado di far risaltare il gusto delicato che rende unici, rispetto a altre varietà regionali, i *Ceci toscani*, in cui l'acuto del seme è mitigato dalle caratteristiche del terreno fresco in cui cresce: argilloso, ma allo stesso tempo molto ricco d'acqua. ■ **O.B.**



# menu di gorgonzola

64



## Vol-au-vent al gorgonzola

### Ingredienti

- 12 vol-au-vent ■
- 100 g di gorgonzola dolce ■
- 80 g di burro ■
- 2 cucchiaini di marsala secco ■
- 4 cucchiaini di panna montata ■
- 1 cucchiaino di cipolla fresca ■
- tritata fine ■
- paprica ■
- verdure per guarnire ■

### Preparazione

Montare il burro ammorbidito lavorandolo con una frusta. Passare due volte il gorgonzola al setaccio, quindi unirlo al burro insieme alla cipollina, al marsala e a un pizzico di paprica. Mescolare bene il tutto e incorporare la panna montata. Riempire con questo composto una tasca da pasticciere e riempire i *vol-au-vent* uno alla volta solo poco prima di servire e conservare in luogo fresco, ma non in frigo, fino al momento di portare in tavola; guarnire con verdure crude.

### Preparazione



### Costo



30 minuti



### Abbinamento

Un **Ortrugo doc dei Colli Piacentini** è perfetto per questo antipasto e un ottimo apripista.

### La dietista





**400 Kcal a porzione**

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦♦




La pasta sfoglia è generalmente preparata – attraverso una lavorazione lunga e laboriosa – con farina, acqua, sale e burro (o altri grassi). Occhio all'etichetta, dunque, se l'acquistate già pronta all'uso.



**Preparazione**

facilissimo   
 facile   
 medio   
 difficile 

**Costo**

economico   
 medio   
 alto 

**Nutrienti**

**quantità/bilancio**  
 scarso   
 adeguato   
 eccessivo 



## Tagliatelle paglia e fieno al gorgonzola

**Ingredienti**

- 350 g di tagliatelle paglia e fieno ■
- 200 g di gorgonzola dolce ■
- 100 g di mascarpone ■
- 100 g di panna liquida ■
- 70 g di burro ■
- erba cipollina tritata ■
- 3 cucchiari di vodka ■
- sale e pepe ■

**Preparazione**

Togliere la crosta al gorgonzola, tagliare a tocchetti e frullare nel *mixer* fino ad ottenere una crema omogenea. Trasferire in una ciotola e incorporare la panna, il burro diviso a pezzetti, il pepe e la vodka, quindi lavorare bene con una frusta e regolare di sale. Con il composto ottenuto condire le tagliatelle cotte al dente, guarnire con erba cipollina tritata e servire ben caldo.

**Preparazione**



**Costo**



**Abbinamento**

Abbinamento ideale il famoso **Gutturnio**, vino **doc** realizzato con uve Barbera e Croatina.

**La dietista**

**690 Kcal a porzione**

Proteine  Carboidrati  Grassi 

La pasta fresca o secca all'uovo bicolore è una combinazione di pasta normale e agli spinaci. Ma non può essere considerata un modo alternativo di mangiare la verdura.



## Hamburger al gorgonzola

### Ingredienti Preparazione

- 6 hamburger di manzo di 150 g ciascuno
- 1 spicchio d'aglio
- 100 g di gorgonzola piccante
- 5 cucchiaini di panna
- 30 g di burro
- prezzemolo tritato
- pomodorini maturi
- 1 confezione di valeriana
- olio extravergine d'oliva
- sale e pepe

In un tegame scaldare il burro con l'aglio e cuocervi gli hamburger per 10 minuti da entrambi i lati. Togliervi dal tegame e unire al sugo di cottura la panna e il gorgonzola, far cuocere e addensare la salsa sul fuoco, rimettere gli hamburger nel tegame e finire di cuocere insaporendo da entrambi i lati. Condire la valeriana e i pomodori tagliati a spicchi con olio, sale e pepe, disporre le verdure su un vassoio, adagiarvi gli hamburger, versare sopra la salsa al gorgonzola, cospargere con il prezzemolo e servire subito.

### Preparazione



### Costo



### Abbinamento

Il **Gutturino** si abbinava bene anche a questo piatto di hamburger.

### La dietista

**450 Kcal a porzione**

Proteine ◆◆◆ Carboidrati ◆ Grassi ◆◆◆

Un eccesso di proteine e grassi per questo piatto ricco e gustoso, da riservare perciò a rare occasioni.

La sua peculiarità è la presenza di muffe (detta erborinatura), che ne determinano le caratteristiche striature e chiazze verdi-bluastre. Come tutti i formaggi, il gorgonzola è ricco di grassi e proteine, ma è anche un'ottima fonte di calcio.



## Torta gorgonzola, mascarpone e noci

### Ingredienti Preparazione

- 200 g di gorgonzola dolce ■
  - 200 g di mascarpone ■
  - 200 g di panna da montare ■
  - 150 g di gherigli di noci ■
  - 30 g di zucchero ■
  - cognac q.b. ■
- Tagliare il gorgonzola a pezzetti, e lasciarlo macerare nel cognac per almeno 2 ore. Lavorare il composto a crema, aggiungere a poco a poco il mascarpone, lo zucchero e 100 grammi di noci tritate grossolanamente, infine incorporare la panna montata con delicatezza. Foderare uno stampo con la pellicola, versare il composto, livellarlo bene e tenere in frigo per qualche ora. Al momento di servire, rovesciare il composto su un vassoio, togliere la pellicola e decorare con le rimanenti noci.

Preparazione Costo



30 minuti



### Abbinamento

Si consiglia una **Malvasia Pas-sita dei Colli Piacentini**.

### La dietista

**440 Kcal a porzione**

Proteine ◆◆◆ Carboidrati ◆◆ Grassi ◆◆◆

Non può essere considerato un vero formaggio, perché prodotto a partire dalla crema di latte. Il mascarpone è altamente deperibile e ha un contenuto di grassi molto elevato.

1-3 anni

68



## Torta all'albume

*Ingredienti per 2 adulti e 2 bambini*

- 100 g di farina 00 ■
- 40 g di fecola di patate ■
- 100 g di burro ■
- 100 g di zucchero ■
- 3 albumi ■
- 1 bustina lievito per dolci ■
- buccia di limone grattugiata ■

### Preparazione

Fare ammorbidire il burro e unirlo allo zucchero. Montare gli albumi a neve. Unire la farina, la fecola e il lievito setacciati e un pizzico di sale al burro e zucchero alternandolo con gli albumi. Lavorare a velocità moderata. Unire alla fine la buccia di limone grattugiata precedentemente ben lavata. Versare l'impasto in una teglia imburrata e infarinata e far cuocere in forno preriscaldato a 180° per 40 minuti. Sforare la torta e servirla fredda dopo averci spolverizzato un po' di zucchero a velo.

### Proprietà nutrizionali e note

Utilizzando solo gli albumi si limita il contenuto calorico del dolce: il tuorlo contiene circa 332 kcal/100 grammi, mentre l'albume contiene solo 52 kcal/100 grammi. L'albume inoltre è composto solo da acqua e proteine, non da grassi; contiene inoltre magnesio, sodio, potassio e vitamine del gruppo B. La cottura dell'albume, infine, ne garantisce la buona digeribilità.

4-10 anni



## Crocchette di pesce fresco

*Ingredienti per 4 persone*

- 500 g di merluzzo o nasello ■  
(fresco o congelato)
- 3 uova ■
- farina qb ■
- pangrattato qb ■

### Preparazione

Lessare il pesce (se è fresco, prima pulirlo da interiora, squame e spine). Quando è cotto, scolarlo bene, tritarlo grossolanamente e versarlo in una ciotola capiente. Aggiungere un uovo, il sale e la farina necessaria per ottenere un impasto compatto. Sbattere le altre 2 uova e mettere il pangrattato in un piatto piano. Creare delle polpettine dalla forma allungata, immergerle una alla volta nell'uovo sbattuto e quindi passarle nel pangrattato. Mettere le crocchette in una pirofila e cuocete in forno a 180° per 10 minuti circa, fino a quando non diventano leggermente dorate.

### Proprietà nutrizionali e note

A volte i bambini non amano il pesce. Invece dei soliti bastoncini confezionati e prefritti si possono preparare queste crocchette. Il merluzzo è un pesce povero di grassi e quasi tutti polinsaturi, omega3 che riducono il colesterolo cattivo (Ldl) e aumentano quello buono (Hdl). È ricco anche di proteine, vitamine del complesso B e di sali minerali come fosforo, calcio, iodio e ferro.

lato **comica** di Gianna Martorella



## Donne nel pallone

**È** domenica. C'è la partita di pallone. Alla faccia di Rita Pavone, che già si sentiva trascurata per un giorno a settimana, adesso con anticipi, posticipi e coppe varie, tifare per la squadra del cuore è diventato un lavoro. Peggio dei gironi infernali. Entrano in campo giocatori con creste da pappagallo pettinato con tromba ad aria compressa, barbe da guerriero assiro-babilonese, tatuaggi da sciamano polinesiano, sopracciglia rifilate da *serial killer* giapponese... Il direttore di gara fischia l'inizio e dichiara aperte le ostilità. Partiti! E qui comincia non tanto il *match*, ma il dramma. Ci sono vari stadi nello sviluppo spirituale di un uomo, ma molti si fermano allo stadio di calcio. Eccolo che suda, trema, dà pugni sul tavolo e impreca come se gli avessero rubato il parcheggio... E io, incuriosita, cerco di avvicinarmi, di condividere, di imitare. Ma non serve a niente. Sono comunque un'incompetente, una disadattata. Anche se mi sforzo di capire, ponendo domande come: «Quanto manca?»; «Perché

quello ha le scarpe di colore diverso? Per distinguere la destra dalla sinistra?»; «Perché non facciamo gol?». Ma quando lo fanno, rimpiango lo 0 a 0. Si inginocchiano, fanno balletti, piramidi umane, trenini di capodanno, si schiaffeggiano, si sovrappongono.

Si tolgono addirittura la maglietta. Mi domando perché per questo gesto li puniscono col cartellino giallo... non mi sembra uno spettacolo indecente, anzi. Forse è l'unico motivo per seguire il calcio. E via con pagelle e classifiche di addominali e quadricipiti da confrontare subito con quelle delle altre tifose. E questo mi distrae, passo davanti al teleschermo, rischiando il divorzio. Dopo aver definitivamente polverizzato il *pathos*, quando lui,

**Il gentil sesso  
e il calcio...  
di punizione.**

con gli occhi fuori dalle orbite, sta per tirarmi il telecomando, capisco che è meglio tacere e mi limito a sottolineare qualche concetto, semplice semplice, con gesti e facce di circostanza, sparando a caso un po' di luoghi comuni e frasi fatte: «Picchiano come fabbri»; «La palla è rotonda», «Ma il guardalinee che ci sta a fare?». Per fortuna che l'intervallo arriva sempre. Ma il momento del riscatto arriva con gli *Europei* quando s'accende l'amor di patria e diventiamo tutte sorelle d'Italia. E allora mi agito come Vanna Marchi, so per certo che l'arbitro è cornuto, intono cori da *ultrà*. Pervasa dallo spirito dell'opinionista, scopro il punto di vista tecnico... E lui mi guarda con occhi nuovi, forse sta per accettarmi nel mondo esclusivo dei maschi, quando una domanda, troppo a lungo trattenuta, sfugge al mio controllo e le mie labbra si muovono da sole: «Ma noi quali siamo?». Sono andata nel pallone. ■

«Ci sono vari stadi nello sviluppo spirituale di un uomo, ma molti si fermano allo stadio di calcio».



Fai la spesa nei punti vendita di Unicoop Tirreno e metti nel carrello un libro con le strisce più famose di Snoopy e della sua allegra brigata. Da questo mese fino alle feste di Natale c'è tempo per collezionarli tutti.

## 70 Striscia la notizia

■ Rita Nannelli

Prima il dovere, la spesa, e poi il piacere, la lettura, che nel caso dei fumetti è piacere al quadrato. I libri delle strisce più famose di Snoopy, Charlie Brown, Lucy, Linus e tutto il resto della popolare banda dei *Peanuts*, disegnati dalla matita di Schulz 65 anni or sono, faranno capolino da questo mese – fino al 23 dicembre – dai carrelli di soci e clienti nei negozi di Unicoop Tirreno (Toscana, Lazio e Umbria), affiliati e *Distribuzione Roma*, a insegna Coop e InCoop. Destinazione libreria di casa, anche se chi è cresciuto con la testa tra le nuvolette difficilmente resisterà alla tentazione di gustare le storie, schizzate tavola dopo tavola, dei suoi beniamini già nel tragitto.

### Libri da collezione

Una piccola collezione che divoratori di fumetti e piccoli lettori in erba potranno mettere insieme così: ogni

25 euro di spesa con l'aggiunta di 1,50 euro

Coop propone un libro con le nuvolette dei *Pea-*

*nuts*, per una collezione di 5 volumetti a colori, organizzati per temi, che potranno essere raccolti in una scatola *ad hoc* in vendita per l'occasione, sulla quale ciascuno può trovare impresso il

*Peanut* del cuore. Spiega Tiziana Di Palma, responsabile gestione iniziative *marketing* di Unicoop Tirreno: «Non si tratta di un'iniziativa isolata, ma di un tassello del più ampio progetto *Snoopy e i suoi amici*, partito in circa 2mila scuole toscane e laziali come concorso di disegno sui valori dell'amicizia, della solidarietà, del saper sorridere e coltivare i propri sogni, quelli appunto dei personaggi di Schulz. Un concorso che porterà le 10 classi vincitrici a ricevere un premio di mille euro alla fine dell'anno scolastico per acquistare, scegliendo tra le proposte di un catalogo pensato per loro, ciò di cui hanno bisogno. Ma il progetto non è solo questo – aggiunge Di Palma –. In programma fino all'estate diverse iniziative sociali e commerciali, come la collezione dei libri che parte in questi giorni, dedicate al 65° compleanno di un fumetto che ha molto in comune con i valori di Coop». E intanto al cinema – il 5 novembre nelle sale italiane – il film *Snoopy & Friends - Il film dei Peanuts* di Steve Martino (il regista de *L'era glaciale 4*) ci catapulta nel mondo di Schulz in 3D dove Snoopy, il *beagle* pensatore e asso dell'aviazione, s'imbarca nella sua più grande impresa all'inseguimento del suo arcinemico, il Barone Rosso; mentre il suo miglior amico, Charlie Brown, intraprende la sua personale ardua, epica impresa: conquistare la ragazzina dai capelli rossi con l'aiuto dei suoi amici. Una pellicola d'animazione che metterà d'accordo tutti, genitori e figli. ■



I fumetti che prendono la vita con filosofia. Parola di Giulio Giorello, il filosofo della scienza appassionato di Snoopy.

Amava i fumetti da bambino e continua, da filosofo e matematico, a gustarsi, tanto da aver scritto (a quattro mani, con Pier Luigi Gaspa) un libro intitolato *La scienza tra le nuvole. Da Pippo Newton a Mr Fantastic* (Raffaello Cortina editore). Giulio Giorello, professore di filosofia della scienza all'Università degli Studi di Milano, alla domanda «si può parlare di filosofia dei *Peanuts*?», risponde a chiare lettere «sì». E prosegue: «Il fumetto è una forma d'arte, partiamo da quest'assunto, e c'è filosofia dentro, come c'è filosofia nelle pieghe di non poche espressioni non da filosofo professionista, etichetta che mi fa un po' sorridere. Una persona dotata di buon senso non mette sulla carta d'identità filosofo, anche se in questo folle mondo tutto è possibile».

E di questo folle mondo che cosa ci raccontano i fumetti di Schulz?

«Schulz sviluppa un'interessante riflessione, filosofica appunto. Guarda in filigrana aporie, paradossi, contraddizioni della società americana attraverso le storie e le caratteristiche dei suoi personaggi: pensiamo al culto del Grande Comero, una specie di divinità alla quale Linus scrive in cerca di risposte che spaziano dal quotidiano all'assoluto, e che resiste a ogni smentita; o al chiosco psichiatrico dal quale Lucy dispensa per cinque centesimi consigli spesso inutili agli altri personaggi. Vizi intellettuali e morali, impersonati da ragazzini, che in realtà sono degli adulti, che il disegnatore americano

mette alla berlina, non con cattiveria, ma contemplandoli con una certa ironia, un *humour* adulto che rende i suoi fumetti adatti a un pubblico di tutte le età».

Qual è il personaggio più filosofico?

«Senza dubbio l'impareggiabile Snoopy, lui è il cane filosofo, che pensa, che non va a discutere con cani e umani, che ha gran gusto (nella sua cuccia c'è un Van Gogh), che in una celebre striscia osserva la luna e pensa "Sono millenni che i cani abbaiano alla luna. La luna è sempre lì e i cani sono sempre cani. Che cosa significherà?"».

Una sorta di canto silenzioso che fa venire in mente Leopardi e i suoi versi ispirati dalle stelle.

«Sì, questo cane stanziale riflette sul senso delle cose. Fa come il filosofo che è alla ricerca del significato, ma che sa che ogni conferimento di significato può essere decostruito».

In questo senso i fumetti di Schulz sono davvero ironici, cinici (dal greco κύων-κυνός "cane", quindi propriamente "canino, simile al cane", per il dispregio che i cinici professavano per le istituzioni sociali e per le convenienze, ndr), cioè decostruiscono ogni pretesa di significato, ma in modo bonario e divertito».

Ci dia il suo parere di filosofo della scienza che ama e scrive di fumetti sul progetto di Unicoop Tirreno, *Snoopy e i suoi amici*, con il concorso di disegno ispirato alle strisce dei *Peanuts* nelle scuole e la proposta di una collezione di libri che raccolgono le più famose vignette di Schulz.

«È una buona idea. Portare il fumetto nelle scuole e promuoverne la conoscenza è un bene per i nostri ragazzi che sono al di là del fumetto, sono la generazione del videogioco. È un invito a scoprire quanto sia piacevole la loro lettura. Purché sia fatto con *humour*, alla Snoopy. "Era una notte buia e tempestosa"... è vero, ma bisogna constatarlo con leggerezza».



tempi moderni di Rita Nannelli

## Meglio sole

Finirai per restare zitella. Quella che è sempre suonata come una minaccia diventa oggi una speranza, l'idea di una vita fortunata tutta per sé. Con il libro *Spinster (Zitelle)* – uscito in America e subito prenotato anche altrove – della bella quarantenne, Kate Bolick, con l'aria tutt'altro che tristanzuola di chi sfama i gatti di mezzo mondo, lo zittellismo da cattivo e sofferente, diventa lieto e desiderabile. E al cinema si respira l'aria dei tempi: Nicole Kidman è la Regina del Deserto, biografia di Gertrude Bell, dalla vita ricca e avventurosa che all'alba



del XX secolo fu viaggiatrice, scrittrice, archeologa, esploratrice, agente segreto per conto dell'impero britannico; Via dalla pazza folla racconta dell'indipendente, bella e testarda Bathsheba Everdene, anche se non propriamente una zitella per i ben tre pretendenti al seguito; arriverà a anno nuovo Suffragette con Meryl Streep, storia delle prime esponenti del movimento femminista, donne costrette nella clandestinità a ribellarsi contro l'oppressione politica e sociale del loro tempo. Svoltata epocale – basta ruoli ingessati e indotti, sistemarsi è antiquato, visto che non abbiamo



più bisogno di un marito per riprodurci ma neppure per mangiare e sopravvivere – o forse, tra carriera, egocentrismi vari, giovinezza infinita e possibilità di diventare mamme oltre tempo massimo, siamo semplicemente la generazione meno innamorata dell'amore? O forse è solo uno dei tanti dibattiti americani ricamati sull'acqua, come quello sul mito dell'amicizia femminile tanto di moda nelle serie Tv statunitensi? In ogni caso, considerando che ogni tendenza che viene dall'America ci mette una decina d'anni ad attecchire da noi, abbiamo un po' di tempo per decidere: sola o maritata? Un bel dilemma, nel caso si possa scegliere.

Che cosa significano davvero assoluto e relativo e a che cosa si riferiscono nelle teorie della Relatività di Einstein.

Quella generale al suo centesimo anniversario.

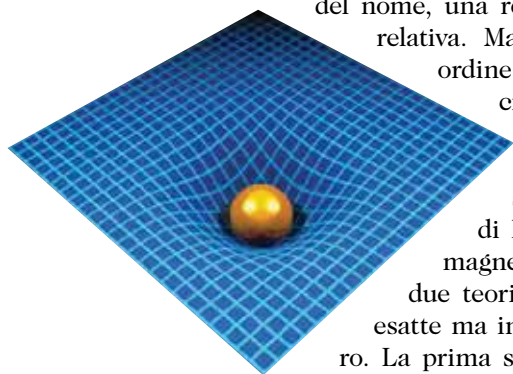
# Tutto è relativo?

■ **Patrice Poinsette**

**T**re articoli, una busta. Siamo nel 1905, un arduo pioniere della scienza di 26 anni, Albert Einstein, manda alla principale rivista scientifica dell'epoca, *Annalen der Physik*, un'audace concezione del mondo che lasciò molti di stucco, sollevando un gran polverone... Ciascuno dei tre pezzi valeva, infatti, un *Nobel*: il primo mostrava che gli atomi esistono davvero, il secondo apriva la porta alla meccanica quantistica e il terzo presentava la teoria della *Relatività ristretta*. Un'impresa spavalda quest'ultima che metteva in discussione niente meno che uno dei più grandi scienziati di tutti i tempi, Sir Isaac Newton.

## Spirito di contraddizione

Cento anni or sono – e la ricorrenza è di quelle che fanno la storia – che Albert Einstein ha consegnato all'umanità la *Relatività* la quale racconta, a dispetto del nome, una realtà tutt'altro che relativa. Ma procediamo con ordine. Alla fine del diciannovesimo secolo la fisica si reggeva su due pilastri: la meccanica di Newton e l'elettromagnetismo di Maxwell, due teorie che sembravano esatte ma incompatibili fra loro. La prima si fonda sul principio di relatività di Galileo per cui il movimento, rettilineo e uniforme, è del tutto ininfluenza: su un aereo cioè le leggi della fisica sono le stesse che a casa. A 1.000 km/h fra le nuvole o comodamente seduto in poltrona, un caffè rovesciato cade esattamente nella stessa maniera e produce lo stesso, poco gradito, risultato, sui pantaloni. Una specie di equivalenza unifica perciò tutti i sistemi di riferimento, mobili e statici, e nessun esperimento della fisica consente di stabilire la loro immobilità assoluta. L'elettromagnetismo maxwelliano, invece, pretende che la luce, per propagarsi nel vuoto, faccia



vibrare una sostanza statica, battezzata "etere luminifero". Con un colpo di tacco, *pardon* di genio, Einstein ha risolto la contraddizione: questa sostanza non esiste, la luce si propaga nel vuoto senza supporto e la sua celerità è costante. Un'invarianza questa che implica l'indipendenza della velocità della fonte luminosa da quella dell'osservatore. E spazio e tempo ne subiscono le conseguenze: lunghezze e durate non sono più delle quantità assolute.

## Problemi di spazio

Ma così Einstein inciampò nella legge di gravitazione universale di Newton. Gli ci vollero altri 10 anni per far quadrare i conti elaborando la teoria della *Relatività generale*, nel novembre del 1915. La relativizzazione della gravità dà un po' più senso al mondo, dimostrando il divario tra percezione e realtà: il fenomeno che attira tutti i corpi l'uno verso l'altro non è una forza, ma una conseguenza della curvatura di due grandezze che non sono più distinte ma intimamente connesse. Signore e signori, ecco a voi lo spazio-tempo! Stiamo galleggiando su una specie di gigantesco telo flessibile piegato dal Sole, e la Terra non gli gira intorno perché trattenuta da una misteriosa forza, ma perché sta correndo dritta in uno spazio curvo, come una pallina che entra in un imbuto dove sono le pareti a farla ruotare. Lo spazio insomma è distorto dalla materia. Tutto qui (e sarebbe già tanto)? Sì e no, perché i corollari relativisti della gravità prendono logica e coerenza in contropiede; insieme a uno spazio assoluto la gravità annulla anche l'esistenza di un tempo universale.

## Ogni cosa a suo tempo

Ciò, però, non implica che in *Relatività* tutto sia relativo. Anzi, si tratta di una teoria che cerca ciò che in natura non varia quando si cambia sistema di riferimento. Si legge spesso che la teoria della *Relatività* stabilisce che la velocità di scorrimento del tempo dipende della velocità dell'osservatore. Una formula-

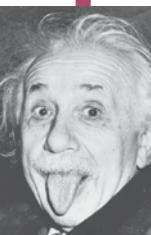


zione doppiamente ingannevole: innanzitutto, perché afferma che il tempo ha una velocità, un ritmo, che sarebbe in grado di cambiare rispetto ad esso, il che non ha senso; poi, perché presuppone l'esistenza di un tempo unico, lo stesso per tutti, che sarebbe elastico. E non è così. Allora che cosa succede quando si viaggia a una velocità vicina a quella della luce? Secondo Einstein, ogni persona è dotata di un tempo proprio e passare dal punto di vista di un osservatore che si sposta velocemente a quello di un altro che non si muove affatto non significa né diminuire né aumentare la velocità di un tempo che sarebbe comune ai due, ma semplicemente passare da un tempo proprio a un altro radicalmente distinto dal primo. In altre parole desincronizzarsi. Non c'è niente di relativo, dunque, nella teoria della *Relatività* (infatti Einstein si pentì di averla chiamata così), solo che ad essere universale non è più il tempo, ma il fatto che tutti ne possiedono uno proprio e particolare. ■

## Parola di Albert

**Prima la versione ristretta, poi quella generale. La Relatività in due parole.**

Ristretta (1905) e generale (1915). Le teorie della *Relatività* hanno scombuscolato il modo in cui si spiega l'universo. La prima, deriva dal principio di relatività di Galileo che valeva solo per la meccanica; Einstein l'ha esteso all'elettromagnetismo e all'ottica rimettendo in discussione la nozione di simultaneità e dimostrando, tra l'altro, l'equivalenza massa-energia ( $E=mc^2$ ). Una teoria ristretta, appunto, ai sistemi di riferimento (utilizzati per individuare la posizione di un oggetto nello spazio) galileiani, cioè quelli in movimento



di traslazione rettilineo e uniforme fra loro, che verrà poi generalizzata ai sistemi di riferimento accelerati approdando, nel 1915, a una nuova concezione relativista, questa volta della gravitazione, indissolubile dalla curvatura dello spazio-tempo.

# Fonte d'energia

Intanto diciamo che cosa non è: una sostanza. Si tratta di una quantità, che possiamo associare a tutti i fenomeni fisici, condizionata dalla posizione, dalla velocità e dalle interazioni tra le componenti della materia. È Max Planck il primo fisico ad aver enunciato la definizione dell'energia, con la sua proprietà fondamentale: si conserva quando il sistema è isolato. Detto in altre parole è una grandezza astratta conservativa, cioè nulla si crea e nulla si distrugge, come diceva la vecchia massima della metafisica atomista. Ha senso, allora, parlare di produzione e di consumo d'energia? Molti pensano che ne avremo finché ci sarà gente per produrla. Sbagliato. Ne avremo, invece, finché ce ne sarà. Non si tratta di una tautologia un po' cervellotica, ma del fatto che l'energia si conserva, che nessuno la produce e la consuma. Proviamo intanto a capire meglio in che cosa consiste consumarla: partire, per esempio, con 1 chilo Joule d'energia e arrivare con la

**Dietro il corretto uso della parola energia c'è un mondo, quello della fisica, ovvero il nostro.**

stessa quantità ma in forma diversa, cioè con più entropia (la capacità di un sistema di evolvere spontaneamente). Più debole è l'entropia e più il sistema chiuso – senza scambi di calore e di lavoro con l'ambiente circostante – si trasformerà spontaneamente. Il che significa che l'energia diminuisce col passare del tempo, con l'aumento dell'entropia, cioè del disordine.

Qualcosa di simile a quando diciamo “tendere con energia al proprio scopo”, intendendo qui questa forza dinamica dello spirito come volontà e capacità di agire (non a caso energia deriva dal greco *ἐργον*, “opera”). Un sistema energetico di buona qualità è perciò ben ordinato e strutturato, cioè con poco disordine – entropia debole, dicono i fisici – come quella con cui abbiamo a che fare tutti i giorni, ovunque: l'elettricità. Nel caso del petrolio, per esempio, consumare energia significa sfare le relazioni tra gli atomi di carbone, delle relazioni particolari che fanno sì che tale sostanza racchiuda tanta energia. Bruciarlo significa, quindi, degradarlo cioè aumentare la sua entropia, il suo grado di disordine. Sapete qual è il corollario di tutto questo? Che le energie rinnovabili non esistono... O meglio ciò che è rinnovabile non è l'energia, ma il meccanismo che consente di degradarla. Una conseguenza meno conosciuta della conservazione dell'energia l'ha enunciata, nel 1918, la matematica tedesca Emmy Noether: la conservazione dell'energia è un effetto dell'invarianza delle leggi della fisica nel tempo. Abitiamo in un universo in costante evoluzione, ma le leggi che lo governano non cambiano, a cambiare sono le condizioni fisiche. «Un monumento del pensiero matematico», secondo Albert Einstein. ■



**Ignorata, inascoltata, spesso negata. E invece la tristezza ci aiuta a riflettere, a stare a tu per tu con noi stessi. Consigli utili su come accoglierla, senza averne paura.**

# Buongiorno **tristezza**

74

**Barbara Autuori**

**N**ell'ultimo film d'animazione della Pixar, *Inside Out*, è raffigurata come una paffuta e impacciata ragazzina blu considerata dalle altre emozioni che abitano il cuore e la mente della protagonista un ostacolo a una vita fatta di sola gioia. «Eppure la tristezza ha una funzione interna indispensabile; è un'emozione con cui si deve imparare a fare i conti proprio a partire dall'infanzia», spiega la psicologa dell'età evolutiva **Liliana Cocumelli**, presidente dell'associazione *ABC - Aiutiamo i Bambini a Crescere* (associazioneabc.jimdo.com) che ope-

ra su Roma e provincia. «In ognuno, adulto e bambino che sia, c'è un fluire di emozioni a cui bisogna avere accesso. Rifiutare quelle che sembrano negative non solo è sbagliato, ma anche inutile».



## Chiedimi se sono infelice

La negazione della tristezza, invece, sembra essere un caposaldo della società contemporanea dove si è chiamati costantemente al buonumore. Una "condanna" a cui non sfugge nessuno, meno che mai i bambini. «Molti genitori – continua la psicologa – mostrano un atteggiamento di intolleranza verso i momenti di tristezza e di noia dei figli rischiando così di impedire loro di essere e sentire quello che vogliono». Un'inibizione indotta che spesso ha a che fare con il modello ideale di figlio, sempre educato, allegro, attivo, che mamma e papà hanno costruito nelle loro menti a partire dal concepimento. «Ammettere che è triste e sconcolato – prosegue Cocumelli – per molti adulti significa essere cattivi genitori. È questo senso di colpa che si cerca di esorcizzare convocando i bambini al sorriso forzato e costringendoli così a fare felici mamma e papà». Bisognerebbe, invece, capire che anche i piccoli hanno il diritto alla malinconia: la rinuncia al ciuccio, la perdita del pupazzetto preferito, la scomparsa dell'animale domestico tanto amato, il

## Melancholia

**Uno sguardo più consapevole sulla realtà: la portata filosofica della malinconia.**

Emozione considerata feconda per il pensiero, nell'antico mondo greco la malinconia non a caso era indicata come lo stato d'animo della persone intelligenti. «Nel trattato *La malinconia dell'uomo di genio*, attribuito ad Aristotele ma in realtà solo di scuola aristotelica – spiega **Adriano Fabris**, docente di filosofia morale all'Università di Pisa – si afferma che le persone di maggiore ingegno sono più tristi perché capiscono meglio quello che stanno facendo, si distaccano di più dalla realtà, si fanno più domande». Più coscienti e sensibili, coloro che tendono a questo stato d'animo ritengono che la tristezza sia il vero segno della vita: un conto è soffrire, un conto è sapere di soffrire. Una consapevolezza, tuttavia, piena di speranza. «Se il sapere

di sentire fa da cassa di risonanza per le passioni tristi – continua, infatti, Fabris – lo stesso accade per quelle felici». Un assunto che valeva ieri quanto oggi e che secondo il docente toscano deve farci pensare che una filosofia della gioia è possibile anche nel nostro tempo. «La consapevolezza dei tanti dolori che caratterizzano la nostra epoca deve essere al contempo anche coscienza di quante opportunità e bel futuro abbiamo a disposizione». Partendo dalla distinzione tra tristezza come stato d'animo passeggero e malinconia intesa come sguardo più consapevole sulla realtà, per Fabris bisognerebbe alfabetizzarsi di nuovo alle passioni, sia positive che negative. Così facendo si sgombrerebbe il campo dall'imperante convinzione che la tristezza vada anestetizzata, eliminata, ignorata in nome di una società felice *tout court*. «Una visione tipica delle società consumistiche – conclude il professore – che collegano la felicità alla soddisfazione di desideri non appagabili per definizione. Condannandosi così a una sicura infelicità». ■

tiro in porta mancato. Anche il mondo dei bambini è inevitabilmente costellato di momenti difficili, di "lutti" e cambiamenti enormi che non possono e non devono essere sottovalutati dai grandi. «Riconoscere ai più piccoli il diritto di sentire le loro emozioni – sottolinea l'esperta – significa accompagnarli all'ascolto di questi sentimenti avendo l'accortezza di lasciare sempre aperta una strada alla speranza che quel momento triste passerà». Nei legittimi momenti di tristezza dei figli, dunque, spetta ai genitori condividere il fardello della malinconia non per cancellarlo, ma per renderlo più sopportabile e comprensibile. Entrando in sintonia con i più piccoli, rispolverando cioè il proprio sguardo infantile sul mondo, sarà possibile trasformare un momento mesto nell'occasione per cambiare prospettiva e trovare una sfaccettatura positiva anche in un evento spiacevole. Perché solo insieme ci si può aiutare, coccolare, consolare. E insieme tornare a sorridere. ■

## La ricerca della felicità

**Essere felici a tutti i costi rende tristi e insoddisfatti. Un paradosso solo all'apparenza.**

Concentrarsi in modo esplicito e volontario sulla ricerca della felicità è controproducente e autolesionista. Questa la conclusione a cui è recentemente giunta Iris Mauss, psicologa della *University of California* di Berkeley. La studiosa americana ha scoperto che molti dei suoi pazienti tendevano a colpevolizzarsi se la loro esistenza non era esattamente come avrebbero voluto e sviluppavano sentimenti negativi ancora più controproducenti. Al contrario, chi era capace di convivere anche con le emozioni tristi era molto più felice e per un periodo più duraturo. La ricerca spasmodica della felicità dunque non solo si è rivelata una perdita di tempo e di energie, ma addirittura fonte di ulteriore frustrazione.

# Non è mai troppo tardi

**R**omano, 40 anni, di professione programmatore, Emanuele Mattei è l'ideatore e responsabile del progetto *L'angolo del computer* ([settecamini.blogspot.it](http://settecamini.blogspot.it)) che propone corsi gratuiti di alfabetizzazione digitale in 15 *Centri anziani* della Capitale.



**Tanti nonni 2.0 grazie al progetto L'angolo del computer.**

**Come nasce l'idea di corsi di computer rivolti agli anziani?**

«Nel 2011 con il presidente del *Centro Anziani* del mio quartiere, Settecamini, pensiamo a un progetto per fornire a chi non è più giovanissimo le nozioni di base per accedere alle nuove tecnologie.

Risistemando vecchi *pc* recuperati da aziende private ed enti pubblici, parte il primo corso con 18 allievi. Tutti sprovvisti di computer».

**Un progetto che conosce un successo in crescendo.**

«L'anno successivo raddoppiamo gli iscritti e molti si presentano con il loro *pc* personale. Nel 2014 proponiamo il progetto anche in altri *Centri anziani*. Quest'anno i nostri volontari faranno formazione a circa 600 persone su un totale di 15 strutture».

**Cosa spinge gli over 60 a voler usare le nuove tecnologie?**

«Il desiderio di non rimanere esclusi da una società sempre più in rete, così come la voglia di poter interagire con figli e nipoti. Ma anche la volontà di rendersi la vita più facile magari pagando le bollette o prenotando una visita medica *on line*».

**L'identikit del vostro iscritto tipo.**

«Per il 90 per cento uomini e donne sopra i 50 anni, ma ospitiamo volentieri chiunque abbia bisogno di imparare a usare il computer. L'allievo più anziano che ho avuto ha 86 anni».

**Chi tiene i corsi?**

«Abbiamo una rete di 30 docenti volontari affiancati, durante la lezione settimanale, da tutor dell'associazione *RomAltruista onlus* per aiutare chi è in maggiore difficoltà. L'obiettivo è rendere tutti capaci di orientarsi nel mondo digitale in modo autonomo».



**Un sogno nel cassetto?**

«Riuscire ad attivare *L'angolo del computer* in tutti i 156 *Centri anziani* di Roma». ■

**Chiacchierata con Andrea Biavardi, direttore di "Giallo" e popolare opinionista di cronaca nera, metropolitano per lavoro ma originario di quella provincia modenese fatta di tante storie "della vera gente", che racconta, anche nei suoi libri, col rigore del cronista, tra affetto e disincanto.**

76

# Nel segno del giallo

■ **Maria Antonietta Schiavina**

**57** anni compiuti, la faccia scaltra di chi ha radici nella bassa modenese – la piatta campagna intorno a Modena – **Andrea Biavardi** da Spilamberto è uno dei pochi cronisti di razza che ancora animano il panorama giornalistico italiano. Ma non è lo stile secco e preciso del suo fraseggio, a volte tagliente, che lo consegnerà ai rendiconti di qualche futuro almanacco degli scrittori della carta, bensì le sue avventure come direttore di riviste che hanno aperto spazi nuovi in edicola. Nel giro di un decennio, infatti è riuscito nell'impresa impossibile di ridare fiato a riviste che sembravano correre verso il baratro, divenendo in poco tempo il *golden-editor* della *Cairo editore*. Direttore di "For Men Magazine", "In Viaggio", "Natural Style", "Airone", patinati che invitano a guardare alla bellezza, insegnano la cura di sé stessi, suggeriscono uno sguardo curioso e meravigliato sul mondo e sulla natura, spiegando che lo scopo di quelle riviste è di «ottenere una vita migliore attraverso una migliore vita, vivendo in modo naturale». E mai frase è stata più profetica, considerando la successiva impresa editoriale che

oggi assorbe gran parte del suo impegno: pur continuando a occuparsi di "metodi naturali per una vita migliore", oggi Biavardi entra nelle case di molti italiani con una rivista che parla di miglior vita, intesa come morti ammazzati, spariti, murati, squartati. Si tratta di "Giallo", il settimanale che racconta – come è scritto sotto la testata – "storie, delitti, misteri". Tanto *simil-elitarie* e a *target* alto sono le prime riviste su bellezza maschile e viaggi, tanto *pop* il *format* che da 3 anni è sulla crescita dell'onda, grazie anche a una martellante auto promozione del suo direttore che non perde occasione per presentarsi nei salotti Tv dove si parla dello strazio altrui insieme a criminologi, psicologi, avvocati, tuttologi. Sì, perché lui appartiene a quella stirpe di giornalisti vecchio stampo che sanno quanto la cronaca si faccia con penna, taccuino e scarpe. E vanno dove le cose accadono, leggendo carte e documenti senza saltare una riga, per rivelare il lato oscuro dell'animo umano, restando aderenti alla realtà, spesso più fantastica dell'immaginazione. Il direttore di "Giallo" ha oltretutto una freccia in più al suo arco: viene dalla provincia, è un metropolitano perché lavora in città, ma la sua formazione è – come dice lui stesso – «in quell'Italia dei mille campanili dove c'è la vera vita della vera gente e dove le storie da raccontare sono tante». Vicende che Biavardi cucina con un occhio attento al *marketing*, esaltandone, però, i sapori che solo un profondo conoscitore della provincia italiana può dare, quel sentimento tra affetto e disincanto che zampilla ovunque anche nelle sua produzione di libri. Un episodio testimonia più di altri le radici ben salde piantate nella propria terra: quando esce *Emilia la dolce*, romanzo che già nel titolo è una dichiarazione d'amore, il giornalista annuncia che «i proventi del libro andranno per la scuola mater-





Andrea Biavardi  
Emilia la dolce

na di Medolla distrutta dal sisma». Diventato nel giro di un paio di anni il più accreditato commentatore di crimini italiani, al di là degli argomenti, nelle sue parole il rigore

della cronaca s'intreccia con un senso di umanità che accompagna anche i tecnicismi da Ros. Come nei commenti sui casi ancora aperti che ci ha rilasciato:

**Roberta Ragusa** «Una madre che si allontana in pigiama da sola: allontanamento volontario? Non ci credo. Quando ci sono queste cose è bene sempre pensare male».

**Guerrina e Padre Graziano** «Insomma questo marito Mirko e questo padre Graziano... Guerrina dice spesso al marito: "Stasera non torno, resto a dormire in canonica". Io marito qualche domanda me la sarei fatta».

**Yara Gambirasio** «C'è una specie di tendenza a immaginare una congiura contro Bossetti. Ma qui un pm, un gip, un tribunale del riesame, la cassazione – insomma 15 magistrati – hanno esaminato il suo caso. Ed è agli atti la bugia della madre smentita dal dna, che Bossetti il giorno della morte di Yara fosse dal commercialista ma solo per mezz'ora, fino alle 16,30».

**Il piccolo Boris** «Il padre del bambino non ha scaricato la moglie, ma messo di fronte a una situazione gravissima ha solo cercato di reagire».

**I fidanzati di Pordenone** «È stata una vendetta trasversale e c'è andato di mezzo un ragazzo perbene».

**Elena Ceste** Anche questa volta Biavardi su "Giallo" annuncia un'esclusiva: «La donna potrebbe essersi suicidata e il suo corpo murato in una casa». E sul marito della donna aggiunge: «Michele ci ha abituato a tante stranezze, voglio dargli l'attenuante che è sconvolto. Ma resta una sensazione inquietante».

**Il gioielliere che spara al rapinatore** «L'impianto delle leggi fa acqua ma al di là di tutto io sono contrario all'idea del negoziante che tiene un'arma nel cassetto per difendersi, perché una pistola è uno strumento di morte e non di difesa».

# AAA lavoro cercasi

Se siete in cerca di lavoro, internet può essere di grandissimo aiuto a patto di sapersi orientare nel caotico mare di risorse. Cominciamo dalle sezioni "lavoro" dei grandi siti generalisti di annunci economici, per esempio gli strapubblicizzati *Subito* [[www.subito.it](http://www.subito.it)] o *Kijiji* [[www.kijiji.it](http://www.kijiji.it)]. Funzionano alla vecchia maniera: chi cerca lavoro mette l'inserzione, voi leggete, se v'interessa la posizione contattate l'inserzionista. In genere vi si trovano annunci per lavori di tipo manuale, commerciale o impiegatizio e per posizioni medio-basse.

Poi ci sono i motori di ricerca dedicati, come *Indeed* [[it.indeed.com](http://it.indeed.com)] o l'italiano *Jobrapido* [[it.jobrapido.com](http://it.jobrapido.com)]: questi siti non ospitano annunci, ma li cercano istantaneamente per voi in giro per la rete, filtrandoli in base alle vostre chiavi di ricerca. Vantaggio: con un solo clic ottenete risultati ricavati da una miriade di siti di annunci di lavoro. Svantaggio: risultati poco raffinati pieni zeppi di doppioni. Più interessanti e potenti sono i megaportali di ricerca lavoro che creano un'esperienza personalizzata per l'utente usando come perno il suo profilo lavorativo. Tali portali richiedono infatti, come primo passo, un'esauritiva immissione di dati: anagrafica, percorso formativo, *curriculum vitae*, aspirazioni. Sarà poi il portale stesso a proporvi posizioni adatte a voi selezionandole tra le migliaia immesse dalle aziende, anche notificandovele via e-mail o telefono via via che esse si presentano. Tra questi, il più famoso e grande di tutti è l'americano *Monster* [[www.monster.it](http://www.monster.it)]. Alternativa *made in Italy*: *Infojobs* [[www.infojobs.it](http://www.infojobs.it)]. Un'ultima menzione merita l'imprescindibile *LinkedIn* [[it.linkedin.com](http://it.linkedin.com)]: un *social network* orientato al lavoro e incentrato sul *curriculum* delle persone. Serve innanzitutto come vetrina professionale, ma anche e sempre di più a trovare lavoro. ■

## Foto di gruppo

Tra le novità più interessanti del 2015 dal mondo Google c'è stato il potenziamento del loro servizio di gestione e archiviazione *on line* di foto, finalmente reso indipendente dal discusso *Google+*, l'elefantino e mai davvero decollato *social network* di casa Google.

Spazio illimitato gratuito per l'archiviazione in rete (a patto di accettare un limite di 16 megabyte per foto; per foto di dimensioni superiori avete 15 gigabyte gratuiti, e se non vi bastano potete comprare altro spazio), estrema facilità d'uso, possibilità di accedere al proprio archivio da ogni *device*, interessanti funzioni automatizzate di ricerca, archiviazione e *foto* *toritocco*, *app* di gestione sia per *Android* che *iOS*: queste le novità che hanno fatto di *Google Photo* [[photos.google.com](http://photos.google.com)] un servizio gratuito di archiviazione fotografica davvero con pochi rivali.



# Sei un mito

**La mitologia antica rivisitata in chiave moderna, ironica e impertinente nello spot del profumo Olympéa, divino fin dal nome.**



Quando si parla di divi nel cinema – o in genere nei testi delle comunicazioni mediatiche – non si pensa che il significato della parola, di origine latina, è “dei”. Ma a ricordarcelo c’è l’ultimo spot del profumo femminile *Olympéa* di Paco Rabanne. Tutto in questo spot, e in generale nella comunicazione di questo prodotto, è rappresentazione classica e mitologica. A partire dal flacone del profumo, che assume la forma di una corona di alloro, quella che i mitici atleti vincitori delle *Olimpiadi* ricevevano come premio. Ma è poi l’ambientazione stessa dello spot che è collocata sull’Olimpo, rappresentato come una città che nella prima inquadratura emerge tra le nuvole e ha una vaga rassomiglianza con l’Acropoli di Atene. A configurarsi come un divo è lo stesso profumo il quale, però, come avviene spesso nella comunicazione pubblicitaria, è innanzitutto simbolicamente rappresentato da una figura umana, che ne diviene in senso lato il *testimonial* e l’*alias* antropomorfo. Infatti il nome *Olympéa*, oltre ad essere quello del profumo stesso, è anche e prima di tutto quello del personaggio femminile che ne è simbolo: la modella brasiliana ventunenne Luma Grothe.

Lo spot aggiorna in modo impertinente il mondo della mitologia classica: la modella arriva su una potente auto sportiva bianca, che di mitologico mantiene solo il fatto che ha ai lati due grandi ali bianche, configurandosi così come una sorta di Pegaso meccanico. Una volta uscita dalla macchina, la modella comincia a scendere con solenne sensualità, come un’aggiornata Wanda Osiris (anch’essa diva-dea degli anni passati), una lunga scala: al suo passaggio le statue marmoree di giovani atleti che si trovano ai lati si animano e girano la testa nella sua direzione. A sottolineare l’eccezionalità della sua figura c’è anche il fatto tecnico che la sua immagine è a colori, sullo sfondo di un mondo olimpico in bianco e nero: il candore di un’algida archeologia winckelmanniana si contrappone così al colore (che è anche calore) della vita e della sensualità di *Olympéa*. Il suo percorso si conclude con la discesa in un’ampia vasca: percorrendo i suoi scalini che portano giù nell’acqua la modella diva si volge indietro verso lo spettatore con uno sguardo di irresistibile fascino. Ma lo spot non si chiude qui: un tocco di umorismo e d’ironia porta, infine, la modella a aprire la tenda di una sorta di calidario in cui due uomini (o dei) molto atletici fanno il bagno nudi e, colti di sorpresa, sono costretti a coprirsi pudicamente gli attributi. Ecco il messaggio con cui il profumo vuole proporsi: sensualità, ironia e impertinenza. ■

libero pensiero di Elena Corsi

## Non vedo l'ora

Non capita spesso di fare simili esperienze. È un normale lunedì, quando a cento metri dal portone di casa, un uomo sul marciapiede di fianco si arresta di colpo, vol-

tandosi frettolosamente indietro. Appena individuato un passante, gli chiede a gran voce: «Scusi, sa che ore sono?». Quello, sollevato lo sguardo verso di lui, prende a fissarlo con aria interrogativa, quasi sgomenta, e scuote energicamente la testa. «Non voglio dirlo – sentenza scuro in viso –. L’ora cambia con-

tinuamente, perciò dovrei seguirla dappertutto!».

Che razza di riposta. Quell’uomo si comportava come se gli avessero chiesto cosa fosse il tempo e, invece, erano solo le 2 del pomeriggio. Anche se la differenza fra l’ora e il tempo è che il secondo lo sai finché non te lo chiedono.



# LA CONVENIENZA A MISURA DI SOCIO

RISERVATO AI SOCI  
UNICOOP TIRRENO

## DALL'1 AL 30 NOVEMBRE

### PARKA UOMO/DONNA LONSDALE

con cappuccio contornato in pelliccia sintetica  
removibile - colori e misure assortite

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**59,90€**



### SCARPONCINO IN CUOIO EVERLAST UOMO/DONNA/RAGAZZO

colori e misure assortite

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**44,90€**



### BATTERIA AUTO AREXONS UN ESEMPIO: Mod. 100AH 800 AX

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**114,90€**

UN ESEMPIO: Mod. 55AH

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**54,90€**

UN ESEMPIO: Mod. 44AH

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**42,90€**



### ALBERO DI NATALE ARTIFICIALE TOP FOREST

**PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO**

**65,00€**

Altezza 180 cm  
1731 rami in pvc e pe  
Base 4 piedi in metallo  
Assemblabile in tre parti



OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

**coop incoop\* ipercoop**

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

\* In alcuni minimercati, le offerte soci sui prodotti non alimentari potrebbero essere disponibili esclusivamente su prenotazione.



RISERVATO AI SOCI  
UNICOOP TIRRENO

LA CONVENIENZA

DALL'1 AL

TACCHINO FESA A FETTE COOP  
confezione famiglia



PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

Anziché 10,40 €

**7,28€**

al kg

MASSIMO  
5 CONF.  
PER OGNI CARTA

SCONTO  
30%  
ALLA CASSA



LATTE UHT BONTÀ LEGGERA  
GRANAROLO

parzialmente scremato - 1 litro x 4

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**2,50€**

0,63 € al litro

MASSIMO  
6 CONF.  
PER OGNI CARTA



MISTO FUNGHI 10% PORCINO  
DANTI

surgelato - 1 kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**3,99€**

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA



PORCINI SECCHI  
150 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

Anziché 18,24 €

**10,94€**

SCONTO  
40%  
ALLA CASSA

MASSIMO  
10 CONF.  
PER OGNI CARTA



PRONTO SCOGLIO  
I CONDI PRESTO ESCA

surgelato - classico/al pomodoro - 450 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**2,90€**

6,44 € al kg

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA  
TRA I DUE TIPI



AFFETTATI CASA MODENA 100% CARNE ITALIANA  
UN ESEMPIO: prosciutto crudo dolce stagionato gran crù - 100 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**1,80€**

18,00 € al kg

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA  
TRA I VARI TIPI



CAFFÈ LAVAZZA  
QUALITÀ ORO 100% ARABICA  
250 g x 3

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

**7,99€**

10,65 € al kg

MASSIMO  
8 CONF.  
PER OGNI CARTA



OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

\* In alcuni minimercati, le offerte soci sui prodotti non alimentari



# ENZA A MISURA DI SOCIO

## 15 NOVEMBRE

CHIANTI DOCG LOGGIA DEL SOLE  
LE CHIANTIGIANE  
75 cl

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

2,19€

2,92 € al litro

MASSIMO  
6 PEZZI  
PER OGNI CARTA



PELLET 100% DI CONIFERA  
ROBIN WOOD  
15 kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

4,90€



DASH LAVATRICE  
color/con bicarbonato/regular  
liquido - 69 lavaggi - 1,495 litri x 3

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

9,90€

2,21 € al litro

MASSIMO  
4 CONF.  
PER OGNI CARTA  
TRA I VARI TIPI



SCALDALETTO ELETTRICO  
MOON IMETEC  
singolo - Mod. 16062 - 150 x 80 cm

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

39,90€

matrimoniale - Mod. 16063  
150 x 160 cm

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

69,90€



Tessuto misto lana lavabile a mano e in lavatrice a 40°C  
Comando per regolare 2 diversi livelli di temperatura  
Sistema di sicurezza brevettato Electro Block®

PANNOLINI PAMPERS BABY DRY  
PACCO DOPPIO  
assortiti

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

11,50€

MASSIMO  
4 CONF.  
PER OGNI CARTA  
TRA I VARI TIPI



PLAID IN MICROFIBRA  
colori assortiti - 155 x 200 cm

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

6,90€

colori assortiti - 210 x 230 cm

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

8,90€



MICROPILE UOMO/DONNA  
DIADORA  
misure e colori assortiti

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

12,90€



ipercoop DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

...anti potrebbero essere disponibili esclusivamente su prenotazione.



RISERVATO AI SOCI  
UNICOOP TIRRENO

LA CONVENIENZA

DAL 16 AL

SUINO ARISTA + COSTINE  
confezione famiglia

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita



CLEMENTINE  
confezione da 2,5 kg

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita



ORGOGGIOSI



PASTA FRESCA RIPIENA  
SFOGLIAVELO RANA  
formati e ripieni assortiti  
UN ESEMPIO: duetto funghi  
in pezzi e taeggio dop - 250 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita

LASAGNE PRONTE  
RANA  
vari tipi - UN ESEMPIO:  
ricotta e spinaci - 350 g

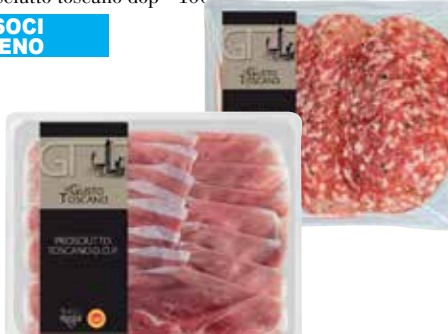
PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita

AFFETTATI IL GUSTO TOSCANO PIACENTI  
UN ESEMPIO: prosciutto toscano dop - 100 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita



FILETTI DI TONNO ANGELO PARODI  
IN OLIO DI OLIVA  
425 g

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita



POLPO MAROCCO SOTTOZERO  
surgelato - 800/1200 g ca.

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita



PASSATA DI POMODORO  
MUTTI  
700 g x 6

PREZZO PER I SOCI  
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI  
IL PREZZO  
nel tuo punto  
vendita



OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

\* In alcuni minimercati, le offerte soci sui prodotti non alimentari

# ENZA A MISURA DI SOCIO

## 30 NOVEMBRE

### DI FARLI BENE!



#### SUGHI CLASSICI RANA

UN ESEMPIO:  
pesto alla genovese - 140 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

#### SUGHI SPECIALI RANA

UN ESEMPIO:  
tartufo nero - 180 g

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

**SCOPRI IL PREZZO**  
nel tuo punto vendita

**SCOPRI IL PREZZO**  
nel tuo punto vendita

#### CARTA IGIENICA ROTOLONI REGINA

conf. x 12

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**



**SCOPRI IL PREZZO**  
nel tuo punto vendita

#### DEUMIDIFICATORE ARISTON Mod. DEOS 11

H cm. 48,0  
L cm. 33,0  
P cm. 17,0

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

### 119,90€

Deumidificazione 11 litri/giorno  
Potenza assorbita 289 Watt  
Rumorosità 39 dB(A) - Capacità tanica 1,5 litri  
Portata d'aria max 105 m<sup>3</sup>/h  
Controllo elettronico dell'umidità

Trattamento blue fin, autodiagnosi con segnalazione errore su display, autorestart, ruote integrate, filtro antipolvere, anticongelamento, spia di sicurezza, possibilità di scarico in continua



#### FORNO ELETTRICO VENTILATO GIRMI Mod. FN28

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

Anziché 99,00 €

### 79,20€

**SCONTO 20%**

Potenza 1500 Watt - Capacità 28 litri  
Timer 120 min. e controllo temperatura fino a 230°C  
Funzione convezione (forno ventilato)  
Luce interna  
Vassoio + griglia + pinza per griglia



#### TRAPUNTA IN MICROFIBRA MARTA MARZOTTO colori e misure assortite

UN ESEMPIO: matrimoniale

**PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO**

Anziché 55,00 €

### 35,75€

**SCONTO 35%**



obbligo di pneumatici invernali o catene a bordo

dal 15 novembre al 15 aprile

## Pneumatici INVERNALI

**SCONTO 25%**

ALCUNI ESEMPI:

	Pneumatico PIRELLI	ANZICHÈ	PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO
14"	165/70R14 81T W190	92,00 €	69,00 €
	175/65R14 82T W190	80,00 €	60,00 €
15"	175/65R15 84T W190	96,00 €	72,00 €
	185/65R15 88T W190	100,00 €	75,00 €
	195/65R15 91T W190	96,00 €	72,00 €
16"	205/55R16 91T W190	132,00 €	99,00 €

CONTRIBUTO AMBIENTALE DLGS 152/06 ART.128; 2,15€ + IVA per pneumatico.  
La dotazione di pneumatici invernali, laddove prevista, è obbligatoria per legge nel periodo compreso tra il 15 Novembre e il 15 Aprile. È possibile anticipare il montaggio al 15 Ottobre anche per pneumatici con marcatura M+S e codice di velocità inferiore a quello indicato sul libretto di circolazione (circolare ministeriale 17/01/2014).

# PEANUTS

## SNOOPY E I SUOI AMICI

### DAL 12 NOVEMBRE AL 23 DICEMBRE 2015

### Collezione tutti e 5 i divertenti libri a fumetti di Peanuts



© Peanuts Worldwide LLC

Le immagini hanno scopo puramente illustrativo.

**Al PREZZO SPECIALE**  
di **1,50€** ogni **25€** di spesa  
potrai ritirare un libro Peanuts



Il bellissimo **box** firmato Peanuts  
lo trovi in vendita a soli **8,90€**

Esempio 50 euro di spesa (per spesa si intende il totale dello scontrino, al netto di sconti promozionali e sconti fidelity )  
2 libri Peanuts a 1,50 euro cad. Regolamento disponibile presso i punti vendita partecipanti e sul sito [www.unicooptirreno.e-coop.it](http://www.unicooptirreno.e-coop.it)

Promozione valida solo nei punti vendita **coop incoop ipercoop**  
della Toscana, dell'Umbria e del Lazio del Gruppo Unicoop Tirreno e Affiliati e Distribuzione Roma.

**Unicoop Tirreno**

E AFFILIATI E DISTRIBUZIONE ROMA