

PILLOLE AMARE

*Sanità, scuola, giustizia,
tra diritti violati,
disservizi
e pseudoriforme.
Chi è messa peggio?*

sanità

scuola

giustizia

■ INCHIESTA

Che cosa c'è di bonus?

Agevolazioni e incentivi per interventi a "risparmio energetico". È l'ora dei lavori in casa, ma prima è bene informarsi.

■ SALUTE

Nodo alla gola

Le tonsille, come curarle, quando operarle.

■ GUIDA ALL'ACQUISTO

Ora pedala!

Come scegliere la bicicletta che fa per noi.

■ VICINO A NOI

Il posto delle fragole

Nell'Agro Pontino la varietà favetta di *SanLidano Group*. Dolce e saporita.

■ GUSTO DEL VIAGGIO

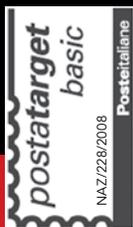
L'isola dei tesori

Cagliari e dintorni: tutta un'altra Sardegna.

■ L'INTERVISTA

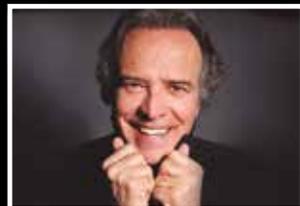
Si fa per ridere

Enrico Montesano si racconta ai lettori di *Nuovo Consumo*.



Acquista e vinci con il nuovo concorso per il 70° compleanno del prodotto Coop. Dal 16 aprile al 4 giugno.

pag. 35



Durante le Assemblee dei soci recentemente concluse abbiamo cercato di dare il senso dell'impegno di tutti per il rilancio della nostra Cooperativa a partire dal netto miglioramento dell'attività commerciale. L'aumento delle vendite –



consolidando i margini e migliorando l'esperienza di acquisto dei nostri soci e clienti – è, insieme alla riduzione dei costi, la leva principale attraverso cui ottenere i nostri obiettivi. In questo contesto un ruolo di primo piano è affidato ai reparti che trattano prodotti freschissimi, determinanti perché i consumatori percepiscano e tocchino con mano la qualità di ciò che acquistano e del servizio che viene loro offerto. A questo proposito due notizie meritano di essere messe in risalto: la prima riguarda l'inaugurazione all'IperCoop del Casilino del caseificio che produce in diretta mozzarella e altri latticini freschissimi, praticamente sotto gli occhi del cliente. Alla proposta commerciale ricca e varia, già molto apprezzata all'Iper Euroma2, si aggiunge anche un impegno etico, per Coop non dell'ultima ora, perché l'imprenditore che gestisce il caseificio dentro i nostri due punti vendita è Roberto Battaglia, protagonista della lotta alla camorra con la denuncia di esponenti della malavita organizzata in Campania. La seconda notizia che voglio rimarcare è il progetto formativo, in corso in

Toscana, che coinvolge oltre 400 dipendenti dei reparti gastronomia, forneria e ortofrutta, pensato e svolto in collaborazione dalla rete vendita, dalla direzione commerciale e da quella del personale. Più approfondita conoscenza dei prodotti, perfezionamento delle tecniche di vendita, migliore relazione con il cliente, massimo coinvolgimento nel raggiungere gli obiettivi assegnati: a tutto questo è finalizzato il Progetto Formazione di Mestiere, per fare, appunto, ancora meglio il proprio mestiere. Parliamo, infatti, di reparti fondamentali per rendere concreti la qualità, l'affidabilità e il servizio attento al socio e al cliente che ci contraddistinguono – ma che non sempre vengono adeguatamente percepiti –, rendendo più forti la sua fedeltà e il suo attaccamento ai nostri punti vendita. Per questo il ruolo delle lavoratrici e dei lavoratori è essenziale. Infine voglio sottolineare come spesso la formazione delle persone le rende più sicure di sé e della Cooperativa, produce senso di appartenenza e fiducia, di cui c'è bisogno perché i risultati camminano sulle gambe della nostra gente. Innovazione, cura delle persone ed etica sono i fondamenti della nostra strategia e stanno alla base di queste iniziative. Complimenti e grazie a tutti coloro che a diverso titolo le hanno rese possibili. ■

sommario

contatti

- 4 Fermo posta
- 5 Coop risponde
- 6 Chi protegge il cittadino
- 6 Previdenza
- 7 Benestare

attualità

- 8 Primo piano
Chiara Moreno
Pillole amare
- 13 Inchiesta
Claudio Strano
Che cosa c'è di bonus?
- 17 Pianeta terra
Luca Mercalli
Una signora casa
- 17 Pace verde

soci

- 22 **Prendi parte**
- 23 Ecosistema
- 24 **Senso di benessere**
- 25 **In concreto**
- 26 Per voi soci

salute

- 30 **Vario ed eventuale**
Ersilia Troiano
- 31 **Cibo & benessere**
- 31 **Sani & salvi**
- 32 **Nodo alla gola**
Barbara Bernardini

prodotti

- 34 **La merce muta**
Giorgio Nebbia
Metallo... prezioso
- 34 **Micro economia**
Pompeo Della Posta
Giorni di valuta digitale
- 35 **70 anni e non sentirli**
Maria Vittoria Ferri
- 36 **Ora pedala!**
Roberto Mimmi
- 37 **Il posto delle fragole**
Olivvia Bongiovanni
- 38 **A tavola**
- 38 **A tavola con i bambini**
- 41 **Centro tavola**
Massimo Montanari
Uovo d'onore
- 41 **Presidi Slow Food**

gusto del viaggio

- 43 **L'isola dei tesori**
Alessandra Bartali
- ennei**
- 44 **L'intervista**
Si fa per ridere
Maria Antonietta Schiavina
- 44 **Post moderno**
- 45 **Scienza infusa**
Di preciso
Patrice Poinssotte
- 46 **Tutto il mondo è paesaggio**
Barbara Autuori
- 47 **Consumi in scena**
Naturale!
Giovanni Manetti



Sulla carta

Temo che l'invito del professor Della Posta a limitare l'uso delle carte a favore delle banconote (rubrica "Micro economia" - Nuovo Consumo di gennaio-febbraio 2018, p. 34, ndr) sia una battaglia di retroguardia. A parte i vantaggi in termini fiscali e di lotta alla criminalità, l'impiego delle carte elettroniche è un processo irreversibile che facilita le transazioni, che si lega al generale sviluppo tecnologico e organizzativo della società. Qualcuno con qualche anno in più sulle spalle rischia forse di spendere più del dovuto, perché è scarsamente abituato a tenere i conti on line. Ma è lo stesso problema che aveva il commerciante di tremila anni fa, quando in cambio di tre pecore si trovò in mano un pezzo di metallo apparentemente inutile. Ogni cambiamento esige abitudine, controllo, pratica; ma non tollera marce indietro. Gli italiani rischiano di pagare più di quanto possiedono? Sbagliando s'impara, e quando s'impara poi difficilmente si sbaglia ancora.

Francesco Mattioli, professore ordinario di sociologia dell'Università "La Sapienza" di Roma.

Risponde **Pompeo Della Posta**, professore associato di economia politica presso il dipartimento di economia e *management* dell'Università di Pisa.

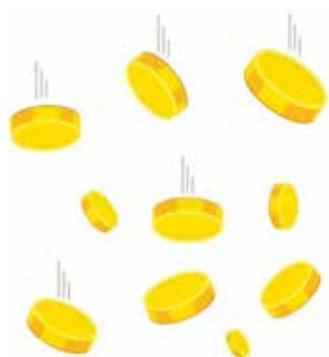
La ringrazio molto per la sua attenzione e per il commento al mio articolo che mi permette di chiarirne meglio il senso. Più che un invito all'uso del contante, si trattava di un invito a un uso accorto della carta, soprattutto se di credito. Studi recenti confermano che il rischio di sovraindebitamento è legato alla riduzione del vincolo di liquidità a cui è soggetto, invece, chi paga in contanti. Che la transizione sia inevitabile lo credo anch'io, così come credo che innumerevoli siano i benefici, primo fra tutti quello della lotta alla criminalità. Penso, però, che sia necessario fornire le necessarie "avvertenze" e "istruzioni per l'uso" adeguate soprattutto alle fasce della popolazione più esposte ai rischi che l'uso della carta comporta.

L'Italia è agli ultimi posti nelle graduatorie europee per gran parte degli indicatori di sviluppo sociale ed economico, così un discorso apparentemente conservativo rischia di costituire un appiglio per chi fa resistenza, rendendo ancor più tardigrada la nostra società. (...) La storia è uno strano ripetersi di avvenimenti; il caso del pastore di tremila anni fa per certi versi si è ripetuto con l'introduzione della carta e si sta ancora ripetendo, con i rischi da lei indicati, tra le persone meno aggiornate - troppe - della società italiana (anche tra gli esercenti). Nel nostro paese un intervento, pur meditato come il suo, temo che rischi di essere preso come rafforzamento della resistenza al cambiamento tout court. (...) E poi, se corriamo il rischio di spendere troppo con le carte di credito, contribuiamo, però, a combattere criminalità ed elusione fiscale. Il discorso, insomma, è appassionante ma complicato.

Francesco Mattioli

Qualche dato può aiutarci a capire meglio e a completare il quadro. Secondo la *Federal Reserve*, qualche anno fa negli Usa, a fronte di un aumento del 4% dei salari, il debito da carte di credito era aumentato del 78%. Lo stesso osservava la società di *rating Moody's*, avvertendo che le famiglie inglesi erano a rischio di crisi da eccesso di debiti creati "strisciando carte". Credo che si debba tenere conto di tutto questo, soprattutto pensando alle persone meno protette e meno preparate - e non mi riferisco necessariamente agli anziani, meno a loro agio con la tecnologia, ma molto con l'arte della prudenza -. Un'ultima considerazione. Il commercio su internet sta determinando e determinerà sempre di più un'accelerazione nell'uso delle carte. E sarà facilissimo - come lo è stato per americani e inglesi - dimenticarsi del proprio vincolo di bilancio, pensando "tanto si paga con la carta". È vero, prima o poi probabilmente s'impara, anche scottandoci. Ma non sarebbe preferibile essere messi in condizione di conoscerli prima i rischi e avere così la possibilità di evitarla quella scottatura?

Pompeo Della Posta



Il valore di #2MilioniDiPremi

Vorrei fare alcune considerazioni sul concorso #2MilioniDiPremi. Non vi sembra di mandare un messaggio poco in linea con gli obiettivi di una Cooperativa, visto che in Italia migliaia di famiglie si sono rovinate con questo tipo di giochi?

La posizione della Cooperativa è ben distante dall'incoraggiare il gioco d'azzardo. Gli obiettivi che si propone attraverso il concorso sono di rilanciare i valori suoi e del *made in Italy*, di soddisfare le

esigenze di un nuovo tipo di socio e cliente, di promuovere la scoperta di luoghi, tradizioni e prodotti tipici italiani. Coop è da sempre impegnata nel sociale con vari progetti di solidarietà e nel tempo si è distinta per la lotta alle dipendenze. Basti pensare che nella Grande Distribuzione è stata una delle prime a vietare la vendita di alcolici ai minori di 16 anni, quando ancora non era in vigore la legge attuale, promuovendo anche attività di sensibilizzazione rispetto al consumo di alcol, in particolare tra i giovani. Inoltre sono stati realizzati progetti di reinserimento lavorativo in favore di categorie svantaggiate, tra cui anche alcolisti ed ex tossicodipendenti. Niente di più lontano dal promuovere comportamenti di assuefazione. Il concorso in questione è uno dei modi scelti dalla Cooperativa per dare un omaggio ai soci e clienti che, con 20 euro di spesa o un prodotto *sponsor*, hanno ricevuto una cartolina *cancella&vinci*. La maggior parte dei premi in palio è stata pensata per i consumatori: dai prodotti *Fior fiore* al portachiavi Coop con gettone apri-carrello. Infine il risvolto sociale: il valore dei premi non ritirati sarà distribuito, attraverso la *Caritas*, alle persone bisognose nei territori dove la Cooperativa è presente.

Un vero ristoro

Mangio spesso al Ricò della mia città nonostante sia celiaca. Sarebbe possibile per me mangiare anche i risotti? Basterebbero il dado senza glutine e l'acqua di cottura a parte.

Nei nostri Ricò (presenti a Grosseto Maremà, Iper Casilino, Iper Euro-ma2, Cecina via Pasubio e Roma via Laurentina) i risotti vengono bolliti con acqua *ad hoc*. Inoltre né per i sughi né per i risotti viene usato il dado, ad eccezione di quelli di pesce da cui a breve, però, verrà tolto. Più in generale, nei nostri punti di ristoro si adottano tutti gli accorgimenti necessari perché il *menu* sia adatto a quante più persone possibili. Trattandosi di accorgimenti, non di garanzie, è sempre bene chiedere informazioni precise al personale.



Direttrice responsabile
Rita Nannelli

Hanno collaborato a questo numero

Barbara Autouri
Francesca Baldereschi
Alessandra Bartali
Barbara Bernardini
Olivia Bongiani
Fabio Canessa
Luca Carlucci
Claudia Ciriello
Pompeo Della Posta
Maria Vittoria Ferri
Jacopo Formaioni
Dario Guidi
Francesca Lenzi
Giovanni Manetti
Massimiliano Matteoni
Luca Mercalli
Roberto Minniti
Massimo Montanari
Chiara Moreno
Giorgio Nardinocchi
Giorgio Nebbia
Michela Pettorali
Patrice Poinsotte
Gabriele Salari
Maria Antonietta Schiavina
Barbara Sordini
Miriam Spalatro
Claudio Strano
Ersilia Troiano

275
aprile 2018

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
alesio.misrahi@unicooptirreno.coop.it

Registrazione del Tribunale
di Livorno n. 695 del 15/4/2015
Iscrizione ROC 25535

Tiratura: 180.200 copie
Chiuso in tipografia il 21/3/2018



Questo prodotto è stampato su carta certificata FSC®

Font utilizzate

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

6 Linea aggressiva

Ricevo sul cellulare chiamate da call center a tutte le ore per proposte commerciali di vario tipo. Che cosa posso fare per non essere più disturbato?

Si tratta di *telemarketing* aggressivo, un fenomeno ben noto al Garante della privacy e alle associazioni dei consumatori. E, infatti, a causa dell'aumento delle lamentele sull'aggressività delle telefonate ricevute, si sono mossi con campagne informative che hanno portato alla nuova normativa con maggiori tutele per i consumatori. Per limitare gli effetti del *telemarketing* aggressivo nel 2011 era stato introdotto il *Registro delle opposizioni* a cui ci si poteva iscrivere gratuitamente per non ricevere più telefonate

moleste per scopi commerciali o di ricerche di mercato e gli operatori telefonici erano tenuti a rispettarlo. A distanza di 10 anni è entrata in vigore una nuova legge – 11 gennaio 2018 n. 5 – che introduce importanti novità, come l'apertura del *Registro* ai numeri dei cellulari e a quelli riservati non presenti negli elenchi telefonici pubblici, finora esclusi, garantendo

così a tutti il diritto di opporsi alle telefonate pubblicitarie indesiderate. Con la nuova legge gli utenti potranno anche annullare i consensi al trattamento dei dati personali precedentemente forniti, fatti salvi i consensi prestati per i contratti ancora validi e relativi alla erogazione di beni o servizi. I *call center* saranno obbligati a rendere identificabile la linea chiamante e *Agcom* entro 90 giorni dalla entrata in vigore della norma dovrà individuare 2 codici/prefissi delle chiamate commerciali. Dal canto loro, gli operatori dovranno adeguarsi alla normativa chiedendo ad *Agcom* l'assegnazione dei numeri o presentando la linea a cui possono essere contattati. Comunque la nuova legge sarà del tutto operativa dal secondo semestre di quest'anno.

Info

Garante privacy www.garanteprivacy.it/
Agcom (Autorità per le garanzie nelle comunicazioni) www.agcom.it

Claudia Ciriello

Responsabile politiche della conciliazione e consulente *Pit* - Area Consumatori e servizi di pubblica utilità di *Cittadinanzattiva*



previdenza di Giorgio Nardinocchi (LiberEtà e-mail: redazione@libereta.it)

Con congruo anticipo

Ho sentito dire che si può aggirare la legge Fornero con l'anticipo pensionistico volontario. Di che si tratta?

La legge di bilancio 2018 ha dato il via al cosiddetto *Ape* volontario. Una scelta che il lavoratore deve ponderare bene perché ha un certo costo sulla pensione, ma può consentire un'uscita anticipata dal lavoro fino a 43 mesi prima dell'età prevista dalla legge Fornero per il pensionamento di vecchiaia. All'*Ape* possono accedere tutti gli assicurati presso *Inps* che hanno almeno 63 anni d'età, 20 anni di contributi e che si trovano a non più di 3 anni e 7 mesi dal pensionamento di vecchiaia. Dato che la misura dura fino al 31 dicembre 2019, possono accedere potenzialmente tutti i nati entro il

31 luglio 1956 per una durata massima di 43 mesi, a condizione che l'importo della pensione maturata al netto della rata da restituire non sia inferiore a 1,4 volte il trattamento minimo (circa 710 euro al mese nel 2018).

I costi per il lavoratore si aggirano intorno al 4,5% annuo sul prestito richiesto. Il prestito è cumulabile con l'attività lavorativa, l'importo viene commisurato alla pensione di vecchiaia ed è erogato fino alla maturazione dei requisiti per ottenerla.

Per informarsi bisogna richiedere la certificazione della pensione futura all'*Inps* da cui si ottengono informazioni su durata e ammontare dell'*Ape* e su banche e assicurazioni aderenti all'iniziativa. Dopo di che il richiedente sottoscrive la proposta e la quantità prescelta dell'*Ape*.

Le tentazioni della **carnitina**

In palestra mi hanno consigliato un integratore a base di carnitina per bruciare i grassi e migliorare le prestazioni sportive. Troppo bello per essere vero... Vorrei sapere se questi effetti sono stati dimostrati e soprattutto se l'integratore è dannoso per la salute.

L'integrazione di carnitina non è dannosa per la salute. Si tratta, infatti, di una sostanza indispensabile alla vita, che il nostro corpo è in grado di sintetizzare autonomamente anche se per la maggior parte la assumiamo con l'alimentazione. Si trova soprattutto nella carne (da cui il nome), in misura minore nel pesce e nei latticini; è presente anche nella frutta e nella verdura ma in quantità veramente basse. Gli acidi grassi, per essere bruciati, devono essere trasportati all'interno di un organello cellulare, il mitocondrio: ecco, la car-

nitina è questo trasportatore. Quindi quando si dice che aiuta a bruciare i grassi, dal punto di vista biochimico si afferma una cosa vera, però la sua carenza è piuttosto rara e la sua integrazione inutile (oltre che costosa). Anche per quanto riguarda le prestazioni sportive, l'integrazione di carnitina non fornisce alcun vantaggio, almeno in base alle ricerche scientifiche fino ad oggi pubblicate.

Il punto è che l'integrazione di carnitina è utile solo a chi ne è carente, mentre un sovrappiù non fornisce alcun beneficio. Una sua carenza si può talvolta riscontrare nelle persone che seguono un'alimentazione vegana, in tal caso potrebbe essere utile un'integrazione.



A naso asciutto

È vero che il cane col naso asciutto sta male?

Il cane, come gli esseri umani e qualsiasi altro mammifero, quando è in movimento ha bisogno di regolare la sua temperatura corporea. Non avendo ghiandole sudoripare sparse in tutto il corpo deve attivare quelle che ha sul suo tartufo. Grazie all'evaporazione della frazione liquida del sudore prodotto da queste ghiandole, il cane riesce a eliminare dal suo corpo il calore in eccesso. Un tartufo asciutto non è sintomo quindi di malessere, come si sente

ché l'animale può leccarsi, quindi per la presenza di saliva. Ad esempio, se il cane si è appena svegliato da un lungo riposo potrà avere il naso asciutto, che diventerà umido una volta che tornerà a muoversi o che si leccerà. Questo tipo di ghiandole sudoripare, dette ghiandole esocrine, nel cane si trovano solo sul naso e sui cuscinetti plantari delle quattro zampe. Lo si nota soprattutto quando ha paura o è nervoso perché lascia sul pavimento delle impronte bagnate. Comunque, la regolazione termica è affidata soprattutto all'evaporazione attraverso il tratto respiratorio, aumentando la ventilazione e ansimando, come succede nelle giornate più calde.

Un altro modo che hanno per difendersi dalla calura è il cuscinetto isolante fornito dal pelo: tosarli, perciò, può essere controproducente o anche dannoso. Un'eccezione: le razze senza pelo, come il cane nudo messicano, che possiedono ghiandole sudoripare anche sul corpo.



• Pâté con pollo e tacchino 300 g

- Alimento completo con carni fresche. **Modalità d'uso e dosi consigliate:** le dosi consigliate variano in funzione della taglia e devono essere adeguate all'età, allo stato nutrizionale e alle condizioni di vita del cane. Ad esempio, la quantità indicativa giornaliera per un cane con peso fino a 5 kg, in attività normale, sono 1-2 vaschette.
- Alimentare quelli adulti almeno 2 volte al giorno. **Consigli per la conservazione:** una volta aperta la confezione, conservare in frigorifero (+5°C) e consumare entro 2 giorni.





Pillole amare

Funzionano meglio gli ospedali pubblici sovvenzionati con le nostre tasse sanguisuga o i nostri tribunali ingolfati?

È messa peggio la scuola a rischio di collasso fra pseudoriforme e populismi di ogni risma o la sanità dei disservizi e dei diritti violati uno dopo l'altro? Viaggio al termine di un paese, dove la legge c'è ma non si vede.

■ Chiara Moreno

Donna del Centro o del Nord d'Italia, magra, ricca e laureata: vive circa 86 anni. Uomo meridionale, sovrappeso, povero, poco istruito, vive in media 79 anni. 7 anni di differenza nell'aspettativa di vita secondo una fotografia stilata di recente dall'*Osservatorio nazionale della Salute nelle regioni italiane*. In mezzo stili di vita, variabili sessuali, familiari, geografiche e culturali. Eppure siamo tutti cittadini di un unico paese che dovrebbe garantire ai suoi connazionali un uguale servizio sanitario e stessi diritti. Le leggi, però, ci sono, c'è anche un *Tribunale per i diritti del malato*... Già: andiamo a vederli questi diritti dei cittadini, quando divengono pazienti fin troppo pazienti.

Si salvi chi può

Secondo i dati del *Censis* relativi al 2017 il 20% degli italiani rinuncia a curarsi perché le cure sono troppo care e milioni di italiani non possono aspettare i tempi della sanità pubblica. Anche in questo caso i tempi sono variabili da Nord a Sud, se ci troviamo in provincia o in una grande città, ma il disagio e spesso il danno si spalmano in modo abbastanza uniforme in tutto lo Stivale. Eppure il diritto a tempi certi nelle cure lo paghiamo uniformemente e profumatamente ogni anno con le nostre tasse. **Tonino Aceti**, coordinato-

re nazionale del *Tribunale per i diritti del malato di Cittadinanzattiva* conferma: «Per una visita oncologica si può attendere in alcune realtà fino a 12 mesi, ma secondo la legge non è lecito aspettare più di 30 giorni per le visite specialistiche e 60 giorni per gli esami diagnostici. Infatti un decreto ormai di 20 anni fa (Decreto legislativo n. 124/1998, art. 3, *ndr*) che non è stato adeguatamente pubblicizzato stigmatizza come, quando la prestazione sia urgente e incompatibile con i tempi di attesa, il malato si può imporre e chiedere che l'ospedale garantisca la visita specialistica *intramoenia* senza pagare niente più del *ticket*». Ognuno di noi, solo per il fatto di essere cittadino italiano, ha diritto a tutte le prestazioni necessarie per il ristabilimento della propria salute e ad avere un'assistenza medica adeguata. Prestazioni e assistenza che dipendono non solo da macchinari e laboratori ma da un numero di medici e di operatori sanitari adeguato al fabbisogno. Interventi d'avanguardia, centri di eccellenza, medici di fama, eppure i malati oggi in Italia stanno male.

Studio medico

La FIMMG (Federazione italiana medici di medicina generale) ha lanciato recentemente un allarme: in 5 anni 14 milioni di italiani saranno senza medici di famiglia con un blocco spaventoso del *turn over*. **Eliano Mariotti**, presidente dell'Ordine dei medici di Livorno, non minimizza ma precisa: «In Toscana probabilmente riusciremo a coprire a sufficienza il *turn over*, ma per alcune regioni sarà un disastro annunciato. Tanti i medici che si laureano ma che non possono specializzarsi perché non vengono attivati, per mancanza di fondi, i corsi. Il risultato *boomerang* è che questi medici, preparati e molto richiesti all'estero, se ne andranno dall'Italia, dopo aver usufruito di un'ottima formazione pagata con le nostre tasse e saranno altri paesi, come la Francia, l'Inghilterra o gli Stati Uniti, a usufruire della loro professionalità. In compenso – prosegue Mariotti – verranno dalla Romania e dall'Albania o da altri paesi della Comunità europea, per coprire i posti liberi». Insomma i pochi che si laureeranno nei prossimi anni – visto anche il numero chiuso che inchioda l'entrata nelle nostre università, a volte con *test* assurdi o di cultura generale che saggiano in modo casuale la propensione degli studenti a diventare buoni medici – fuggiranno dall'Italia in cerca di lavoro e di redditi maggiori, mentre la nostra penisola diverrà meta di personale formato, magari benissimo, chissà, nei paesi balcanici. Ma le carenze numeriche riguardano anche gli infermieri, in protesta continua perché si lamentano delle troppe ore di lavoro, di turni estenuanti e del basso stipendio. Intanto sono già 25mila gli infermieri disoccupati. Molti dei quali, quelli giovani, dopo la laurea in scienze infermieristiche migrano anche loro in altri paesi dove vengono ben accolti e retribuiti. ►

Sanità? Bocciata

Il **54%** degli italiani boccia la sanità italiana.

Il **75%** lamenta le lunghe liste di attesa.

Il **42%** le strutture fatiscenti.

Il **41,8%** le condizioni igieniche insoddisfacenti.

Il **48,9%** accusa la scarsa disponibilità del personale medico e infermieristico.

Dati Eurispes 2017



Secondo giustizia

Tempi biblici per i processi, numero esorbitante di casi pendenti, tribunali sotto organico, accuse di mancata efficienza ed efficacia, incertezze della pena. Non male per un paese che con il diritto romano ha creato le basi della giustizia e della legge in tutto il mondo occidentale. La parola a un giudice*.

Perché sono così lunghi i processi nel nostro paese? In media – contando il primo e il secondo grado di giudizio e, per chi vi ricorre, la Cassazione – per avere una sentenza definitiva passano 15 anni ma si arriva anche a 25 anni di *iter* processuale.

«I tempi sono senz'altro lunghi, anche se variano da zona a zona. Li potremmo anche, come a volte accusa la stampa, definire "biblici" ma solo in alcune materie e in alcune aree geografiche particolarmente in crisi per le insufficienti dimensioni degli uffici giudiziari in rapporto ai problemi del territorio. Molto dipende dall'efficienza della pubblica amministrazione, sto parlando delle cause civili; se è veloce ed efficiente, i cittadini ricorrono molto meno alla giustizia. Detto questo, la procedura del ricorso in Cassazione mostra sicuramente un'anomalia: nel penale molti imputati impugnano le sentenze per allungare i tempi e arrivare alla prescrizione. Infatti noi magistrati da tempo proponiamo che la prescrizione valga solo fino al primo grado di giudizio».

Troppo numerosi i processi, pochi i giudici, centinaia di avvocati in ogni provincia. Queste fra le accuse più comuni alla macchina della giustizia.

«È di un paio di mesi fa la notizia dei genitori che hanno fatto ricorso contro il voto "9" che un insegnante aveva dato al loro figlio. I genitori sostenevano che il figlio meritasse "10" e si sono rivolti al tribunale amministrativo regionale. Questo caso è illuminante e non ha bisogno di commenti: in Italia si può ricorrere alla giustizia per qualsiasi cosa. Conosco pochissime persone che non hanno mai avuto a che fare con un tribunale. Tutto questo genera un numero enorme di procedimenti e un numero altrettanto spropositato di avvocati. Per ogni magistrato ci sono più di 20 avvocati. Se ogni avvocato presenta 2 atti alla settimana, ogni magistrato dovrà prendere una decisione ogni ora, che spesso richiede una serie di accertamenti preliminari e impegna la burocrazia dell'ufficio, tra avvisi e notifiche. Più che di nuove risorse, il sistema avrebbe bisogno di un radicale taglio delle cause. Qualcosa si sta facendo tra depenalizzazioni e limitazione delle impugnazioni, ma la montagna da scalare è ancora enorme». ►►

►► Sembra di capire, dunque, che voi magistrati siate pochi rispetto al numero dei processi intentati e che gli avvocati incentivino o certo non scorraggino i clienti a intentare cause che, spesso, hanno come unico frutto utile quello dell'incasso delle parcelle legali.

«Intanto se, come dicevo prima, limitatissimo drasticamente i casi in cui si può impugnare una sentenza, argineremmo un po' il fenomeno. Adesso, infatti, le sentenze si possono impugnare – e quindi è necessario rifare un processo – anche per le sfumature, mentre dovrebbe essere possibile farlo solo per gli errori. Comunque tutte le categorie hanno le loro colpe, la nostra sta puntando sulla responsabilità e la produttività. Ciò evita qualche caso di ingiustificata inefficienza, ma rischia di spingere i magistrati a prendere provvedimenti frettolosi per non incorrere in sanzioni. Abbassare la qualità delle decisioni è un rimedio peggiore del male. In molti altri paesi la giustizia sembra efficiente perché è rapida, ma a guardare bene è anche molto sommaria, salvo che non si abbiano tanti mezzi per far valere i propri diritti».

Quali soluzioni proponete per un miglioramento di un diritto base del cittadino, quello di ottenere giustizia?

«Il sistema è difficile da correggere. Nei paesi anglosassoni la procedura è sostanzialmente regolata dai giudici stessi. In altri sistemi, come quello italiano, tutto è invece regolato rigidamente dalla legge. Provate a immaginare una grande azienda le cui procedure interne di produzione sono decise rigidamente dal Parlamento e in maniera spesso contraddittoria perché in un periodo comandano i sindacati, per un altro i dirigenti e per un altro ancora i capireparto... In altre parole ogni maggioranza ha una sua idea di giustizia e produce norme che spesso fanno a pugni con quelle emanate dalla maggioranza precedente. Stando così le cose, la miglioria più importante da fare sarebbe quella di liberare la giustizia da tutti i procedimenti che non interessano a nessuno o interessano pochissimo oppure che potrebbero essere trattati meglio in via amministrativa. Le violazioni edilizie, ad esempio, anche le più piccole, finiscono nelle aule dei tribunali, con la conseguenza che per accertarle occorrono procedure, giudici e gradi di giudizio come se fosse un reato di mafia, con la differenza che il termine di prescrizione è più breve e molte finiscono prescritte. Una contestazione amministrativa sarebbe più efficace».

E tutti questi processi tolgono spazio a quelli che riguardano le offese gravi alla società, allo stato e alla vita delle persone.

«Un'altra materia che impegna tantissimo la giustizia in Italia è quella del condominio. In un paese con criminalità organizzata, corruzione ed evasione fiscale *record* è assurdo che tanti magistrati si debbano occupare di liti condominiali. Per tutte le piccole liti tra privati è stata introdotta la mediazione obbligatoria: in sostanza non si può adire il giudice se prima non si prova a risolvere la controversia con un accordo davanti a un mediatore. Non sempre funziona, a volte viene attivata senza alcuna reale volontà di chiudere la controversia, ma solo per poter aver diritto di ricorrere al giudice puntando a una vittoria piena. Del resto, se Tizio mi deve 20mila euro perché dovrei accettare di fargli uno sconto?».

* **Leonardo Tamborini**
procuratore presso il Tribunale
per i minorenni di Trieste



► La cognizione del dolore

Sarà un retaggio della nostra formazione culturale (dalla sofferenza si impara, *pathos - mathos*), delle nostre credenze religiose (tu donna partorirai nel dolore!), di preoccupazioni economiche e di inadeguatezze strutturali, fatto sta che in Italia siamo indietro anni luce sul tema del dolore inutile. Eppure, al solito, una buona legge l'avremmo, la legge 38 del 2010, che codifica il sacrosanto diritto a non sentire dolore, da parte dei malati terminali e di quelli affetti da malattie croniche. Soprattutto questa legge riguarda i pazienti oncologici che, comunque ancora oggi, sono per 1/3 sottotrattati per la diffidenza degli stessi pazienti, spaventati dall'uso degli oppiacei, e dei medici stessi. Qualche passo in avanti si registra, invece, sul ruolo



delle cure palliative (da *pallium*, mantello, che copre i sintomi di sofferenza legati alla malattia), ora anche previste prima della fase terminale e, come recita l'articolo 2 della legge 38, "rivolte sia alla persona sia al nucleo familiare". Purtroppo questi sono i casi estremi, ma tanta strada dobbiamo ancora percorrere per questo diritto a non soffrire inutilmente in ogni momento: durante ogni malattia, quando partoriamo, nei decorsi postoperatori, durante gli esami



diagnostici. «Noi di *Cittadinanzattiva* – spiega ancora Aceti – abbiamo stilato una *Carta sul dolore inutile*. Ogni individuo ha diritto di sapere che il dolore non va necessariamente sopportato. Deve essere eliminato o, almeno, attenuato in tutti i casi in cui sia possibile farlo, poiché incide in maniera pesante sulla qualità della vita. Di più, aggiungo che il dolore, ormai considerato un segno vitale per eccellenza, deve essere conosciuto dal personale sanitario, misurato, quantificato e trattato adeguatamente, anche considerando la forte

La ricetta di Veronesi

C'era un uomo e ora non c'è più. Si chiamava Umberto Veronesi ed era un medico con i fiocchi. Si un oncologo di fama, uno scienziato, stimato e amato da tutti coloro che l'hanno conosciuto. Ma "riuscire nella vita professionale può essere relativamente facile. È molto più difficile riuscire in quanto essere umani" ha detto qualcuno. Ecco Umberto Veronesi era un esemplare di essere umano davvero riuscito. Ha scritto vari libri, ma vogliamo segnalargliene uno uscito una decina di anni fa: *Una carezza per guarire*, ripubblicato poco prima della sua morte con il titolo *Ascoltare è la prima cura*. "È necessario che un medico – spiega Veronesi

– rispetti i bisogni irrinunciabili di donne e uomini che non devono soffrire, devono essere informati e mantenere sempre e comunque la loro dignità". Una ricetta semplice prescritta da un medico di fiducia.



U. Veronesi M. Pappagallo
Ascoltare è la prima cura
 Sperling & Kupfer, 2016
 pp. 224 - 17,90 euro

Il sugo della scuola

Difficile per chi non lavora nella scuola capire cosa stia succedendo nelle aule. Un magma confuso tra genitori aggressivi, scioperi e proteste, riforme continue. Intervento di un insegnante appassionato per orientarsi in questo labirinto.

11

Una scuola allo sbando, senza bussola, confusa e pretenziosa, in balia di riforme posticce e innovazioni balorde. Specchio di una società che non sa più che pesci prendere né dove andare a parare, perché incapace di credere a qualcosa e tantomeno di credere in sé stessa tra dirigenti ingolfati, insegnanti demotivati e sottopagati, studenti ignoranti e custodi tutt'altro che indispensabili. Possibile che esista ancora qualche conservatore così reazionario da non capire l'importanza dei progetti, delle competenze, dell'alternanza scuola/lavoro, della lezione non frontale, delle LIM, dell'autovalutazione degli studenti, dell'orientamento e di tutte quelle straordinarie conquiste del progresso che hanno reso l'istruzione al passo con i tempi? Possibile che qualcuno pensi ancora che la scuola consista soltanto nell'insegnare italiano, latino, matematica, scienze, storia e filosofia? Che Platone contenga già in sé un'educazione



alla legalità, che per fortuna lui non definisce così, trasfigurata in un orizzonte più ampio e radicata su basi più profonde della scontata manifestazione contro la mafia e la corruzione? Che la astrazione matematica o la versione di latino e greco diano maggiore ordine, logica e razionalità al pensiero di qualsiasi predica ben intenzionata sulla solidarietà? Che la selezione che si ostina a distinguere promossi e bocciati sia l'unico mezzo per garantire alla scuola equità non classista? Che la formazione ha valore di per sé e non solo al fine di professionalizzare per il mondo del lavoro? Che togliere ore a Dante, Seneca e Pascal per concederle all'educazione stradale non segna un passo avanti nel sapere? Che la grammatica e le nozioni, le poesie e le date imparate a memoria non sono un retaggio passatista, ma i fondamenti della cultura? Che gli studenti-clienti e i genitori-datori di lavoro, oggi anche nella versione aggiornata di picchiatori, sono la perversione di un'istruzione corretta? Possibile che ci sia ancora qualcuno convinto che al centro della scuola non ci sia lo studente né l'insegnante, ma le materie di studio, punto d'incontro di entrambi? Per stanchezza, pigrizia, ipocrisia, viltà e inettitudine o, peggio, per incapacità e convinzione, la scuola è morta. **W la scuola. Fabio Canessa**

Gli ultimi della classe

L'istruzione italiana in qualche dato.

- **Spesa dell'Italia per l'istruzione** è del **7,1%** di quella pubblica, all'ultimo posto dei paesi Ocse.
- **Spesa pubblica per studente** è calata negli ultimi 10 anni dell'**11%**.
- Solo **18** italiani su **100** sono **laureati** contro il **36%** della media dei paesi industrializzati.
- Gli **studenti italiani** passano più tempo a scuola (**29 ore** settimanali) e sui libri (**21**), in tutto **50 ore**, contro la media Ocse di **44**, ma solo il **38%** degli **italiani adulti** comprende il significato di un breve testo e sa compiere elementari operazioni matematiche.
- Nella classifica dei **Neet**, giovani che non lavorano né studiano, dietro di noi solo la Turchia.

Dati Ocse (Organizzazione per la cooperazione e lo sviluppo economico)/ Pisa (Programme for International Student Assessment) 2017

“pazientato” si è posto. Perché il malato, che si presume debba essere più bisognoso di riposo, viene svegliato a ore antelucane e bucherellato prima delle 6,30 da infermieri, difficilmente sorridenti e di buon umore, dopo aver passato magari tutta la notte svegli fra una chiamata e l'altra?

► componente emotiva che lo accompagna. Le donne, ad esempio, dovrebbero essere messe tutte nelle condizioni di partorire senza dolore». Già, l'epidurale. L'Oms prescrive l'analgesia per tutte le donne durante il travaglio. In Svezia l'epidurale viene somministrata al 45% delle partorienti, in Francia addirittura al 75%, in Italia a una misera media del 20%, con le solite differenze pesanti scendendo dalle Alpi alla Sicilia.

Protetti e informati

“Ogni intervento terapeutico e operatorio deve essere concordato e modulato, in accordo pieno e consapevole con la volontà del paziente”, un diritto chiaramente espresso dagli articoli 2, 13 e 32 della nostra Costituzione. Insomma il consenso informato. Ma questo provvedimento sebbene necessario non è sufficiente per la protezione e la tranquillità di chi è ammalato o deve sottoporsi a un intervento. Chiunque, professionista o operaio, benestante o meno, quando diventa paziente si trasforma in un soggetto debole che ha bisogno di notizie certe e chiare, di avere intorno a sé un ambiente di cura, di essere circondato da un'atmosfera che lo renda fiducioso e sereno. Sarebbe una buona pratica spiegare al malato cosa gli si sta iniettando, senza indulgere in tecnicismi da sciamani, quale medico e anestesista lo opererà, quali saranno i tempi presunti di degenza, il nome e il curriculum professionale di chi metterà mano al suo corpo e alla sua vita. Alcune considerazioni finali, senza toni gridati di denuncia, ma di senso comune, che poi non è evidentemente così comune, per garantire i diritti del paziente italiano. Ogni cittadino ha diritto a curarsi senza alterare, oltre il necessario, le sue abitudini di vita. C'è una domanda che ogni paziente che abbia più o meno

Il paziente italiano

E il freddo di cui spesso si lamentano gli operandi quando vengono portati in sala operatoria, abbandonati a volte per un'ora in un Limbo di calmanti e solitudine mentre aspettano il loro turno? Un malato non deve essere protetto più degli altri da sbalzi termici e dal disagio? Vogliamo parlare degli orari del passo e della modalità? Non ci sarebbe bisogno di una nuova organizzazione che tenga conto certo delle patologie, delle necessità del reparto, di quelle degli addetti alla mensa, degli addetti alle pulizie... e dei pazienti, malati e doloranti nel fisico e nell'anima? Un ospedale non è un'azienda come un'altra. Le associazioni sindacali che proteggono le categorie lamentano orari impossibili, paghe basse, difficoltà di ogni genere. Si deve intervenire su questi aspetti – non c'è dubbio –, ma stare intorno a una persona che soffre non è un lavoro come un altro. Nelle facoltà di medicina, nelle varie scuole infermieristiche, questo aspetto professionale e umano deve essere spiegato bene e condiviso.

Una luce di speranza: i dati *Bloomberg* del 2017 (*Global Health Index*) hanno giudicato l'Italia il paese più sano al mondo. Come è possibile? Gli italiani sono eccezionalmente longevi, vivono più a lungo di quasi tutti gli altri, anche se non in buona salute. Merito forse dei geni e del clima, sicuramente della dieta mediterranea e dello stile di vita. Fortuna nostra. ■

Info

Impariamo a far valere i nostri diritti in una rivolta degli impazienti.

Tribunale per i diritti del malato di Cittadinanzattiva:

www.cittadinanzattiva.it

sede nazionale: tel. 0636718

sedi territoriali: www.cittadinanzattiva.it/dove-siamo.html

approfondimenti: www.cittadinanzattiva.it/homepage/salute.html

email: tdm@cittadinanzattiva.it; pit@cittadinanzattiva.it



Che cosa c'è di **bonus**?

Detrazioni fiscali che variano dal 50% all'85% in base al tipo d'intervento e mentre si confermano le altre agevolazioni sulla casa spunta anche un bonus per giardini e balconi. Ecco come orientarsi nella selva di novità e di incentivi – prorogati anche per il 2018 – a favore del risparmio energetico e della riqualificazione degli edifici. Ecobonus per noi!

Sono passati più di 10 anni da quando sono comparsi i primi *bonus* per l'efficienza energetica, nati nel 2007 e prorogati poi finanziaria dopo finanziaria non senza timore per le coperture economiche che non si trovavano mai. Allora un bilancio è d'obbligo alla luce anche delle novità introdotte quest'anno che riguardano da vicino le nostre case.

Certificazione di garanzia

Gli *ecobonus* hanno migliorato il nostro patrimonio edilizio, vecchio decrepito, ma che oggi, grazie alla certificazione energetica obbligatoria nelle compravendite, per il 23,5% è composto di abitazioni di classe alta o media (13,7% per le locazioni). Hanno fatto da volano alle imprese che operano per la riduzione dell'impatto ambientale e «hanno consentito la crescita culturale di tecnici e operatori del settore – precisa **Domenico Prisinzano**, ingegnere alla guida della *task force Detrazioni fiscali e normativa per l'efficienza energetica dell'Enea* –, dando lavoro localmente, cioè nei posti in cui sono stati eseguiti gli interventi». Anche i numeri testimoniano che di misure del genere c'è stato e ci sarà bisogno in futuro, pur con

■ **Claudio Strano**

le correzioni del caso. Basti vedere che attraverso il portale dell'*Agenzia nazionale per le nuove tecnologie, l'energia e lo sviluppo economico sostenibile* sono transitati in un decennio qualcosa come 18 miliardi e mezzo di euro di detrazioni *Irpef* o *Irap* su oltre 31 miliardi di euro di investimenti. Dunque una misura molto utilizzata dalle famiglie e che ha giovato all'ambiente, portando a fine 2016 a un risparmio annuo cumulato di circa 3.300 GWh (gigawattora). Ora, però, qualcosa cambia, nel senso che la legge di bilancio 2018 (27 dicembre 2017, n. 205) ha prorogato gli ecoincentivi introducendo molte novità.

Nel 2018, innanzitutto, nasce l'*ecobonus* a detrazione variabile, con diverse aliquote che variano dal 50%, all'85%. A detta di alcuni, il Governo ha dato così una stretta ai rimborsi fiscali da cui sono usciti, come detto, parecchi soldi.

Al risparmio

Secondo altri, i risultati inferiori alle attese sul risparmio energetico hanno suggerito una strada nuova: misure più restrittive per stimolare un maggiore risparmio sugli interventi più amati dagli italiani, riguardanti le finestre (sostitu-

zione di serramenti e schermature solari) e il riscaldamento (installazione di nuove caldaie a condensazione). Fatto sta che nella Legge di bilancio 2018 il *bonus* ristrutturazioni è rimasto uguale (50% di detrazioni sulle spese), ma l'*ecobonus* in alcuni casi è cambiato diventando a geometria variabile. Ovvero si è stabilito, ad esempio, che il beneficio fiscale scenda dal 65% al 50% eccetto i casi in cui si garantiscono – come vedremo – *standard* elevati di risparmio energetico. In un linguaggio più comprensibile, si parla di “risparmio energetico qualificato”, che gode delle maggiori detrazioni, e di “risparmio energetico generico” che viene penalizzato con una percentuale inferiore. Ma vediamo qualche esempio. L'aliquota di detrazione sulle caldaie a condensazione di classe A si riduce al 50% (stesso beneficio fiscale della detrazione ordinaria sulle ristrutturazioni) ma se si installa, contemporaneamente, un dispositivo di controllo della temperatura, cioè un termostato evoluto, risale al 65%. Anche i pannelli solari per la produzione di acqua calda rientrano nei super ammortamenti (65%), a differenza dei pannelli fotovoltaici per la produzione di energia elettrica che rimangono confinati nell'alveo del 50%.

Sotto controllo

Le modifiche di quest'anno riguardano sia le singole unità immobiliari che i condomini che hanno, però, tempo fino al 2021 per avvalersi del 65%. Nulla è cambiato, invece, per gli adempimenti richiesti per usufruire delle detrazioni, così come per il recupero della spesa che è ripartito in 10 rate annuali di pari importo, previo bonifico parlante sul portale dell'*Enea*. «Altre novità importanti – continua Prisinzano – riguardano la pre-



Gli interventi più amati dagli italiani

Ecco che cosa hanno prodotto i *bonus* per l'ambiente nel triennio 2014-2016.

tipo di interventi	numero interventi	% interventi	risparmio annuo GWh/anno	% risparmio
serramenti	552.629	56,1	1.330	40,5
caldaie	196.663	20,0	565	17,2
schermature solari	117.548	11,9	33	1,0
finestre, porte, infissi	72.755	7,4	938	28,6
pannelli solari	34.842	3,5	160	4,9
riqualificazione edilizia	10.578	1,1	250	7,6
building automation	661	0,1	5	0,2
totale	985.676	100,0	3.281	100,0

10 anni in cifre

2.863.817

il numero degli interventi

31.391 mln euro

l'investimento complessivo

18.310 mln euro

le detrazioni totali

visione dei controlli a campione su tutti i tipi di interventi e significative modifiche sulla cessione del credito». Finora, infatti, l'*Agenzia delle entrate* faceva verifiche contabili, ma da quest'anno i controlli riguardano tutti. Quanto alla cessione del credito, tale formula viene estesa a tutti i contribuenti e riguarda tutti gli interventi, sia su parti comuni condominiali sia su singole unità immobiliari, per diffondere gli *ecobonus* anche tra le fasce meno abbienti della popolazione. Infine ecco spuntare un inedito *bonus* giardini, una piccola boccata di ossigeno per l'ambiente, ma che non passa attraverso il portale dell'*Enea* (vedi *Spazio verde*, a lato). Sul fronte delle detrazioni delle “ecospesa” effettuate dal 1° gennaio al 31 dicembre di quest'anno che cosa comportano le novità? Secondo le analisi degli esperti il cittadino deve compiere scelte coerenti e precise e programmarle prima se vuole ottimizzare al massimo il risultato. C'è poi il rischio di fraintendimenti sulle aliquote. «Qui occorre fare chiarezza – rimarca Prisinzano – e dire che si applicano le aliquote di detrazione vigenti all'atto della spesa». In questi casi la regola generale è quella del “principio di cassa”, cioè della data del pagamento. Spiega Luca de Stefani, dottore commercialista: «Non è il titolo edilizio (*Cil*, *Cila*, *Scia* ecc.), come molti credono, a conta-

Spazio verde

Il *bonus verde* su giardini e balconi.

Novità di quest'anno l'incentivo fiscale per il verde privato. Con lo sconto fiscale *Irpef* del 36% su ogni singola unità abitativa è possibile ottenere una detrazione di 180 euro all'anno per 10 anni – visto che la spesa massima ammessa è di 5mila – su giardini (anche storici), terrazze e balconi. Lo sconto può essere utilizzato per l'acquisto di piante e fiori, per la progettazione, per le recinzioni, per gli impianti di irrigazione, per la riqualificazione dei tappeti erbosi. Sono esclusi i giardini di uffici, capannoni e bar, ma se il giardino è condominiale, ogni singolo condomino può avere 5mila euro di massima per sé e altri 5mila come condomino. Per scaricare le spese dalle tasse serve che il pagamento sia stato effettuato nel 2018 con metodi tracciabili anche non parlanti, come i bonifici ordinari.

re dal punto di vista fiscale, ma è la data», applicando lo stesso principio all'anticipo e al saldo dei lavori di ristrutturazione eseguiti in anni diversi.

Aliquota di mercato

Detto che le agevolazioni fiscali si confermano per la maggior parte delle tipologie di intervento – ottima notizia per il settore edile e per la tasche degli italiani – la riduzione dell'aliquota dal 65% al 50% interessa nello specifico i seguenti lavori: acquisto e posa in opera di finestre e infissi, acquisto e posa in opera di schermature solari (da interno, da esterno e fra vetri: ovvero scuri, tende alla veneziana, tapparelle, persiane, tende esterne, per lucernari e finestre sul tetto); sostituzione di impianti di climatizzazione invernale con caldaie a condensazione di efficienza almeno pari almeno alla classe A; generatori di calore alimentati a biomassa combustibile. C'è da notare che per le caldaie a condensazione cambiano i requisiti tecnici. In altre parole (regolamento delegato Ue n. 811/2013) il valore dell'efficienza stagionale del riscaldamento deve essere maggiore o uguale al 90%. Un valore dichiarato dal costruttore o importatore e registrato nelle caratteristiche tecniche o nella scheda prodotto. Una volta soddisfatto tale requisito, si può riavere il 65% di detrazione se le caldaie sono di ultima generazione, se cioè, oltre ad essere di classe A, sono dotate di sistemi di termoregolazione evoluti appartenenti alle classi V, VI o VII di cui alla comunicazione della Commissione 2014/C 207/02. Del maxi-sconto del 65% godono anche altri interventi "ad alto risparmio energetico". Due c'erano già nel 2017: impianti ibridi, costituiti da pompa di calore integrata con caldaia a condensazione assemblati in fabbrica, e dei generatori d'aria calda a condensazione. Quest'anno vi si aggiungono i micro-cogeneratori in sostituzione di impianti esistenti, che vanno così a completare la famiglia "in movimento" del 65%, comprendente già le pompe di calore ad alta efficienza, gli scaldacqua a pompa di calore, la coibentazione dell'involucro opaco (cioè l'isolamento dell'edificio, tetto, pareti e pavimenti) e la *building automation*, il sistema di regolazione e automazione per gestire e controllare il clima e il benessere degli ambienti in cui abitiamo. ▶

Valore energetico

Il bilancio dei primi 10 anni dei bonus per l'efficienza energetica secondo Domenico Prisinzano. Con uno sguardo al futuro.

15

Ingegnere, che bilancio si sente di fare degli ecobonus introdotti nel 2007? E di cosa c'è più bisogno?

«A mio avviso il bilancio è positivo. È una misura che viene riconosciuta valida, è stata prorogata di anno in anno e probabilmente continuerà ad esserlo in futuro. Ha consentito la crescita culturale di tecnici e operatori del settore, l'espansione del settore industriale italiano che in questo campo è di buona qualità e vanta delle eccellenze e – fatto molto importante – ha dato lavoro laddove sono stati eseguiti gli interventi. Quello che occorre fare a mio avviso è migliorare la diffusione sul territorio, perché attualmente si registra un squilibrio a favore delle regioni del Nord Italia. Il grosso degli interventi è concentrato, infatti, in Lombardia, Piemonte ed Emilia Romagna, poi a scendere troviamo le regioni del Centro Italia, nella media, mentre il Sud incide poco sul totale. Dietro questa mappa ci sono di sicuro motivi climatici, ma anche culturali ed economici legati al territorio e all'iter delle auto-certificazioni».



Domenico Prisinzano, coordinatore task force Detrazioni fiscali e normativa per l'efficienza energetica dell'Enea.

È vero che i risultati dal punto di vista del risparmio energetico sono meno significativi di quanto ci si aspettava?

«Occorre stare attenti nella lettura dei dati. I risparmi energetici che vengono indicati (vedi tabella pag. 14, ndr) sono risparmi annui. Occorre poi moltiplicare questi valori per la vita media dell'intervento».

Dove gli italiani hanno le maggiori difficoltà e commettono più errori procedurali?

«In genere sugli interventi che riguardano l'edilizia. Per gli interventi più semplici, per i quali non ci sarebbe bisogno di un tecnico, non tutti riescono a inoltrare all'Enea i dati. A mio avviso dovrebbero essere i fornitori e gli installatori a vendere il pacchetto completo di fornitura, installazione e istruzione della pratica. In questo modo la paura delle persone di compilare un modulo sarebbe aggirata e avremmo maggiori risultati».

Che consigli si sente di dare alle famiglie? Ci sono periodi dell'anno migliori di altri per programmare i lavori?

«Il consiglio che darei è di sfruttare le opportunità delle detrazioni fiscali. Si migliora il *comfort* della propria abitazione e si contribuisce al risparmio energetico e alla riduzione delle emissioni dei gas serra: ogni periodo per farlo è buono. Inoltre è importante ribadire che per gli interventi di efficienza energetica è possibile la cessione del credito che dovrebbe facilitare la loro realizzazione, in special modo sulle parti comuni degli edifici condominiali». ■

▶ Pronto eco intervento

E ora qualche accortezza e istruzioni per l'uso, alla luce delle novità e dei nuovi limiti di spesa. È bene verificare innanzitutto i costi sostenuti con i valori massimi unitari che saranno stabiliti dal nuovo decreto attuativo; le spese eccedenti non godranno delle detrazioni fiscali. Meglio allora pensarci prima. Chi fa opere che beneficiano dell'*ecobonus*, ad esempio, può evitare di "consumare" i 96mila euro del 50% sulle ristrutturazioni, perché al suo sconto (anche se la percentuale è la stessa) sono dedicati dei massimali specifici, che cambiano di molto a seconda della tipologia di opera ma che in genere sono elevati. È fondamentale, per questo, decidere per tempo le proprie spese e attribuire loro la classificazione più conveniente. Non bisogna poi dimenticare che la detrazione sull'acquisto di mobili ed elettrodomestici può es-

sere abbinata solo alla detrazione sulle ristrutturazioni, mentre non è previsto nessun aggancio all'*ecobonus*. Se, invece, abbiamo particolarmente a cuore la massima efficienza ambientale, ricordiamoci che il *top* del risparmio energetico è dato dalla buona tenuta di porte, finestre, infissi e altre aperture che danno sull'esterno. Per fortuna questi sono anche gli interventi più eseguiti dagli italiani nell'arco del primo decennio di *ecobonus*. ■

16

Info

Su www.acs.enea.it
per ulteriori
informazioni e
accedere al portale
per la trasmissione
dei dati.



Tutti insieme appassionatamente

**Vivere in condominio oggi
conviene di più.**

Gli interventi di tipo condominiale godono delle maggiori percentuali di sconto fiscale (70% e 75%) se sono qualificati, cioè ad alto risparmio energetico. Maggiorazioni confermate fino al 2021 dalla Finanziaria che, però, ha fatto di più, aumentando la convenienza (80% e 85%) se i lavori sono associati a quelli antisismici. Vediamo che cosa succede in questo caso.

La **detrazione per la riqualificazione energetica** sale all'80% per interventi di riduzione del rischio sismico di una classe eseguiti contestualmente agli interventi di riqualificazione energetica delle parti comuni (facciate, tetti e pavimenti confinanti verso l'esterno o verso il terreno) degli edifici condominiali, che interessino l'involucro per più del 25% della superficie disperdente. La spesa massima consentita è di 136mila euro moltiplicata per il numero delle unità immobiliari costituenti l'edificio. La stessa detrazione passa all'85% se la riduzione del **rischio sismico** è di due o più classi, sempre in aree classificate come zone sismiche 1, 2 e 3 e sempre con rimborso ripartito in 10 quote annuali. A prescindere dal *bonus* sismico, è previsto comunque il 70% per gli interventi sulle parti comuni sempre su oltre il 25% della superficie disperdente, percentuale che sale al 75% quando, grazie al miglioramento della prestazione energetica invernale ed estiva, si consegue almeno la qualità media dell'involucro edilizio

prevista dal Dm 26 giugno 2015. Il tetto in entrambi i casi è di 40mila euro moltiplicato il numero di unità immobiliari che compongono l'edificio. Confermato il 65% per gli interventi sulle parti comuni dei condomini, dalle caldaie alla coibentazione dei tetti, cappotti termici ecc., indipendentemente dalla quota di superficie disperdente.

Ma c'è dell'altro. Il **bonus ristrutturazioni** sulle abitazioni o parti comuni di edifici condominiali è confermato del 50% sulle spese sostenute per lavori di manutenzione straordinaria, restauro e risanamento conservativo o ristrutturazione edilizia, entro un massimo di 96mila euro per unità immobiliare. Per i condomini sono agevolati i lavori sulle parti comuni, anche di manutenzione ordinaria. Usufruiscono del *bonus* le spese per l'acquisto dei materiali, per la progettazione e per la gestione delle pratiche. Detrazioni sono possibili anche sull'acquisto o la costruzione di box auto pertinenziali, riparazioni di immobili danneggiati da calamità naturali, rimozione di barriere architettoniche, installazione di impianti fotovoltaici, di contenimento dell'inquinamento acustico, di rimozione dell'amianto e di acquisto di immobili ristrutturati. Prorogato, inoltre, il **bonus mobili** che prevede una detrazione *Irpef* del 50% su mobili ed elettrodomestici di classe non inferiore ad A+ (A per i forni) destinati a un immobile oggetto di ristrutturazione. Il limite di spesa coperto è di 10mila euro. Condizione indispensabile per ottenere la detrazione è aver avviato i lavori a partire dal 1° gennaio 2017. Non sono inclusi beni come i complementi d'arredo, i mobili d'antiquariato, porte e pavimenti. Si può detrarre infine il 50% anche sui **sistemi di sicurezza** (videosorveglianza e antifurti) sia in appartamento sia in condominio.



Un signora casa

L'esperienza di chi la riqualificazione energetica della propria casa l'ha fatta.

Per pigrizia, lentezza e indifferenza il malanno ambientale è peggiorato e ora occorrono cure drastiche, come la riqualificazione energetica delle nostre case. Il settore residenziale è responsabile di circa il 35% delle emissioni totali, soprattutto a causa del pessimo isolamento termico di pareti, finestre e tetti, che disperde al vento la preziosa energia per il riscaldamento invernale e il raffrescamento estivo, con pesanti effetti anche sulle nostre bollette. Gli edifici italiani sono quasi tutti vecchi e inadeguati a utilizzare in modo efficace l'energia, ma oggi le case sostenibili, fino ad arrivare a quelle passive che sono così isolate da non avere bisogno di impianti di riscaldamento, sono una realtà. Inoltre l'ecobonus del 50% sui serramenti, del 65% su isolamenti e pompe di calore e perfino del 75% per i condomini permette di detrarre fiscalmente questi importi in 10 anni. Unito al risparmio energetico immediatamente visibile in bolletta rende ancora più attraente l'investimento. Io l'ho fatto già da una decina d'anni nella mia abitazione: nuove finestre con doppio vetro, cappotto in fibra di cellulosa sul solaio, pompa di calore con riscaldamento a pavimento, un tetto completamente ricoperto di pannelli fotovoltaici e collettori solari



per l'acqua calda. L'energia che catturo gratuitamente e senza emissioni dal sole è sufficiente a tutte le mie necessità di climatizzazione, elettrodomestici e illuminazione, e quella in esubero la utilizzo per caricare l'auto elettrica. Nelle giornate nuvolose e di notte attingo dalla rete elettrica ma, grazie al monitoraggio di produzione e consumi attraverso la domotica, sono sempre in grado di ridurre sprechi e inefficienze. A casa mia lavatrice e lavastoviglie funzionano preferibilmente quando splende il sole, in modo da impiegare l'energia autoprodotta. Con la riqualificazione energetica della casa il risparmio può arrivare all'80% rispetto alla bolletta prima della cura e la riduzione di inquinamento è un beneficio che non ha prezzo per preservare l'ambiente che lasceremo ai nostri bambini. E poi c'è il sottile piacere dell'autosufficienza: è bello fare una doccia calda senza aver bruciato gas e riscaldarsi o muoversi con energia rinnovabile al posto di quella fossile. Il problema maggiore della riqualificazione edilizia consiste oggi nel trovare professionisti seri e preparati e installatori aggiornati sulle nuove tecnologie. Gli interventi tecnici sulle case non sono banali e vanno progettati con cura se non si vogliono sorprese, come le condense e le muffe sui muri per via di isolamenti malfatti o risparmi inferiori alle attese per impianti mal dimensionati. Non bisogna affidarsi al primo che capita, ma valutare eventualmente più di un'offerta per scegliere il prezzo, le capacità e gli impianti ottimali. ■

pace verde di Gabriele Salari

ufficio stampa Greenpeace

Di più ampio respiro

Esiste un'emergenza sanitaria diffusa in Italia, che incide in particolar modo sulla salute delle persone più vulnerabili, le donne incinte e i bambini: è il biossido di azoto (NO₂), un gas cancerogeno che viene emesso soprattutto dai motori delle auto diesel. Recenti studi dimostrano che l'esposizione al biossido di azoto causa 75mila morti premature l'anno solo in Europa. E che in Italia l'incidenza sulla popolazione è doppia rispetto ai valori medi europei. Per questo Greenpeace ha scelto, nell'ambito della campagna #StopDiesel, di raccogliere dati su questo pericoloso gas realizzando

campionamenti sulla qualità dell'aria di fronte a 40 istituti scolastici di 4 grandi città italiane: Milano, Torino, Roma e Palermo. I monitoraggi dell'aria realizzati in 40 giorni diversi hanno rivelato una situazione preoccupante: in 39 casi si è rilevato concentrazioni di NO₂ superiori ai 40 microgrammi per metro cubo (µg/m³), valore soglia individuato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità per la protezione della salute umana. Le situazioni peggiori sono quelle di Torino e Milano, che registrano una media di valori superiori agli 80 µg/m³, più che doppi rispetto alla soglia individuata dall'OMS. A Palermo e Roma la situazione è appena meno grave: la prima con valori medi prossimi ai

70 µg/m³, la seconda con valori medi di poco inferiori ai 60 µg/m³. Greenpeace con la campagna #StopDiesel ha dunque iniziato a mobilitare migliaia di cittadini in tutta Italia per chiedere ai sindaci di queste città di adottare presto provvedimenti per abbattere l'inquinamento da NO₂ e di intraprendere un percorso di progressiva limitazione alla circolazione dei diesel, fino al loro bando a partire dal 2021. Al momento, nessuna delle 4 città sembra orientata a seguire l'esempio di altre città europee: dare una data di "scadenza" al diesel, oltre la quale questi veicoli inquinanti non potranno più circolare nei centri urbani. A farne le spese saranno purtroppo soprattutto i bambini.



Prendi parte

ELEZIONI
COMITATI
SOCI
UNICOOP
TIRRENO
2018

22

È il momento di scegliere di candidarsi alle elezioni per il rinnovo dei Comitati direttivi. L'occasione giusta per i soci di trasformare in azioni concrete principi e valori di Coop.

Barbara Sordini

Partecipare. Non è solo un invito ma un'occasione che i soci possono cogliere per autocandidarsi alle prossime elezioni per il rinnovo dei Comitati soci. *Tra il dire e il fare, ci sei tu* è lo slogan di invito a partecipare che Unicoop Tirreno rivolge ai propri soci per diventare così il motore della socialità, svolgendo un ruolo attivo di raccordo tra i territori e la Cooperativa.

E per scegliere di candidarsi, questo è il momento giusto, per tutto il mese di aprile fino ai primi giorni di maggio.

vero e proprio esercito di volontari nei vari territori, che si promuove aggregazione e informazione sulla cultura della cooperazione, che è imprenditorialità, ma anche attenzione alla sicurezza degli alimenti, al rispetto dell'ambiente, della legalità e invito alla solidarietà».

Il meccanismo elettorale si è già messo in moto e vedrà il coinvolgimento di diverse centinaia di soci candidati, oltre ai 93 coinvolti nelle Commissioni elettorali (una per ogni Sezione soci, composte da 3 a 5 componenti) che selezioneranno le candidature garantendo la rappresentatività territoriale e la condivisione dei valori cooperativi. Un percorso che a fine novembre vedrà eletti, in carica per 3 anni, oltre 400 soci. Essi entreranno a far parte dei Comitati direttivi delle 23 Sezioni soci, in rappresentanza di tutti gli oltre 630mila soci di Unicoop Tirreno (100 punti vendita e un fatturato al 31 dicembre 2017 di circa 944 milioni di euro).

L'importante è partecipare

«È questo uno degli appuntamenti istituzionali più importanti per la vita cooperativa – afferma **Massimo Favilli**, direttore soci e comunicazione di Unicoop Tirreno –, un momento di grande partecipazione. È con i soci eletti, un



Mi autocandido!

Come fare e dove rivolgersi per autocandidarsi.

Possono proporre la propria autocandidatura coloro che sono soci da almeno 3 mesi, che condividono i principi e i valori cooperativi esposti nella *Carta dei Valori*, che danno la disponibilità concreta a prendere parte in modo attivo alle iniziative sociali. Conclusi i 45 giorni di tempo per presentare le autocandidature, queste saranno selezionate dalla Commissione elettorale.

Chi sarà eletto, nelle elezioni del **22, 23 e 24 novembre**, entrerà a far parte del Comitato soci, che si riunisce periodicamente nella sede della Sezione soci, elegge al suo interno un presidente, uno o più vicepresidenti e un tesoriere, programma le attività sociali e per queste dispone di una piccola somma messa a disposizione dalla Cooperativa.

Info I soci possono rivolgersi al **punto vendita** più vicino, alla sede della **Sezione soci** del territorio, alla sede della Cooperativa (**Segreteria soci**: 056524628), al **numero verde** 800861081 oppure collegandosi al sito www.unicooptirreno.it dove potrà anche essere compilata *on line* la scheda di autocandidatura.

Detto fatto

«I soci che faranno parte dei Comitati – continua Favilli – metteranno a disposizione un po' del loro tempo e potranno trasformare in azioni concrete i principi più importanti della Cooperativa: dalla promozione dei progetti di solidarietà alle raccolte solidali nei nostri negozi, all'organizzazione di eventi sui temi del consumo, della salvaguardia ambientale, della lotta allo spreco. Saranno inoltre "ambasciatori" del prodotto Coop con la promozione de *L'Approvato dai soci* e con visite alle aziende che forniscono i nostri prodotti».

È questa l'occasione di entrare a far parte di un mondo che aiuta la Cooperativa a capire le esigenze dei territori dove è presente e che offre ai soci una grande opportunità di crescita. Detto con uno *slogan*: *La Coop cresce con te, cresci insieme a Coop.*

Avenza (MS)

Proseguono anche ad aprile, presso il Supermercato Coop, i presidi a cura di **ADOC** per la **tutela dei diritti di consumatori e utenti**. 4 gli appuntamenti: **mercoledì 11, venerdì 6, 20, 27 aprile**. Orario di sportello: 10-12 e 17-19.

• Info e appuntamenti: 3404861642

Viareggio (LU)

> Tutela, informazioni, consigli utili a consumatori e utenti. È quanto offre lo **Sportello informativo per consulenze gratuite** attivo presso lo Spazio soci del Supermercato di Viareggio, via Santa Maria Goretti. Gli esperti **ADOC** sono presenti **ogni giovedì**, dalle 17 alle 19.

• Info: 3381503858

> **Un aiuto per fare la spesa rivolto agli anziani non autonomi**. È partito lo scorso mese presso il Supermercato di Viareggio il servizio **Ti accompagna a fare la spesa**, servizio gratuito a cura dell'Auser, in collaborazione con il Comitato soci Versilia.

• Info e prenotazioni: lunedì, mercoledì e giovedì (15,30-18) al numero: 0584944463

Versilia

Dare dignità alle persone che continuano a vivere, lavorare e coltivare la montagna. È questo l'obiettivo del **3° concorso fotografico Bioeroi della montagna** organizzato dal gruppo dei **Bioeroi dell'ALTRA Versilia**, in collaborazione con le Sezioni soci Carrara e Versilia e l'Associazione **Luogo Comune** con il patrocinio del Comune di Stazzema e del **Parco Regionale delle Alpi Apuane**. Il tema di quest'anno è **Natura, lavoro, passione, tempo, altrimenti niente**. La partecipazione è gratuita e le foto dovranno essere inviate **entro il 28 luglio** all'indirizzo **concorsobioeroi@gmail.com**.

Regolamento del concorso sul sito **www.bioeroi.com**.

• Info: 3488040447 (14-16)

Seravezza (LU)

Letture da condividere al Supermercato di Seravezza. Prosegue fino al 31 dicembre il progetto **Libri Randagi**, un modo per far conoscere ad altri lettori i libri che ami e che vuoi far circolare oppure per leggere un libro che altri hanno lasciato. L'iniziativa è a cura della Sezione soci Versilia, con la collaborazione dei volontari della **Pro Loco** di Querceta.

• Per proposte di iniziative e attività legate alla lettura: **sociviareggio@unicooptirreno.coop.it** o **info@proloquerceta.it**

Cecina (LI)

Metti una sera al cinema: è l'invito per i soci che possono assistere alla proiezione di una serie di film selezionati dalla Sezione soci Cecina-Castagneto Carducci-Donoratico, Comitato di Cecina, presso il Cinema Multisala Tirreno (via Buozzi), al prezzo scontato di 3 euro (4 euro per i non soci). Questa la **programmazione** di aprile, il **giovedì**, alle 21: il **5 Tutto quello che vuoi**, regia di Francesco Bruni, il **12 Tre manifesti a Ebbing, Missouri**, regia di Martin McDonagh, il **19 aprile The Greatest Showman**, regia di Michael Gracey, il **26 Detroit**, regia di Kathryn Bigelow.

Grosseto Maremà

Letture animate, laboratori creativi, lavoretti con i fili. La Sezione soci di Grosseto e Maremà-il Centro della Maremma animano lo Spazio soci con un ricco calendario di appuntamenti: **ogni martedì mattina**, dalle 9,30 alle 12, prosegue il **laboratorio autogestito Fili Colorati** per creare insieme lavori ad uncinetto, ferri, cucito creativo, bigiotteria (info: 3331295744), in collaborazione con l'associazione **Cuore di maglia**. Sempre **ogni martedì**, dalle 16,30 alle 18,30, sono dedicati ai bambini dai 4 ai 10 anni i **laboratori creativi**

dell'Accademia delle Belle Storie (info e prenotazioni: 3351775487 e 3397297313).

> Ogni **terzo mercoledì** del mese (17,15) arriva **L'Apprendista Lettore** a cura di **Librerie Coop**, con letture animate e attività per bambini (gratuito).

• Info e prenotazioni: 0564457279

Tarquinia (VT)

Tombolo, maglia e uncinetto: lavorare insieme per migliorarsi. **Ogni venerdì** (15-17) anche questo mese, presso la sede del Comitato soci di Tarquinia, piazza Verdi 4, si svolgono **incontri gratuiti di cooperazione didattica** per imparare o insegnare i lavori con i fili.

• Info: 3290204647

Amelia (TR)

In giro per la campagna alla scoperta delle erbe spontanee. **Martedì 10 aprile** si rinnova l'appuntamento del Comitato soci di Amelia: si parte alle 15 dal negozio Coop per una camminata nelle campagne amerine con gli esperti locali di erbe spontanee Luigi Antonini e Elisa Della Rosa. Alle 20 ritrovo all'agriturismo **Surripa** per una cena a base di erbe, con la partecipazione dell'enogastronomia Carla Chiuppi.

Fabrica di Roma (VT)

Non un viaggio qualunque quello organizzato dall'Istituto Comprensivo "San Giovanni Bosco" di Fabrica di Roma a **Corleone**, dal **25 al 28 aprile**. 14 ragazzi saranno ospiti della **Cooperativa Lavoro e Non Solo**, accompagnati dalle insegnanti Maria Teresa Pacelli e Francesca Anitri e da Marina Antonini, Anna Pizzi, Francesca Piacenti e Anna Sparnaccini del Comitato soci. Previste visite al **Laboratorio della Legalità**, ai terreni confiscati alla mafia, al Museo **Falcone-Borsellino** e alla reggia di Ficuzza.

eco sistema di Miriam Spalatro

Una buona opportunità

Piacere, non sacrificio. L'ecologia cambiando prospettiva.

È certo ormai che il mondo per andare avanti deve cambiare passo. Deve cambiare il modo di produrre le cose ma devono cambiare anche le abitudini di consumo, gli stili di vita, le relazioni tra persone in un'ottica più attenta all'ecologia. Questo cambiamento, reso necessario da minacce ambientali incombenti

come l'inquinamento e il cambiamento climatico, non deve essere vissuto come il peso di una rinuncia o di un sacrificio, ma come l'opportunità di fare le cose in maniera differente godendo di nuovi vantaggi, visibili se impariamo a guardare alle scelte quotidiane con occhi diversi. Pensando alle abitudini di tutti i giorni se, ad esempio, usare la bicicletta al posto dell'automobile per andare al lavoro è considerato dai più pigri un sacrificio, cambiando prospettiva rappresenta un'occasione di movimento, quindi una scelta di salute e benes-

sere oltre che una chance per inquinare di meno. Per vivere così, con piacere, la questione ambientale, considerato che, tra minacce di terrorismo, guerre e flussi migratori le paure collettive sono già abbondantemente alimentate e con esse il catastrofismo, ci viene in aiuto un nuovo libro **Ecologia del desiderio** di Antonio Ciancillo, giornalista esperto di ambiente, edito da Aboca edizioni (15 euro). Un volume che in meno di 200 pagine ci fa capire che è possibile davvero curare il pianeta senza troppe rinunce. ■



Senso di benessere

I numeri della campagna di Coop per ridurre o eliminare l'uso degli antibiotici negli allevamenti. Ma dopo uova e avicoli, bovini e i suini, Alleviamo la salute continua nel corso dell'anno coinvolgendo altri prodotti, tutti da animali "ben allevati".

24

I primo capitolo, avviato a maggio 2017, è stato quello che ha consentito, su base annua, di riuscire ad allevare e poi offrire ai consumatori 140 milioni di uova da galline allevate senza uso di antibiotici e 26 milioni di avicoli non trattati con antibiotici. E qui parliamo di un risultato già conseguito e visibile da mesi a tutti quanti vanno a fare la spesa. Poi si è aperto il secondo capitolo che riguarda 130mila bovini adulti (nello specifico vitellone e scottona) e circa 300mila suini per i quali l'uso di antibiotici è stato in generale ridotto e poi eliminato negli ultimi 4 mesi di vita. E anche questo è ora un risultato acquisito, applicato a filiere più complesse di quelle avicole e nelle quali si ha a che fare con animali più longevi.

Alla salute!

E ora il terzo capitolo: nel corso di quest'anno saranno coinvolte altre importanti filiere, prodotti (e derivati) la cui provenienza sarà da animali allevati senza uso di antibiotici.

«Gli antibiotici sono farmaci destinati a uccidere o inibire la crescita dei batteri. Una scoperta straordinaria che negli ultimi 60 anni ha consentito di salvare milioni di vite umane e animali. Uno strumento importante che dobbiamo continuare a usare bene proprio perché ne avremo bisogno anche in futuro. Il problema è che, a fianco degli effetti positivi e desiderati, ci sono anche effetti indesiderati, come l'antibiotico resistenza, cioè i batteri piano piano si adattano e riescono a resistere al farmaco rendendolo così inutile. Oggi il problema deriva dall'uso sempre più esteso che si fa degli antibiotici, non sempre appropriato e a volte eccessivo sia tra gli uomini che tra gli animali. Questo fa sì che la capacità di resistenza dei batteri aumenti e che possa passare tra animali e uomo. E c'è una tendenza preoccupante nell'evoluzione del fenomeno: oggi in Europa sono stimate 23mila morti all'anno dovute all'antibiotico resistenza, ma in proiezione questo fenomeno diventerà la prima causa di morte, più dei tumori.»

Professor **Bartolomeo Biolatti**,
presidente della Società italiana di scienze veterinarie

Dunque la campagna Coop *Alleviamo la salute* prosegue con passo costante e rispettando in pieno gli obiettivi che Coop si era data e che le cifre solo in parte raccontano.

Questo perché contribuire a combattere un'emergenza sanitaria come l'antibiotico resistenza vuol dire modificare radicalmente le modalità con cui intere filiere produttive sono state abituate a lavorare nel corso degli ultimi decenni e in particolare gli allevamenti dove l'uso di questi medicinali era spesso eccessivo e non sempre giustificato.

«La nostra campagna – spiega **Renata Pascarelli**, direttore qualità di *Coop Italia* – è partita dal riconoscere un problema, quello dell'antibiotico resistenza, indicato come particolarmente rilevante dalle autorità sanitarie mondiali come da quelle italiane ed europee. Un problema che riguarda la salute di tutti e che dipende anche da come trattiamo a facciamo crescere gli animali, dalla cura che abbiamo per il loro benessere. Per questo eliminare, o comunque ridurre il più possibile l'uso degli antibiotici, vuol dire cambiare in maniera graduale ma definitiva come sono organizzati gli allevamenti – prosegue Pascarelli –, perché la chiave è riuscire a prevenire i problemi. Per ridurre il rischio di contrarre malattie le condizioni in cui gli animali vivono devono essere adeguate. Basti pensare che la nostra campagna riguarda su base annua più di 26 milioni di animali e oltre 1.600 allevamenti. Dunque è chiaro che i risultati che stiamo conseguendo si basano sul coinvolgimento e la collaborazione dei nostri fornitori che ringraziamo per la passione e l'impegno». Un dato che parla: la seconda fase della campagna, quella che ha riguardato bovini adulti e suini, ha coinvolto quasi 1.000 allevamenti.





Badare all'etichetta

Analizzando più nel dettaglio la prima fase della campagna, quella riguardante la filiera avicola a marchio Coop, questa ha voluto dire proporre 35 referenze della linea *Origine* con etichetta *Allevato senza uso di antibiotici* (in cifre: oltre 450mila polli a settimana). Poi ci sono le uova da galline allevate senza uso di antibiotici certificate da due enti indipendenti e ben riconoscibili dai consumatori grazie alle apposite etichette.

Quanto ai suini, se ora la produzione a marchio Coop ha l'etichetta *Allevato senza uso di antibiotici*, è da ricordare che già dallo scorso anno era presente sugli scaffali un prosciutto cotto da suino danese allevato senza

uso di antibiotici dalla nascita. La materia prima, infatti, arriva da fattorie danesi a conduzione familiare (8.550 allevatori) che hanno da tempo attiva-



to un protocollo molto rigoroso che esclude fin dalla nascita il ricorso a antibiotici, oltre a un'alimentazione degli animali tutta vegetariana e a una serie di accorgimenti innovativi dal punto di vista del benessere.

Avevano inoltre già fatto la loro comparsa anche alcuni prodotti suini della linea *Fior fiore* da animali allevati all'aperto in due allevamenti toscani, sulle colline del Chianti e in Maremma. Così allevati gli animali – ad oggi in questa specifica linea sono coinvolti più di 3mila suini – impiegano molto più tempo per raggiungere il peso stabilito e questo significa maggiore qualità delle carni e lavorazione artigianale dei prodotti.

Un circolo virtuoso a tutto vantaggio della salute dei consumatori. ■ **D.G.**

In concreto

I punti dei soci donati a Basta un gesto, la solidarietà di Unicoop Tirreno, diventano opere.

La solidarietà c'è e si vede. È fatta di tetti da costruire, bambini da sostenere nella crescita, bisognosi da assistere. Prosegue anche nel 2018 il progetto *Basta un gesto* di Unicoop Tirreno, che grazie al contributo dei soci e dei dipendenti, porta il suo aiuto in Italia e in giro per i paesi del mondo in difficoltà con i progetti *Avsi-Sostegno a distanza*, *Emergency Progetto Migranti* e *coopxtogoxvanda-Shalom* a cui i soci possono donare 200 punti o loro multipli.

Oggi come ieri: nel corso del 2017 sono stati 2.239 i soci che hanno donato parte dei loro punti a sostegno dei progetti di solidarietà. Punti che, come previsto dal regolamento del catalogo *Solo per te*, vengono convertiti in euro e la Cooperativa ne raddoppia il valore, intervenendo quindi con un contributo diretto. Anche quest'anno, quindi, i progetti ricevono il sostegno concordato per un totale di 93.352 euro. Ma non mancano gli sviluppi a quanto realizzato finora. «Recentemente – afferma **Massimo Favilli**, direttore soci e comunicazione di Unicoop Tirreno – è stato sottoscritto un nuovo protocollo di intesa a favore

di *coopxtogoxvanda*, il progetto di solidarietà internazionale iniziato nel 2012, che in questi anni ha visto realizzarsi un centro di formazione cooperativa alla periferia di Lomè, capitale del Togo. La struttura ospita un panificio-pizzeria, una foresteria, aule e laboratori per la formazione. C'è adesso la necessità di una solida copertura a tetto degli edifici e di concludere alcuni lavori nella struttura – ricorda Favilli –. L'impegno nostro e del *Movimento Shalom* è quello di intervenire con un sostegno economico e le donazioni dei punti dei nostri soci saranno destinate anche a questi lavori». La solidarietà dei soci attraverso il sostegno a distanza arriverà anche quest'anno a dare una mano alla crescita e alla scolarizzazione di 171 bambini che vivono nei paesi poveri, un progetto seguito da Unicoop Tirreno in collaborazione con la *Fondazione Avsi*. Così come anche tante persone bisognose di aiuto e cure mediche potranno ancora trovare una porta aperta presso il Poliambulatorio di Palermo attraverso il progetto che la Cooperativa segue con *Emergency Progetto Migranti*. ■ **B.S.**



Grazie a voi

Sono diverse centinaia i bambini che sono stati supportati in questi anni nella crescita e nell'educazione dal progetto *Avsi-Sostegno a distanza*. A testimoniarlo una lettera dall'Uganda arrivata a Unicoop Tirreno: poche righe che ben esprimono il significato e l'importanza della donazione dei punti. La riportiamo integralmente.

“Ciao, mando i miei cordiali saluti a tutti voi. Sono Fredrick Mirimu, un cittadino ugandese di 28 anni. Sono felice di riferire che sono uno dei bambini la cui educazione è stata sostenuta dal 2001 al 2007. Ora sono laureato in scienze sociali e amministrazione sociale. Quando ho visitato la fondazione Avsi per manifestare il mio apprezzamento, sono stato felice di sapere che il mio sostenitore era una catena di supermercati in Italia. Ho controllato sui social media per trovarvi e dirti grazie. Sono davvero grato per tutto quello che avete fatto per me e per i miei tre fratelli”.

Fredrick Mirimu, Campi di vita della foresta pluviale, Uganda

Dai servizi per il benessere e la salute a quelli per la tutela e l'informazione del consumatore, dalle attività all'aria aperta a quelle culturali e ricreative, dal cinema agli spettacoli teatrali, dalle mostre ai concerti.

Queste e molte altre opportunità a prezzi speciali grazie alle convenzioni stipulate da Unicoop Tirreno. Ecco le proposte di questo mese... **per voi soci.**

BENESSERE E SALUTE

PrivatAssistenza

Viareggio (LU)

Ogni giorno oltre 800 operatori socio-sanitari (infermieri, fisioterapisti, logopedisti, podologi e psicologi) offrono un aiuto concreto e professionale ad anziani, malati, disabili e alle loro famiglie. PrivatAssistenza è la prima rete nazionale di assistenza domiciliare con oltre 60 sedi sul territorio italiano. Presente anche nei comuni della Versilia, offre ai soci lo sconto del 5% sulle prestazioni.

Info 0584960353

viareggio@privatassistenza.it

CoopOdontoiatrica

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

Sotto la cura di chirurghi dentisti, dottori in chirurgia dentaria e chirurghi dentisti specializzati in ortopedia dento-facciale, la CoopOdontoiatrica, in convenzione con Unicoop Tirreno, ha definito un progetto finalizzato alla cura e prevenzione delle malattie del cavo orale e delle malocclusioni.

Info 0586425277

Centro Zohar Cecina (LI)

Liberarsi dallo stress, rilassarsi con un massaggio, rimettersi in forma con metodi non invasivi che rigenerano la pelle. È riservato ai soci lo sconto del 10% per l'infodrenaggio manuale, pacchetto di 5 trattamenti di kinesiopatia osteopatica, seqex su ciclo di 10 sessioni, primo massaggio californiano ed etrusco, prima visita nutrizionale, primo massaggio di riflessologia vietnamita, prima trattamento ayurvedico, pacchetto da 5 trattamenti ayurvedici.



5% di sconto per il pacchetto da 3 trattamenti ayurvedici.

Info 3409174302

barbara.tovani@hotmail.it

Cuore liburna sociale

Piombino (LI) - Follonica (GR)

La cooperativa sociale Cuore risponde fin dal 1998 alle richieste di assistenza con prestazioni socio-assistenziali e infermieristiche certificate. Attiva a Piombino e Follonica, sconto del 5% per i soci.

Info Piombino 0565227212

Follonica 056657798

info@cooperativacuore.it

Natural Farm Project

Follonica (GR)

Smettere di fumare in modo naturale: presso il centro benessere La Grande Bellezza Naturale è disponibile la tecnica Natural. Tariffa agevolata per i soci.

Info 05661900833 - 3358062363

fax 0566216911

info@lagrandebellezzanaturale.it

www.lagrandebellezzanaturale.it

Ottica Bracci

Follonica - Massa Marittima

Castiglione della Pescaia (GR)

Propone per i soci 15% di sconto su occhiali da sole e occhiali da vista; 10% su cambio lenti graduate, fornitura lenti a

contatto e sui liquidi per lenti a contatto; fornitura occhiale completo di lenti monocali 59 euro (79 euro con antiriflesso). Lo sconto è escluso in caso di promozioni e su prodotti già scontati.

Info Follonica 056640253-263473

Massa Marittima 0566901754

Castiglione della Pescaia 0564934001

Istituto Andrea Vesalio

Grosseto

Un centro medico polifunzionale dove è possibile effettuare visite specialistiche e analisi quali risonanza magnetica, tomografia computerizzata, radiologia tradizionale, ecografia, mammografia. Alliance Medical Diagnostic srl, società proprietaria dell'Istituto Vesalio, offre ai soci il 10% di sconto.

Info 0564 452806 - fax 0564 452804

iav@alliancemedical.it

Audin apparecchi acustici

Roma

Un marchio riconosciuto come "l'eccellenza per l'udito": Audin propone soluzioni personalizzate con apparecchi acustici digitali e invisibili. Tutti i soci possono effettuare un check-up gratuito dell'udito e usufruire di servizi a condizioni economiche vantaggiose.

Info 800167171 - info@audin.it

TEMPO LIBERO

Cooperativa Sociale Zoe Farnese (VT)

Tra storia, cultura e natura. Ingresso ridotto del 50% per i soci che visitano i luoghi di interesse storico-archeologico gestiti dalla coop. Zoe tra le province di Viterbo, Grosseto, Siena e Terni: il Parco Archeologico e la necropoli di Sorano-Sovana, il Museo di San Mamiliano e il Palazzo Pretorio a

Sovana, la Fortezza Orsini a Sorano, il Museo Civico Archeologico di Pitigliano, il Museo all'aperto A. Manzi di Pitigliano. Ulteriore sconto del 10% nei bookshop presenti all'interno di queste strutture.

Info 0761458609-458580

coopzoe@libero.it

Ottavo Colle Roma

Alla scoperta di Roma attraverso itinerari alternativi ai percorsi tradizionali. È quanto propone ai soci l'associazione culturale Ottavo Colle, specializzata nel

turismo locale. **5 gli itinerari** nelle zone della città dove sono presenti i principali negozi Coop: • Tor Tre Teste, la chiesa di Richard Meier e l'evoluzione storico-sociale del Casilino; • Tubello: una delle 12 borgate ufficiali; • il "quartiere" Prenestino, storia ed evoluzione; • Colli Aniene e le borgate di Pietralata e Tiburtino III nella produzione artistica di Pasolini; • Laurentino 38, il quartiere dei "ponti", storia ed evoluzione. Costo per i soci: 10 euro anziché 15.

Info info@ottavocolle.com

www.ottavocolle.com

AGRITURISMI

Azienda agricola Giacomo Giannini

Alberese (GR)

Tra passeggiate nella natura, spiagge incontaminate e buon cibo, l'*Azienda Giannini* nel cuore del *Parco dell'Uccellina*, propone due strutture con servizi di agriturismo: **Podere Oslavia** che offre ai soci uno sconto del 10% sul soggiorno, oltre a una bottiglia di vino e l'uso di bici per tutto il soggiorno, e **Pian dei Pini**, con il 10% di sconto per i soci, omaggio di una bottiglia di vino (produzione propria) 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

Fattoria Il Duchesco

Alberese (GR)

Natura e ottimo cibo. A *Il Duchesco*, l'agriturismo biologico nel *Parco Naturale della Maremma* si vive il *relax*, quello vero. Composto da due strutture immerse nel verde, offre ai soci uno sconto del 10% sullo scontrino di ristorante (esclusi i giorni con festività comandate).

Info 3388462659
info@ilduchesco.it

Sasseta Alta

Scansano (GR)

Un'oasi di pace a pochi passi dal borgo medievale di Scansano. L'agriturismo biologico *Sasseta Alta* è un'azienda con 60 ettari di terreno tra boschi, uliveto e orto biolo-



gico. L'ospitalità è offerta in quattro casali in pietra ristrutturati con camere e appartamenti e nel nuovissimo centro benessere *Acquacadabra* realizzato con materiali naturali e un biolago. Sconto del 10% per i soci su tutti i servizi proposti: utilizzo della piscina interna riscaldata, idromassaggio e piccola cascata 18 euro anziché 20; telo in morbido cotone, sauna all'aroma di lavanda 5 euro anziché 6; acqua, tè, tisane e infusi a disposizione, pranzo leggero con prodotti di stagione 18 euro anziché 20; massaggi e trattamenti visto 54 anziché 60; sessione di watsu 63 euro anziché 70. È richiesta la prenotazione.

Info 0564 509124 - 3314467030
fax 0564 509987 - info@sassetaalta.it

Tenute Flanton Avellino

La pace tra i vigneti delle *Cantine Terranera*. È quanto offre un soggiorno nell'agriturismo delle *Tenute Flanton*. Tranquillità e ottimo cibo con due possibili soluzioni per i soci: un pernottamento con prima colazione in camera doppia, presso hotel 4 stelle a pochi chilometri dalla tenuta; cena e pranzo (dall'antipasto al dolce) presso la tenuta, visita guidata in cantina. Costo pacchetto completo 60 euro. Altra proposta senza pernottamento: pranzo (dall'antipasto al dolce) e visita guidata in cantina. Costo complessivo 25 euro. I bambini con meno di 7 anni non pagano il pranzo.

Info 3388758162

SERVIZI

Associazione Difesa Orientamento Consumatori - ADOC

Avenza - Viareggio

La spiegazione di fatture e utenze, l'esercizio del diritto di garanzia, i rapporti contrattuali, i corretti comportamenti in caso di sinistri stradali e molto altro ancora. L'ADOC apre uno sportello di ascolto in spazi messi a disposizione nei negozi Coop di Viareggio e Avenza: costo dell'iscrizione per i soci 2 euro anziché 15.

Info Carrara 058571871

Massa 058541781

Viareggio 3381503858

adocmassacarrara@hotmail.it

Federconsumatori

> **Loc. Commendone - Spazio soci Coop Maremà - Grosseto**

L'associazione offre gratuitamente informazioni e chiarimenti su questioni econo-

miche e sociali che riguardano i consumatori. In caso di apertura di una pratica, il costo della tessera d'iscrizione all'associazione è di 15 euro per i soci di Unicoop Tirreno, anziché 35. È previsto anche un contributo minimo di 20 euro, oltre alle spese postali. *Federconsumatori della provincia di Grosseto* gestisce uno sportello di consulenza gratuita per i soci di Unicoop Tirreno (lun. e gio., 15.30-18.30).

Info 3388703715

federconsumatori@grosseto.tosc.cgil.it

> **Viterbo**

Federconsumatori apre uno "sportello del consumatore" anche a Viterbo e Acquapendente. L'iscrizione per i soci avverrà con tessera in convenzione a 20 euro rispetto alla tessera ordinaria di 40 euro. Per tutti gli iscritti tariffa di 20 euro per la compilazione della dichiarazione dei redditi attraverso la società *Lasea* sempre dalla parte dei consumatori.

Info 0761270704 - fax 0761352700

federconsumatorivt@alice.it

BOX OFFICE

TOSCANA
www.boxofficetoscana.it



Bob Dylan

7 aprile

Nelson Mandela
Forum Firenze



Enricomincio da me

Enrico Brignano

10 e 11 aprile

Teatro Moderno
Grosseto



Gilda mia Gilda ovvero Rigoletto

13 aprile

Teatro Goldoni
Livorno



Di' che ti manda Picone

17 aprile

Cinema Teatro
4 Mori Livorno



Napule è... n'ata storia

17 aprile

Teatro degli Industri
Grosseto



Michelangelo Vittorino Sgarbi

21 aprile

Teatro Moderno
Grosseto



Le Cirque World's Top Performers - Alis

27 e 28 aprile (h21)

29 aprile (h17)

Modigliani Forum
Livorno

Supermercati con servizio Box Office dove si possono acquistare i biglietti: Avenza, Viareggio, Livorno Parco Levante, Livorno Chiosco del C.C. Fonti del Corallo, Rosignano, Cecina, San Vincenzo, Venturina, Follonica, Grosseto Maremà.



PORTA
SEMPRE
CON TE
LA CARTA
SOCIOCOOP

Estate vacanze ragazzi



Campi Estivi Legambiente

LEGAMBIENTE LIGURIA ONLUS

GENOVA, VIA CAFFA, 3/5 SC B

TEL. 010.319168 - WWW.LEGAMBIENTELIGURIA.ORG

CAMPI@LEGAMBIENTELIGURIA.ORG

Ogni anno campi estivi per under 18.

Alla scoperta della flora, della fauna e dei fondali nella favolosa Area Marina Protetta delle Cinque Terre e del Parco Naturale Regionale di Portovenere.

PER I SOCI COOP:

sconto 10% su tutte le quote di partecipazione comprensive di assicurazione e tessera Legambiente, pensione completa, materiale per le attività e trasporti durante lo svolgimento dei campi.

- Campi Isola Palmaria

Dal 23 giugno al 1 luglio: ragazzi 6/11 anni.

Dal 23 giugno al 1 luglio: ragazzi 11/14 anni.

Quota di partecipazione intera: **€ 500**

Campi avventura - vacanze natura

PANDA AVVENTURE

ROMA, VIA DEI RETI, 28A

TEL. 06 44362315 - 0644291587 - FAX 0644262246

Attività turistiche ed educative realizzate da operatori di turismo responsabile e sostenibile associati ad AITR.

PER I SOCI COOP:

sconto 10% sui prezzi da catalogo e uno sconto aggiuntivo (lo sconto non è cumulabile con altre promozioni);

sconto 5% su eventuali fratelli.

Per prenotare i soci Coop possono accedere all'apposito modulo di prenotazione online:

www.campiavventura.it/socicoop

Indicare sempre il nome e il riferimento della carta SocioCoop.

Summerchampions

TORINO, CORSO MONCALIERI, 69

TEL. 011 19505116 - FAX 011.5695318

INFO@SUMMERCHAMPIONS.IT

WWW.SUMMERCHAMPIONS.IT

Programmi di vacanze sportive dedicate al calcio, al tennis, al volley, al basket, alla danza e al multi sport.

Turni di durata settimanale e bisettimanale nel periodo compreso dal 17 giugno al 28 luglio 2018 a Salice d'Ulzio (TO)

e dall'1 al 14 luglio 2018 a Roccaraso (AQ).

Gli stage saranno intervallati nel tempo libero da animazioni, gite e attività fisiche alternative.

Età di partecipazione:

ragazzi e ragazze dai 7 ai 18 anni.

PER I SOCI COOP:

Località Salice d'Ulzio

€ 470 per il 1° e 2° turno - non è previsto il bimestrale

€ 500 dal 3° al 6° turno - **€ 950** per l'opzione bimestrale

Località Roccaraso

€ 500 a settimana - **€ 950** per l'opzione bimestrale

Sport e Divertimento Ass

CAVALESE (TN) - VIA GASTALDO 3

TEL. 347.3638119

WWW.ENGLISHSPORTCAMP.IT

INFO@ENGLISHSPORTCAMP.IT

PER I SOCI COOP:

English Sport Camp

- Camp completo (stage con vitto e alloggio)

Corso d'inglese, corso multi sport o sport scelto, attività sportive complementari e animazione nel tempo libero:

sconto di € 30 sulla quota di partecipazione

1 settimana (6 giorni): **€ 500** (anziché 530)

- **Day Camp** (stage con pranzo).

Ideale per i ragazzi residenti nelle vicinanze, prevede la partecipazione a tutte le attività del camp:

sconto di € 30 sulla quota di partecipazione 1 settimana: **€ 290** (anziché 320)

- **Novità 2018: English intensive course**

Camp intensivo che si svolgerà a Passo Oclini (Bz) per i ragazzi/e più grandi nati dal 2002 al 2007:

sconto di € 30 sulla quota di partecipazione 1 settimana (7 giorni): **€ 550** (anziché 580)

School and vacation

MILANO - VIA LARGA, 11 (METRO DUOMO)

TEL. 02 433533

WWW.SCHOOLANDVACATION.IT

VACANZESTUDIO@SCHOOLANDVACATION.IT

School and Vacation, quando l'entusiasmo incontra l'esperienza.

Da oltre 35 anni School and Vacation organizza viaggi studio in tutto il mondo e per tutte le età.

PER I SOCI COOP:

sconti fino al 16% per le Vacanze Studio con partenze di gruppo e accompagnatore dall'Italia (10-19 anni), partenze individuali (14-19 anni) e il British Village a Cattolica (7-13 anni);

sconti fino al 10% per Corsi di Lingua all'Estero per Adulti dai 18 anni.

Colloquio di selezione gratuito (valore € 90) per il programma dell'Anno, Semestre o Trimestre all'Estero (15-18 anni).

Consulta tutte le proposte dettagliate sul sito, nella pagina dedicata ai soci Coop:

www.e-coop.it/web/guest/corsi-di-lingue

Le condizioni possono subire modifiche dopo l'uscita di Nuovo Consumo.

È consigliabile contattare direttamente le strutture convenzionate per avere conferma delle condizioni praticate.

Agriturismi

Agriturismo di Libera Terra

WWW.LIBERATERRA.IT

È l'attività di turismo responsabile di Libera, nata con lo scopo di valorizzare i beni confiscati alla mafia e gestiti dalle cooperative sociali del progetto Libera Terra.

Un'attività turistica che permette di soddisfare ed arricchire i viaggiatori di ogni età; un'opportunità per vivere una vacanza ricca di emozione, piacere e relax, alla scoperta di un patrimonio prezioso di saperi e tradizioni.

• Portella della Ginestra

COOPERATIVA PLACIDO RIZZOTTO - LIBERA TERRA

PALERMO - SP 34 KM 5 - PIANA DEGLI ALBANESE

SS 624 USCITA PIANA DEGLI ALBANESE (PA)

TEL. 091.8574810 - CELL. 334.3671806

PORTELLADELLAGINESTRA@LIBERATERRAMEDITERRANEO.IT

WWW.AGRITURISMOPORTELLADELLAGINESTRA.IT

PER I SOCI COOP:

sconto 8%, su tutti i servizi dell'agriturismo, escluso i giorni festivi.

Lo sconto è esteso ad accompagnatori.

• Terre di Corleone

COOPERATIVA PIO LA TORRE - LIBERA TERRA

CONTRADA DRAGO - SS 118 KM 25+100

CORLEONE (PA) CELL. 333.7993291

TERREDICORLEONE@LIBERATERRAMEDITERRANEO.IT

PER I SOCI COOP:

sconto 8% su tutti i servizi dell'agriturismo, escluso i giorni festivi.

Lo sconto è esteso ad accompagnatori.

Tenute del Cerro

WWW.TENUTEDEL CERRO.IT

"Viaggio alle origini del Gusto"

Regalati un'esperienza indimenticabile negli agriturismi di Tenute del Cerro.

Il racconto legato alla qualità dei vini e degli oli delle Tenute trova grande visibilità e coerenza all'interno delle 4 strutture dedicate all'ospitalità.

• Villetta di Monterufoli

LOC. CANNETO DI MONTEVERDI MARITTIMO (PI)

TEL. 0565.784282 - CELL.348.6001624

• La Grazianella Fattoria del Cerro

ACQUAVIVA DI MONTEPULCIANO (SI)

VIA GRAZIANELLA

TEL. 0578.767722 - CELL. 346.0023560

• Tenuta la Poderina

LOC. CASTELNUOVO DELL'ABATE MONTALCINO (SI)

CELL. 346.0023560

• Tenuta di Montecorona

LOC. BADIA DI MONTECORONA

VIA BADIA 316 - UMBERTIDE (PG)

TEL. 075.9413501

In diverso modo e stile, rappresentano al meglio ciò che nel mondo viene considerata con ammirazione "la gioia di vivere italiana".

PER I SOCI COOP:

sconto del 20% sul soggiorno presso gli Agriturismi di: Villa Grazianella, Tenuta Monterufoli, Tenuta Montecorona, Tenuta la Poderina, con trattamento B&B.

INFO E PRENOTAZIONI INFO@TENUTEDEL CERRO.IT

Lo sconto è esteso ad un accompagnatore.

Mobilità



CarServer

WWW.E-COOP.IT/WEB/GUEST/MOBILITA

NUMERO VERDE 800098533

Dalla partnership tra Coop e Car Server, società leader nel mercato del noleggio a lungo termine, nasce l'iniziativa "**Solo il gusto di guidare**", grazie alla quale Coop può finalmente inserire nella propria offerta l'automobile, un bene che rappresenta una voce di spesa importantissima per le famiglie italiane e lo fa attraverso una formula estremamente innovativa: quella del noleggio a lungo termine.

Car Server riconoscerà a tutti i Soci Coop (in possesso di regolare tessera socio di Cooperativa che aderisce alla Convenzione) che sottoscriveranno un contratto di Noleggio a Lungo Termine con Car Server spa un extra vantaggio che il socio potrà scegliere tra:

sconto pari a € 800,00 iva inclusa sul totale dei canoni proposti da Car Server al mercato, vedi sito Drive Different (distribuito equamente sul numero di mensilità).

Fornitura di 1 treno completo di gomme termiche.

Servizio Roomy Car: auto di 1 fascia superiore (rispetto all'auto noleggiata) inclusa max fascia F come da listino allegato per max 3 settimane all'anno: il servizio verrà

erogato sulle filiali di Car Server spa previa prenotazione con almeno 60 giorni di anticipo con periodo minimo di noleggio di 7 gg per ogni richiesta.

Azzeramento della penale risarcitoria Rca.

Aeroporto Guglielmo Marconi

TEL. 051.6479615 - WWW.BOLOGNA-AIRPORT.IT

PER I SOCI COOP:

sconto 10% sulle tariffe applicate nei parcheggi gestiti da Aeroporto Guglielmo Marconi, per soste brevi e più giorni.

Presentare la carta Sociocoop al Presidio dei parcheggi a pagamento.

È possibile effettuare il pagamento, oltre che in contanti, anche con Bancomat e Carte di Credito.

SEAT

Concessionari ufficiali Seat Italia

WWW.SEAT-ITALIA.IT/CONCESSIONARI.HTML

Seat Italia tramite la propria rete di concessionari ufficiali (Elenco aggiornato disponibile al link <http://www.seat-italia.it/concessionari.html>) si impegna a riconoscere in sede di acquisto di un veicolo Seat a tutti coloro che presenteranno la tessera Socio Coop

in corso di validità e il numero di Partita Iva della Cooperativa di cui è associato, **sconti dal 14.50% al 21%** da applicare al prezzo di listino regolarmente in vigore alla data del contratto.

Sull'acquisto di una vettura contribuito da accumulare agli sconti previsti in caso di ritiro usato e/o rottamazione sul ritiro dell'usato.

UnipolSai Assicurazioni

Una vasta offerta di soluzioni personalizzabili a condizioni vantaggiose:

- **per la mobilità:** soluzioni per la sicurezza in auto, in moto e per tutti i veicoli che si utilizzano nella vita di tutti i giorni
 - **per la casa:** soluzioni per proteggere il posto che ami in caso di incendio furto e rapina e per proteggere la famiglia
 - **per la protezione della persona:** soluzioni per infortuni e salute
 - **per il risparmio:** soluzioni per investimenti e risparmi.
- Tutto questo all'insegna della qualità del servizio e del risparmio economico. Per altre informazioni e per l'offerta dettagliata tutte le Agenzie UnipolSai sono a disposizione dei soci e dei loro familiari.

Vario ed **eventuale**

Fresco o a lunga conservazione, ma le varietà del latte vaccino non finiscono qui. In ogni caso fonte di calcio, con pochi grassi, a un costo accessibile.

Ersilia Troiano

Le linee guida ne raccomandano 3 porzioni al giorno (circa 375 ml tra latte e yogurt), eppure gli italiani ne consumano molto meno. Dai dati delle ultime indagini nazionali risulta, infatti, che si consumano circa 120 ml al giorno di latte e che negli ultimi 5 anni le famiglie ne hanno acquistato circa il 77% in meno rispetto al passato. Il calo ha riguardato in prevalenza il latte fresco e in misura minore quello a lunga conservazione, mentre sono aumentati gli acquisti di

87% d'acqua; 3,4% di proteine ad alto valore biologico, **4,8% di zuccheri** semplici, prevalentemente lattosio, **grassi** che variano dal **3,5%** del latte intero a meno dello **0,5%** di quello scremato, passando dall'**1,5/1,8%** di quello parzialmente scremato. Tra i **sali minerali**, oltre al calcio, fosforo, potassio, magnesio, zinco, selenio; poi **vitamine** idrosolubili del gruppo B (riboflavina e B12) e alcune liposolubili (A, E e D).

latte ad alta digeribilità (senza lattosio). In linea con quella che gli esperti definiscono la transizione nutrizionale, ovvero l'acquisizione graduale delle abitudini alimentari del paese in cui si vive stabilmente, è curioso osservare che gli stranieri residenti nel Belpaese apprezzano la colazione all'italiana, dichiarando – in una recente indagine – di acquistare, nel 74% dei casi latte fresco o a lunga conservazione.

Via lattea

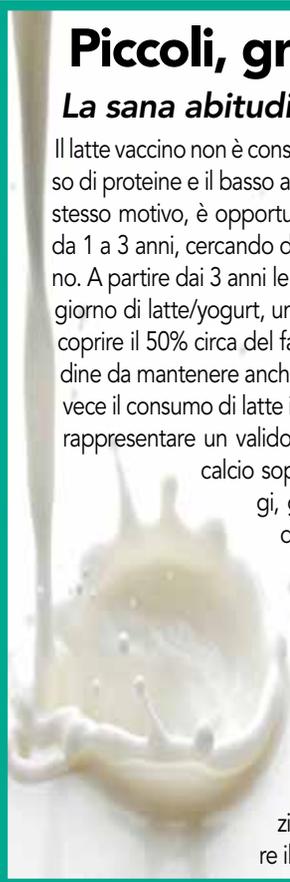
In genere, quando si parla di latte, si fa riferimento a quello vaccino. Ma tra le tante varietà disponibili sugli scaffali e nel banco frigo è spesso difficile orientarsi. C'è il classico latte fresco

pastorizzato, che si conserva in frigorifero fino a 6 giorni, e quello fresco pastorizzato di alta qualità, che risponde a una precisa norma di legge con controlli più restrittivi e che pure si conserva fino a 6 giorni. Sempre fresco, il latte microfiltrato e quello pastorizzato ad alte temperature che, in virtù del processo tecnologico a cui vengono sottoposti, durano fino a 15-18 giorni. Però, in entrambi i casi, una volta aperti vanno sempre conservati in frigorifero e consumati entro massimo 3-4 giorni. Il latte a lunga conservazione, invece, viene sterilizzato. Quello più diffuso è trattato con una particolare tecnica, denominata UHT, e si conserva per circa 3 mesi a temperatura ambiente. Anche in questo caso, una volta aperto, va sempre conservato in frigorifero e consumato entro 3-4 giorni. Le temperature di sterilizzazione determinano comunque una perdita del contenuto nutrizionale, in particolare di vitamine e di alcuni sali minerali. Facile a consumarsi e a basso costo, il che non guasta. ■

Piccoli, grandi e vaccinati

La sana abitudine di bere il latte.

Il latte vaccino non è consigliato prima dei 12 mesi, per l'eccesso di proteine e il basso apporto di ferro rispetto all'età. Per lo stesso motivo, è opportuno inserirlo nella dieta dei **bambini** da 1 a 3 anni, cercando di non superare i 300 ml circa al giorno. A partire dai 3 anni le linee guida consigliano 2 porzioni al giorno di latte/yogurt, una a colazione e una a merenda, per coprire il 50% circa del fabbisogno di calcio. Una sana abitudine da mantenere anche durante l'**adolescenza**, quando invece il consumo di latte inizia a calare. Anche nell'**adulto** può rappresentare un valido aiuto per la corretta assunzione di calcio soprattutto perché, rispetto ai formaggi, garantisce un apporto energetico e di grassi più limitato. Toccasana anche per gli **anziani**: proteine, calcio, fosforo, vitamina D sono, infatti, nutrienti utili per ossa e muscoli. Per gli **sportivi**: un recente studio ha dimostrato che il latte è un'ottima soluzione per il recupero dopo lo sforzo fisico. Per **chi non lo digerisce**: nella gran parte dei casi, eccezion fatta per le allergie, si può provare il latte senza lattosio.



Infuso orario

Una giornata dedicata al *relax* o un pomeriggio trascorso in un centro benessere? Sono solo un paio di occasioni che subito associamo, mentalmente, al consumo di una tisana. Per molti sorseggiare un infuso prima di andare a dormire è diventata un'abitudine irrinunciabile. Anche fuori casa, nei bar, nei ristoranti e nei locali, in diversi orari della giornata, consumare questo tipo di bevande ormai è un rito. Il mondo delle tisane e degli infusi, insomma, sembra riscuotere un interesse crescente che nasce anche dalle numerose proprietà benefiche di queste miscele a base di frutti e erbe.

Come nel caso della linea *ViviVerde* che propone 3 diversi tipi di infusi biologici.



Finocchio bio è un infuso di semi di finocchio da agricoltura biologica dal gusto leggero e caratteristico. Grazie alle sue proprietà digestive e drenanti, può rivelarsi un valido alleato in caso di gonfiore allo stomaco; favorisce anche la diuresi.



Ha, invece, un gusto tipicamente erbaceo e delicato **Melissa bio**, infuso di melissa realizzato con piante ottenute secondo metodi biologici.

Grazie alle sue proprietà digestive e rilassanti questa bevanda può aiutarci nella digestione e più in generale al rilassamento dello stato fisico e mentale. La melissa, calmante e sedativa, è indicata in caso di ansia e stress.



Infine, una sapiente miscela di frutti e erbe è alla base dell'infuso **Frutti misti bio**, che ha caratteristiche rinfrescanti e dissetanti. In questo caso la freschezza della menta si

combina con la rosa canina e con il karkadè. A completare il *mix*, le scorze d'arancia che contribuiscono a conferire alla bevanda un gusto bilanciato e intenso. Ma come si prepara l'infuso? Basta mettere una bustina in una tazza da circa 200 ml e versare l'acqua portata a pre-ebollizione. Bisogna lasciare in infusione per 5 minuti circa e poi zuccherare a seconda dei gusti. La bevanda si può bere sia calda sia fredda, a seconda delle preferenze. ■

**Drenanti,
rilassanti,
dissetanti,
digestivi.
Infusi che
passione!**

Alcune correzioni

Il primo intervento di **correzione genetica in vivo** è una realtà. A Oakland, in California, Brian Madeux, 44 anni, affetto dalla devastante sindrome di Hunter, rara malattia metabolica congenita, ha ricevuto una terapia genica veicolata da un virus che ha riprogrammato tutto il suo fegato che mancava di un enzima. Il paziente con il DNA corretto è ora in via di guarigione.



Anti...batterico

Si nascondeva in campioni di terreno fangoso la nuova sostanza antibiotica scoperta all'Università Rockefeller in America. Si chiama Malacidinis ed è un **nuovo antibiotico**, capostipite di una classe di sostanze capaci – sembra – di agire anche contro i batteri più difficili, tra cui il famigerato MRSA, che tanta paura infonde agli operatori sanitari di tutto il mondo. La sostanza viene prodotta da microrganismi del terreno e presto inizierà la lunga e tortuosa strada che porterà all'impiego umano.



Sperimentazione avanzata

È stato il professor Ronald Levy dell'Università di Stanford a sperimentare per la prima volta sui topi un **vaccino polivalente** contro diverse forme di cancro metastatico. Prima le cellule del cancro vengono convinte a esprimere un determinato recettore, poi il sistema immunitario viene scatenato contro quel recettore. Un approccio vincente e rivoluzionario, che però avrà bisogno di almeno 5-10 anni per essere applicato all'uomo.

Nodo alla gola

Le tonsille, prima potente barriera alle infezioni. Ecco perché il bisturi deve essere l'estremo rimedio.

Nella storia della chirurgia moderna pochi organi sono stati così maltrattati come le tonsille palatine. Quasi non vi è stato bambino nato negli anni Settanta e Ottanta che sia arrivato all'età adulta con le tonsille intatte. Queste masse di tessuto linfoide ghiandolare poste alla base della faringe erano considerate fino a un ventennio fa una quasi superflua appendice tissutale del cavo orofaringeo, un organo utile sì, ma in fondo non così

tanto da valere la pena di essere salvato dal bisturi facile. Tempi ormai lontani per fortuna, sostituiti da un approccio conservativo e rispettoso dei tessuti del corpo umano, perché le tonsille servono, e molto.

Barbara Bernardini
 fisiologa



In prima linea

La loro funzione è di formare una potente prima barriera contro tutte le infezioni che arrivano attraverso la bocca e il naso e che tenderebbero facilmente a diffondersi nell'organismo. Esse formano una "casa" per le cellule

del sistema immunitario, che riconoscono e bloccano i patogeni. Inoltre, per la loro posizione, contribuiscono a frenare e scaldare il flusso d'aria prima che arrivi nelle vie respiratorie profonde. La loro posizione di prima linea nella lotta contro le infezioni è la ragione per cui si infettano molto facilmente, soprattutto nei bambini dai 4 agli 8 anni, spesso in contemporanea all'ingrossamento delle adenoidi, altro tessuto con la stessa funzione. Sono un campo di battaglia dove virus e batteri tentano di avere la meglio... E a volte ci riescono. Le tonsilliti, infatti, non sono semplici mal di gola ma spesso infezioni e infiammazioni complesse, dove infezioni virali e batteriche si sovrappongono e determinano il perdurare di condizioni di malessere e spesso febbre alta.

Tornare utile

Le tonsilliti vengono curate con antinfiammatori e antibiotici, e beneficiano molto delle cure termali. Ma non sempre basta. Talvolta le infezioni si cronicizzano e tornano in continuazione, oppure le tonsille crescono così tanto da determinare problemi nella respirazione notturna o nella deglutizione del cibo. Ecco allora che il bisturi deve fare la sua ricomparsa per evitare problemi ben più gravi e riportare la gola alla sua normalità. La sintomatologia che porta all'asportazione delle tonsille deve essere presente per almeno 6 mesi, e le diverse cure devono aver dimostrato di essere del tutto inutili. Solo e soltanto in questi casi il bisturi viene autorizzato dal pediatra. Una visione che fonda le sue basi su un concetto semplice: difficilmente la natura spreca risorse per costruire qualcosa di inutile. ■

Info

Ospedale pediatrico Meyer di Firenze - reparto otorinolaringoiatria
 tel. 0555662672 (segreteria);
 0555662944 (ambulatori);
 e-mail otorino@meyer.it
 Angelini: www.angelini.it/wps/wcm/connect/it/Home/Patologie-e-cure/Malattie-da-raffreddamento/Patologie/Tonsillite/

Linguaggio criptico

Che cos'è la tonsillite criptica cronica?

Non sempre i batteri prendono il sopravvento, ma le tonsille, fatte a pieghe, a volte si sporcano come una vecchia spugna, trattenendo particelle di cibo e i batteri morti, e si determina così una vera e propria infezione. In questi casi si incorre nella tonsillite criptica cronica. I sintomi caratteristici sono quelli di una costante infiammazione, spesso un alito cattivo che non può essere eliminato con i metodi di pulizia di una comune igiene orale. Come rimedio della nonna può essere d'aiuto effettuare dei gargarismi con l'aceto, che disinfecta la parte colpita.



Metallo... prezioso

I mille modi di impiegare lo zinco, un metallo molto versatile di cui si parla poco.

34

Lo zinco è una merce abbastanza silenziosa, se ne parla poco, benché questo metallo sia il quarto, nel mondo, come produzione, dopo ferro, alluminio e rame.

Lo zinco si produce dai minerali che lo contengono sotto forma di solfuro, in genere misto a solfuro di piombo. Il più diffuso processo consiste nello scaldare il solfuro di zinco, concentrato, in modo da trasformarlo in ossido che viene poi disciolto in acido solforico e la soluzione è sottoposta ad elettrolisi; lo zinco si deposita al catodo e viene poi raffinato. Una parte dello zinco deriva dal riciclo.

Il suo principale uso è nel rivestimento del ferro per evitarne la corrosione. La zincatura, il rivestimento protettivo del ferro con un sottile strato di zinco, avviene con il processo elettro-



litico di galvanizzazione e circa la metà dello zinco nel mondo viene utilizzato per la produzione di ferro e acciaio zincato. Con lo zinco vengono prodotte importanti leghe come gli ottoni, insieme al rame, e la lega zama (zinco con alluminio, rame e magnesio) usata in oggetti ottenuti per pressofusione. Una parte dello zinco viene trasformata in ossido che trova impiego come pigmento e additivo, per esempio della gomma; ci sono altri usi di composti dello zinco anche nell'igiene personale e come additivo per alimenti.

Nel 2017 il minerale estratto dalle miniere nel mondo conteneva circa 13 milioni di tonnellate di zinco; il principale produttore è la Cina con 4,5 milioni di t/anno, seguita, a distanza, da Perù e Australia. La produzione mondiale di zinco è, però, insufficiente rispetto a una richiesta di 13,5 milioni di t/anno, in continuo aumento. E dire che l'Italia ha avuto una vivace attività mineraria in Sardegna: fino al 2003 producevamo 200mila tonnellate all'anno di zinco a Portovesme in Sardegna in miniere e fabbriche poi chiuse. ■



Giorni di valuta digitale

Mezzo di pagamento, bene rifugio o entrambi? Forse non tutti sanno cos'è il bitcoin.

Nell'ottobre del 2008 lo sconosciuto Satoshi Nakamoto (un nome le cui parti hanno assonanze con note società di telecomunicazioni e informatica) lancia il *bitcoin*, una moneta basata su codici cifrati e su un sistema decentralizzato, che tenderebbe a ridimensionare il ruolo di banche centrali e governi. Il valore del *bitcoin* è cresciuto enormemente rispetto a quello che aveva al momento della sua comparsa (un *bitcoin* valeva 10mila dollari circa a fine febbraio 2018). Questo è dovuto forse al fatto che permette il pagamento a distanza, così come fa la carta di credito, ma assicura anche l'anonimato, come il contante. In effetti viene usato come mezzo di pagamento, come nel caso del sito di attività illegali e criminali *Silk Road*, scoperto qualche anno fa. Ma la sua vera funzione è quella di riserva di valo-



re e bene rifugio. Infatti c'è chi lo ha paragonato a una forma di oro digitale e come tale i costi informatici per "estrarlo" sono crescenti (ma questa è proprio la ragione per cui si passò dalla moneta-merce alla moneta fiduciaria, cioè alle banconote!). La sua affidabilità però è tutta da dimostrare, viste le forti oscillazioni di prezzo che lo caratterizzano e il rischio, avanzato da diversi premi *Nobel* per l'economia, che il suo valore sia determinato da una bolla speculativa che prima o poi potrà sgonfiarsi, lasciando qualcuno con il cerino in mano, come è accaduto in molti altri casi nel passato. Va dato merito alla tecnologia innovativa della *blockchain* che ne permette il funzionamento – non evitando però il rischio di frodi –, ma i dubbi restano. L'affidabilità di una moneta tradizionale è garantita dalla banca centrale che l'ha emessa. Chi garantisce il *bitcoin*? L'offerta è fissata a un tetto massimo, un modo ingegnoso per moltiplicare nel tempo la ricchezza finanziaria di chi ne è in possesso (incluso Satoshi Nakamoto), ma non per facilitare le transazioni e rendere più efficiente l'economia. A parte i rischi che comporta, ne avevamo davvero bisogno? ■

70 anni e non sentirli

■ **Maria Vittoria Ferri**

La festa continua... Per celebrare il 70° compleanno dei prodotti a marchio, dopo i primi appuntamenti dell'anno, tra cui il debutto della nuova linea *D'Osa*, ecco un grande concorso a premi, **70 anni e non sentirli**, che dal 16 aprile al 4 giugno offre, soprattutto ai soci Coop, la possibilità di vincere una montagna di premi.

Cartoline di Coop

Quali sono le regole del gioco? Ogni volta che si fa la spesa nel periodo indicato per ogni 10 euro di prodotti a marchio Coop acquistati (confezionati, freschi, freschissimi e prodotti non alimentari), si riceverà una cartolina "apri e vinci". Staccando la linguetta si potrà subito vedere se si è vinto uno degli oltre 2 milioni di prodotti Coop confezionati in palio; nel caso di vincita sarà indicato sulla cartolina il

Il nuovo concorso lanciato da Coop per il 70° compleanno del suo prodotto a marchio. Dal 16 aprile al 4 giugno, "acquista e vinci" una montagna di premi.

35

nome del prodotto vinto insieme a un codice. Per ritirare il premio basterà prendere il prodotto sullo scaffale e recarsi alle casse con la cartolina. Se non si è vinto, il gioco continua, ma solo per i soci che potranno andare sul sito dedicato al 70° del prodotto Coop www.70anniprodottocoop.it e inserire il codice alfanumerico presente sulla cartolina. Si potranno vincere tanti buoni spesa (da 10, 20, 50 e 70 euro), oppure macchine da caffè *Fior fiore*, abbonamenti alla rivista *Fior fiore in cucina* e, per finire, 70 super premi costituiti da altrettanti buoni spesa da 1.000 euro l'uno.

«Questo concorso, con i suoi oltre 2 milioni di premi in palio, è un modo per coinvolgere tante persone e farle sentire parte di un percorso di crescita del prodotto a marchio Coop che ha saputo conquistare soci e clienti per qualità e convenienza – spiega

Roberto Nanni, responsabile della strategia del prodotto a marchio di *Coop Italia* –. Un percorso che, partendo da quei valori etici, di tutela del lavoro e dell'ambiente, che fanno parte da sempre del modo di essere di Coop, cerca di tradurli e di aggiornarli ogni giorno, per dare risposte concrete alle domande e ai bisogni delle famiglie e dei consumatori». Con il prodotto Coop si vince due volte. ■



Pane carasau *Fior fiore*

1 Ingredienti selezionati e lavorati nel rispetto della tradizione sarda. Conosciuto anche come carta musica, questo tipo di pane si caratterizza per la spiccata croccantezza. Si può gustare secco, con aggiunta d'olio d'oliva extravergine e sale, ma anche ammorbidito con rapida immersione in acqua così da poter essere avvolto attorno a salumi, formaggi o altri ingredienti a piacere.



Panini per hamburger Coop

2 Tostati, leggermente croccanti fuori e morbidi dentro, con i semi di sesamo in superficie. Sono senza latte né derivati e senza grassi animali, oltre a essere senza olio di palma. In più, questi panini trattengono gli ingredienti e le salse di accompagnamento mantenendo la propria consistenza. Ideali per picnic, grigliate e pasti pieni di gusto con insaccati, formaggi, salse e verdure.



Amici Speciali Premium

3 Il pâté per cani anziani è solo una delle novità della linea *Premium Amici Speciali*, nata per soddisfare esigenze specifiche con prodotti per cuccioli, per cani adulti e cibi monoproteici senza cereali. Questo pâté è un alimento completo e bilanciato per il benessere del cane anziano; la carne fresca garantisce un'elevata digeribilità dei nutrienti essenziali.



Ora pedala!

Primavera, tempo di pedalate. Ma tra un'infinità di modelli come scegliere la bicicletta adatta a noi?

Roberto Minniti

Quella della bici non è una moda ma una rivoluzione che, con un po' di ritardo rispetto al resto d'Europa, sta interessando anche l'Italia. Pieghevoli, a pedalata assistita, sportive, cargo, reclinate e ipercolorate, in tutta Italia le bici, insieme a chi le cavalca, chiedono di riappropriarsi di uno spazio urbano.



Giro d'Italia

E l'offerta si attrezza: accanto allo *sharing* – la bici a noleggio che paghi solo per il tempo o i chilometri di utilizzo – resta

forte la vendita. D'altronde ce n'è davvero per tutte le esigenze, dai modelli col carrello posteriore, adatte a chi ha bambini o le usa per fare la spesa, alle pieghevoli con modelli da poco più di 100 euro fino a quelli che superano i 3mila.

Le preferenze degli italiani restano ancorate alle *mountain bike*, molto versatili ma da sconsigliare per chi pensa di usarle per lunghi percorsi asfaltati, dove la fatica si farà sentire presto per l'attrito dei copertoni pensati per garantire la sicurezza su terreni più irregolari. A parte questo, il consiglio per i neofiti è uno solo: non spendete una fortuna, almeno non subito. Prima di comprare l'ultimo modello in carbonio concedetevi il tempo di capire se questo sport, perché in fondo è tale, fa per voi.

La taglia di una bici è connessa direttamente alla statura e più precisamente all'altezza del cavallo del ciclista.

Ricevere assistenza

In sella alla bicicletta a pedalata assistita.

Amplissima la scelta anche per le biciclette a pedalata assistita, diventate sempre più frequenti nelle nostre città. Tra i modelli che hanno trovato spazio in ogni tipologia di bicicletta c'è anche la *mountain bike*. Il livello di assistenza, cioè la quantità di aiuto proveniente dal motore, è graduale e selezionabile a piacimento. Con livelli di assistenza elevati c'è chiaramente una minore durata delle batterie, ma un aiuto considerevole nell'affrontare anche le salite più ripide. A prescindere dal tipo di bicicletta innanzitutto occorre valutare la batteria tenendo presente che nel migliore dei casi l'autonomia, in un percorso urbano, garantisce al massimo 40 chilometri e i migliori tempi di ricarica non vanno mai sotto le 5 ore. Restare senza carica e dover trasportare magari 24-25 chili di bicicletta non è un'esperienza augurabile. I costruttori indicano un'autonomia lontana da quella effettiva, misurandola su un percorso in piano, al livello di assistenza 1, il più basso, con un peso limitato e una temperatura ideale. Nella realtà l'autonomia dichiarata potrebbe essere inferiore anche del 20-30%.

Su due ruote

Discorso diverso e più semplice è la grandezza delle ruote. È espressa in pollici e condiziona la sensazione di guida e la reattività nel cambiare direzione di marcia. Prevalentemente ci troveremo davanti 2 scelte: 27,5" e 29" (pollici). La prima taglia è l'evoluzione naturale delle ruote da 26". Questo nuovo *standard* rende la bici più manovrabile e stabile in percorsi più tortuosi.

La ruota più grande, al momento, è di 29" e ha il vantaggio di rendere la guida più agile e gli scatti più energici nei percorsi con pochi cambi di direzione. La sensazione è una spinta maggiore, ma l'elevata distanza tra le ruote complica le sterzate strette.

Non perdiamo il sonno, invece, nel cercare troppe differenze nella componentistica "meccanica" delle *Mtb*, le aziende di punta sono soltanto 2: la giapponese *Shimano* e l'americana *Sram*. La prima, più diffusa, copre ogni fascia di prezzo. La seconda, invece, che ha puntato più al mondo delle competizioni, è praticamente impossibile da trovare su modelli sotto i mille euro. Un cambio "9x3", 9 rapporti dietro e 3 corone davanti, è un ottimo punto di partenza. ■

Bici city bike 26" pedalata assistita Legnano 5I250d alluminio 6v

- Motore bafang rear engine 36V/250W
- Batteria litio 37V/13Ah rimovibile
- Telaio alluminio 6061 hydroforming • Forcella Legnano MD683 ST
- Cambio Shimano TY300D
- Velocità max 25km/h • Fre-

ni promax TX-119 V brake • comandi Shimano RS35-6R • Ruota libera Legnano 26" double wall

prezzo per i soci 899 euro

Bici mtb 29" Legnano

- Telaio in alluminio • Cambio Shimano TX800 21V • Freni a disco idraulico

prezzo per i soci 239 euro



Il posto delle fragole

■ **Olivia
Bongianni**

Si dice che siano arrivate d'Oltralpe, ma che abbiano trovato a Terracina, nella pianura pontina, un'area ideale in cui mettere radici e un ambiente favorevole per crescere e maturare. Stiamo parlando delle fragole *favetta*, termine che deriverebbe, appunto, dalla varietà francese *favette*, e che oggi identifica una varietà tipica di questa zona dell'Agro Pontino, dove si è adattata alla perfezione, meglio che in qualsiasi altro luogo.



Frutto della terra

«Il nostro territorio è particolarmente adatto alla coltivazione di questo tipo di fragola. Per la maggior parte si tratta di piccoli produttori», comincia a spiegare **Sandro Ceccarelli** responsabile *marketing* di *SanLidano Group*, azienda con sede a Sezze Scalo, in

Dall'Agro Pontino arrivano le fragole favetta di SanLidano Group. Piccole, dolci, saporite.

37

provincia di Latina, che coi suoi circa 200 dipendenti è una della realtà più grandi del settore nel territorio laziale e di rilievo anche a livello nazionale. Ci troviamo in terre che per le loro caratteristiche ben si prestano alla coltivazione di prodotti ortofruticoli. Non fa eccezione questo frutto zuccherino, ricco di vitamina C e di flavonoidi: «Questi terreni prima erano paludosi – continua Ceccarelli –. Oggi, dopo essere stati bonificati, hanno la caratteristica di essere molto più salini e sabbiosi». La ricchezza di sali minerali, unita alla vicinanza al mare e alle condizioni climatiche, rappresenta senza dubbio un valore aggiunto.

Vicina ideale

Di colore rosso intenso, la fragola *favetta* di Terracina tende ad assomigliare a una fragola di bosco: è più piccola e tondeggiante rispetto alle fragole che siamo soliti portare in tavola e che sono generalmente più grandi e dalla forma allungata. Molto dolce e saporita, la *favetta* è al tempo stesso più delicata in confronto a una fragola tradizionale. Mal sopporta, ad esempio, lo stress dovuto a viaggi troppo lunghi. Nel caso di questa varietà di fragola, insomma, “vicino a noi” non significa soltanto un'eccellenza del territorio di elezione, con cui sembra esserci ormai un legame esclusivo e indissolubile, ma diventa anche sinonimo di una maggiore possibilità di garantire l'integrità del prodotto.

La fragola *favetta* si raccoglie nei mesi di marzo e aprile, ed è questo il periodo in cui si può trovare anche nei punti vendita di Unicoop Tirreno, confezionata in cestini da 250 o 500 grammi. ■

Cinquanta sfumature di rosso

Con le fragole spazio alla creatività in cucina.

In macedonia, con zucchero e limone e, perché no?, con panna e gelato. Grazie alla loro dolcezza, le fragole tendono a essere un frutto molto amato e si prestano ad essere consumate in parecchi modi, anche semplici e veloci. In cucina non mancano le ricette a base di fragole, che possono essere impiegate

come ingrediente principale o come decorazione per molti tipi di torte e dessert, per frullati e sorbetti. Non solo. In virtù del loro elevato tenore zuccherino, le fragole *favetta* sono indicate, ad esempio, anche per la preparazione di marmellate. E per chi vuole sperimentare qualcosa di diverso? Se in tavola si ama giocare con i contrasti, un suggerimento è quello di provare la fragola *favetta* in un'insalata, abbinata alla rucola e condita con aceto balsamico. Un modo sfizioso e originale per gustare questa varietà di origine transalpina, che di Terracina e del Lazio ha fatto ormai la sua casa.



Dall'antipasto al dolce la famiglia ampia e versatile dei cereali.

Crocchette di orzo agli spinaci

38



Ingredienti per 4 persone

- 60 g di orzo
- ½ cipolla
- 100 g di spinaci
- 2 carote
- pangrattato
- sale e pepe



preparazione 10 minuti
cottura 45 minuti

La dietista

100 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦

Preparazione

Cuocere l'orzo in acqua bollente (circa 3 volte il suo volume) per circa 30 minuti. A parte tritare le carote, la cipolla e gli spinaci. Scolare il cereale e farlo raffreddare. Mettere in una ciotola l'orzo, aggiungere le verdure, sale, pepe e pangrattato sufficiente a ottenere un composto non troppo morbido. Formare con le mani delle polpettine (in caso di difficoltà aiutarsi con un coprapasta). Disporre le polpettine su una leccarda ricoperta con carta da forno e cuocerle in forno a 180°C per 15 minuti.

Per un piatto unico completo si possono servire le crocchette di orzo e spinaci con un contorno di legumi.

➤ *Più che molto light questa ricetta è praticamente priva di grassi. Ogni tanto si può osare friggendo le crocchette in olio d'oliva.*



Vino in abbinamento
Friuli Sauvignon

a tavola con i bambini

Alimentazione Bambini
Il sito che ti aiuta a nutrire meglio i tuoi bambini.



alimentazionebambini.e-coop.it

Crema soffice di piselli e zucchine

1-3 anni



Ingredienti per 4 porzioni

- 2-3 zucchine
- 300 g di piselli freschi o surgelati
- 2 patate medie
- 50 g di formaggio spalmabile
- ½ cipolla fresca
- 3 cucchiaini d'olio d'oliva extravergine
- qualche foglia di prezzemolo
- 1 pizzico di sale (facoltativo)

Preparazione

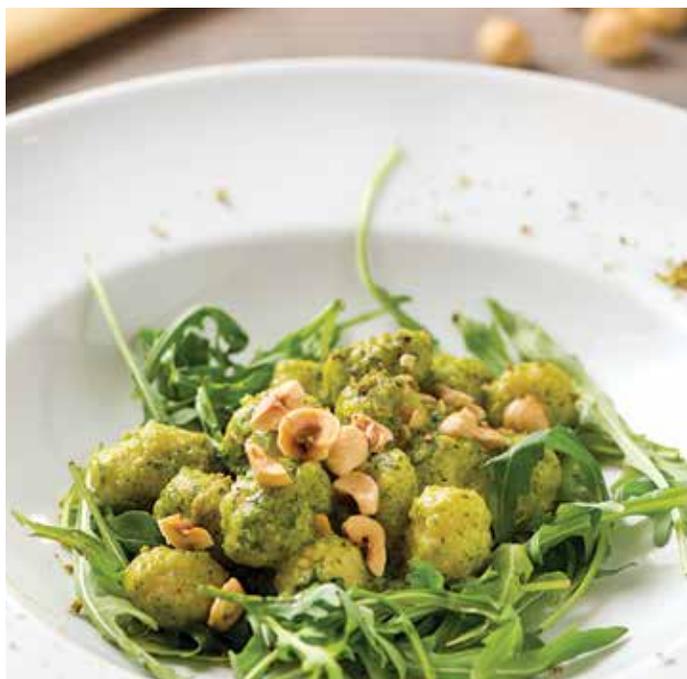
Tagliare a quadratini piccoli patate e zucchine. Metterli in una padella, aggiungere i piselli, la cipolla tagliata finemente e qualche fogliolina di prezzemolo. Coprire con abbondante acqua e far lessare il tutto per 20

minuti circa a fiamma bassa. Conservare mezzo bicchiere d'acqua di cottura in cui sciogliere il formaggio spalmabile. Frullare le verdure e il formaggio sciolto fino a ottenere una crema omogenea. Dividere la crema nei piatti e condire con olio d'oliva extravergine crudo.

Proprietà nutrizionali e note

I piselli freschi sono legumi primaverili dolci e profumati, buona fonte di sali minerali come potassio, magnesio, ferro e calcio. Adatti ai bambini che fanno molta attività fisica.

Gnocchi di miglio con pesto di rucola



Ingredienti per 4 persone

- 250 g di miglio
- 100 g di farina bianca 00
- 200 g di rucola
- 20 g di nocciole
- 5 cucchiaini di parmigiano reggiano Dop 30 mesi Fior fiore
- 80 g di olio d'oliva extravergine
- sale e pepe



preparazione 25 minuti
cottura 30 minuti

39

La dietista

590 Kcal a porzione

Proteine ◆◆ Carboidrati ◆◆ Grassi ◆◆◆

Preparazione

Sciacquare il miglio sotto acqua corrente fredda e lessarlo per circa 25 minuti in 1/2 litro d'acqua bollente salata (se durante la cottura si asciuga troppo aggiungere ancora un po' d'acqua calda). Lavare la rucola e preparare il pesto: tritare con un frullatore le nocciole e la rucola, aggiungere il parmigiano grattugiato e l'olio a filo così da ottenere una salsa liscia e cremosa. Aggiustare di sale e pepe. Quando il miglio sarà cotto, scolarlo e metterlo in una planetaria, incorporando la farina a mano a mano, fino a raggiungere una consistenza piuttosto compatta. Una volta che l'impasto sarà ben amalgamato, formare degli gnocchetti aiutandovi con un cucchiaino e buttarli in acqua bollente salata per 3-4 minuti. Versare in una padella un filo d'olio, sciogliervi il pesto e farvi saltare gli gnocchi in modo che vi aderisca bene la salsa. Servire subito.

► Poco conosciuto in Italia e ancora meno messo in tavola, il miglio invece cuoce più rapidamente rispetto agli altri chicchi di cereali ed è molto versatile in cucina.



Vino in abbinamento
Albana di Romagna

Crêpes alle fragole del topolino

4-10 anni



Ingredienti per 5 crêpes

Per le crêpes:

- 1 uovo
- 80 g di farina tipo 00
- 200 ml di latte parzialmente scremato
- 1 cucchiaino di zucchero semolato
- ½ bustina di vanillina
- 1 pizzico di cannella
- burro per ungere

Per il ripieno:

- 1 tazza di fragole
- 1 cucchiaino di zucchero a velo

Preparazione

Sbattere l'uovo con un cucchiaino di zucchero semolato, la vanillina e un pizzico di cannella. Aggiungere poi farina

e latte e mescolare fino a ottenere un composto vellutato da mettere in frigo per 15-20 minuti. Ungere leggermente con il burro una padella antiaderente: versarvi al centro 3 cucchiaini di pastella e lasciare cuocere per un minuto circa. Per la farcitura, mettere sul fuoco una casseruola con le fragole tagliate e un cucchiaino di zucchero a velo e cuocere a fiamma bassa per 8-10 minuti. Versare un cucchiaino del composto al centro di ogni crêpe, ripiegarle a ventaglio e metterle in una pirofila: far cuocere per 5 minuti in forno a 200 gradi.

Proprietà nutrizionali e note

Con frutta o marmellata sono un'ottima merenda; con verdure, affettati o formaggi un pasto da completare con un frutto.

Tabulè



40

Ingredienti per 4 persone

- 250 g di bulgur
- 150 g di yogurt al naturale
- 3 pomodori
- 1 peperone
- 1 cetriolo
- 2 limoni
- 1-2 cipollotti rossi
- 50 g di olive taggiasche denocciolate
- prezzemolo
- menta
- cumino
- olio d'oliva extravergine
- sale



preparazione 10 minuti cottura 15 minuti

Versare il *bulgur* in un pentolino, coprirlo con acqua (circa il doppio del peso del cereale), salare e cuocere per circa 15 minuti con il coperchio, facendo attenzione che non si attacchi al fondo della pentola. Poi lasciare riposare per 10 minuti. Nel frattempo mondare i cipollotti e tagliarli a rondelle. Tritare finemente il prezzemolo con la menta. Sbucciare il cetriolo e tritarlo al coltello. Tagliare i pomodori e il peperone a cubetti. Riunire le verdure, il prezzemolo e la menta in una ciotola. Condire con il succo di 1 limone, 2 cucchiaini d'olio, un po' di cumino e un pizzico di sale. Insaporire lo yogurt con il succo dell'altro limone, un pizzico di sale e un filo d'olio. Mescolare il *bulgur* con le verdure, unire le olive, lasciare insaporire e servirlo freddo, accompagnando con la salsa di yogurt.

Il *tabulè* è un piatto originario del Libano ma diffuso in tutto il Medio Oriente. Ingrediente principale il *bulgur*, un alimento costituito da frumento integrale.



Vino in abbinamento
Ischia bianco

La dietista

365 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦

➤ *Ingrediente caratteristico di questo piatto dai sapori e odori mediorientali, il bulgur è tra i cereali quello più ricco di fibre: quasi 20 grammi per 100 grammi. Vietato ai celiaci, perché contiene glutine.*

Tortino di riso al tè verde



Ingredienti per 5 persone

- 20 g di riso Arborio
- 900 ml d'acqua bollente
- 5 bustine di tè verde
- 30 g di pangrattato
- 20 g di semi di girasole
- 15 g di semi di sesamo
- 30 g di fiocchi di avena
- 20 g di pistacchi
- 20 g di nocciole tostate
- olio d'oliva extravergine
- sale



preparazione 30 minuti cottura 35 minuti

Portare l'acqua a ebollizione e lasciarvi in infusione il tè per 5 minuti. Trascorso questo tempo fare riprendere il bollore, salare e lessarvi il riso per 15-18 minuti. Oliare uno stampo rettangolare a bordi piuttosto alti e versarvi il riso pressandolo leggermente. Tritare insieme i semi di sesamo e di girasole tostate, i fiocchi di avena, i pistacchi, s'uscianti e tostate, le nocciole, una presa di sale, un paio di cucchiaini di pangrattato e un goccio d'olio. Coprire con questo composto il riso e passare in forno a 200°C per circa 15 minuti. Tagliare a quadrotti e servire.

Questo dessert è privo di zucchero, ma si può dolcificare a piacere con un cucchiaino di miele. Anche la varietà del tè può essere sostituita: provare il tè *Matcha*, dal gusto particolare e dal colore verde intenso.

La dietista

217 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦

➤ *Un dolce molto particolare e dal profilo nutrizionale eccellente, ricco di acidi grassi "buoni", per l'utilizzo di semi, pistacchi e olio extravergine d'oliva. In questo caso anche la seconda porzione è concessa.*



Uovo d'onore

Semplice e perfetto, emblema della vita che si riproduce, protagonista della festa della rinascita. Non c'è Pasqua senza l'uovo.

Nel periodo pasquale le uova assumono una centralità assoluta nelle pratiche e nei rituali alimentari. La benedizione delle uova sode è una tradizione viva in molte comunità. Le preparazioni a base di uova, che ci accompagnano lungo tutto il corso dell'anno, diventano protagoniste. Frittate, torte salate, dolci a forma di uovo si moltiplicano ovunque. Perché? Molto semplicemente: Pasqua è la festa della rinascita. L'idea può inserirsi in un contesto religioso, come quello della tradizione biblica: la Pasqua ebraica ricorda la liberazione del popolo eletto (la sua "rinascita") fuggito alla schiavitù in Egitto; quella cristiana celebra la resurrezione di Cristo e il rinnovamento dell'uomo. Ma dietro queste tradizioni c'è un modello più arcaico di religiosità, legato ai cicli della natura. Ciò che si celebra è la natura che rinasce a primavera, dopo il riposo (la "morte") invernale. Il ritorno dei fiori e dei frutti è garanzia di una fertilità che si rinnova, di un tempo ciclico che sempre ritorna sui suoi passi e rassicura gli uomini, con la speranza (la certezza) che il cibo ritornerà, la sopravvivenza sarà assicurata. In tutte le culture, in ogni



epoca della storia, le feste sono servite a contrassegnare i punti critici e decisivi di questa ciclicità. E si sono celebrate – e tuttora si celebrano, anche se l'era industriale ha soffocato e stravolto il senso delle tradizioni agricole – innanzitutto a tavola, nella condivisione di cibi speciali, dal forte significato simbolico. Nel caso della Pasqua il cristianesimo ha ripreso temi cari alla tradizione ebraica, come il sacrificio dell'agnello, ricordo di pastori erranti nel deserto con le loro pecore; in modi e tempi diversi, anche la Pasqua islamica (più propriamente "festa del sacrificio") riprende temi di questa natura. Ma è l'antica cultura naturalistica a prediligere le uova come segno alimentare per eccellenza della festività pasquale. Perché l'uovo, nella sua straordinaria semplicità e perfezione, è il vero emblema della vita che si riproduce. Anche l'uovo di cioccolato, che sempre più spesso sostituisce quello di gallina come dono di Pasqua, riprende l'antica simbologia, pur modificandone ingredienti e sapore, ma non la forma, garante di continuità. E guardiamolo dentro: non c'è uovo senza sorpresa ed è proprio la sorpresa, importante quanto il cioccolato, a simboleggiare l'embrione dell'uovo, la sua fertilità, l'idea della rinascita. Non per nulla gli antichi romani facevano cominciare i pasti con un assaggio di uova. "Cominciare *ab ovo*" (che in latino vuol dire "dall'uovo") è un modo di dire che ancora oggi capita di sentire: significa, appunto, cominciare dall'inizio. Simbolicamente il pasto inizia con ciò da cui tutto ha origine, per propiziare l'abbondanza, la fertilità, la sicurezza del cibo. ■

presidi Slow Food di Francesca Baldereschi

Mangiare la foglia

In provincia di Macerata cresce il **carciofo di Montelupone**, noto anche come *scarciofeno*. Di colore violaceo con striature verdastre, ha dimensioni più piccole rispetto alla media e non ha peluria interna né spine esterne. Quando la pianta è giovane, arriva a produrre 10 capolini (inflorescenze del carciofo), ma dopo qualche anno scende ad appena 4. A causa di questo rapido calo produttivo e della resa più bassa della media (5,5 tonnellate per ettaro, a differenza di un romanesco che arriva

a 10), il **carciofo di Montelupone** è conosciuto solo a livello locale ed è distribuito in una zona limitata, nonostante la sua altissima qualità. Grazie al gusto saporito e molto dolce, è protagonista di molti piatti tipici, come le tagliatelle ai carciofi, i carciofi fritti e i carciofi alla giudia. Storicamente, a Montelupone, i primi capolini, quelli più grandi, sono cucinati in padella interi con finocchio selvatico, foglie di aglio fresco, varie erbe aromatiche locali, olio, sale e vino bianco, mentre i capolini più



Carciofo di Montelupone

Area di produzione: il territorio collinare del comune di Montelupone (MC), a circa 250 metri d'altitudine

piccoli sono scottati e poi messi sottolio. I produttori del Presidio sono riuniti nell'associazione *Produttori del carciofo di Montelupone* che si è dotata di un disciplinare in linea con la filosofia di *Slow Food*, prevedendo il divieto dell'uso di concimi e diserbanti chimici di sintesi, di ormoni e di altri stimolanti della crescita. ■

L'isola dei tesori

Cagliari trabocca di edifici di pregio e tradizioni secolari, fuori città spiagge dalla bellezza sfacciata, parchi da visitare in bici tra fenicotteri rosa, paesaggi onirici dove a parlare sono le pietre. Cartoline dal sud della Sardegna.

43



Nelle foto sopra: Cagliari; cattedrale di S. M. Assunta; bastione Saint Remy; spiaggia di Poetto; San Sperate; Capo Spartivento.

S spesso la Sardegna viene identificata con gli yacht di 30 metri e i resort a 5 stelle della Costa Smeralda. Un'altra aria si respira al sud che, invece, accoglie i suoi visitatori con una bellezza ventosa e sfacciata. Al centro di questa Sardegna "basso profilo" si trova Cagliari che tra le varie influenze mostra soprattutto i segni dei romani che per primi l'hanno strutturata e dell'architettura fascista, finanziata quest'ultima dalla cosiddetta "legge del miliardo" che Mussolini varò per modernizzare la Sardegna.

Nei secoli dei secoli

Nel mezzo, naturalmente, c'è tantissimo, in gran parte concentrato nel quartiere medievale di Castello: la visita tradizionale prevede tappe alla cattedrale e alle varie dimore nobiliari, con una passeggiata che si snoda tra stradine e piazze pittoresche e un po' decadenti e termina al bastione di Saint Remy. Difficile farsi largo nel quartiere nei giorni della settimana santa, coi suoi riti bizzarri e affascinanti che ci riportano indietro di secoli: ma mettersi da parte ammirando l'iconografia e i canti incomprensibili delle processioni non ha meno fascino dei bronzetti nuragici custoditi nel Museo Archeologico, arroccato sulla parte più alta di Castello. Chi dovesse avere un attacco di claustrofobia davanti a tutti quegli uomini incappucciati che emettono suoni carichi di "u" e "is" può sempre catapultarsi di nuovo nel pre-

■ Alessandra Bartali

sente rifugiandosi nei numerosi spazi cittadini dedicati all'arte nell'accezione più sperimentale del termine (come l'Exma, il vecchio mattatoio cittadino).

Come per magia

Oppure godersi gli 8 chilometri di passeggiata – senza folla, garantito – della spiaggia del Poetto, una delle più belle dell'isola, o spingersi fino al parco di Molentargius-Saline, dove il must è noleggiare una bici con cui pedalare a fianco dei fenicotteri rosa in volo e ascoltare il loro canto. E non sono solo i fenicotteri a cantare, in questo angolo tutt'altro che chic della Sardegna: chi è disposto a percorrere i 20 chilometri che separano Cagliari da San Sperate, scoprirà che cantano anche le pietre, almeno quelle presenti al Museo all'aperto di Pinuccio Sciola. In questo paesaggio quasi onirico, infatti, le guide accompagnano i visitatori attraverso pietre megalitiche incastonate tra agrumi e ulivi, asini e cavalli, e insegnano ad ascoltarle come se fossero organi o arpe. È una specie di magia della terra quella che viene fuori, che fa venire voglia di scoprire gli altri luoghi remoti e selvaggi della zona. Come Capo Spartivento, dove l'impronta umana si registra solo nel faro che domina questo promontorio granitico e impervio. Dentro il faro, però, 4 suites promettono soggiorni di lusso a chi se li può permettere. C'era da immaginarlo: un po' di Costa Smeralda è arrivata anche al sud. ■

Che pesci prendere

Piatti di pesce inaffiati con dell'ottimo vino. La cucina sarda, anzi campidanese.

Si fa presto a dire Sardegna. Qui siamo nella pianura del Campidano e gli abitanti che ancora parlano la lingua locale comunicano in campidanese, nella variante cagliaritana: il termine "sardo" per loro è un po' troppo generico, non solo se applicato alla cultura, ma anche alla cucina. La quale ingloba varie influenze esterne, soprattutto catalane

e liguri. Il pesce, per ovvi motivi, domina le tavole, contrassegnate immancabilmente da vini come il Nuragus e il Nasco. Tra i piatti più tipici ci sono la fregula cun cocciola (fregola con le vongole), sa burrida a sa casteddaia (piatto a base di gattuccio marino, aceto e noci), sa casola (zuppa di pesci, crostacei e molluschi) e le orziadas (anemoni di mare insemolati e fritti). Non scoraggiatevi: dopo qualche pranzo consumato in loco si acquisisce generalmente un lessico gastronomico che rende superfluo controllare la traduzione italiana sul menu.

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

www.cagliariturismo.it

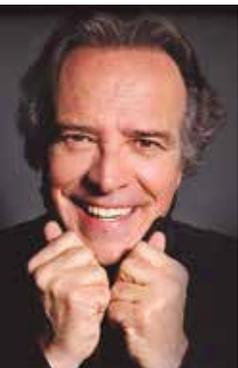
www.sardegnaturismo.it



Un comico nato, tutto teatro e famiglia, che ama la buona tavola e va a fare la spesa. La parola a Enrico Montesano.

Si fa per ridere

Romano di Roma e fedele alla sua città anche se dice: «non è più quella di un tempo e certe volte mi fa pure arrabbiare», **Enrico Montesano**, classe 1945, due mogli, sei figli avuti da donne diverse ma legatissimi fra di loro e molto amati, ci ha fatto ridere per tanti anni con le sue commedie, i film e gli spettacoli televisivi. E lo fa ancora perché la sua comicità non conosce epoca. Gli inizi con le imitazioni di Aldo Fabrizi, Totò, Fred Bongusto, il nome d'arte, cancellato dopo poco di *Henry Montano*. E una lunga gavetta che è incominciata dal *Puff*, il locale trasteverino di Lando Fiorini; per proseguire con *Il Bagaglino* con il personaggio di *Felice Allegria* e regalarci ogni volta momenti di grande comicità.



Lei adesso è un mito per i giovani che vogliono fare teatro brillante. Ma quali sono stati i suoi miti?

«I divi del cinema americano che ci aveva invaso con le sue figurine nei pacchetti di gomma americana. Veronica Lake, Alan Ladd, Gary Cooper, Marlon Brando, Clark Gable, Frank Sinatra. Ma anche Buster Keaton, Jerry Lewis e Totò. Bravissimi. Dei veri geni della risata».

Tanta televisione da *Che domenica amici a Senza rete*, da *Un disco per l'estate a Canzonissima*, a *Teatro 10*, a *Dove sta Zazà*. Poi, però, negli ultimi anni si è dedicato quasi totalmente al teatro.



«Dopo *Rugantino* e *Il Marchese del Grillo* adesso mi cimento con il *Conte Tacchia*, un'amatissima maschera romana che in un certo senso chiude la trilogia. Uno spettacolo che a Roma ha avuto un grande successo e che vorrei portare in giro per l'Italia».

Nella commedia c'è Michele Enrico, uno dei suoi figli.

«Sì, lui ha già lavorato con me ne *Il Marchese del Grillo*, ha 29 anni, vorrebbe fare l'attore e ce la sta mettendo tutta per riuscirci».

Parliamo di politica.

«Per carità! Mi sono impegnato in questo senso nel periodo dell'illusione collettiva, quando si sperava ancora e si era più uniti. Ma nel 1996 mi sono dimesso da parlamentare europeo, rinunciando al vitalizio e senza mai pentirmi».

Quando non lavora, che cosa fa?

«Ho ancora quella sana curiosità dei bambini. Qualunque argomento mi interessa e cerco di approfondirlo. Ma mi piace anche andare in giro per le strade di Roma senza meta oppure a fare la spesa scegliendo con cura ciò che mangio».

Supermercato o negozio sotto casa?

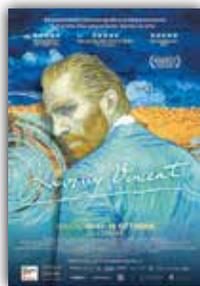
«Tutti e due. Nel negozio sotto casa o nel quartiere c'è il rapporto diretto con il proprietario, cosa che nel supermercato non può esserci. Però la scelta è più varia e ci vado spesso quando cerco qualcosa di particolare che posso trovare solo lì». ■

Maria Antonietta Schiavina

post moderno

cinema

Cì è un film che parla delle ultime settimane di vita dell'artista Vincent van Gogh. Si chiama *Loving Vincent* ed è il frutto del lavoro, lungo 6 anni, della pittrice polacca Dorota Kobiela e del regista inglese Hugh Welchman. È un film d'animazione, ma non come gli altri. Candidato all'ultima edizione degli *Oscar*, è uscito con le ossa rotte dal confronto con il rassicurante e gioioso *Coco*, firmato da *Pixar* e *Disney*. Era inevitabile e va bene così. L'importante è recuperarlo (il *dvd*, distribuito da *Universal*, è già disponibile) perché è una magia per gli occhi, nata dalla rielaborazione di oltre 1.000 immagini realizzate da più di 100 artisti, per il primo lungometraggio animato interamente dipinto a mano. • **FL**



post moderno

internet

Canzone italiana 1900-2000 [www.canzoneitaliana.it] è una nuova piattaforma per l'ascolto *on line* di un archivio composto da migliaia di canzoni italiane, prese da archivi pubblici e collezioni private, e messe insieme dal *Mibact* con la collaborazione di esperti, autori, interpreti e associazioni di categoria. I brani sono suddivisi in due macro aree temporali (1900-1950 e 1950-2000) e poi ulteriormente raggruppati per generi e temi. Ottime poi le *playlist* curate da famosi artisti italiani e dai più importanti esperti del settore che costruiscono, in un pugno di brani, piccole panoramiche su un tema specifico o su un certo tipo di canzone. • **LC**

post moderno

musica

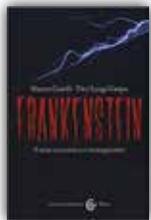
Se ne parla poco, ma è tra i generi più ascoltati su piattaforme come *Spotify* e vince premi su premi nelle colonne sonore (*La teoria del tutto* e *Arrival* di Jóhann Jóhannsson, scomparso di recente, sono solo due esempi). La neoclassica, meglio definita come *Millennial classical* per distinguerla dal neoclassicismo degli anni Venti o dalle avanguardie degli anni Sessanta, è minimalista ed è di casa a Berlino. Spesso è fatta solo di pianoforte, in alcuni casi accompagnato da archi, ma non è raro che si fondano anche elementi di elettronica, sintetizzatori, distorsioni e rumori. Molti i musicisti, come Dustin O'Halloran, Nils Frahm, Peter Broderick e Federico Albaneese, uno dei più rilevanti compositori italiani insieme a Luca D'Alberto e *Opus 3000*. • **JF**



libri

post moderno

Buon compleanno, Frankenstein. Il mostro più famoso della società occidentale nacque nel 1818 dalla penna di Mary Shelley. Per festeggiarne i 200 anni, Marco Ciardi e Pier Luigi Gaspa raccontano la storia di un'icona dell'horror nel prezioso studio *Frankenstein Il mito tra scienza e immaginario* (Carocci, pp. 200, 18 euro) sfaccettandone tutti gli aspetti, a cominciare dalla descrizione della Creatura nel romanzo, così diversa dalla figura cinematografica di Boris Karloff, modellata su quella dell'attore Thomas Potter Cooke, che lo interpretò a teatro con gran successo per tutto l'Ottocento. Ricco di ghiotte illustrazioni d'epoca, il saggio



ripercorre con avvincente precisione tutte le fonti ispiratrici: da quelle scientifiche con gli esperimenti sull'elettricità a quelle filosofiche di Rousseau e Kant, fino agli esiti più recenti: i film, la televisione e i fumetti. Con ricchezza di dati, curiosità e sorprese. • **FC**

televisione

post moderno

Torna a vivere sullo schermo *Fahrenheit 451*, romanzo di fantascienza, scritto nel 1953 da Ray Bradbury. La prima trasposizione per immagini risale al 1966 e porta la firma di François Truffaut. Stavolta non sarà il cinema a raccontare il futuro immaginario nel quale è reato leggere o anche solo possedere libri, ma la televisione, con il film Tv diretto da Ramin Bahrani, con Michael Jordan e Michael Shannon. Il primo *teaser trailer* è uscito lo scorso 26 febbraio, mentre la messa in onda è prevista per maggio sul canale statunitense *HBO*. • **FL**



fake news

post moderno

Odio e paura verso gli immigrati sono uno dei migliori terreni di coltura per le bufale. Ennesimo esempio: un tizio su Facebook ha postato la foto di un ragazzo nero su un *Frecciarossa* e, con un racconto circostanziato, lo ha accusato di viaggiare a sbafo col beneplacito del controllore. Seguiva reprimenda sull'impunità degli immigrati, fino a connettere questo episodio a fatti come l'omicidio di Macerata. Apriti cielo: in pochissime ore il *post* è stato condiviso 75mila volte, commentato da 125mila persone indignate e letto da un numero molto maggiore di utenti. Poche ore dopo *Trenitalia* ha pubblicato la relazione del controllore: il ragazzo aveva regolare biglietto, s'era solo sbagliato di posto. • **LC**

Di preciso

18 cifre dopo la virgola. Ecco l'incredibile precisione con la quale oggi gli scienziati scandiscono il tempo. Un livello di accuratezza da capogiro, tanto da consentire uno spostamento continuo del tempo di un secondo su una durata pari all'età dell'universo. Ciò grazie a un elemento centrale della scienza: la luce. Già decisiva nel 1905 con la nascita della relatività ristretta (Albert Einstein) e determinante nella recente rilevazione sulla Terra delle onde gravitazionali, le rughe dello spazio-tempo intuite dallo stesso Einstein, l'integrità del flusso del tempo è la luce che ci aiuta ad assaporarla.

Sembra troppa ma serve. La precisione nel misurare il tempo ora più che mai al nostro servizio.

Come un decanter che permette al vino di aprirsi e di svelare al meglio il suo carattere, sembra che le onde elettromagnetiche ci concedano, allo stesso modo, di fare affiorare alla nostra percezione l'intimità del tempo. Prima con l'osservazione delle stelle per sincronizzare gli orologi meccanici, poi con quelli atomici grazie

alle scoperte nel campo dell'ottica e della fotonica: di tutte le misure quella del tempo è sempre stata la più accurata. Fino a toccare oggi vertici di smisurata precisione tutti premiati da *Nobel* per la fisica: da Kastler nel 1966 a Cohen-Tannoudji nel 1997 fino a Haroche nel 2012. Mai siamo andati così a tempo. Perché lo scopo è solo la sincronizzazione dei 20 miliardi di oggetti connessi che avremo tra le mani nel 2020... Basta pensare, ad esempio, che un milionesimo di secondo di tempo corrisponde per il *GPS* a un errore di posizionamento di 30 centimetri per rendersi conto dell'utilità di apparecchi che funzionano all'unisono. Un grado di precisione forse esagerato per chi va in macchina da Milano a Roma, ma determinante quando si tratta di guidare un aereo ad appontare, di misurare lo spostamento delle masse continentali o l'evoluzione del livello degli oceani. Ragion per cui, in questa gara contro il tempo, scienziati e industriali concentrano i loro sforzi su un corpo del tutto particolare: il fotone. Il passato l'ha dimostrato, il futuro lo confermerà, forse: le misure ad alta precisione hanno un'anima ribelle, come la chitarra di Keith Richards, e a qualche rivoluzione portano sempre. Tecnologica o scientifica che sia. ■



Non solo belvedere... Patrimonio di ogni cittadino, rivela l'identità collettiva, ne conserva e racconta la storia. Il paesaggio, da abitare e da proteggere.

Tutto il mondo è **paesaggio**

46

■ **Barbara Autuori**

Mozzafiato, storico, commovente, talvolta anche brutto. Perché quando si parla di paesaggio non basta richiamare belvedere, panorami naturali o scorci storici che hanno reso famoso il Belpaese nel mondo? «Declinabile in mille modi il termine paesaggio oggi assume una valenza più ampia che, con riferimento alla *Convenzione Europea del Paesaggio* del 2000, si estende a tutto il territorio», afferma **Fausto Ferruzza**, responsabile nazionale per il paesaggio di *Legambiente*.

In armonia

Ecco allora che dalle "bellezze naturali e artistiche", oggetto della prima legge di tutela del paesaggio voluta nel 1922

da Benedetto Croce e poi riconfermata tra i principi fondamentali della Costituzione italiana (art. 9, comma 2, "La Repubblica tutela il paesaggio e il patrimonio storico e artistico della Nazione"), si è arrivati nel 2016 all'istituzione della *Giornata nazionale del paesaggio* (il 14 marzo) affinché la difesa del paesaggio, nonché lo studio della sua memoria, rientrino tra i valori nazionali indiscussi.



«Il paesaggio, in quanto aspetto fenomenico di un territorio, è patrimonio di ogni cittadino, ne rivela l'identità collettiva, ne conserva e racconta la storia», ricorda i motivi per celebrarlo Ferruzza. Così da bene solo da ammirare con gli occhi (ed è già molto), il paesaggio si trasforma in un'eredità comune da abitare, difendere ma anche rendere migliore. «Inteso come fotografia dinamica del lavoro incessante dell'uomo sull'ambiente circostante, il paesaggio altro non è che il risultato dell'interazione tra la natura e i suoi abitanti: se è stata ed è armonica dà forma a paesaggi incantati come il Chianti», continua Ferruzza che è anche presidente di *Legambiente Toscana*.

Luogo comune

In quanto espressione del territorio in evoluzione, dunque, i paesaggi si possono classificare in eccezionali – i più famosi, che non hanno bisogno di grandi difese –, quotidiani – quelli che appartengono alla vita d'ogni giorno di ciascuno – e aree grigie o degradate. Soprattutto in quest'ultimo caso diventa essenziale capire come si è arrivati a quel tipo di paesaggio per poterlo riparare, ripristinare, ri-trasformare in qualcosa di più armonico e sostenibile. «Per capire un territorio – suggerisce Ferruzza in occasione della *Giornata nazionale del paesaggio* – bisogna usare la testa e dunque lo studio, il cuore o meglio la sensibilità personale, ma anche gli scarponi perché non si può comprendere un luogo se non lo si vive fisicamente». Consigli che l'esponente di *Legambiente* rivolge a tutti in nome del valore sociale dei vari paesaggi, capaci di diventare un forte collante del patto tra cittadini. Un appello speciale Ferruzza lo riserva poi alla scuola «che potrebbe contribuire alla creazione di una più diffusa cultura in questo ambito magari insegnando insieme alla storia dell'arte anche la storia del paesaggio». Così facendo sarà più facile, soprattutto per le generazioni future, mettersi "in ascolto" dei luoghi nei quali vivono: territori che spesso ci parlano comunicando ciò che possono o non possono sostenere. Basta tenere le orecchie e gli occhi ben aperti. ■

Schizzi a parte

Si dedicano al "ritratto urbano" in giro per l'Europa. È il momento degli urban sketchers.



Taccuini, pennarelli, matite e acquerelli. Questi gli attrezzi degli *urban sketchers* per immortalare paesaggi e scorci inediti. Con i loro schizzi questi disegnatori *en plein air* ritraggono i luoghi in cui vivono e viaggiano rilanciando il significato culturale del disegno sul posto. Un vero e proprio movimento sempre più diffuso in Europa e in Italia e che può di certo dare una mano a una tutela vivace dei paesaggi, con lo sguardo di chi li vive dal dentro.

Da Pistoia a Venezia via Hollywood. Tra le opere dello scultore toscano Marino Marini (1901-1980), in mostra al Guggenheim di Venezia nella retrospettiva *Marino Marini. Passioni visive. Confronti con i capolavori della scultura dagli etruschi a Henry Moore*, sono infatti presenti dei lavori che hanno "recitato" in alcuni film leggendari come *Sabrina*, *Indovina chi viene a cena?* e *Provaci ancora, Sam*. 50 opere di Marini a confronto con 20 opere, dall'antichità al Novecento, in un dialogo serrato che spiega come la tradizione plastica abbia ispirato l'artista toscano che affascino il cinema americano. • **BA**

■ A Palazzo Venier dei Leoni, fino al 1° maggio www.guggenheim-venice.it



Il mondo è caos, groviglio, guazzabuglio, una matassa difficile per non dire impossibile da districare. E la Moda, vera Musa dei nostri tempi, ce lo ricorda in questa tardiva primavera.

Camicie a fiori e **gonne** a righe in dissonanza di colori, anche assemblate in vestitini leggeri.

Sandali con tacchi a rocchetto insaccati in immancabili calzini *patchwork*.

Orecchini lunghi... ma la campanella tiene e ormai ce la porteremo dietro fino all'estate.

Occhiali tondi oppure maschere sportive da sciatrici in città.

Su tutto il **denim** – declinato in camicie, gonne e, naturalmente, pantaloni – e **velo** effetto nudo anche su **trench**, perfettamente inutili ma molto seducenti.

Sembreremo un po' nomadi e etniche, zingare nel cuore e nell'aspetto, o dame velate del XXI secolo. Felici di esserlo. • **CM**

Legenda autori

BA Barbara Autuori **JF** Jacopo Formaioni
FC Fabio Canessa **FL** Francesca Lenzi
LC Luca Carlucci **CM** Chiara Moreno

— sulla parola

— industria 4.0

— Indica la "quarta rivoluzione industriale", un processo che introduce negli impianti di produzione macchinari digitali collegati a internet come le stampanti 3D, analisi complesse di masse di dati *on line*, maggiore flessibilità e automazione del ciclo produttivo. **JF**

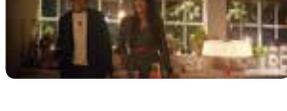


Naturale!

L'umorismo basato sull'equivoco dello spot Petti, pomodoro cento per cento toscano come il testimonial Paolo Ruffini.

Si può pensare di fare colpo su una ragazza offrendole una confezione di passata di pomodoro con la stessa naturalezza (e lo stesso scopo! Penseranno i meno innocenti) con cui le si offrirebbero rose o gioielli? Evidentemente sì. O almeno questo è quello di cui ci vogliono convincere i creativi degli *spot* della campagna *Petti*, che vedono come protagonista il livornese Paolo Ruffini (conosciuto dal pubblico come conduttore di *Colorado* e attore in film di Virzì e di Vanzina). La presenza del protagonista toscano non è per niente casuale, visto che la *Petti* è un'azienda che ha la sua base produttiva in una località della provincia livornese, Venturina Terme, e può dunque veicolare il valore di questo marchio d'origine anche attraverso le caratteristiche esibite da Ruffini. Infatti l'attore, oltre a parlare con forte accento toscano-livornese, è anche noto per una marcata schiettezza naturale che lo rende simpatico al pubblico; tutto questo riverbera anche sui prodotti *Petti* una caratteristica di genuinità, con cui si propongono di piacere ai potenziali consumatori, come sottolinea del resto lo *slogan* finale (recitato dallo stesso Ruffini): «*Petti*, cento per cento pomodoro toscano, ci garba!».

La campagna comprende tre *spot*. Nel primo Ruffini riesce a conquistare la bella Ariadna Romero appunto con il prodotto reclamizzato. Nel secondo lei parla di lui al supermercato con un'amica, la bionda e affascinante Cristina Marino. Nel terzo, infine, la Romero vuole presentare il fidanzato all'amica e nell'attesa ne declina le caratteristiche: «È simpatico; è carino; ma soprattutto è...». In quel momento suona alla porta Ruffini che si presenta con la confezione di passata di pomodoro



dicendo: «biologico!», espressione che sembra completare la frase della Romero. Alla faccia sconcerata dell'amica, Ruffini precisa, con un'aria di smarrimento e di scusa: «Non io, il pomodoro». Ma poi con un certo colpo di genio aggiunge: «cioè, volendo, anche io...». L'equivoco è comunque alla base della costruzione umoristica dello *spot*, in quanto ritorna anche dopo l'introduzione dell'attore toscano nella cucina. Mentre lui abbraccia la fidanzata, la Marino mette in padella la passata; quando questa sfrigola, la assaggia ed esclama all'indirizzo dell'amica: «Finalmente ne hai trovato uno "buono"!». «Di fidanzato?», chiede lui gongolante. «No, di pomodoro», replica lei. Lo scambio tra Ruffini e il prodotto reclamizzato è inevitabile e totale. Ma è proprio quello che gli autori dello *spot* si proponevano. ■