



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

settembre 2015 anno XXIV

249

STAGIONE ITTICA

*Pesce sulla cresta dell'onda,
pescato, importato
o d'allevamento che sia.
Grazie anche all'offerta
di Coop, sempre più
ampia, sicura
e di qualità.*

Per non dimenticare

■ Coop insieme a *Oxfam Italia*
per aiutare il Nepal
colpito dal terremoto

Analisi di mercato

■ Quello di luce e gas
sarà davvero libero mercato?

Sul piede di guerra

■ Ma contro piccoli
e grandi dolori il rimedio c'è

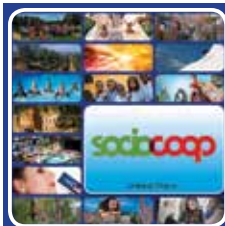
Il quaderno intelligente

■ In Coop i quaderni
per i bambini dislessici

Un libro aperto

■ Intervista alla scrittrice
Dacia Maraini





SOLO PERTE

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



Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com



PARCO ARCHEOLOGICO DI BARATTI E POPULONIA

In Toscana, ripercorri la storia dell'unica città etrusca sul mare.

Il parco, che fa parte del sistema di Parchi e Musei della Val di Cornia, è un vero e proprio museo all'aperto luccicante di scorie ferrose, che testimoniano l'imponenza della città industriale etrusca. La spiaggia è punteggiata dalle tombe a tumulo della grande necropoli etrusca di San Cerbone, mentre le prime colline affacciate sul mare conservano le tracce delle antiche cave e delle tombe scavate nella roccia, nella necropoli delle Grotte. Dominano il golfo i resti dell'Acropoli della città antica. I percorsi, oggi come nell'antichità, seguono strade basolate, attraversano boschi e macchia mediterranea e si aprono su inaspettati scorci rivolti verso l'Isola d'Elba. Uno di questi tracciati si spinge fra i boschi del promontorio per raggiungere i ruderi del monastero benedettino di San Quirico. Infine, l'archeologia "prende forma" nei laboratori creativi di archeologia sperimentale, attivi presso il Centro di Archeologia Sperimentale nei fine settimana primaverili e in estate.

Servizi disponibili:

ParcheoCard per la visita a tariffe agevolate di tutti i Musei e i Parchi archeologici del sistema Parchi Val di Cornia; Visite guidate incluse nel biglietto d'ingresso; Centro di Archeologia Sperimentale incluso nel percorso di visita; Percorsi Trekking; Accoglienza e Bookshop; Bar-Ristorante; Aree attrezzate pic-nic; Parcheggio gratuito.

I bambini fino a 6 anni entrano gratis. **Il buono potrà essere utilizzato per la stagione 2015 o 2016**, a partire dal 5 aprile 2015, nei fine settimana di aprile e maggio, nei ponti primaverili e dal 1° giugno al 15 settembre secondo il calendario di apertura del Parco.

Il calendario completo dei giorni di apertura è consultabile sul sito www.parchivaldicornia.it.

Ingresso Parco Archeologico



900
punti

SPENDI

Ingresso Ridotto Parco Archeologico



700
punti

SPENDI

Ingresso Famiglia Parco Archeologico



2.000
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro gratuito di un biglietto visita completa del Parco con servizio guida.

Buono valido per il ritiro gratuito di un biglietto RIDOTTO con visita completa del Parco e servizio guida (bambini 6-14 anni, adulti oltre 65 anni).

Buono valido per il ritiro gratuito di 1 biglietto FAMIGLIA con visita completa del Parco e servizio guida (da 3 a 5 persone - 2 adulti e 3 ridotti).

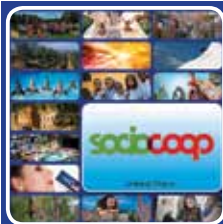
Parchi Val di Cornia:

Tel. 0565 226445 / Fax 0565 226521

prenotazioni@parchivaldicornia.it

www.parchivaldicornia.it

Parco Archeologico di Baratti e Populonia
località Baratti, 57025 - Piombino (LI).



SOLO PERTE

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

Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com



EURONICS

Converti i punti IOMERITOCLUB in punti Coop

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

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

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

Euronics

Per cercare i punti vendita Euronics che aderiscono all'iniziativa visita il sito www.cds.euronics.it o chiama il numero verde **800 067 367**

Ogni 100 punti IoMeritoClub avrai 300 punti Coop



300
punti Coop

ACCUMULA

Per convertire i punti, recati presso un punto vendita Euronics che aderisce all'iniziativa. Scaricando i punti IoMeritoClub riceverai un voucher da compilare e presentare, insieme alla tua carta SocioCoop nel tuo punto vendita Coop. I punti saranno accreditati sulla carta SocioCoop, entro 7 giorni.

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

Converti i punti Coop in punti IOMERITOCLUB

Ogni 100 punti Coop avrai 33 punti IoMeritoClub



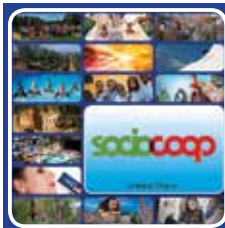
33
punti IoMeritoClub

SPENDI

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

I punti saranno accreditati sulla carta IoMeritoClub entro 7 giorni.

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



SOLO PERTE

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

Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com

socobcoop
Unicoop Tirreno



LA STRADA DEL VINO E DELL'OLIO COSTA DEGLI ETRUSCHI

**1 ingresso
Le Strade del Vino**



**900
punti**

SPENDI

Buono valido per il ritiro di un biglietto adulto per la visita guidata a una cantina con degustazione di vini.
Scadenza voucher 31 maggio 2016

**1 ingresso
Le Strade del Vino**



**900
punti**

SPENDI

Buono valido per il ritiro di un biglietto per la visita guidata al frantoio o all'apicoltura con degustazione dei loro prodotti. I bambini fino a 5 anni compresi entrano GRATIS.
Scadenza voucher 31 maggio 2016

**1 ingresso
Le Strade del Vino**



**1.700
punti**

SPENDI

Buono valido per il ritiro di un biglietto adulto per la visita di una azienda con degustazione di vini e di prodotti tipici.
Scadenza voucher 31 maggio 2016

I vini e gli olii della costa degli Etruschi.

La Strada del Vino e dell'Olio Costa degli Etruschi copre un percorso che supera i 150 km di lunghezza lungo la costa tirrenica e l'Isola d'Elba nella Provincia di Livorno, raggiungendo una parte della Provincia di Pisa.

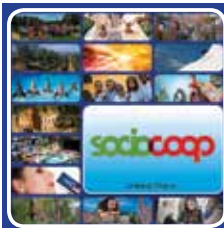
In questa zona si può degustare un calice di vino in una delle cantine immerse tra i vigneti e il verde della "macchia" mediterranea, ma con l'azzurro intenso del mare sullo sfondo, visitare un frantoio imparando a riconoscere oli provenienti da differenti varietà e assaporare la saporosa cucina toscana nei ristoranti circondati dalla calda accoglienza di un agriturismo. Siamo in quella parte di Toscana in cui la rivoluzione italiana del vino ha avuto inizio con il precursore dei "Super Tuscans", il Sassicaia, e proseguito con le iniziative dei tanti viticoltori di questo territorio sparsi nelle cinque zone DOC del territorio, arricchito da una pregevole produzione di oli d'oliva e da prodotti gastronomici di qualità impiegati nella ricca cucina locale.

Le Doc della Strada del vino

La prima zona DOC che si incontra arrivando da nord è quella del Terratico di Bibbona, la DOC più giovane, dove grandi aziende e piccoli produttori hanno già iniziato a produrre vini di ottima qualità. Subito dopo troviamo la DOC Montescudaio, in Provincia di Pisa, una zona più collinare e fresca dove i vini sono eleganti e profumati, a tratti quasi austeri. Dopo pochi chilometri si entra in piena Bolgheri DOC, patria del Sassicaia e di altri grandi vini protagonisti della storia enologica italiana degli ultimi anni. Passando lungo il filare di cipressi cantato dal Carducci, dichiarato monumento nazionale, e arrivando a San Guido, si trova la cantina del Sassicaia e l'ufficio informazioni della Strada del Vino e dell'Olio. Scendendo verso sud, si entra nella DOC Val di Cornia dove i vini hanno un carattere solido e dove le particolari mineralizzazioni del terreno conferiscono ai grandi rossi aspetti austeri e profondi. Attraversando il mare a Piombino, si giunge all'Isola d'Elba con la sua DOC dove l'aleatico passito è il prodotto più tipico e interessante ma dove l'impegno di pochi produttori sta proponendo dei rossi di razza e dei bianchi sapidi e strutturati.

Per prenotazione di visite in cantina e tour: Tel.: +39/0565/749768

turismo@lastradadelvino.com



SOLO PERTE

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

Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com

sociocoop

Unicoop Tirreno

italia
in miniatura
Il Parco Tematico
RIMINI

costa parchi
edutainment



ITALIA IN MINIATURA

Ingresso adulto
Italia in Miniatura



1.100
punti

SPENDI

Buono valido per il ritiro gratuito di un biglietto di ingresso adulto individuale per la stagione 2015 o 2016. I bambini sotto il metro di altezza entrano GRATIS.

Torni gratis tutte le volte che vuoi.

Il buono potrà essere utilizzato per la stagione 2015 o 2016.

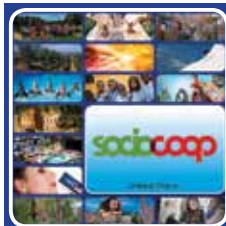
ITALIA IN MINIATURA: aperto tutti i giorni dal 28 marzo al 4 ottobre. Ottobre, novembre e dicembre aperto fine settimana e tutti i giorni dal 26 dicembre al 6 gennaio 2016.

Italia in Miniatura, il parco tematico dedicato all'Italia ed alle sue bellezze.

Dal 1970 fa sognare gli Italiani grazie al suo nucleo storico, costituito da 273 meraviglie architettoniche italiane ed europee, perfettamente riprodotte in scala su un'area complessiva di 85.000 mq, circondate da oltre 5.000 veri alberi in miniatura e da attrazioni originali e suggestive come Venezia, Canoe, Scuola Guida Interattiva, SlingShot, Pinocchio, Pappamondo e Luna Park della Scienza.

Per informazioni:

Per il calendario corretto, visitare il sito internet ufficiale del parco.
Italia in Miniatura - 0541 736736
www.italiainminiatura.it



SOLO PERTE

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

Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com



EXPLORA, IL MUSEO DEI BAMBINI DI ROMA

1 ingresso a Explora



**800
punti**

SPENDI

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

Scadenza buono 31 maggio 2016.

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

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

10.00 - 11.45 (eccetto agosto)

12.00 - 13.45

15.00 - 16.45

17.00 - 18.45

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

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

Il Museo si sviluppa su due piani:

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

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

Explora offre anche:

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

Per aperture/chiusure eccezionali e per variazioni di orario di ingresso consultare sempre www.mdbri.it.

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

Per informazioni e prenotazioni: 063613776

info@mdbri.it, biglietteria@mdbri.it, www.mdbri.it.

Seguici su:





SOLO PERTE

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

Per conoscere tutti i premi:
www.catalogosoci.unicooptirreno.coop.com

sociocoop
Unicoop Tirreno



BRICO IO

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

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

ricevi 1 punto
ogni 2 euro di spesa



1
punto Brico Io

SPENDI

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

I punti saranno accreditati periodicamente e in modo automatico.

L'iniziativa è valida fino al 29 febbraio 2016.

I punti vendita Brico Io aderenti all'iniziativa:

TOSCANA

Massa

Via Catagnina, 3-3R
0585.832977

Viareggio (LU)

Via Di Montramito, 283
0584.44000

Livorno

Via Collinaia, 12
0586.863521

Cecina-Montescudaio (PI)

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

Piombino (LI)

Via della Base Geodetica, 6
Loc. La Fiorentina
0565.276662

Follonica (GR)

S.P. Aurelia, km 226,9
0566.55900

LAZIO

Civitavecchia (RM)

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

Formia (LT)

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

Aprilia (LT)

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

Ceccano (FR)

S.S. 156 Monti Lepini, km 6
0775.641503

Stuzzicante *Relax*

dal 27 agosto al 14 ottobre 2015

Al **PREZZO SPECIALE** di **1,90 EURO**
ogni **25,00 euro di spesa**
potrai ritirare uno **snack box**



Collezionali tutti!

Esempio: con 50 euro 2 snack box

Regolamento disponibile presso i punti vendita partecipanti e su www.unicooptirreno.e-coop.it

Contenitore da trasporto con chiusura di sicurezza, per la merenda di bambini e adulti, con spazio per personalizzazione.

- Capacità 1,33 L.
- Idoneo al lavaggio in lavastoviglie (max 40°)
- Può essere utilizzato in freezer (-18°)
- Può essere utilizzato in microonde (max 400 W per 3 minuti) senza coperchio



coop

Unicoop Tirreno

Promozione valida solo nei supermercati **coop** del Gruppo Unicoop Tirreno



La cara scuola

9

Mentre con il nuovo anno scolastico prenderà vita la riforma della scuola appena approvata dal Parlamento (sarà solo il tempo a dirci se buona o cattiva), c'è qualcosa che non cambia: la spesa che le famiglie devono sostenere per mandare i propri figli a scuola. Abbiamo fatto due conti. Come al solito la voce di spesa più pesante è rappresentata dai libri di testo. Non siamo di fronte a grossi aumenti, ma anche quest'anno si spenderanno in media per libri e dizionari più di 500 euro. Nonostante l'aumento medio abbastanza contenuto rispetto a un anno fa, ci risulta che alcuni libri di testo superino abbondantemente i tetti di spesa fissati dal Ministero. Sarebbe dunque il caso che chi di dovere effettuasse controlli più severi per impedire le solite speculazioni. Naturalmente chi ha acquistato i libri tramite Coop ha risparmiato qualcosa. Ma al bravo studente non servono solo i libri. Corredo scolastico, quaderni, ricambi, zaini, trolley, astucci, diari costeranno in media altri 514 euro ad alunno per un totale di quasi 1.000 euro alla faccia

del costituzionale sacrosanto diritto allo studio. E questa è solo una media. Se prendiamo il liceo, un ragazzo di prima, che avrà bisogno di almeno tre dizionari, spenderà quasi 800 euro solo per i libri. E il totale sale così a 1.300 euro. Per qualcuno è più di uno stipendio. Complessivamente si calcola che

Chissà se dopo la riforma avremo davvero "la buona scuola". Di sicuro continuiamo ad averla "cara". Nel senso di costosa per le famiglie che devono sostenere ogni anno spese crescenti per libri e corredi scolastici.

i prezzi per dotare gli alunni di tutti i materiali necessari, sono aumentati dell'1,5 per cento. Non è tantissimo. Diventa rilevante se consideriamo che il potere d'acquisto delle famiglie è sceso di oltre 13 punti percentuali dal 2008 ad oggi. Non è un caso che siano aumentati gli abbandoni scolastici. E allora bisogna pensare seriamente a come fare per consentire alle famiglie di non svenarsi ogni anno per mandare i propri figli a scuola. Per esempio: perché non incentivare l'editoria elettronica dato che un dizionario *on line* può costare meno di 10 euro? Un'altra soluzione risparmiativa potrebbe essere quella di rendere disponibili in rete gli aggiornamenti senza obbligare lo studente ad acquistare un libro nuovo per qualche pagina in più, aggiunta spesso al solo scopo di rendere inutilizzabile la precedente edizione.

Infine, ora che avranno più autonomia, gli Istituti scolastici potrebbero anche ampliare l'offerta di testi da prestare ai propri alunni. Perché la buona scuola non deve essere cara. ■



730 ONLINE

FIDARSI È BENE,

Numero Verde
800 730 800



CAAF CGIL È MEGLIO.

CGIL
CAAF
Toscana

caafcgiltoscana.it



I.S.E.E.

(INDICATORE DI SITUAZIONE ECONOMICA EQUIVALENTE)

Da gennaio 2015 è in vigore una nuova normativa Isee che, tra l'altro, disciplina la validità della stessa dal momento della presentazione fino al 15 gennaio dell'anno successivo.

La presentazione avviene principalmente tramite i Caaf che acquisiscono le informazioni necessarie, le trasmetteranno all'Inps e rilasceranno, al cittadino, la ricevuta di presentazione e relativo protocollo in attesa del rilascio dell'attestazione Isee, di competenza dell'INPS (entro 10 giorni lavorativi successivi alla presentazione della DSU). Il servizio è gratuito.

LE NOVITA' RIGUARDANO

la nozione di reddito, la componente del nucleo familiare, la componente del patrimonio immobiliare, la componente del patrimonio mobiliare.

In base al tipo di prestazione da richiedere dovranno essere presentate componenti aggiuntive che permetteranno il calcolo di Attestazioni Isee diverse.

Per maggiori chiarimenti rivolgiti al Caaf CGIL

ATTENZIONE!!! I saldi dei cc non sono più sufficienti, devi chiedere alla tua banca anche la garanzia media. Non aspettare l'ultimo giorno

i tempi di rilascio dell'attestazione si sono allungati...

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

CAAF CGIL Toscana...

NON SOLO MODELLI REDDITUALI!

Possiamo esserti di aiuto per **pratiche di assunzione Colf e Badanti**. Hai bisogno di saper cosa devi fare per assumere una colf o una badante? Possiamo aiutarti a districarti in questo mondo. Prendi un appuntamento.

Nei nostri uffici sapremo informarti su tutti gli adempimenti.

PRENOTA AL NUMERO GRATUITO
800 730 800

per i cellulari: **199 100 730**
al costo del piano tariffario del tuo gestore

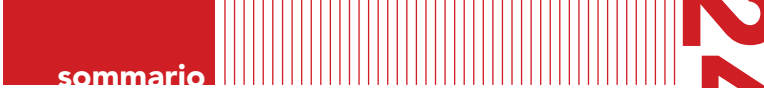
Successioni: CAAF CGIL può esserti vicino anche nei momenti più difficili. Se devi presentare una successione troverai personale qualificato che saprà seguirti e consigliarti al meglio.

- | | |
|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> 730 | <input checked="" type="checkbox"/> UNICO |
| <input checked="" type="checkbox"/> IMU-TASI | <input checked="" type="checkbox"/> ISEE |
| <input checked="" type="checkbox"/> RED | <input checked="" type="checkbox"/> CONSULENZA FISCALE |
| <input checked="" type="checkbox"/> BONUS | <input checked="" type="checkbox"/> Inps ICRIC/ICLAV/ACCAS/PS |
| <input checked="" type="checkbox"/> BADANTI e COLF | <input checked="" type="checkbox"/> SUCCESSIONI |

www.caafcgiltoscana.it

CAAF CGIL TOSCANA  

la tutela individuale passa da noi!



nuovoconsumo

IL MENSILE PER I SOCI DI UNICOOP TIRRENO

Direttore responsabile

Aldo Bassoni

In redazione

Rita Nannelli
Barbara Sordini

Hanno collaborato a questo numero

Barbara Autuori
Francesca Baldereschi
Alessandra Bartali
Barbara Bernardini
Olivia Bongiani
Salvatore Calleri
Luca Carlucci
Roberto Cavallini
Claudia Ciriello
Elena Corsi
Tito Cortese
Daniele Fabris
Maria Vittoria Ferri
Antonio Fico
Jacopo Formaioni
Stefano Generali
Silvia Inghirami
Giovanni Manetti
Enrico Mannari
Gianna Martorella
Massimiliano Matteoni
Roberto Minniti
Massimo Montanari
Giorgio Nebbia
Patrice Poinssotte
Paola Ramagli
Gabriele Salari
Miriam Spalatro
Mario Tozzi
Ersilia Troiano

249 settembre 2015

Progetto grafico e impaginazione

Marco Formaioni
per Studiografico M (Piombino.LI)

Impianti e stampa

Elcograf

Direzione e redazione

SS1 Aurelia Km 237
frazione Riotorto
57025 Piombino (LI)
tel. 0565/24628
fax 0565/24210

nuovoconsumo@unicooptirreno.coop.it

Editore

Unicoop Tirreno soc. coop.

Pubblicità

Unicoop Tirreno
tel. 0565/24111
fax 0565/24213
alessio.misrahi@unicooptirreno.coop.it

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

Tiratura: 189.952 copie
Chiuso in tipografia il 19/8/2015



Font utilizzate

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

9 Il punto
Aldo Bassoni
La cara scuola

contatti

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

firme

- 16 Salvatore Calleri
È giusto così
- 17 Gabriele Salari
Bocconi amari
- 18 Tito Cortese
Malcostume di scena
- 19 Giorgio Nebbia
Inferno di metallo
- 20 Mario Tozzi
Ambiente protetto
- 21 Massimo Montanari
Grasso che cola
- 69 Gianna Martorella
Dente avvelenato
- 78 Giovanni Manetti
Oggetto del desiderio

attualità

- 22 La notizia
Aldo Bassoni
Roberto Cavallini
Per non dimenticare
- 24 Primo piano
Aldo Bassoni
Stagione ittica
- 45 Inchiesta
Antonio Fico
Analisi di mercato

soci

- 30 **La forza del territorio**
- 32 **Togliersi un peso**
- 34 **Buone idee**
- 36 **Una firma contro le false cooperative**
- 42 Per voi soci
- 79 Convenienza

viaggi

- 40 **Angolo cultura**
Alessandra Bartali

salute

- 50 **La via dell'ortofrutta**
Ersilia Troiano
- 51 Faccende domestiche
- 52 **Sul piede di guerra**
Barbara Bernardini
- 53 Sani & salvi

prodotti

- 54 **Dalla mattina alla sera**
Maria Vittoria Ferri
- 56 **Piccoli naviganti**
Roberto Minniti
- 58 **Il quaderno intelligente**
Daniele Fabris
- 59 Eco sistema
- 60 **Colpo di tacchino**
Silvia Inghirami
- 61 Presidi Slow Food
- 62 **Cuoco e fiamme**
Olivia Bongiani
- 64 **Menu di funghi porcini**
Paola Ramagli
- 68 A tavola con i bambini

ennci

- 70 **Coscienza di classe**
Rita Nannelli
- 71 Tempi moderni
- 72 **Emotivo d'interesse**
Patrice Poinssotte
- 73 Scienza infusa
- 74 **Vacci piano**
Barbara Autuori
- 75 Le vite degli altri
- 76 **Un libro aperto**
Aldo Bassoni
- 77 Triplavù



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

Massima correttezza

Nel corso della trasmissione Radio anch'io del 17 giugno scorso, focalizzata sul tema delle raccolte di ortofrutta nelle campagne del Sud e il fenomeno del caporalato, il sig. Lavorato dell'organizzazione SOS Rosarno ha attaccato i comportamenti commerciali nel settore ortofrutta della Grande Distribuzione, citando Coop ed Esselunga. Essendo un socio di vecchia data che crede molto nella correttezza dei comportamenti della mia Cooperativa, vorrei una precisazione in merito ai controlli sulle filiere produttive e sul rispetto dei diritti dei lavoratori. via e-mail

Risponde Silvia Mastagni, responsabile ufficio stampa Ancc-Coop.

Indubbiamente Coop è stata chiamata in causa in modo scorretto e denigratorio. Per questo abbiamo chiesto alla trasmissione *Radio anch'io* di dare spazio alla nostra posizione. Innanzitutto Coop effettua un monitoraggio costante sulle filiere dell'ortofrutta e presidia i fornitori di prodotti a marchio dal 1998 con il sistema SA8000 (standard etico) integrato con focus specifici relativi alla sicurezza sul luogo di lavoro. Vengono effettuate verifiche lungo tutta la filiera (in questi anni oltre 1.200 ispezioni), comprensive di interviste anonime ai lavoratori (in particolare per verifica-

re il rispetto degli orari di lavoro e dei salari); inoltre vengono raccolte informazioni dagli *stakeholder* locali (sindacato, organizzazioni non governative ecc.), il tutto tramite *auditor* esterni qualificati. In caso di settori critici, quali quello degli agrumi in Sicilia e Calabria o del pomodoro da trasformazione, i controlli coinvolgono in particolare modo le aziende agricole. Negli ultimi 5 anni, infatti, Coop ha espulso 7 aziende agricole. I controlli interessano anche il versante dei contratti: a fronte di una non corrispondenza dei salari dei lavoratori con quanto stabilito, Coop procede alla sospensione dei contratti di fornitura. Un impegno continuo, oneroso e non di facciata rispetto al quale sono assolutamente prive di fondamento e al limite del diffamatorio le affermazioni del signor Lavorato rese durante la trasmissione di *Radio anch'io*. Coop, infine, come è sua natura, non si sottrae al confronto, ma offre il suo contributo rispondendo a quanto viene richiesto su una materia così delicata come nel rapporto curato da alcune ong (*Terra! Onlus, Associazione antimafie da Sud e Terrelibere.org*) e presentato recentemente nell'ambito della campagna *#FiliereSporca*. Gli *invisibili dell'arancia e lo sfruttamento in agricoltura nell'anno di Expo*.



Italiani veri

Sono d'accordo con la signora che scrive nella rubrica "Coop risponde" del numero di luglio-agosto di Nuovo Consumo (Fuori stagione, pag. 13): voi non privilegiate i prodotti italiani. Per noi soci di Coop la stagionalità è molto importante e anche la sicurezza del prodotto e la provenienza da terre non inquinate. via e-mail

Spero sia d'accordo anche con la risposta che abbiamo dato e cioè che Coop da sempre privilegia le produzioni italiane e in particolar modo quelle locali con la linea *Vicino a noi*.

Aldo Bassoni



Fatti non parole

Si parla tanto di raccolta differenziata e si fa poco. Ma un sistema per farla bene c'è. Basta copiare da Austria, Svizzera, Germania ecc. Ad esempio, si compra una bottiglia d'acqua minerale che costa 15 centesimi più 25 centesimi per il vuoto che sia plastica, vetro o lattina.

I supermercati hanno una macchina in cui si mette questo reso e poi esce uno scontrino del valore di 25 centesimi che si sconta poi alla cassa. Perché in Italia è sempre tutto così difficile? lettera



coop risponde

a cura del Filo Diretto di Unicoop Tirreno
Numero verde 800861081

Quotidiano d'informazione

13

Quando passo dalla cassa con il quotidiano acquistato fuori dal negozio mi viene chiesto se l'ho comprato dentro. Vorrei capire se questa richiesta è legittima.

Quando si entra nel negozio con merce acquistata altrove, soprattutto se si tratta di prodotti venduti anche all'interno, è necessario farlo notare all'entrata, così che il successivo passaggio alle casse non crei malintesi o incomprensioni. All'ingresso degli Ipermercati siamo ormai abituati alla presenza del personale di sicurezza che ha cura di verificare, ed eventualmente sigillare o contrassegnare, la merce proveniente dall'esterno. Nei Supermercati, che non hanno la possibilità di ospitare questo servizio, è il cliente che deve avere l'accortezza di mostrare al *Punto d'ascolto* questi articoli. Dato il numero di clienti che ogni giorno visitano i nostri punti vendita, sarebbe impossibile gestire situazioni come quella che ci descrive senza avere la possibilità di effettuare opportune verifiche.



Correre ai ripari

Ho acquistato più di due anni fa una macchina da caffè Fior fiore. Ora è guasta e mi hanno detto che è fuori garanzia. Significa che non è riparabile?

Passatidueannidall'acquisto i prodotti non sono più coperti da garanzia. Questo non significa che non siano riparabili, ma semplicemente che l'eventuale intervento di riparazione è a carico del cliente. Per quanto riguarda la macchina da caffè Fior fiore esiste un servizio d'assistenza dedicato proprio alle macchine acquistate più di due anni fa. Per usufruirne è sufficiente contattare il numero verde 800980481 oppure inviare una mail a coop@testok.it. Il prodotto verrà ritirato al suo domicilio, sarà fatto un preventivo di spesa che lei potrà valutare e, se deciderà di procedere con la riparazione, riceverà direttamente a casa la macchina da caffè una volta riparata.



Tutto compreso

Ho acquistato un pacchetto "viaggio tutto compreso" di 3 settimane per le Maldive, ma a distanza di pochi giorni dalla partenza il tour operator mi ha comunicato che il viaggio è stato annullato e me ne propone uno alternativo di 14 giorni in un'altra località. Trattandosi di una vacanza completamente diversa da quella che avevo prenotato e considerato che solo in questo periodo posso usufruire di ferie così lunghe, che cosa mi consigliate di fare?

turistico ("viaggio tutto compreso") viene cancellato prima della partenza, per

Il Codice del turismo prevede tutele specifiche a favore del turista che dovesse vedersi, come nel suo caso, cancellata all'ultimo momento la tanto attesa vacanza. All'articolo 42 è scritto che, quando il pacchetto

qualsiasi motivo tranne che per responsabilità del turista, quest'ultimo potrà scegliere se usufruire di un altro pacchetto di qualità equivalente o superiore senza supplemento di prezzo o di un altro qualitativamente inferiore, previa restituzione della differenza del prezzo, oppure decidere di farsi rimborsare, entro 7 giorni lavorativi dal momento del recesso o della cancellazione, la somma di denaro già corrisposta al *tour operator*. Alla luce delle tutele previste consigliamo di valutare bene le alternative a cui si ha diritto, in modo da scegliere quella più consona alle nostre esigenze. Se il *tour operator*, o l'agenzia intermedia, non dovesse riconoscerle quanto sancito dalla normativa, potrà inoltrare a mezzo raccomandata a/r un reclamo all'agenzia di viaggi interessata, chiedendo l'applicazione della norma in materia di "viaggi tutto compreso". Se poi l'agenzia non dovesse darle riscontro, potrà rivolgersi a *CittadinanzAttiva* per ricevere assistenza.

Info

Codice del turismo decreto legislativo n. 79/11

Claudia Ciriello

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



Non ho l'età

Oggi si parla tanto delle baby pensioni greche, mentre in Italia ci si lamenta perché si va in pensione sempre più tardi. Come sono cambiati da noi i limiti d'età per avere diritto alla pensione di vecchiaia?

In Italia non c'è più la possibilità di avere una baby pensione. Al contrario, ultimamente ha fatto molto scalpore il decreto con il quale l'età minima chiesta per ottenere la pensione di vecchiaia Inps è stata aumentata di altri 4 mesi. Dopo i precedenti 3 mesi in più stabiliti per il triennio 2013-2015 che hanno

portato l'età di pensionamento per gli uomini a 66 anni e 3 mesi, arriveremo nel triennio 2016-2018 a 66 anni e 7 mesi. Dal 2019 poi ci saranno altri aumenti fino ad arrivare alla faticosa soglia dei 67 anni nel 2021. Questi continui aumenti sono legati al progressivo invecchiamento della popolazione e al fatto che la pensione è stata agganciata alla cosiddetta aspettativa di vita da una legge del 2010 che prevede scatti continui in avanti, per ora triennali, ma che dal 2019 diverranno biennali. L'ultimo aumento di 4 mesi riguarda tutti i lavoratori dipendenti dei settori

Dolce stil novo

Non riesco a resistere ai dolci: quando sono a casa mangio in continuazione biscotti e merendine di mio figlio; se poi ci sono dei cioccolatini finisco di solito per mangiarli tutti prima di sera. Può consigliarmi delle tecniche di controllo che possano aiutarmi a eliminare quest'impulso irrefrenabile?



Siamo geneticamente attratti dai cibi che hanno un sapore dolce perché ci regalano una fugace sensazione di piacere che spegne temporaneamente il disagio provocato da emozioni sgradevoli come la noia, la frustrazione, la tristezza ecc. Il sapore dolce porta alla liberazione di dopamina nei centri cerebrali della ricompensa, il neurotrasmettitore del piacere, ma anche della dipendenza e dell'assuefazione. Infatti, l'attrazione irresistibile per i dolci può diventare si-

mile a una vera e propria assuefazione, per alcuni più difficile da combattere rispetto a quella dal fumo. Oltre all'ovvio suggerimento di limitare il più possibile i cibi tentatori che si tengono in casa, è possibile identificare tutta una serie di attività alternative da mettere in atto quando compare l'impulso a mangiare i dolci. È sufficiente riuscire a distogliere l'attenzione almeno per 15 minuti impegnandoci a fare altro perché l'impulso perda forza. Ciò che suggerisco ai miei pazienti è di concentrarsi sulla respirazione con consapevolezza e presenza mentale. È una tecnica questa che funziona piuttosto bene dopo un po' di pratica.

Le radici del sodio

Le acque povere di sodio possono essere utili per chi soffre di ipertensione?

Si definiscono acque iposodiche quelle in cui il contenuto di sodio è inferiore a 20 mg/litro. Rientra in questa categoria gran parte delle acque minerali in commercio, da preferire se si ha un problema di ipertensione e si deve limitare l'assunzione di sodio. Occorre precisare, però, che non è l'acqua la principale fonte di sodio della nostra

alimentazione, ma il sale che aggiungiamo al cibo e quello che si trova in molti alimenti, senza che noi ne siamo consapevoli. In 1 etto di prosciutto magro se ne trovano, ad esempio, 1.500 mg; per raggiungere questa quantità, bevendo acqua con un contenuto sodico di 50 mg/litro, dovremmo assumerne almeno 30 litri. Ricordo, invece, a chi pratica uno sport in cui si suda molto che è bene bere un'acqua non troppo povera di sodio per non incorrere in un'iponatriemia, una condizione clinica molto pericolosa.

pubblico e privato, i lavoratori autonomi e parasubordinati, sia uomini che donne. Ma per le donne, o per lo meno per alcune di esse, l'aumento è molto più consistente. Questo perché si intrecciano due diverse "crescite anagrafiche" che agiscono una indipendentemente dall'altra, ma che poi si combinano insieme e fanno un solo totale. L'aumento più significativo è legato al fatto che le donne hanno perso il beneficio di andare in pensione 5 anni prima dell'uomo e stanno a poco a poco avvicinandosi a una soglia anagrafica identica per tutti. Ed è per questo

che dal 2016 si sale un altro gradino. La situazione più pesante si presenta per le lavoratrici dipendenti del settore privato che dagli attuali 63 anni e 9 mesi passeranno a 65 anni e 7 mesi con un aumento di ben 1 anno e 8 mesi. Per le colleghe del settore pubblico, ormai da tempo allineate ai colleghi maschi, l'aumento è solo quello dei 4 mesi. Per le lavoratrici autonome e parasubordinate iscritte all'*Inps* c'è un aumento, per così dire, intermedio: 1 anno e 2 mesi. Così che dagli attuali 64 anni e 9 mesi passeranno dal prossimo anno a 66 anni e 1 mese.

ora legale di Salvatore Calleri



È giusto COSÌ

**Legalità, giustizia sociale, antimafia.
Tre termini indissolubili per combattere
davvero la mafia.**

Legalità. Antimafia. Due termini semplici da un lato e complessi dall'altro. Due termini usati spesso, con un contorno di polemiche in cui molti commentatori si ergono a paladini del pensiero sciasciano, in modo poco sciasciano. Due termini che per qualche *big* non dobbiamo più usare perché inflazionati. Ebbene io li uso. Li uso perché mi piacciono. Li uso perché rappresentano la mia vita vissuta negli ultimi 25 anni. Li uso ma al contempo do loro una definizione precisa per non confondermi con i tanti quaquaraquà moderni.

Legalità significa rispetto della legge, ma dopo la rivoluzione francese inizia a farsi strada la legalità come principio in contrapposizione al re assoluto la cui legge veniva applicata da un suo servile magistrato. Quindi negli anni il concetto si evolve. La legalità degli stati assoluti e delle dittature non corrisponde al principio di legalità moderno. Basti pensare alle leggi razziali volute da Hitler e poi da Mussolini.

Oggi quindi per definire la legalità si deve necessariamente attingere ai nostri

principi supremi che sono la *Dichiarazione universale dei diritti dell'uomo*, la *Costituzione italiana* e da pochi anni la *Carta di Nizza*. Ossia oggi la legalità va coniugata con la giustizia sociale.

Il principio di legalità derivante dalla rivoluzione francese si coniuga con la legge delle carte fondamentali che si fondono con la giustizia sociale.

La mafia è il contrario di tale principio. La mafia, quindi, rappresenta l'antilegalità per eccellenza. Il cosiddetto movimento antimafia rappresenta quella parte di società che combatte la mafia sin dalle sue origini. Con la nascita della mafia è nato socialmente anche chi la combatte. E l'antimafia sociale ha spesso anticipato quella istituzionale. L'antimafia quindi ormai è nella storia del nostro paese.

Il termine antimafia è quindi connesso con il termine legalità. Oggi qualcuno, anche facente parte dell'antimafia, prova quasi vergogna ad usare tali termini. Io al contrario preferisco attualizzarli per definire in chiave moderna dove deve andare oggi il movimento antimafia. Oggi è necessario coniugare la legalità intrisa di giustizia sociale allo sviluppo con il quale si combatte la mafia. Accanto a ciò bisogna essere raffinati nell'analisi di come oggi la mafia agisce. ■



Bocconi amari

Nel rapporto di Greenpeace sulla produzione di mele i dati di un'agricoltura che fa uso di pesticidi.

Due terzi dei campioni di suolo e acqua prelevati nei meleti europei contengono residui di pesticidi e il 70 per cento dei pesticidi identificati hanno livelli di tossicità molto elevati per gli esseri umani e per l'ambiente. In un singolo campione di suolo raccolto in Italia sono state rilevate fino a 13 sostanze chimiche diverse e 10 in un campione di acqua, un vero e proprio cocktail di pesticidi. 7 dei pesticidi trovati non sono attualmente approvati nell'Ue, ma possono essere utilizzati solo con eccezionali deroghe temporanee.

Sono i dati del rapporto *Il gusto amaro della produzione intensiva di mele di Greenpeace* che ha analizzato 85 campioni d'acqua e suolo prelevati in dodici Paesi europei, tra cui l'Italia.

«L'Italia è uno dei maggiori produttori di mele a livello europeo.

Abbandonare un modello agricolo fortemente dipendente dai prodotti chimici è fonda-

mentale, anche per proteggere i nostri agricoltori e le loro famiglie, che sono i primi a essere direttamente esposti – dichiara Federica Ferrario, responsabile campagna *agricoltura sostenibile di Greenpeace Italia* –. L'imponente uso di queste sostanze nella produzione intensiva di mele è un altro fallimento dell'agricoltura industriale».

Il rapporto di *Greenpeace* evidenzia che una produzione di mele sostenibile, senza contaminazione del suolo e delle acque, è fattibile, e vengono presentate una serie di soluzioni sostenibili già adottate nella produzione di mele per ridurre l'utilizzo di pesticidi chimici. Un ecosistema agricolo in equilibrio è il fattore chiave, dal momento che aumenta la resilienza a parassiti e malattie e, contemporaneamente, favorisce i nemici naturali dei parassiti, come le vespe, attraverso una maggiore disponibilità di poline e nettare.

Per saperne di più basta andare su socosamangio.greenpeace.it oppure leggere il rapporto www.greenpeace.org/italy/produzione_intensiva_di_mele. ■

Gabriele Salari
ufficio stampa Greenpeace



Messaggio in bottiglia Strane ma vere

Presto le classiche bottiglie d'olio saranno verdi non solo per il colore. Verranno realizzate, infatti, con il 100 per cento di plastica riciclata. Un oleificio campano ha progettato, in collaborazione con alcune università italiane, una bottiglia sperimentale che promette di garantire tutte le qualità del vetro e di non avere nessun impatto sull'ambiente. L'iniziativa è nata grazie al progetto Re-Pack Edoils, finanziato dai fondi Leader+ dell'Unione europea. Ammesso in Italia dal 2013, il Pet riciclato proviene dalla raccolta differenziata di bottiglie già destinate al confezionamento di alimenti, selezionate e lavorate con un processo di rigenerazione certificato, che consente di ripristinare le condizioni iniziali di funzionalità e salubrità del materiale.

Sono appena state scoperte e sono già a rischio estinzione. Secondo un rapporto del Wwf si tratta di 139 specie animali, molte delle quali decisamente bizzarre, individuate lo scorso anno dagli scienziati nella regione del Grande Mekong, un'area immensa che si estende lungo il corso del fiume Mekong in Cambogia, Laos, Thailandia, Vietnam e Birmania. Tra gli animali più rari il serpente-lupo, che si mimetizza con la corteccia degli alberi, il pipistrello dentato, con zanne lunghissime, e una tremenda vespa che paralizza con un solo morso le sue vittime prima di divorarle.



Malcostume di scena

18

Nel degrado e nella corruzione del calcio tutta la crisi della società contemporanea.

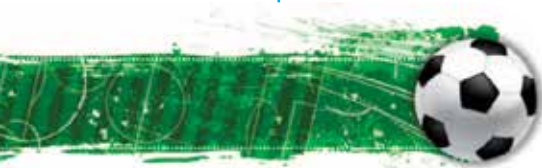
È ricominciato il campionato nazionale di calcio. Ma la deriva seguita ormai da troppe stagioni non permette certo di essere ottimisti sulle sorti dello sport-spettacolo più amato dagli italiani. È vero, imbrogli e scandali ci sono sempre stati, e neanche le commistioni criminali col mondo del pallone costituiscono una novità degli ultimi tempi: *doping*, scommesse clandestine, violenze negli stadi, scudetti e promozioni revocati si ritrovano nelle cronache dei decenni precedenti e non solo nel campionato italiano. Ma adesso c'è la percezione che sia venuto meno, da noi, proprio il senso di questa che è un'autentica passione collettiva.

Le cause, al di là del ripetersi

degli episodi di frode e di illegalità diffusa, sono al tempo stesso esterne e interne all'ambiente calcistico e rimandano, su entrambi i piani, al progressivo decadere del costume civile. Per questo non c'è da essere ottimisti. Il calcio è stato totalmente subordinato al mercato televisivo e questa è la ragione diretta del suo snaturamento come sport professionistico. Non contano più tanto i ricavi della vendita dei biglietti, gli abbonamenti, le attività connesse; il *business* è tut-

to nella spartizione della torta dei diritti televisivi. Si spiegano così i fenomeni di corruzione nella federazione mondiale del calcio, la *Fifa*. In Italia le cifre sono salite a livelli che rendono difficile la gestione da parte dei vecchi capitalisti-tifosi di casa. Non per niente una fetta sempre più larga del nostro calcio è finita nelle mani di ultraricchi che stanno da tutt'altra parte della terra (Oriente, America, Russia, Paesi Arabi): e non solo le squadre titolate di città come Roma, Milano, Bologna, ma anche formazioni più modeste delle serie minori, perché la logica alla fine è la stessa.

Nello sport dilettantistico le cose non vanno meglio. Ragazzini di squadrette di paese, appena usciti dall'oratorio, sono comprati e venduti tra l'indecisa frenesia di genitori, avidi solo di denaro e di successo. Poco importa che poi neppure i più abili trovino posto ai piani alti del calcio professionistico, dove sembra esservi spazio solo per gli stranieri. Il degrado ci indica le ragioni della crisi di questo sport che riflettono il decadere complessivo del costume nella nostra società. Nell'epoca in cui si è proclamata la fine delle ideologie, c'è in realtà un'ideologia che regola i rapporti in ogni ambito e ad ogni livello. Si chiama ideologia del successo e del denaro ad ogni costo, e si è estesa come una metastasi nelle fibre della società, calcio compreso, che ne è rimasto coinvolto in modo totale, dai miliardari imbrogli della *Fifa* fino all'indegno mercato sulla porta dell'oratorio. ■



beni di consumo di Rita Nannelli

Motivi di salute

Nel carrello della spesa sempre più prodotti naturali, cibo a basso contenuto di grassi e integrale. Lo rivela la ricerca Nielsen Global Survey on Health Wellness and Nutrition – condotta su un campione di 30mila persone in 60 paesi – per la quale, se il 57 per cento degli italiani si considera sovrappeso e il 53 per

cento (quota in crescita) vorrebbe dimagrire, solo il 16 per cento è propenso senza riserve a pagare di più per prodotti salutistici e l'89 per cento non è disponibile a sacrificare il gusto. Ma, visto che la salute vien mangiando, a crescere, del 14 per cento, è il consumo dei prodotti biologici, dello zucchero di canna (+16 per cento),

del miele (+6 per cento), ma anche della pasta (+33 per cento) e dei biscotti (+34 per cento) senza glutine. Sempre più posto sulle tavole del Belpaese per i prodotti integrali (+42 per cento il riso, +36 per cento la pasta) e per gli integratori multivitaminici-multiminerali che crescono dell'11 per cento.





Inferno di metallo

I metalli impiegati dalle industrie non devono provenire da zone di guerra. Una proposta di legge europea che fa discutere.

C'è della violenza in molte merci che usiamo ogni giorno. Essa deriva dal fatto che sono fabbricate con materie prime provenienti da zone, specialmente africane, nelle quali sono in corso violenti guerre sotterranee fra tribù o gruppi politici e criminali. Conflitti che attraversano i confini politici e sono alimentati da armi acquistate vendendo clandestinamente quelle materie che i paesi industriali vogliono e rivendono con alti profitti. Con le stesse armi questi gruppi tengono in condizioni di schiavitù i minatori reclutati con la violenza fra gli indigeni. Qualcuno ricorderà il film

Diamanti di sangue del 2006, con Leonardo Di Caprio, che racconta un episodio di conflitti fra bande che si contendono i diamanti delle ricche miniere della Sierra Leone nell'Africa occidentale. Insanguinati non sono soltanto i diamanti, ma anche alcuni minerali metallici di grande valore ed essenziali per molte applicazioni industriali. Ha avuto ben poco rilievo la notizia che nel maggio 2015 il Parlamento europeo ha approvato a maggioranza la proposta di regolamento per istituire un sistema europeo di certificazione per gli importatori di stagno, tungsteno, tantalio, dei loro minerali e di oro, originari



di zone di conflitto e ad alto rischio. Negli Stati Uniti una simile legge esiste dal 2010. I "metalli insanguinati" sono quelli contenuti nei minerali estratti principalmente nelle zone della Repubblica popolare del Congo e in Angola. Lo stagno è essenziale in siderurgia e per la preparazione di vernici; il tungsteno è necessario per la produzione di leghe d'acciaio ad alta resistenza; il tantalio, ricavato dal coltan, il minerale contenente columbite e tantalite, è essenziale per l'elettronica di consumo e per quella militare; l'oro è richiesto per gioielli e per le saldature in elettronica. Sia negli Stati Uniti che in Europa la proposta di obbligare le industrie a dichiarare che i metalli che usano non provengono da zone in guerra ha suscitato differenti reazioni. Favorevoli le associazioni che si battono per i diritti umani e per la pace, le quali sperano che la diminuzione dei profitti delle bande in guerra contribuisca a ristabilire una qualche pace e a combattere la corruzione. Contrarie, e non fa meraviglia, le imprese che temono che le norme contro i "metalli insanguinati" facciano diminuire i loro profitti e che tirano fuori anche la commovente preoccupazione per i minatori africani che potrebbero perdere la loro, sia pure supersfruttata, occupazione. Alcune industrie produttrici di elettronica di consumo hanno, invece, dichiarato volontariamente di non usare metalli provenienti da paesi in conflitto come dimostrazione della propria correttezza e come occasione di pubblicità. ■

chissà cosa di Jacopo Formaioni

Telecomando io

Si spegne la movida estiva e si riacendono i televisori nelle case degli italiani, telecomando alla mano. Un terzo delle famiglie ha 2 o più televisori e altrettanti telecomandi, senza contare che questi si sono moltiplicati nel tempo: per videoregistratore, dvd, impianto stereo, con-

dizionatore, decoder... Tutti difficili da usare, a detta dell'88 per cento degli italiani, e incompatibili tra loro, tanto che il telecomando universale è ormai un gadget sognato ad occhi aperti. Brevettato da Nikola Tesla nel 1898, solo cinquant'anni dopo fu impiegato nell'uso dome-

stico, con il primo modello messo sul mercato dalla statunitense Zenith Radio Corporation. Prima collegato con un filo all'apparecchio, poi passato alla tecnologia delle cellule fotoelettriche, frequenze ad ultrasuoni e infine agli infrarossi, ben più precisi e versatili, "tu nella vita comandi fino a quando - diceva una canzone - ci hai stretto in mano il tuo telecomando".





Ambiente protetto

20

L'enciclica "verde" di papa Francesco che, però, non fa cenno al grave problema della crescita demografica dei paesi poveri.

Come molti ho apprezzato l'enciclica di papa Francesco dedicata all'ambiente. Però inizierei da quello che manca: una critica alla crescita demografica incontrollata degli uomini. Molti studiosi ritengono che 7 miliardi e passa di umani non possano in alcun modo essere sostenuti senza scompensi da un pianeta che il dio del papa ha smesso di creare da un bel pezzo. Ci si illude ancora che ogni uomo potrà, prima o poi, arrivare al livello di consumi e benessere degli occidentali. Se ciò non è ancora avvenuto, non è perché sia mancato il tempo (che ce ne è stato pure troppo), ma perché questa

è un'impossibilità fisica, e sarebbe bene che anche la chiesa se ne rendesse conto, favorendo politiche di controllo delle nascite nei paesi più poveri del mondo. Mondo che non è mai stato così moderno, ma certamente non è mai stato così diseguale, perché il benessere della minoranza lo pagano sempre le maggioranze sofferenti e l'ambiente sfruttato oltre ogni regola. Ed è sempre più vero che maggiore ricchezza alla parte ricca del mondo non porta e non porterà mai benessere ai più poveri, per la semplice ragione che quella ricchezza può crescere solo sulla povertà degli altri. E che non può essere altrimenti



che così. Ma questo nell'enciclica papale è ben compreso. Le attività produttive dell'umanità inibiscono in maniera permanente il diritto delle generazioni future di abitare un pianeta in salute che dispensi risorse e felicità per tutti. Questo il significato pregnante dell'enciclica di Francesco. In pratica il papa ci ricorda che la vita è la base dell'economia e non viceversa. Esattamente quanto sostengono gli scienziati: l'economia è un sottosistema della biosfera e non viceversa, come molti economisti e politici sostengono, se non a parole, nei fatti. Ma il papa è in realtà molto più duro e giustamente invoca un cambiamento di sistema produttivo senza più alcun ritardo: parole che nessun uomo politico di statura mondiale ha mai avuto il coraggio di pronunciare. L'ambiente deve essere considerato un insieme unitario con l'uomo, come il feto con la madre, non un qualcosa di separato. Chissà perché molti sono pronti a comportarsi come il papa dice quando parla di morale privata, ma poi si tirano indietro quando parla di ambiente o di economia. Si segue la Chiesa quando contrasta la pillola del giorno dopo o il divorzio breve, ma non quando suggerisce i comportamenti necessari per non restituire un pianeta distrutto alle future generazioni che ce lo hanno solo prestatato. La critica è anche per la tecnologia, che non riserva felicità e vero progresso, ma solo profitti per i soliti noti, illudendo che possedere il nuovissimo modello di *smartphone* corrisponda a un mondo migliore. Non c'è da meravigliarsi se quest'enciclica non sia piaciuta ai potenti del mondo. ■

t #mariotozzi

al naturale di Stefano Generali

Immersa nel verde

L'Unione europea è sulla buona strada per raggiungere l'obiettivo del 20 per cento di energie rinnovabili entro il 2020, come previsto dagli accordi del 2009. A 5 anni dall'entrata in vigore della nuova

normativa in tutta l'Unione la percentuale di energia pulita sul totale del consumo elettrico si è, infatti, attestata al 15,3 per cento. Si tratta di una buona notizia, che dimostra come il vecchio continente abbia creduto in questo percorso



verde, tanto da vantare oggi una quota di energia pulita pro capite superiore di almeno 3 volte a qualunque area del mondo. Un settore in forte crescita, con 1 milione di occupati e un valore economico di oltre 130 miliardi di euro l'anno.



Grasso che cola

21

Nel nome della località Abbiategrasso l'augurio di abbondanza e felicità, perché un tempo grasso voleva dire ricchezza. Allora abbiate grasso!

In questi mesi di *Expo* mi capita spesso di visitare Milano e ogni tanto prendo la M2, la metropolitana "verde". In direzione sud, uno dei capolinea è la stazione sotterranea di piazza Abbiategrasso. Il nome è quello dell'omonima località, una ventina di chilometri dal capoluogo lombardo. Questo nome è un vero monumento storico. Non so se ci avete fatto caso: suona come un auspicio. È un augurio di grasso, cioè di abbondanza e di benessere, nella significativa accezione che i nostri antenati diedero a questa parola e a quest'idea.

Per la verità leggo che il toponimo deriverebbe dal celtico *abia*, che vuol dire acqua, e potrebbe perciò significare "luogo d'acqua" (Abbategrasso sorge proprio sulla linea dei fontanili). I romani l'adattarono alla loro lingua e il luogo forse si chiamò *Habiate*, dando nome alla *gens Abia* che

vi era insediata. Più tardi, nel quattordicesimo secolo, un documento testimonia lo sdoppiamento del nome, indicando la località come *Habiate qui dicitur Grassus* ovvero: Abbiate detto Grasso. Il

secondo appellativo si riferisce alla "valle grassa", il fertile territorio al centro del quale sorgeva l'abitato. Ecco dunque comparire quella nozione di "grasso" che tanto piaceva alla cultura medievale. Se una città era reputata florida e felice, non poteva che essere "grassa": vedi Bologna (ma la stessa Milano fu chiamata così, nel Medioevo). Se un gruppo sociale si distingueva per la sua ricchezza e per l'agio dei modi di vita non poteva che essere il "popolo grasso": così fu chiamata la potente borghesia mercantile che comandava a Firenze. Grasso doveva essere ogni cibo, per essere apprezzato. Grasso il formaggio, grassa la carne tant'è che la Chiesa denominò "dieta di magro" il regime privo di carne che si doveva osservare il mercoledì e il venerdì, e tutta la quaresima, e in altri periodi ancora. Insomma il Medioevo – carente di carne e di grasso – diede a questa nozione un valore assolutamente positivo che noi oggi abbiamo trasformato nel suo contrario, ossessionati come siamo dall'eccesso di calorie e dal colesterolo che avanza.

Abbategrasso è il nome che nel corso del Medioevo sintetizza le tradizioni toponomastiche della località: l'Abbate dei romani e prima ancora dei celti; il grasso del Medioevo. Messi insieme, i due nomi ne creano un terzo e ne viene fuori un divertente gioco di parole. Non c'è dubbio che questo gioco, a chi lo inventò, piacesse molto. Abbiate grasso, siate felici.

Nell'anno dell'*Expo*, l'auspicio – e l'impegno – è di condividere l'abbondanza con chi ha fame. ■



il buongustaio di Silvia Inghirami

La regina di Bologna

Un festival internazionale dedicato alla "regina rosa" della gastronomia bolognese: è il Mortadella, please che si terrà il 20 e il 21 settembre a Zola Predosa, alle porte di Bologna. Per due giorni nella Cittadella

del Gusto si potranno degustare tante ricette a base di mortadella in abbinamento con i vini dei Colli Bolognesi. Il programma prevede sfilate, concerti, dimostrazioni, mini corsi nonché laboratori gratuiti per bambini e un concorso laboratorio che premierà i migliori taglieri. E ancora un mortadella trekking per passeggiare sulle verdi colline zole-

si, spettacoli itineranti con musicisti e artisti di strada nonché l'esibizione di comici, ballerini e per finire maestri di karate.



Per non dimenticare

A pochi mesi dal terribile terremoto che ha colpito il Nepal, Coop insieme a Oxfam Italia per aiutare le popolazioni colpite a superare la stagione dei monsoni.

■ Aldo Bassoni
Roberto Cavallini

Sono passati alcuni mesi da quel 25 aprile quando la terra del Nepal tremò e trasformò in un ammasso di rovine uno degli angoli più affascinanti e suggestivi del pianeta seminando morte e distruzione. Poi venne un'altra scossa il 12 maggio, più debole ma non meno catastrofica, perché colpì un territorio già devastato dal primo sisma. Complessivamente 8.745 persone sono morte e circa 20mila sono rimaste ferite; decine di migliaia gli sfollati. Quasi 3 milioni di persone sono rimaste senza tetto e oltre 8 milioni – quasi un terzo della popolazione – sono coloro che hanno ancora bisogno d'assistenza.

Lotta contro il tempo

Da allora la macchina della solidarietà si è messa in moto, ma ancora non basta. Per questo Unicoop Firenze, Unicoop Tirreno, Coop Centro Italia e le altre cooperative di Consumatori del Distretto Tirrenico, hanno deciso di sostenere con un primo versamento di 50mila euro a *Oxfam Italia*, un intervento di emergenza per rispondere alle più elementari esigenze delle popolazioni di alcuni villaggi completamente distrutti. «È stato il peggior terremoto degli ultimi 80 anni, che ha messo letteralmente in ginocchio il paese – racconta **Riccardo Sansone**, coordinatore dell'ufficio aiuto umanitario di *Oxfam Italia* (ong italiana della confederazione internazionale *Oxfam*, che è presente in Nepal da oltre 25 anni) intervenuta immediatamente nelle ore successive alla prima scossa, di ritorno da una missione che lo ha visto impegnato per diversi giorni nelle zone terremotate –. Il governo del Nepal ha dichiarato immediatamente lo stato d'emergenza nazionale in 30 distretti del paese su un totale di 75 richiedendo il sostegno della comunità internazionale». Molti villaggi nelle zone più remote del Paese sono ancora isolati a causa delle frane e dei danni alle infrastrutture e l'unico modo per raggiungerli è percorren-



do vie impervie a piedi oppure in elicottero. Manca l'energia elettrica e le linee telefoniche sono poco affidabili. «Interi villaggi sono stati distrutti e centinaia di migliaia di persone si trovano senza accesso a cibo, acqua, riparo e cure mediche – dice Sansone –. Già si sono verificati alcuni focolai di dissenteria e colera e la situazione rischia di diventare ancora più grave ora che stiamo entrando nella stagione delle piogge monsoniche». Per il Nepal, oggi uno tra i paesi più poveri del mondo, con almeno un quarto della popolazione che già viveva sotto la soglia di povertà, questa sta diventando una vera e propria corsa contro il tempo.

In prima linea

Qualsiasi governo sarebbe stato messo a dura prova da una simile catastrofe, ma nonostante il Nepal sia uno dei paesi più poveri al mondo, con istituzioni molto fragili, il governo si è subito attivato per facilitare l'assistenza umanitaria. Occorre inoltre tenere presente che il terremoto non ha risparmiato nemmeno gli edifici governativi della capitale Katmandu e anche i servizi d'emergenza sono stati danneggiati. È dunque essenziale il compito delle organizzazioni umanitarie nell'assistere la popolazione, salvare vite e contestualmente lavorare con le istituzioni locali per rafforzare le loro capacità d'intervento e di gestione della crisi. «Il Nepal è un paese montagnoso con comunità sparpagliate, difficili da raggiungere anche per mancanza di infrastrutture – spiega Sansone –. Questo rende molto difficile la risposta umanitaria. *Oxfam* è riuscita ad intervenire subito grazie ai piani di pronto intervento elaborati preventivamente e grazie anche al pre-posizionamento sul territorio di riserve di emergenza. Inoltre il lavoro fatto negli anni passati con le comunità locali in preparazione all'eventualità di un possibile terremoto ha permesso di attivare un'ampia rete di volontari nei primi giorni successivi alla catastrofe. Oggi stiamo facendo una corsa contro il tempo – prosegue Sansone – per costruire cisterne, alloggi temporanei, latrine di prima emergenza e distribuzione di *kit* igienico sanitari per prevenire la diffusione di malattie. Abbiamo da poco iniziato anche la distribuzione di derrate alimentari e di sementi per aiutare i piccoli agricoltori a non perdere i prossimi raccolti. Al momento siamo riusciti a raggiungere oltre 100mila persone ma ci siamo posti

Pronto intervento

La popolazione nepalese già duramente colpita dal terremoto si trova ora ad affrontare l'arrivo della stagione dei monsoni. Per ridurre il loro impatto sulla popolazione è necessario garantire una risposta rapida e immediata così da aiutare le famiglie e le comunità. Pertanto risulta fondamentale fornire acqua, cibo e un riparo dalle intemperie per garantire la sopravvivenza e il ripristino alla normalità dopo il terremoto. L'intervento ha la durata di 6 mesi, tuttavia *Oxfam* s'impegna a continuare ad assistere la popolazione colpita nell'arco dei prossimi 3 anni.

l'obiettivo di assistere almeno 400mila. Probabilmente saremo costretti ad aumentare quest'obiettivo».

Rispondere all'appello

Purtroppo ci vorranno molti anni per rimettere in piedi il paese. Come spesso accade in questi casi, dopo il grande slancio di solidarietà iniziale, c'è il rischio che il mondo si dimentichi del Nepal e lo abbandoni al suo destino. Già ora, a pochi mesi di distanza dal terremoto, il Nepal è scomparso dalle pagine dei giornali e dalle televisioni. Per questo è importante continuare a parlarne e far capire che si deve ancora fare molto per aiutare quelle popolazioni martorate. Purtroppo l'appello lanciato dalle *Nazioni Unite* per far fronte ai primi 3 mesi di ricostruzione è stato finanziato solo per il 10 per cento. «Per questo *Oxfam* ha lanciato un appello di raccolta fondi coordinato anche con il *network* di *Agire* (l'Agenzia Italiana di Risposta alle Emergenze che raccoglie le 10 più importanti organizzazioni italiane che si occupano di aiuto umanitario, ndr) – conclude Sansone –. E quindi l'aiuto migliore che la gente può dare è contribuire alla nostra campagna di raccolta fondi per il Nepal. Le donazioni verranno utilizzate per fare acquisti direttamente *in loco* e alimentare la ripresa anche del mercato locale». Le Coop del Distretto Tirrenico hanno subito aderito a quest'appello stanziando appunto un primo fondo di 50mila euro. ■



Maggiori informazioni potranno essere trovate su www.oxfamitalia.org



Stagione ittica

Fresco, importato o d'allevamento, prosegue la marcia trionfale del pesce sulle tavole degli italiani. Nonostante la crisi e grazie alla Grande Distribuzione che ha incrementato l'offerta e curato la qualità. Coop è stata la prima a introdurre la pescheria nei suoi punti vendita.

■ Aldo Bassoni

O rmai è una fermata obbligata quella che noi tutti facciamo al banco pescheria del supermercato. Se non altro per ammirare lo spettacolo del pescato quotidiano in mare aperto o in allevamento tra cui, dopo aver dato un'occhiata ai prezzi, facciamo spesso e volentieri la nostra scelta. Che sia una spigola, un rombo, un bell'esemplare di pescato locale o un più povero ma nutrizionalmente ricco pesce azzurro, difficilmente ci allontaniamo dalla pescheria senza aver acquistato niente, magari dopo aver chiesto qualche consiglio sulla cottura all'addetto. «Non c'è dubbio che le modificazioni dei costumi e degli stili di vita cui abbiamo assistito in questi ultimi anni, hanno avuto una larga influenza sugli andamenti del mercato – spiega **Maurizio Dell'Agnello**, dottore di ricerca in acquacoltura, redattore scientifico della rivista “Il Pesce” –. Se agli inizi degli anni Novanta il consumo di prodotti ittici raggiungeva a fatica i 10 chilogrammi a persona, negli anni successivi la domanda è più che raddoppiata anche grazie al ruolo della Grande Distribuzione». Il perdurare della crisi economica, però, ha costretto molte famiglie a tagliare anche i consumi alimentari e quindi anche i prodotti ittici. Ma non troppo. «Tra le mura domestiche il consumo di pesce fresco e trasformato è tornato negli ultimi anni al di sotto della soglia dei 20 chilogrammi annui *pro capite*», precisa Dell'Agnello.

Tenere banco

Dati *Ismea GfK-Eurisko* segnalano, infatti, un deciso taglio nel segmento del fresco, che si riduce del 5 per cento nei volumi e di quasi il 20 per cento in termini monetari, con una maggiore preferenza verso i prodotti più competitivi sul versante dei prezzi, quali quelli importati o allevati.

Difficile fare una stima esatta del consumo per via della complessità e varietà dei punti vendita del prodotto ittico che vanno dalla distribuzione organizzata alle pescherie al dettaglio, dai mercati rionali a quelli ambulanti e

persino ai luoghi di produzione. «Nella “fase riflessiva” di consumo dei prodotti ittici che stiamo attraversando, si trovano delle aree particolari o isole felici, che denotano un significativo

incremento, sembra senza risentire dell'effetto della crisi economica – commenta Dell'Agnello –. Ad esempio ci sono zone dove la Grande Distribuzione organizzata è riuscita a fidelizzare la clientela valorizzando l'offerta attra-

verso la diversificazione di specie, di lavorazione/preparazione e di marchio, tutti aspetti che evidentemente hanno attratto il consumatore in balia della più completa disorganizzazione commerciale degli anni passati. La mancanza delle informazioni di base, nome specie, allevata o pescata, nazionale o estera, – continua Dell'Agnello – lo ha invogliato a frequentare con maggiore assiduità le pescherie dei supermercati con banchi ricchi di ogni tipo di referenza e di specie e spesso di prodotti già preparati per la cottura, inaugurando un rapporto chiaro e trasparente, destinato a durare nel tempo, a condizione che si mantenga l'impegno costante degli operatori che hanno contribuito con le loro azioni alla crescita del settore, nel pieno rispetto delle normative commerciali».

Sani come pesci

Il settore ittico nella Grande Distribuzione è abbastanza “giovane”. E quando si parla di Grande Distribuzione, è Coop il *leader* in Italia. Con poco più di vent'anni di esperienza, le scelte attuate da Coop sono, però, improntate a processi di lavorazione e distribuzione qualitativamente avanzati. «Anzitutto la sicurezza alimentare – dice **Marco Guerrieri**, responsabile *Coop Italia* per il pesce –, il che significa freschezza e molto altro ancora. Nell'allevato possiamo garantire tutta la filiera. Per esempio, l'impegno nell'utilizzo di mangimi senza *ogm* con un giusto apporto proteico e senza componenti animali, processi di confezionamento in ambienti sicuri, verifiche e controlli continui sulla salubrità microbiologica e chimica su tutti i prodotti». Per garantire maggiore sicurezza, Coop si avvale di una certificazione rilasciata da enti terzi accreditati.

Ma non basta. Coop ha istituito un laboratorio dotato anche di un settore di biologia molecolare di prim'ordine per effettuare analisi sui mangimi alla scoperta di eventuali *ogm*, e addirittura in grado di fare l'analisi del *dna* per capire se le specie acquistate corrispondono a quanto dichiarato. Sui pesci di grande taglia viene effettuato anche il controllo sui metalli pesanti, mentre non vengono mai utilizzati pesci oltre 25 chili proprio perché certi metalli tossici si accumulano più facilmente.

E poi c'è il tema ineludibile, oggi più che

Un unico logo per raccontare l'impegno Coop nella tutela delle risorse ittiche nei mari di tutto il mondo. Con il marchio Pesca sostenibile, presente da alcuni mesi su etichette e confezioni, Coop riassume un impegno che dura ormai da anni e che ora compie un ulteriore passo avanti.



► mai, del rispetto etico (vedi *box* pag. 28). Coop adotta il protocollo *SAS000* che definisce i requisiti per un comportamento eticamente corretto delle imprese verso i lavoratori della propria filiera produttiva, in termini di lavoro minorile, sicurezza e salubrità degli ambienti, salari e orari. «Nel settore ittico come in tutti i settori dei freschissimi dove è particolarmente forte la necessità di garantire maggiormente il consumatore», precisa Guerrieri.

Un mare di problemi

Infine c'è l'impegno sempre più intenso nei confronti dell'ambiente che Coop pretende dai propri fornitori sia per la pesca che per l'acquacoltura, il che significa controllare la densità dei pesci in acqua, abolire la pesca del tonno rosso in estinzione, rispettare i fondali e i territori in cui avviene la pesca per garantire il ripopolamento dei mari.

Ma è sicuramente lo sviluppo delle importazioni e degli allevamenti che permette oggi a tanti consumatori di non rinunciare a una bella orata al cartoccio o a un bel trancio di spada. Infatti, oltre i tre quarti del fabbisogno ittico nazionale proviene da paesi extra europei a

costi sicuramente più vantaggiosi per i consumatori. Le elaborazioni *Ismea* sui dati *Istat* relativi al periodo gennaio-ottobre dello scorso anno indicano un incremento delle importazioni di prodotti ittici freschi e trasformati del 2,1 per cento. In crescita anche il congelato. Interessante notare come orate e spigole di allevamento, che dopo il salmone sono tra i prodotti freschi più importati, specialmente dalla Grecia, sono sensibilmente calate di prezzo fino a proporsi anche sotto i 10 euro al chilo.

Il confronto fra i prezzi del pescato e quelli dell'allevato è quasi sempre impietoso. Ed è logico che sia così. Anche perché il pesce dei nostri mari è sempre più carente. «Almeno nel bacino del Mediterraneo – osserva Dell'Agnello – siamo giunti a uno sfruttamento senza regole che ha portato al progressivo impoverimento degli *stocks* ittici con la conseguente riduzione delle catture in quantità, ma soprattutto in dimensioni, andando a reperire animali sempre più giovani destinati a non reintegrare la quota che una pesca più oculata dovrebbe prelevare dal mare». In poche parole, si è gravemente intaccata la risorsa, mettendo a rischio la salute dei nostri mari. Quest'emergenza ha fatto sì che le autorità cominciassero ad attuare delle

Sulla cresta dell'onda

I tanti modi di scegliere e cucinare il pesce, i suoi benefici nutrizionali e i "grassi buoni" che fanno bene al cuore. A patto di consumarlo almeno 2 o 3 volte la settimana.

Pesce, crostacei (gamberi, aragoste, granchi) e molluschi (vongole, cozze ma anche seppie, calamari e polipi): questa è la grande famiglia dei prodotti ittici, che le linee guida per una sana alimentazione raccomandano di consumare almeno 2 o 3 volte alla settimana. Proteine altamente digeribili e di qualità elevata, vitamine (prevalentemente A, B, E e D) e sali minerali (calcio, potassio, fosforo e soprattutto nei pesci di mare iodio e fluoro) caratterizzano dal punto di vista nutrizionale questa grande famiglia, con numerose differenze soprattutto per quel che riguarda l'apporto proteico – che varia dal 15 al 25 per cento – e di grassi, che cambia molto a seconda della specie, dell'età e del periodo dell'anno. Basti pensare che un salmone "giovane" ha un contenuto di grassi molto basso a differenza

dell'adulto (19-20 per cento) mentre le sardine sono piuttosto grasse in estate e più magre in inverno.

I grassi e i magri In linea generale, possono essere considerati pesci "magrissimi" (contenuto di grassi inferiore all'1 per cento) il merluzzo, l'orata, la razza e il polipo. Sono magri (contenuto di grassi variabile tra l'1 ed il 3 per cento) le alici, il branzino (o spigola), i calamari, il nasello, il palombo, il rombo, la seppia, il luccio, la sogliola e la trota. Acciughe, cefali, dentice, pesce spada, sarago, sarde e sardine, storione, tonno e triglia hanno, invece, un contenuto di grassi variabile dal 3 al 10 per cento. Fra i pesci cosiddetti "grassi" rientrano invece l'anguilla, l'aringa, il salmone e lo sgombro. Ricordiamo tuttavia che la gran parte dei grassi del pesce si trovano nel sottocutaneo, ovvero subito sotto la pelle, e pertanto vengono eliminati durante la cottura e nella pulitura prima del consumo. Ma soprattutto teniamo presente che, almeno quando si parla di pesce, i grassi non ci devono fare paura. Infatti, i cosiddetti acidi grassi *omega 3*, nutrienti caratteristici del pesce, hanno proprietà molto importanti, perché sono capaci di far diminuire



Buon appetito

Il consumo di pesce fuori casa.

Un'indagine qualitativa condotta da *Ismea* evidenzia che il consumo fuori casa di pesce si lega a momenti di festa o al tempo libero (nel weekend, la sera), più frequentemente nella stagione estiva e in ristoranti specializzati, nei confronti dei quali si ripone la propria fiducia. Nella percezione del consumatore prevalgono più gli aspetti connessi alla gratificazione e alla golosità rispetto a quelli salutistici e, sebbene idealmente il prodotto a base di pesce italiano sia in cima alle preferenze, non si tende a porsi troppi interrogativi sulla provenienza dei prodotti scelti al ristorante. Elemento questo che di certo non incoraggia i ristoratori ad approvvigionarsi maggiormente di prodotti nazionali.

27

politiche protettive con l'applicazione del fermo pesca, l'istituzione di riserve marine per la riproduzione, la definizione delle dimensioni delle maglie delle reti, ma soprattutto con lo sviluppo dell'acquacoltura come sistema in grado di reperire alimenti ittici senza stressare troppo l'ambiente. «Complessivamente possiamo dire che il sistema ittico è cresciuto in sicurezza e controllo – ammette Dell'Agnello – anche se il punto critico rimane la produzione da affidare allo sviluppo degli impianti di acquacoltura che è una zootecnia dalle grandi opportunità che in un paese come il nostro, circondato per la maggior parte da coste, dovrebbe avere più considerazione, apren-

dosi anche alla ricerca per l'allevamento di nuove specie che consentiranno una quanto mai necessaria diversificazione produttiva». Unitamente alle maggiori attenzioni alla fase produttiva, sono anche aumentati i controlli da parte delle istituzioni preposte (*Nas* dei Carabinieri, Capitanerie di porto, Guardia di Finanza e Corpo Forestale dello Stato) che hanno interessato la fase di commercializzazione nei punti vendita, ma anche quella di utilizzo nella ristorazione.

Un buon momento dunque per gli amanti del pesce, con un'offerta ampia, varia, fresca, sicura e con prezzi sempre più abbordabili anche dal consumatore più esigente. Basta saper scegliere. ■

nel sangue tanto il livello dei trigliceridi quanto la capacità di aggregazione delle piastrine (ossia il rischio di trombosi), proteggendo così l'organismo dalla possibile insorgenza di malattie cardiovascolari. Negli ultimi anni è stato inoltre molto ridimensionato il falso allarme sul contenuto di colesterolo, sensibilmente più alto rispetto a tutti gli altri prodotti ittici, di molluschi e crostacei, perché compensato dalla completa assenza di grassi saturi, contenuti in altri prodotti di origine animale quali insaccati, formaggi e carni conservate, veri responsabili dell'aumento del colesterolo nel sangue.

Pescato o allevato? Indubbiamente le caratteristiche organolettiche (sapore, odore, consistenza) del pesce pescato sono superiori a quelle del pesce di allevamento. Tra l'altro, se acquistato secondo la stagionalità, non ha un costo eccessivo e non compromette la sostenibilità ambientale. Tuttavia il pesce d'allevamento può rappresentare una valida alternativa a quello pescato, se è vero che oltre al gusto e al tempo necessario per prepararlo è il costo a condizionare l'acquisto e il consumo di prodotti ittici. Da non sottovalutare

anche e soprattutto per l'impatto ambientale che l'eccessivo sfruttamento della pesca ha avuto nel corso degli anni e come questo abbia portato alla diminuzione delle riserve di pesce di mare a livello mondiale.

Ma quali differenze ci sono in termini di composizione nutrizionale tra il pesce pescato e quello di allevamento? Essendo la composizione nutrizionale del pesce influenzata da numerosi fattori (specie, stagione, dieta, età) nei pesci pescati la composizione nutrizionale è molto più "variabile" rispetto a quelli d'allevamento, sottoposti a condizioni più controllate. In particolare, i pesci d'allevamento forniscono in genere una quantità superiore di grassi e anche di acidi grassi *omega 3*. Altro aspetto da tenere presente, soprattutto per alcune tipologie di prodotti ittici (pesci di grande dimensione come salmone, tonno, pesce spada e frutti di mare) è il livello di eventuali contaminanti (soprattutto metalli pesanti), aspetto ben monitorato nel pesce di allevamento ma difficilmente accertabile nei pesci pescati, anche se sottoposti a regolari controlli prima della vendita. ■ **Ersilia Troiano**

Mare nostrum

28

Dolphin Safe Salvare i delfini è l'obiettivo del programma *Dolphin Safe* a cui Coop aderisce già dal 2001. Una scelta di sostenibilità che le è valsa il secondo posto nella classifica 2010 di *Greenpeace*. Le buone notizie vanno comunicate in modo chiaro: secondo *Greenpeace*, il tonno in scatola Coop è uno tra i più sostenibili fra i marchi presenti sul mercato italiano.

Friend of the sea Coop è la prima azienda europea ad aver ottenuto la validazione con cui si assicura che i pesci sono pescati esclusivamente secondo criteri di salvaguardia degli ecosistemi marini; ovvero in aree dove la risorsa è gestita in maniera sostenibile, con metodi selettivi e non dannosi per l'ecosistema e nel rispetto del *Codice di Condotta per la Pesca Responsabile* della *Fao*.

Tonno rosso La sua sopravvivenza nel Mediterraneo dipende dai nostri consumi. Ecco perché Coop ha scelto di sospendere la vendita di tonno rosso, augurandogli lunga vita. Coop ha raccolto l'allarme lanciato a livello internazionale da *Wwf* e *Greenpeace* e già dal 2007 ha sospeso completamente la commercializzazione sia del prodotto fresco che in scatola.



Un pesce di nome Coop

In controtendenza rispetto all'andamento dei consumi, in Coop il pesce tira. Aumentano le vendite e si arricchisce l'offerta di un pescato sempre più fresco, vario e locale. Che fa bene alla salute e al portafoglio.

Come ogni lunedì guarda l'andamento delle vendite nel fine settimana, il primo di un'estate appena incominciata e già promettente. Sul volto di **Riccardo Romano**, responsabile acquisti pesce di Unicoop Tirreno, si apre un sorriso soddisfatto: «*Il trend è positivo, le vendite continuano ad andare bene*». Si sa, il pesce è un alimento prezioso in tutti i sensi. Lo è sicuramente per la salute, lo è forse meno per il portafoglio. Nel senso che ormai il buon pesce non costa certo più della carne e, talvolta, se si scelgono prodotti meno pregiati ma altrettanto buoni e di alto valore nutrizionale, come il pesce azzurro, può costare anche molto meno. I consumatori se ne sono accorti già da un pezzo. «*In vendite assolute, nei primi 6 mesi di quest'anno, abbiamo un più 2,8 per*



Nuova etichetta

Dal dicembre del 2014 è in vigore la nuova etichetta anche per il pesce. Tra le novità, l'obbligo di specificare il nome scientifico del prodotto accanto a quello commerciale, l'indicazione dettagliata del luogo di pesca, gli attrezzi utilizzati per la cattura e l'eventuale scongelamento del prodotto.

cento rispetto allo stesso periodo dello scorso anno (più 4,7 per cento a rete omogenea) – sintetizza Romano –, con situazioni diversificate da zona a zona. Alcuni negozi, infatti, sono in doppia cifra, la Toscana va meglio tradizionalmente, mentre nel Lazio facciamo più fatica. In generale i volumi di vendita stanno aumentando (più 8,7 per cento sempre a rete omogenea), grazie anche



alla diminuzione del prezzo medio passato in un anno da 11,29 a 10,87 euro». Questo significa che sono saliti i consumi *pro capite* di pesce nonostante l'andamento dei consumi delle famiglie non certo in ripresa.

Belli freschi

Insomma siamo di fronte a una crescita inaspettata sulla quale ha inciso sicuramente l'aver sfatato l'idea che il pesce sia per forza caro e grazie a un approccio salutistico all'alimentazione che vede il pesce tra gli alimenti più consigliati per il suo contenuto di grassi *omega 3*. «Anche la nostra offerta quotidiana si è affinata – prosegue Romano – perché il pesce ha bisogno di arrivare sui banchi freschissimo e con un'offerta più varia possibile. Tutti i giorni, tranne la domenica, vengono effettuate le consegne ai punti vendita con un sistema di ordini che partono direttamente dai negozi e raggiungono la sede ogni mattina dove i compratori si muovono sui mercati nazionali ed esteri per procurare il prodotto migliore che, 24 ore dopo, sarà esposto sui banchi peschieria seguendo un criterio di massimo assortimento». In un anno se ne vanno 3mila tonnellate di pesce, con una media di circa 10 tonnellate al giorno di consegnato per un venduto annuo pari a 34 milioni. Tra questi, sempre più spesso sui banchi peschieria si trova anche il pescato locale. «Noi siamo una Cooperativa prevalentemente costiera, quindi è naturale che ci sia un'attenzione particolare al pescato locale». Una sapiente tecnica espositiva lo mette in bella evidenza aiutando così il consumatore ad orientarsi meglio nella scelta del pesce che metterà in tavola a pranzo o a cena. «Ultimamente – racconta Romano –, nell'IperCoop EuRoma è stata simulata la mitica “asta del pesce”: il fornitore si è presentato offrendo ai clienti la possibilità di acquistare il pesce del giorno partendo da un prezzo proprio come si fa nei grandi mercati del pesce. L'iniziativa è piaciuta e forse verrà replicata».

La grande pesca

Un altro tentativo di recuperare la tradizione è stato sperimentato in alcuni negozi della Toscana dove il venditore si è presentato con il suo “Apino” carico di cassette di pesce proprio

come si faceva un tempo nei paesi. «Una bella Ape colorata e attrezzata di tutto punto per il trasporto e la conservazione del pescato locale, in gran parte azzurro – spiega Romano –, in pratica un banco ambulante installato dentro il negozio che ha subito attirato l'attenzione dei clienti». E poi c'è il pesce d'allevamento. «Prevalentemente si tratta di prodotto a marchio Coop proveniente dagli impianti di Gaeta, Pachino, La Spezia e ultimamente Follonica in provincia di Grosseto – elenca Romano –, a questi bisogna aggiungere l'allevamento di Orbetello di un certo valore anche se non a marchio Coop». Ma la novità dell'estate è la rinascita di un vecchio progetto che ha il suo cuore in una delle più belle isole del Tirreno, quella Capraia immersa nel mare incontaminato dell'arcipelago toscano dove la *Cooperativa Ricerca e Maricoltura* ha i suoi allevamenti di orate che sguazzano nelle acque della riserva marina avvalendosi anche di una nuova tecnica d'alimentazione controllata e automatizzata. Da lì viene uno dei pesci di allevamento più pregiati che Coop può offrire ai suoi clienti.

Altra attività che sta dando notevoli soddisfazioni tra marzo e settembre, è la pesca delle alici di “lampara” di Piombino che, consegnate direttamente ad alcuni negozi in tempi mediamente inferiori di 24 ore rispetto ai normali mercati d'approvvigionamento, sta riscuotendo un notevole consenso da parte dei consumatori. ■ **A.B.**



La forza del territorio

30

Eletto il nuovo Consiglio d'Amministrazione della Cooperativa, Marco Lami riconfermato presidente. Insediata anche la Direzione centrale di cui, insieme al presidente, fanno parte Massimo Lenzi e Fernando Pellegrini.

■ **Aldo Bassoni**



Marco Lami confermato presidente di Unicoop Tirreno.

Al termine del lungo percorso assembleare che si è concluso lunedì 29 giugno con l'Assemblea dei delegati, è stato eletto formalmente il nuovo Consiglio d'Amministrazione della Cooperativa che, nella stessa giornata, si è riunito per riconfermare **Marco Lami** alla Presidenza e **Massimo Lenzi** e **Fernando Pellegrini** rispettivamente direttore centrale attività caratteristica e direttore centrale finanza, patrimonio e bilancio. Nel suo intervento all'Assemblea generale dei delegati, Marco Lami ha ricordato come «il periodo trascorso sia stato caratterizzato da grandi trasformazioni di contesto economico e sociale dovuti al perdurare della crisi, in particolare quella dei consumi, ma anche da importanti cambiamenti nella Cooperativa sia per la sua presenza sui mercati che per la sua organizzazione. Nei prossimi tre anni – ha aggiunto Lami – questi cambiamenti nel modo di essere e operare di Unicoop Tirreno saranno sviluppati e approfonditi per coglierne a pieno le conseguen-

ze positive. In particolare proseguirà l'impegno nella strategia commerciale basata sulla forte convenienza per rispondere alle esigenze dei soci, nella crescita del legame commerciale e sociale con i territori e nella costruzione e sviluppo di alleanze con altre Cooperative di consumo per rafforzare la presenza Coop a Roma, nel Lazio e in Campania».

Un buon consiglio

Composto da 45 soci con un'età media di 59 anni, il nuovo Consiglio d'Amministrazione garantisce una forte rappresentatività territoriale in quanto ben 36 consiglieri sono espressione diretta delle 29 Sezioni soci, ciascuna delle quali ha indicato almeno un suo rappresentante dopo un accurato lavoro di sintesi operato da tutte le commissioni elettorali. «Questo dato conferma la volontà della Cooperativa di perseguire e rafforzare il suo radicamento nel territorio per rispondere sempre meglio ai bisogni delle famiglie con politiche commerciali caratterizzate da una forte componente di convenienza», ribadisce **Massimo Favilli**, direttore politiche sociali di Unicoop Tirreno. Gli altri 9 consiglieri sono autocandidature e, nell'insieme, come prevede lo Statuto, è stata rispettata la rappresentanza di genere con 18 donne, pari al 40 per cento. Tutti insieme dovranno immediatamente prendere in mano il testimone e portare avanti un piano industriale che comporta cambiamenti significativi nell'assetto della Cooperativa. L'obiettivo principale resta il risanamento economico già avviato dal precedente Cda e proiettato verso il pareggio di bilancio. Inoltre il Cda sarà da subito impegnato anche in vista di una nuova tornata di Assemblee straordinarie da tenersi entro la fine dell'anno per effettuare alcune importanti modifiche statutarie. ■

Novità nello Statuto

Alle Assemblee Separate delle Sezioni soci, che hanno espresso il nuovo Consiglio d'Amministrazione, hanno partecipato 7.071 soci di cui 2.438 per delega. La parte ordinaria dell'Assemblea ha anche discusso e approvato il Bilancio 2014. Nella parte straordinaria sono state approvate alcune modifiche allo Statuto con l'obiettivo di recepire alcune opportunità tese ad ampliare le attività per il raggiungimento dello scopo sociale come, ad esempio, la realizzazione di distributori di carburante. La modifica più significativa riguarda però l'introduzione nello Statuto della figura del "socio finanziatore", una nuova fattispecie di strumento finanziario, tipica della forma societaria cooperativa, che presenta caratteristiche di maggiore flessibilità per rispondere all'esigenza di dotare la Cooperativa di strumenti finanziari finalizzati al riequilibrio delle posizioni del mondo cooperativo, allo sviluppo e alla crescita dell'azienda.

Consiglio d'Amministrazione 2015-2018

Marco **Lami** *Presidente*
Marisa **Angiolini** *Livorno*
Gaetana **Aufiero** *autocandidatura (Avellino)*
Francesco **Barreca** *Roma largo Agosta*
Rinaldo **Barsotti** *Piombino*
Claudio **Bernardini** *autocandidatura (Venturina)*
Franco **Branchetti** *Livorno*
Bruno **Burroni** *Versilia*
Maurilio **Campani** *Piombino*
Giuseppe **Capaldo** *autocandidatura (Nocera Inferiore)*
Maurizio **Capponi** *Cimini*
Pierangelo **Conti** *Etruria*
Paolo **Coscia** *Carrara*
Vincenzo **Del Poggetto** *Roma Laurentino*
Maria Teresa **Ellul** *Roma Nord*
Marco **Fanciulli** *Costa d'Argento*
Elena **Fossi** *San Vincenzo-Venturina*
Luigi **Frattolillo** *Casilina*
Marco **Frosolini** *Grosseto*
Silvia **Galante** *Castelli romani*
Elena **Gallo** *Viterbo*
Stefania **Giannetti** *Civitavecchia*
Lucilla **Gori** *Roma Colli Aniene*
Francesco **Gravina** *Pontina*
Mario **Gruppelli** *Cecina-Donoratico*
Aniello **Goione** *Irpinia*
Severino **Loiaco** *autocandidatura (Avellino)*
Alba **Lupoli** *Area Vesuviana*
Paola **Mauri** *Est Maremma*
Romualdo **Molino** *Area Vesuviana*
Jessika **Muti** *Elba*
Alberto **Nicolaini** *Colline Metallifere*
Simone **Perini** *Livorno*
Luigi **Pini** *autocandidatura (Livorno)*
Luigi **Pinacoli** *Paglia Vulsinia*
Concetta Pietra **Quattrocchi** *Roma Laurentino*
Gloria **Putzu** *autocandidatura (Roma)*
Simonetta **Radi** *Follonica-Castiglione della Pescaia*
Giorgio **Rallini** *Valnerina*
Gianna **Sciarrini** *Agro Falisco*
Franco **Setti** *Rosignano*
Giuseppe **Tabani** *autocandidatura (Piombino)*
Sara **Ticciati** *Grosseto*
Simona **Tinnirello** *Roma largo Agosta*
Luciana **Trasatti** *Pontina*

Collegio sindacale

Franco **Gargani** *presidente*
Claudio **Leoni** *sindaco effettivo*
Yuri **Scardigli** *sindaco effettivo*
Giovanni **Giuntoli** *sindaco effettivo*
Tiziana Stefania **De Quattro** *sindaco effettivo*
Enrico **Pecchia** *sindaco supplente*
Giovanni **Verugi** *sindaco supplente*

Alleanze strategiche

Dal 5 luglio il Superstore di Avellino è passato sotto la gestione di *Campania Distribuzione Moderna (Cdm)*, la società di cui fanno parte Coop Adriatica, Coop Estense e Unicoop Tirreno che dal febbraio 2014 gestisce anche il Superstore di Afragola (NA) che, grazie a questo intervento, ha ridotto le perdite da quasi 6 milioni a 800mila euro circa in un solo anno, avviandosi probabilmente al pareggio nel 2015.

Cdm è subentrata nel contratto di affitto di ramo d'azienda commerciale dopo che *Ipercoop Tirreno* ha manifestato negli ultimi anni delle criticità non più compatibili col conto economico della Cooperativa e con le sue strategie commerciali. «Le ragioni dell'acquisizione da parte di Cdm risiedono nella specifica volontà di tutte le cooperati-



Massimo Lenzi.

ve che ne fanno parte insieme a noi – spiega **Massimo Lenzi**, direttore centrale attività caratteristica – di rafforzare la presenza di Coop nel Centro Sud, per accrescere la capacità di tutela dei consumatori, realizzare un maggior radicamento nel territorio e salvaguardare l'occupazione». Anche il Superstore di Quarto (NA) rientrerà in questo progetto di alleanze dopo aver subito una ristrutturazione che inizierà alla fine di settembre. I dipendenti di Avellino e Quarto mantengono il rapporto di lavoro con Cdm nel pieno rispetto del Ccnl della distribuzione cooperativa. Per il negozio di Avellino, Cdm stessa continua a far ricorso al contratto di solidarietà fino al 31 gennaio 2016 come definito dall'accordo tra *Ipercoop Tirreno* e sindacati del 27 gennaio 2015. ■

Togliersi un peso

32

Per necessità, comodità, comunque per risparmiare tempo. Gli acquisti si fanno on line grazie a un punto vendita Coop dedicato all'e-commerce. La Spesa che non pesa della Capitale che amplia il suo bacino d'utenza.

■ Rita Nannelli

Bastano pochi clic su computer, *smartphone* e *tablet* e la spesa si riceve direttamente a casa. La *Spesa che non pesa* si fa a Roma grazie a un negozio Coop dedicato esclusivamente all'e-commerce.

Si entra nel sito della Coop (www.e-coop.it) e si inizia ad acquistare prodotti che qualcuno preparerà e consegnerà a domicilio nei tempi e nei

alle spalle di Ostia. Quindi in pochi mesi si è ampliato il bacino d'utenza di una piattaforma che riteniamo abbia grandi possibilità di sviluppo», afferma **Riccardo Deri**, responsabile del progetto *e-commerce*.

Pro piattaforma

La struttura operativa si trova in un magazzino dell'IperCoop di Roma Casilino: un negozio di 830 mq adibito alla preparazione delle spese elettroniche del prodotto industriale che conta oltre 5mila referenze; quella dei prodotti freschissimi, come carni e ortofrutta, invece, viene effettuata nei rispettivi reparti



modi convenuti, al costo di 7 euro per il trasporto. Insomma Unicoop Tirreno “toglie un peso” ai romani, grazie a *coopshop*, una semplice *app* pronta all'uso ovunque si trovi. «Al momento del lancio della piattaforma, a maggio, la condizione era abitare entro i confini del raccordo anulare della Capitale; ora del servizio può usufruire anche chi abita nella zona di Roma est e

dell'IperCoop. Una piattaforma che «è ormai pronta a soddisfare 300 spese al giorno, garantendo un'elevata qualità ed efficienza del servizio», riprende Deri che ci dà anche qualche altro



la spesa che non pesa.it

Un premio mondiale

The Loyalty Awards è l'importante riconoscimento ottenuto da Mondo Coop, il collezionamento esclusivo di Unicoop Tirreno.



dato su cui riflettere: «90-100 sono le spese giornaliere ad oggi, in un solo mese dalla nascita si sono registrati 250 nuovi clienti grazie anche a una particolare promozione: nessun costo di consegna sulla prima spesa per i nuovi, su 3 spese per quelli che clienti erano già e sono tornati a usufruire del servizio. E stiamo mettendo a punto altre attività promozionali per incentivare e promuovere l'uso del commercio elettronico».

Ordine del giorno

In attesa che l'e-commerce sbarchi anche in altri territori, Unicoop Tirreno offre forme diverse di servizio che vanno, però, nella stessa direzione: far risparmiare tempo a soci e clienti ritrovandolo per se stessi e le proprie famiglie. Così *Coop Drive* – per cui uno ordina la spesa comodamente seduto a casa, il negozio la prepara e il cliente passa a prenderla a un orario concordato – dopo l'esperienza di Viareggio, muove i primi passi anche a Rosignano (LI), per rispondere alle esigenze degli utenti del porto e di chi non ha voglia di andare a caccia di prodotti tra gli scaffali del supermercato. Come per la *Spesa che non pesa* di Roma, si entra nel portale *Coop* (www.e-coop.it), ci si localizza in Unicoop Tirreno e poi si clicca sull'apposito *banner* che porterà al negozio virtuale di Viareggio o di Rosignano. Insieme al pargolo dopo l'uscita dalla scuola o a fine giornata lavorativa, si passa a ritirare la spesa, si paga e via. «Il proposito è quello di estendere *Coop Drive* anche altrove, se dimostrerà di funzionare bene nelle località dov'è attivo. Valuteremo quest'opportunità territorio per territorio», guarda al futuro Deri. Alzi la mano chi non si farebbe volentieri consegnare la spesa a casa o vorrebbe almeno trovarla già pronta al negozio. ■



Il 9 giugno scorso a Londra si è tenuta la *Loyalty Awards Ceremony*, nel corso della quale il progetto *Mondo Coop* (il collezionamento di costruzioni che andavano a realizzare una città in miniatura, dal supermercato alla stazione di polizia, alla scuola...) è stato ritenuto meritevole di ricevere la nomina *Highly Commended*. Il premio è l'internazionale *The Loyalty Awards*, organizzato dal *Loyalty Magazine*, rivista inglese specializzata, per celebrare l'eccellenza, l'innovazione e le *best practice* dell'industria del *Loyalty* a livello europeo, Medio Oriente e Africa.

Nell'ambito del concorso del *Loyalty Magazine* è stata creata quest'anno una categoria interamente dedicata ai progetti che puntano a premiare la fedeltà dei migliori clienti, le *short promotions* (*Best Customer Marketing*, *Special projects*). È proprio in questa categoria che *Eu.Promotion* (l'agenzia che ha sviluppato l'idea di *Mondo Coop*) ha scelto di iscrivere lo *special project* realizzato appunto da Unicoop Tirreno che si è contesa il riconoscimento battendo tra le altre aziende *Coop Switzerland* con il progetto *Disney Cooking*, *Dansk Supermarked* con *Animals of the world take over Denmark*, *Penny Romania* con *Pirex Knives*.

«Già i dati finali dell'iniziativa, svoltasi tra novembre 2013 e gennaio 2014 – afferma **Tiziana Di Palma**, responsabile *loyalty* settore *marketing* operativo di Unicoop Tirreno – sono stati un premio per noi con circa 6 milioni di bustine distribuite e circa 54mila scatole vendute. Ricevere *The Loyalty Awards* avvalorava ancora di più la scelta fatta a suo tempo, quella di ricercare sempre delle idee nuove senza perdere di vista la parte educativa». ■ **B.S.**

Livorno a memoria

Nel libro *Frammenti su Livorno e dintorni*, edito da Debatte, con la presentazione di Roberto Bernabò, direttore editoriale *Finegil*, Enrico Mannari, direttore scientifico della *Fondazione Memorie Cooperative*, raccoglie molti suoi articoli apparsi sul quotidiano "Il Tirreno", articoli in cui Livorno è spesso oggetto principale della sua argomentazione. L'accento è sugli aspetti della memoria della città da rileggere attraverso la lente dell'oggi.



Buone idee

Circa 300 le adesioni al progetto Coopstartup UnicoopTirreno. Gli iscritti hanno tempo fino al 15 settembre per definire meglio la loro idea cooperativa.

34

■ Barbara Sordini

«**P**ossiamo dire di aver raggiunto un ottimo risultato». Scaduto il termine di adesione (31 luglio), Massimo Favilli, direttore soci e comunicazione di Unicoop Tirreno, commenta positivamente le circa 300 iscrizioni al concorso *Coopstartup* rivolto agli *under 35* che intendono formare un'impresa cooperativa e a cui Unicoop Tirreno, in collaborazione con *Coopfond*, intende dare un contributo anche economico per l'avvio.

Tutti gli iscritti hanno tempo fino al 15 settembre per completare e integrare la loro proposta e caricare la do-

cumentazione accedendo a una piattaforma di formazione *on line* (*Steps and go - condividiamo sapere cooperativo*) appositamente realizzata per agevolare l'elaborazione dell'idea progettuale e per fornire un servizio ulteriore agli iscritti al bando. Con essa vengono fornite le informazioni di base semplici per poter avviare il percorso di nascita di una nuova impresa cooperativa (4 moduli didattici con video-lezioni e testimonianze). Gli *step* successivi riguardano la selezione dei progetti presentati: la commissione esaminatrice farà una prima scrematura selezionando gli autori dei 30 progetti che parteciperanno a un'attività formativa e dovranno realizzare il *business plan*.

Tra questi saranno scelti i 5 vincitori che potranno accedere al contributo stanziato da Unicoop Tirreno: fino a 10mila euro a fondo perduto e un contributo forfettario a fondo perduto di 5mila euro da parte di *Coopfond* per l'avvio dell'attività. Inoltre, per i 5 progetti vincenti ci sarà la possibilità di accedere a un finanziamento fino al 50 per cento degli investimenti e fino a un massimo di 150mila euro non assistiti da garanzie. ■



All'ora del tè con il medico

Vivere bene e mangiar sano. Chiacchierate e consigli tra salute e gusto. È il titolo di 3 incontri che si terranno a Querceta (LU) tra settembre e novembre, il giovedì, alle 17.30, presso la sala conferenze della Croce Bianca. Questo il programma degli appuntamenti organizzati dalla *Casa della salute*, in collaborazione con Unicoop Tirreno e P.A. Croce Bianca Querceta.

24 settembre "Basta un poco di zucchero... non sempre è possibile". Alimentazione, patologie metaboliche e corretta lettura delle etichette. **29 ottobre** "Il cuore va allenato". Attività fisica, patologie cardiache e consigli per una sana alimentazione. **26 novembre** "...non ti tollero più". Le intolleranze alimentari; come riconoscerle e "gestirle".

Saranno presenti medici, infermieri e nutrizionisti. Il tè sarà accompagnato da piccoli assaggi di prodotti a marchio Coop.

A Borgovino brilla la docg di Suvereto

Anche Suvereto (LI), uno dei centri vinicoli più pregiati della Toscana, ha la sua *docg* a cui per ora aderiscono alcuni operatori del settore: *Fralluca, il Falcone, Petricci e Del Pianta, Bulichella, Gualdo del Re*. I vini sono stati presentati il 25 luglio scorso durante la manifestazione *Borgovino* organizzata dall'Amministrazione comunale. Durante la degustazione, condotta da Eric Morlot, è stato sottolineato lo stretto legame tra vino e territorio e le potenzialità del vigneto locale, sia sulla linea di un'ulteriore valorizzazione della tradizione (*sangiovese*) che su quella dell'affermazione dei vitigni internazionali (*merlot, cabernet sauvignon, cabernet franc*), ma soprattutto su quella di un *assemblage* che potrebbe assicurare migliori risultati sul piano della qualità e della distintività del prodotto.

Suvereto 25 luglio 2015, Ghibellino Centro Storico
BORGOVINO
L'ECCELLENZA IN DEGUSTAZIONE
Il edizione



Piombino in mostra

Da sabato 5 a mercoledì 16 settembre, presso il Centro soci di corso Italia 159, la Sezione soci Coop di Piombino (LI), in collaborazione con il Gruppo Unicoop Tirreno Fotografia, organizza una mostra fotografica sul tema *Piombino nel tempo*. La mostra raccoglie oltre un secolo di immagini di Piombino e del comprensorio, dai primi del Novecento ad oggi, e sarà visitabile tutti i giorni dalle 18 alle 20 e dalle 21 alle 23.

Che c'è di nuovo?

Forse è superfluo ricordare come quasi certamente internet sia la più grande piattaforma di comunicazione che abbiamo mai avuto. Una piattaforma che sollecita di continuo la necessità d'innovazione nei

Il sito della Fondazione Memorie Cooperative si rinnova: contenuti in primo piano, grafica semplice e appropriata. Cliccare su www.memoriecooperative.it per credere.

linguaggi e nelle architetture, aggiornando gli stessi contenuti. La consapevolezza di tutto ciò ci ha spinto a dare una nuova veste al sito

della *Fondazione* (www.memoriecooperative.it), frutto di un attento progetto di architettura dell'informazione volto a massimizzare l'esperienza di più profili utente. Il nuovo sito *web* offre, infatti, molteplici piani di consultazione in grado di soddisfare le esigenze dei diversi internauti. Di grande importanza sono i percorsi semantici non lasciati al caso o al freddo automatismo, la possibilità di commentare ogni articolo o pagina, condividere i contenuti sui principali *social network*, l'utilizzo



di *tag* per la correlazione dei *post* e tanto altro. La caratterizzazione collaborativa e partecipativa è data anche dall'importanza che vogliamo dare alla *newsletter* e ai *social*, sollecitando commenti e suggerimenti. Naturalmente l'obiettivo fondamentale è

quello di raccontare l'ecosistema del mondo cooperativo, di Unicoop Tirreno in primo luogo, visto con gli occhi della storia. Ecco dunque la possibilità di consultare *on line* l'inventario dell'archivio storico di Unicoop Tirreno: in *news* e *formazione* si possono leggere le storie dall'archivio, le attività organizzate nei territori, le ricerche in corso, le proposte sulla formazione per i soci e per le scuole. Inoltre ricordiamo due novità nella *home*: le voci *multimedia* e i *progetti*. In *multimedia* si possono trovare "I soci raccontano", *video* e *photogallery* delle diverse iniziative. Per i *progetti* per quest'anno si possono trovare tutte le *video lezioni* del ciclo *Lezioni sulla democrazia*. Nella parte finale della *home* si trova la parola del momento e non si poteva non iniziare che con *#memoria*. Perché la nostra convinzione è che la comprensione del passato costituisca un aspetto determinante per avere una chiara percezione del proprio progetto del futuro, e ciò è tanto più vero per il mondo delle cooperative e di quelle di consumo in particolare. Ed ecco che il nuovo sito *web* si disvela all'utente lungo uno scenario semplice da esplorare, dove il contenuto ne è l'indiscusso padrone, incorniciato in un *design* di interfaccia sobrio, semplice, adatto. ■

* direttore scientifico della Fondazione Memorie Cooperative

Una firma contro le false cooperative

36

Le imprese cooperative sono per un'impresa pulita. Per questo l'*Alleanza cooperative italiane* (Aci) ha lanciato una raccolta di firme a sostegno di una legge con misure più severe contro le false cooperative che raggirano re-

STOP
alle false cooperative

LE IMPRESE COOPERATIVE
PER UN' ECONOMIA PULITA

Firma anche tu per mettere fuori gioco
chi non rispetta valori e persone

L'Alleanza delle Cooperative Italiane promuove una raccolta di firme per chiedere al Parlamento una legge con misure più severe contro le false cooperative che raggirano regole e lavoratori.

In particolare la proposta di legge porterà:

- revisioni immediate per le cooperative non controllate da tempo o attive nei settori più a rischio
- cancellazione dall'Albo delle cooperative non controllate
- controlli incrociati con l'Agenzia delle Entrate per bloccare chi apre e chiude l'attività per non pagare i contributi

Ma l'impegno dell'Alleanza delle Cooperative Italiane per la legalità non si ferma qui.

Insieme lavoreremo per il rafforzamento della partecipazione dei soci ai processi decisionali e ci mobileremo:

- per una riforma che garantisca trasparenza negli appalti
- contro le gare al massimo ribasso che portano al mancato rispetto dei contratti di lavoro
- contro le infiltrazioni mafiose nell'economia sana

Per seguire il nostro impegno per la legalità:
www.stopfalsecooperative.it

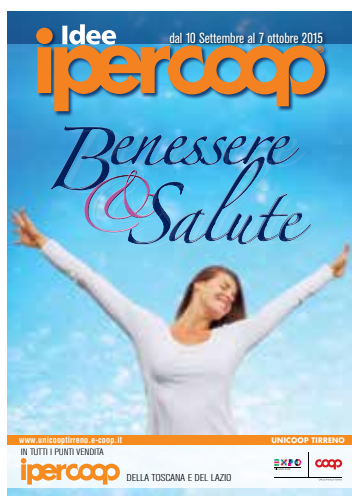
gole e lavoratori. L'obiettivo è quasi raggiunto, ma ci sarà tempo fino ad ottobre per tirare le somme della raccolta firme. Intanto le Sezioni soci di Unicoop Tirreno sono arrivate oltre quota 3mila. In particolare la proposta di legge dovrà prevedere revisioni immediate per le cooperative non controllate da tempo o attive nei settori più a rischio e la conseguente cancellazione dall'Albo delle cooperative che si sottrarranno ai controlli che dovranno essere incrociati con l'Agenzia delle entrate per bloccare chi è solito aprire e chiudere l'attività allo scopo di non pagare i contributi. Ma l'impegno dell'Aci per la legalità del mercato va anche nella direzione di una riforma che garantisca la trasparenza negli appalti pubblici, in particolare contro le gare al massimo ribasso che portano inevitabilmente al mancato rispetto dei contratti di lavoro. Infine guardia alta anche contro le infiltrazioni mafiose nell'economia. **I A.B.**

Un iperbenessere

Arriva il catalogo *Benessere&Salute* dedicato a chi vuole mangiare bene mantenendosi in forma.

Al passo con le nuove tendenze di consumo che vedono gli acquisti di prodotti *bio* in continua crescita, ecco che arriva negli Iper della Toscana e del Lazio il catalogo *Benessere&Salute* valido dal 10 settembre al 7 ottobre. I prodotti in promozione? Il "mondo *vegan*", i "senza glutine", i prodotti "biologici" e quelli "funzionali" (il cui beneficio è misurabile dalla loro assunzione come, per esempio, la pasta proteica). «Con questo catalogo – afferma Simone Di Girolamo, re-

sponsabile drogheria alimentare di Unicoop Tirreno – abbiamo pensato a tutte quelle persone, e sono sempre di più, che legano il concetto di alimentazione alla cura della persona o a un'esigenza di salute. Grazie a questo catalogo proponiamo un'offerta più ampia ai nostri clienti, sia dal punto di vista della varietà dell'assortimento sia per la convenienza». Oltre ai prodotti *vegan*, si trovano prodotti da dispensa biologici (pasta di semola, farina...), quelli *beverage* (per esempio, alcune acque funzionali), il mondo degli integratori extrafarmaco e parafarmaco, e i prodotti legati al mondo dei surgelati (senza glutine). E stavolta il connubio benessere e salute è conveniente e aperto a tutti. **I B.S.**





AUDIBEL[®]
APPARECCHI ACUSTICI

www.audibel.it

Numero Verde
800.841.841

Solo per il mese di **SETTEMBRE** vieni
a scoprire comodità e convenienza.



In **ESCLUSIVA** per Te
due apparecchi acustici



a soli **999€**

Inoltre, **PROVA PER DUE ANNI** i

Nuovi A3

Gli unici al mondo che garantiscono:

- ✓ Suono naturale
- ✓ Ascolto personalizzato
- ✓ Migliore udibilità negli ambienti rumorosi



Vieni a trovarci nel Centro Acustico più vicino a casa tua

VIAREGGIO	Via Ugo Foscolo, 41	Tel. 0584-74.31.73
PISA	Via Matteucci, 93	Tel. 050-54.03.71
GROSSETO	Via Matteotti, 45	Tel. 0564-41.44.15
FOLLONICA	Via Bicocchi, 22	Tel. 0566-41.080
ORBETELLO	Via Vittorio Veneto, 12/14	Tel. 0564-86.81.35
VITERBO	Via Giuseppe Garibaldi, 33	Tel. 0761-25.36.76
LIVORNO.	Piazza XX settembre, 12/A	Tel. 0586-88.45.90

NEW YORK - HOLIDAY INN NEW YORK CITY-MIDTOWN 3*

Epifania - Dal 1/1 al 5/1 2016 - 5 giorni /4 notti

Prezzo riservato ai soci coop: 1070 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino, 4 notti in camera doppia in hotel H.I New York Midtown o similare in solo pernottamento, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €.

La quota non include: tasse aeroportuali 360,00 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include".

AMSTERDAM - CORENDON VITALITY HOTEL AMSTERDAM 4*

Capodanno - Dal 29/12 2015 al 1/1 2016 - 4 giorni /3 notti

Prezzo riservato ai soci coop: 190 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino, 3 notti in camera doppia in hotel Coredon o similare in pernottamento e prima colazione, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €.

La quota non include: tasse aeroportuali 140 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include".

PARIGI - KYRIAD PARIS 18 - Porte de Clignancourt - Montmartre 3*

Capodanno - Dal 29/12 2015 al 1/1 2016 - 4 giorni /3 notti

Prezzo riservato ai soci coop: 289 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino, 3 notti in camera doppia in hotel in pernottamento e prima colazione, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €.

La quota non include: tasse aeroportuali 140 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include".

GRAN PREMIO FORMULA 1 ABU DHABI - IBIS AL BARSHA 3*

Dal 27/11 al 1/12 2015 - 5 giorni /4 notti

Prezzo riservato ai soci coop: 905 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino su Dubai, 3 notti in camera doppia in hotel Ibis Al Barsha o similare in pernottamento e prima colazione, trasferimento privato da/per l'aeroporto, biglietto standard 2 accessi al GP F1, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €, 1 trasferimento da Dubai Hotel ad Abu Dhabi GP a/r.

La quota non include: tasse aeroportuali 310 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include".

REPUBBLICA DOMINICANA - BE LIVE COLLECTION CANOA 4*

partenze di ottobre e novembre 2015 - 8 giorni /7 notti (possibilità di soggiornare 14 notti)

Prezzo riservato ai soci coop: partenza il 3/10/17/24/31 ottobre (7 notti) 1.190 € a persona

partenza il 7/14/21/28 novembre (7 notti) 1.240 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino*, 7 notti in hotel indicato in doppia con trattamento All Inclusive, trasferimento da/per l'aeroporto, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €, adeguamento carburante/valutario.

La quota non include: tasse aeroportuali 199 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include". *Possibilità di volo anche da Milano Malpensa.

MESSICO - RIU LUPITA 5*

partenze di ottobre e novembre 2015 - 8 giorni /7 notti (possibilità di soggiornare 14 notti)

Prezzo riservato ai soci coop: partenza il 5/12/19 ottobre (7 notti) 1.240 € a persona

partenza il 2/9/16/23/30 novembre (7 notti) 1.335 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino*, 7 notti in hotel indicato con trattamento All Inclusive, trasferimenti da/per l'aeroporto, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €, adeguamento carburante/valutario.

La quota non include: tasse aeroportuali 199 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include". *Possibilità di volo anche da Milano Malpensa.

CUBA - CUATRO PALMAS 4*

partenze di ottobre e novembre 2015 - 8 giorni /7 notti (possibilità di soggiornare 14 notti)

Prezzo riservato ai soci coop: partenza il 5/12/19/26 ottobre (7 notti) 1.050 € a persona

partenza il 2/9/16/23/30 novembre (7 notti) 1.290 € a persona

La quota include: Volo di linea da Roma Fiumicino*, 7/14 notti in hotel indicato con trattamento All Inclusive, trasferimenti da/per l'aeroporto, assicurazione medico bagaglio con massimale 30.000 €, adeguamento carburante/valutario.

La quota non include: tasse aeroportuali 199 €, assicurazione annullamento pari al 3% della quota e tutto quanto non menzionato alla voce "la quota include". *Possibilità di volo anche da Milano Malpensa.

CROCIERA MSC PREZIOSA

Vieni a bordo per due giorni, vivi un weekend emozionante e differente a bordo di una nave meravigliosa!

Imbarco 14 novembre 2015 da Genova

Sbarco 15 novembre 2015 a Genova - quote a persona

Itinerario: Genova, Villefranche sur Mer, Genova

Durata: 2 giorni/ 1 notte



cabina esterna esperienza Bella	cabina esterna esperienza Fantastica	cabina Balcony esperienza Bella	cabina Balcony esperienza Fantastica
€ 25	€ 35	€ 48	€ 60



La quota comprende:

Sistemazione nella cabina prescelta. Trattamento di pensione completa: prima e seconda colazione, tè, pranzo, merenda, cena, buffet di mezzanotte, sorprese gastronomiche. Fitness & Relax: piscine, lettini, palestra, pallavolo, vasche idromassaggio, jogging, attività di animazione, serata di gala col Comandante.

La quota non comprende:

Trasporto dalla città di origine al porto di Genova.
Tasse portuali obbligatorie € 70 a persona (adulti e bambini).
Assicurazione medico bagaglio e annullamento da € 27 pp.
Quote di servizio, escursioni, bevande e caffè, servizi con pagamento extra e tutto quanto non indicato nella voce "La quota comprende".
I ragazzi fino a 18 anni in 3° e 4° letto hanno la quota nave gratuita, pagano solo quota assicurazione e tasse portuali. Disponibilità di cabine familiari su richiesta.



sconti riservati
ai soci
unicoop tirreno



HOLI - INDIA TOUR GUIDATO

Partenza di gruppo da Milano e Roma

12 giorni/11 notti

partenze con voli da Roma Fiumicino e Milano Malpensa

Quotazione speciale soci coop: € 1350 + tasse aeroportuali e visto.

Troverai il programma di viaggio con tutti i dettagli sul nostro sito.

Le prenotazioni dei viaggi vanno effettuate esclusivamente da telefono fisso presso le nostre agenzie di viaggio convenzionate, consultando il sito www.mondovivo.it oppure telefonando al numero verde **800 778 114**

Angolo cultura

Era sulla buona strada per diventare un paese fantasma e adesso è al sesto posto al mondo come meta turistica per gli amanti dell'arte contemporanea grazie alla Farm Cultural Park. A Favara, vicino ad Agrigento, la Sicilia che non t'aspetti.

■ **Alessandra Bartali**

La Sicilia è una meraviglia. Il centro storico di Siracusa, gli scogli di Aci Trezza, la vitalità di Palermo. Finché non ti perdi, a furia di girovagare tra le strade di collegamento tra un paese e l'altro. Oppure fai una sosta non prevista prima di arrivare alla prossima meta. Allora succede di incapere in uno di quei paesi fantasma, dove le persiane dei palazzi senza intonaco sono in gran parte chiuse e qualche vecchina rugosissima seduta davanti al portone di casa rappresenta l'unica forma di vita. Così appare a prima vista Favara, paese a pochi chilometri da Agrigento, che del vociare dei turisti nella Valle dei Templi non sembra sentire nemmeno l'eco. Almeno finché non si arriva nella zona dei Sette Cortili, dove improvvisamente cambia tutto: i colori degli edifici, la densità di persone per le strade, l'atmosfera. Per cercare di risolvere il problema (non solo siciliano) dello spopolamento dei piccoli paesi, l'Università di Teramo ha attivato un *master*.

Parcoscenico

A Favara, invece, la soluzione l'hanno trovata due coniugi facoltosi, Andrea e Florinda, che qualche anno fa hanno comprato a un prezzo stracciato quei Sette Cortili comunicanti e fatiscenti per trasformarli nella *Farm Cultural Park*. La loro storia sembrava scritta: la disponibilità economica e la ricerca di un ambiente stimolante per sé e per le figlie li stavano portando via dalla Sicilia e dritti a Parigi. Ma poi proprio Parigi ha dato loro l'idea per restare, e più precisamente il *Palais de Tokyo*, centro d'arte contemporanea della capitale francese. Perché non portare l'arte contemporanea in un paese sperduto della provincia agrigentina? Così a poco a poco, partendo dalla rete di contatti personali nel mondo dell'arte, i cortili, ristrutturati, hanno ripreso luce, colore e vita attraverso esposizioni, installazioni artistiche e concerti e Andrea ha visto avverarsi la sua fantasia di trasformarsi da notaio in direttore di qualcosa di molto simile al *Palais de Tokyo*. «Anzi la sfida è anche maggiore rispetto al contesto parigino – spiega –: qui la cultura si mette a disposizione del territorio, diventa un mezzo nobile per rigenerare o ripensare una dimensione di futuro in una città che non aveva né passato né presente».

Nome d'arte

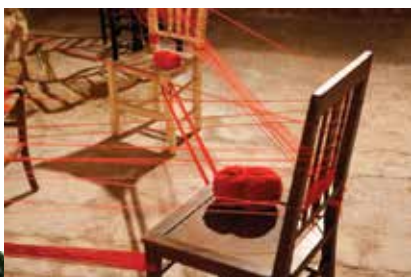
Farm Cultural Park non è un museo nel senso tecnico del termine, non è una galleria d'arte, qui quello che conta non è il valore delle opere, anche se vi passano regolarmente artisti internazionali, non sempre emergenti, ripagati dall'ospitalità in un contesto così stimolante e dalla sfida di contribuire a far crescere un laboratorio culturale in



questo angolo sperduto di Sicilia. Conta il valore delle persone che passano, dello scambio, della condivisione. Conta lo stimolo che ne deriva. Per questo ad Andrea piace dire di aver dato vita ad “un museo delle persone”. In questo senso la cultura, adesso, detta il presente di Favara, e probabilmente anche il futuro. E non è una cultura “di rendita”, come spesso succede nella nostra Italia stanca e capace solo di promuovere (male) ciò che ci è stato lasciato in eredità dagli artisti del passato. *Farm Cultural Park* ha il progetto ben più ambizioso di dare all'ex paese fantasma una nuova identità legata all'oggi, alla sperimentazione e all'ospitalità. L'atmosfera che si respira ascoltando i concerti di artisti locali e non, visitando le mostre, vedendo all'opera fotografi, *designer* e *chef* invitati ai programmi di residenza che si svolgono tra i Sette Cortili fa venire a mente più Stoccolma che non altre città italiane. Non si visitano bellissime rovine prima di affondare la forchetta in una caponata, ma si guardano proiezioni di oggetti reinventati per necessità con materiale di scarto ai quattro angoli del mondo (ad esempio, una tovaglietta realizzata in Sud Africa con gli involucri delle gomme da masticare), mentre l'odore di pollo speziato accarezza le narici.

Viva e vitale

Grazie a tutto questo Andrea ambisce a far diventare Favara la seconda attrazione turistica della provincia di Agrigento dopo la Valle dei Templi. E, mentre a due passi dai Sette Cortili è appena nato il primo *hotel* di *design* (anch'esso molto “Stoccolma”), il rinomato *blog* britannico *Purple Travel* gli dà ragione, collocando la *Farm* – come tutti la chiamano – al sesto posto al mondo come meta turistica per gli amanti dell'arte contemporanea. Premesso che la selezione dei programmi di residenza privilegiano progetti che mirino alla partecipazione attiva della gente comune, girando per la *Farm* non si sentono solo accenti “forestieri”. La sera, a frescheggiare, scendono anche gli anziani del luogo, si portano le sedie da casa e si mettono davanti al loro portone a gustarsi le note di un gruppo *jazz* o *reggae*. «È cambiato tutto qui – dice la signora Anita sforzandosi di far prevalere l'italiano sul dialetto si-



culo –. Prima non c'era niente, adesso la *Farm* fa compagnia». E ai giovani locali dà anche speranza: fino a pochi anni fa i ragazzi della provincia agrigentina non avrebbero mai pensato di poter svolgere i loro lavori “creativi” in uno dei paesi più negletti dell'entroterra siciliano. Uno degli edifici ristrutturati, invece, ospita varie postazioni di *coworking*: le occupano specialisti della comunicazione, del *marketing*, di allestimenti, di architettura e *design*, che lavorano non solo per la realtà favarese, ma anche per aziende esterne, singolarmente o collettivamente. La vitalità si nutre di vitalità. E la Valle dei Templi, da queste parti, non fa più invidia a nessuno. ■

I PARCHI

Aquarium Mondo Marino

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

Info 0566919529
www.aquariummondomawrino.com

Oasi Wwf



Soci Coop: ingresso adulti 4 euro anziché 6; bambini e ragazzi sotto i 14 anni 3 euro anziché 4 (secondo figlio ingresso gratuito). Il vantaggio è esteso a un

accompagnatore del socio. Visite guidate 4 euro a persona (sia adulti che bambini). Sconto del 5% su tutti i servizi a pagamento presso i punti vendita Wwf Oasi e sulla partecipazione a eventi.

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

Riserva Naturale Provinciale Padule Orti-Bottagone

SP 40 Geodetica, km 6,700
Loc. Torre del Sale - Piombino (LI)
Aperta da gennaio a maggio e da luglio a dicembre. Dal 1° settembre al 31 maggio visite guidate senza necessità di prenotazione, sabato e domenica alle 10 e alle 14,30.

Info 3384141698, 3899578763
ortibottagone@wwf.it

I MUSEI

Museo Civico Giovanni Fattori

Via San Jacopo in Acquaviva, 65
Villa Mimbelli - Livorno
All'interno del museo la collezione permanente costituita da dipinti di Giovanni Fattori e di altri artisti come Serafino De Tivoli, Vincenzo Cabianca, Silvestro Lega, Telemaco Signorini, Giovanni Boldini. Presente anche un'ampia panoramica sulla pittura livornese di fine Ottocento.

Aperto tutti i giorni: orario 10-13 / 16-19 (escluso lunedì). Biglietto d'ingresso per i soci Coop 2,50 euro (anziché 4).

Info 0586808001
fgiampaolo@comune.livorno.it

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



GLI ITINERARI

Artemide Guide Roma

Molte le attività offerte, dagli itinerari storico-artistici con guide autorizzate nel territorio di Viterbo, Roma e province, ai servizi tour escort in Italia e all'estero con accompagnatori autorizzati, ai laboratori didattici sulla civiltà etrusca.

Sconto del 10% per i soci Coop sul servizio guide e accompagnatori turistici.

Info e prenotazioni 0766857387
3282925237, artemideguide@hotmail.com

Azienda Agricola Giacomo Giannini

L'azienda Giannini ha 2 strutture nel verde della Maremma Toscana che propongono servizi di agriturismo: **Agriturismo Podere Oslavia**, SP 59 km 9, Alberese, un'azienda agricola



Agriturismo Podere Oslavia



Agriturismo Pian dei Pini

produttrice di vino e olio, che alleva 80 capi bovini di razza chianina e offre ai soci di Unicoop Tirreno (con la carta SocioCoop) uno sconto del 10% sul soggiorno, oltre a una bottiglia di vino (produzione propria) per ogni socio Coop che soggiognerà e l'uso di biciclette per tutto il soggiorno. **Agriturismo Pian dei Pini**, località Cupi, Magliano in Toscana, è un'azienda agricola che offre ospitalità

nella struttura. Per tutti i soci Unicoop Tirreno è previsto uno sconto del 10%, oltre all'omaggio di una bottiglia di vino (produzione propria) per tutti i soci che soggiogneranno e un aperitivo emozionale in vigna.

Info Podere Oslavia 0564407116, e-mail: info@alberese.net, www.alberese.net
Pian dei Pini 0564589937, e-mail: piandeipini@gmail.com, www.piandeipini.com

Tenute Flanton Avellino

Pacchetto Agriturismo in due possibili soluzioni: 1. un pernottamento con prima colazione in camera doppia, presso hotel 4 stelle a pochi km dalla tenuta. Cena e pranzo presso la tenuta, visita guidata in cantina. Nel pran-



Museo Civico Giovanni Fattori



zo e nella cena sono inclusi: antipasti, primi piatti, secondo con contorno, frutta, dolce, vino, acqua e caffè. Il costo del pacchetto completo è di 60 euro a persona. I bambini sotto i 7 anni non pagano il pranzo/cena; 2.



pacchetto senza pernottamento, con pranzo e visita guidata in cantina, 25 euro a persona. Nel

pranzo sono inclusi antipasti, primi piatti, secondo con contorno, frutta, dolce, vino, acqua e caffè. I bambini sotto i 7 anni non pagano il pranzo.

Info 3388758162

IL BENESSERE E LA SALUTE

Audin apparecchi acustici

Roma

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

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



CoopOdontoiatrica

Prossima apertura ambulatorio convenzionato

La *CoopOdontoiatrica*, in convenzione con Unicoop Tirreno, ha definito un progetto finalizzato alla cura e prevenzione delle malattie del cavo orale e delle malocclusioni. Nell'ambito di un programma rivolto al sociale, in collaborazione con professionisti qualificati, ci impegniamo a offrire prestazioni di qualità mantenendo costi vantaggiosi, soprattutto per le categorie convenzionate.

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



Museo Magma Follonica

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

Info 056659027-243-004
info@magmafollonica.it

I CORSI

Alma Mater

Via A. Pertini, 25 - Piombino

Corsi di lingua straniera (inglese, tedesco, francese, russo, spagnolo, cinese, giapponese) e informatica.

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

ASD Uisport '92

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

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

ASD Amatori Nuoto Follonica

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

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

ASD Laboratorio di danza e movimento

Via di Popogna, 50 - Livorno

Offerta per i soci Coop: iscrizioni gratuite per bambini minori di 6 anni, iscrizione unica per membri (conviventi) della stessa famiglia; iscrizione ridotta per chi si iscrive entro il 6 settembre; quota mensile ridotta per il corso *senior* (43 euro invece di 53 euro).

Info 0586814156-811740
www.laboratoriodanzamovimento.it

f ASD Laboratorio di Danza e Movimento

I SERVIZI

Movimento Consumatori

Coordinamento Regionale della Toscana

Svolge un servizio d'informazione su problematiche economiche e sociali che riguardano i consumatori. Gli sportelli sono attivi presso i punti di vendita di **Livorno** c/o Centro Comm. Fonti del Corallo, Supermercato via Settembrini; **Piombino** Supermercato Salivoli.



G.R. Toscana Outdoor

Via del Tino, 301 - fraz. Roselle
Trekking con guide ambientali

escursionistiche regolarmente abilitate. Sconto del 10% sulle

tariffe vigenti al momento della partecipazione a escursioni guidate di un giorno o di mezza giornata tra mare, colline e montagne; 10% di sconto anche sui corsi di formazione che introducono alla pratica dell'escursionismo. Gli sconti non sono cumulabili con altri sconti o promozioni.

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



Cuore Liburna Sociale

Società cooperativa onlus

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

Info Piombino 0565227212

Follonica 056657798

info@cooperativacuore.it

Natural Farm Project sas

Natural è una società che promuove un servizio di dissuefazione dal fumo di sigaretta. Tariffa agevolata per i soci di Unicoop Tirreno.

Info 05661900833 - 3358062363

fax 0566216911

info@lagrandebellezzanaturale.it

www.lagrandebellezzanaturale.it

Maregiglio

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

Info Porto Santo Stefano 0564812920

fax 0564811160;

Isola del Giglio 0564809309

fax 0564809469 - info@maregiglio.it

Blu Navy

Società di servizi di trasporto marittimo, offre a tutti i soci Unicoop Tirreno (che mostreranno la carta sociocoop) presso le proprie biglietterie, 15% di sconto su tutte le tariffe di solo trasporto per le destinazioni dell'Arcipelago Pontino e Toscano.

Info 0564071007; fax 0564071206

3931791500; www.blunavycrociere.com



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



Steve Hackett in concerto

22 settembre

Obihall - Firenze



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

Appassionati del fai da te? Da oggi potete decorare, rinnovare o sistemare la casa a prezzi vantaggiosi. Per i soci Coop è previsto, infatti, il **10 per cento di sconto** su tutti gli acquisti effettuati il mercoledì nei punti vendita Brico Io di Toscana e Lazio: Massa, Viareggio, Livorno, Cecina-Montescudaio, Piombino, Follonica, Civitavecchia, Formia, Aprilia, Ceccano. Lo sconto non è utilizzabile per l'acquisto di articoli già in promozione o segnalati nel punto vendita o per combustibili (petrolio, pellet, legna, bioetanolo). Inoltre non è cumulabile con coupon, tessere sconto e convenzioni.



CINEMA

Multisala Supercinema

Orbetello (GR)

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

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

Info 0564867176

Cinema Etrusco

Tarquini (VT)

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

Info 3351277281

www.cinemaetrusco.it

Grosseto Revisioni

Via Aurelia Antica, 48 Grosseto

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

Info 056422582



PORTA SEMPRE CON TE LA CARTA **SOCIOCOOP**

Analisi di **mercato**

Pochi, grandi gruppi fanno il bello e il cattivo tempo, con promozioni spesso fasulle, e le bollette di luce e gas sono sempre più care. Altro che libero mercato, concorrenza leale e libera contrattazione.

■ **Antonio Fico**

A quanti non è capitato di essere importunati per giorni e giorni da giovani voci che vendono contratti “vantaggiosissimi” per la libera fornitura di gas e corrente elettrica? Ecco, una volta accettato, è molto probabile che la vostra bolletta si faccia più pesante e meditate seriamente di fare un reclamo.

In bolletta

I dati diffusi dall'Authority per l'Energia e il gas parlano chiaro. Per circa un quarto degli utenti italiani, cioè per le famiglie e le piccole imprese che hanno optato per il passaggio dalle tariffe

a “maggior tutela” (stabilite ogni 3 mesi dall'Authority) al libero mercato, l'energia arriva a costare in media anche un 15-20 per cento in più. Un costo che si scarica immediatamente sulla bolletta: nel 2013, ad esempio, la classica famiglia italiana che ha scelto le tariffe *free* ha pagato in media 42,5 euro in più di corrente elettrica rispetto a chi è rimasto nel mercato tutelato. Se poi quel nucleo familiare ha deciso per la fornitura libera anche nel gas, allora la bolletta dedicata è stata più cara di 69 euro. In tutto fanno 111 euro all'anno – come calcolano le associazioni dei consumatori – che gravano sui già magri bilanci familiari. È una tendenza costante: se si prendono ▶



Attività di gruppo

46 **Che tipo di mercato dell'energia costruire? Ne parliamo con Mauro Zanini, vicepresidente di Federconsumatori.**



Mauro Zanini

«La nostra proposta è trasformare l'«Acquirente Unico» in un grande gruppo d'acquisto nazionale d'energia, esteso anche al gas, soggetto a un comitato che vigili sulla trasparenza negli approvvigionamenti e preposto agli acquisti dell'energia». A dirlo a *Nuovo Consumo* è il vicepresidente di *Federconsumatori*, **Mauro Zanini**. Tutte le principali associazioni dei consumatori hanno presentato un pacchetto di proposte per fermare quella che si prospetta come una ulteriore, selvaggia liberalizzazione del

mercato dell'energia. «Eliminando il «Mercato Tutelato» e l'«Acquirente Unico» non si favorisce la concorrenza, ma si fa un favore alle 3 grandi aziende oligopolistiche che oggi controllano l'83 per cento del mercato elettrico, senza contare che si toglie un punto di riferimento e di confronto in termini di prezzi con chi acquista e vende energia e gas».

Le Compagnie dicono che, invece, vanno soppressi perché distorcono la concorrenza.

«È un grave errore, non comporterà l'aumento della concorrenza ma servirà solo ad aumentare le tariffe».

L'Italia ha, nonostante tutto, il più alto tasso di passaggi al mercato libero.

«È vero, com'è vero che chi aderisce ai contratti proposti dalle compagnie paga mediamente di più. Ci sono delle offerte con cui si potrebbe risparmiare, come quelle, ad esempio, contratte su

- ▶ in considerazione solo gli ultimi 3 anni rilevati, si scopre che nel 2011 l'energia (52 per cento della bolletta, al netto degli oneri di sistema e dei servizi di rete) è costata nel mercato privato il 21,2 per cento in più; nel 2012 il 6,1 in più; nel 2013 il 16,7 in più. Ma come? Le liberalizzazioni con l'apertura agli operatori del mercato non dovevano comportare una riduzione delle tariffe e una gestione più trasparente? Sulla carta è così. In realtà no, se a spartirsi la piazza, a colpi di promozioni – spesso fasulle – sono pochi, grandi gruppi che fanno il bello e il cattivo tempo. Risultato: nel settore dell'energia e del gas la concorrenza è ancora una chimera, pagata a caro prezzo dai consumatori. Un gioco a perdere, che rischia di trasformarsi – come ha denunciato l'*Authority* – “in un massiccio trasferimento di risorse dai clienti finali ai venditori del mercato libero”, se si dovesse passare dall'attuale regime di tutela ad un settore interamente governato dalla libera contrattazione.

Fuori controllo

Non è una denuncia a caso. A febbraio, il governo ha deciso di rinviare dal giugno di quest'anno al 2018 il passaggio di tutti gli utenti al mercato non controllato. Basta per tirare un sospiro di sollievo, aspettando che le cose facciano il loro corso? Affatto. Nonostante

le liberalizzazioni avvenute per il gas nel 2003 e per l'energia nel 2007 non stiano dando risultati favorevoli ai consumatori, in Parlamento è in discussione un disegno di legge di riordino della materia, che stabilisce – se non arriveranno correttivi di sostanza – il passaggio al mercato libero senza più tutele e la fine dell'«Acquirente Unico», l'ente preposto all'acquisto d'energia e di gas sul mercato all'ingrosso rispettivamente per 20 e 14 milioni di utenti. Il che significa che domani, senza i prezzi di riferimento del mercato tutelato, le quotazioni dell'energia e del gas potrebbero decollare verso lo scenario che prospetta l'*Authority*.

Ma a che punto è la concorrenza nel mercato dell'energia e del gas? *Enel* ed *Eni*, non a caso i vecchi monopolisti ante-liberalizzazioni, continuano a giocare la parte del leone, rispettivamente nel mercato energetico e in quello delle forniture di gas. Nel mercato energetico complessivo, *Enel* detiene da sola il 77,7 per cento dell'energia venduta, in un settore con poche aziende in grado di concorrere. Se, infatti, l'attività di vendita ai grandi clienti (in media tensione) presenta un'effettiva concorrenza, con positivi indici di concentrazione (i primi 3 operatori hanno solo il 23 per cento circa dei volumi di vendita nel libero) e di cambio fornitore, emergono



internet, ma guarda caso le Compagnie tra le 3 o 4 proposte commerciali che presentano, spingono quelle più care. Nella stragrande maggioranza dei casi, il consumatore non agisce di sua spontanea volontà, ma è sollecitato o con il *telemarketing* o con la vendita porta a porta. Ci si fida di informazioni poco chiare, incomplete, con il risultato che aumentano i reclami. E i tassi di ritorno alle tariffe controllate sono altissimi: parliamo di 15mila utenti al mese».

La vostra proposta?

«Separiamo le funzioni di tutela dei consumatori da quelle di approvvigionamento, trasformando l'«Acquirente Unico» in una società, controllata dal Governo, che possa continuare a gestire i 20 milioni di utenti che rimangono nel mercato tutelato dell'elettricità e i 14 del gas. Stessi oneri ed onori degli altri attori, è questa la precondizione per migliorare la concorrenza nel settore». ■ **A.F.**



invece indicazioni di segno opposto per le utenze domestiche e le piccole imprese. I primi cinque *player* energetici – *Enel, Edison, Acea, Hera* ed *Eni* – assolvono insieme all'87 per cento della domanda energetica. Le altre 255 società presenti sul mercato hanno quote ininfluenti per poter scompaginare quello che è a tutti gli effetti un cartello di pochi, il più classico degli oligopoli. «Da anni denunciavamo all'*Authority*, al Governo e al Parlamento come il mercato dell'energia sia ancora caratterizzato da una pessima concorrenza, con effetti contrari alle aspettative e sia costellato di irregolarità», spiega **Elio Lannutti**, ►

Conflitto d'interessi

Indipendenti solo sulla carta, per le 9 Autorità serve una riforma perché tutelino davvero il pubblico interesse.

Sono 9, hanno in totale quasi 2.300 dipendenti e costano oltre 600 milioni di euro all'anno, poco più della metà dei quali solo per stipendi e contributi previdenziali, oltre ai 24 milioni spesi per i soli affitti. Questi i numeri chiave delle *Authority* indipendenti, cioè gli enti incaricati di controllare un determinato settore dell'economia o particolari servizi tutelando sia i diritti dei consumatori sia gli interessi generali, come la libertà d'iniziativa economica. Sono per definizione "indipendenti", ma nella totalità dei casi, però, la nomina dei presidenti spetta al Governo. Si aspetta da tempo una riforma, e da più parti sono fioccate proposte per mettere fine ai legami troppo stretti con la politica. Avrebbero un ruolo tutt'altro che di secondo piano, specialmente nei settori di recente liberalizzazione, ma per il

grande pubblico restano oggetti sconosciuti o quasi. Tra quelle più note la *Consob*, l'*Antitrust* e il Garante della *privacy*, ma quanti sanno decifrare le sigle *Ivass*, *Covip*, *Agcom* e *Aeeg*, cioè l'*Autorità per l'energia e il gas*? Hanno una storia relativamente recente. La prima ad essere introdotta, appena 41 anni fa, fu la *Consob*, chiamata a regolare le transazioni in Borsa. Nel 1990, con grande ritardo rispetto agli altri paesi europei, anche l'Italia (sotto il sesto governo Andreotti) si è dotata di un'*Autorità Antitrust*. Per giungere alle ultime di recente varo: dell'*Anac* (Anticorruzione) si è molto sentito parlare, se non altro per la notorietà del presidente, il magistrato Raffaele Cantone, assai

meno nota è l'*Authority dei Trasporti*, l'ultima nata ed entrata a regime nel 2014.

Tra i requisiti dei componenti c'è l'alta e riconosciuta professionalità e la competenza nel settore, oltre all'incompatibilità con attività professionali o di consulenza, ma in alcuni casi la fama di queste strutture di vigilanza è stata costellata più dagli scandali che dall'attività sanzionatoria nei confronti dei soggetti economici che infrangevano le regole.

Una, l'*Isvap*, è stata addirittura soppressa d'imperio in seguito allo scandalo che ha travolto il suo presidente Giancarlo Giannini, accusato di non avere vigilato su *Fondiarica Sai* per quasi un decennio in cambio della promessa di una superpoltrona all'*Antitrust*.

Al ribasso

Nel mercato tutelato luce e gas costano meno.

Bollette ancora in calo per il mercato tutelato. Dopo i ribassi del primo trimestre 2015, l'Authority ha deciso di abbassare nel secondo trimestre la bolletta dell'elettricità dell'1,1 per cento. Ancora più deciso sarà l'alleggerimento della bolletta del gas, con una flessione del 4 per cento. Per l'elettricità la spesa media annua si attesta (periodo luglio 2014-giugno 2015) a 510 euro, 6 euro in meno rispetto all'anno precedente. Per lo stesso periodo, la bolletta del gas costerà 1.135 euro all'anno, con un risparmio di circa 70 euro. Decisivo il ribasso delle quotazioni della materia prima nei mercati all'ingrosso e dell'andamento del petrolio, in parte bilanciati dall'aumento degli oneri di sistema.

- segretario dell'Adusbef: Uno strapotere che si riflette anche nella contrattazione libera, un mercato che pesa 1/4 di tutta l'energia venduta: i primi tre *player* detengono il 72 per cento del mercato, con *Enel* che la fa da padrona con il 50.

Alta concentrazione

«Livelli di concentrazione – dicono dall'Authority – che se si confermassero, in caso di riduzione dei clienti in tutela risulterebbero critici per una piena concorrenza». Tanto più che gli operatori presenti nella tutela appaiono godere di un "vantaggio" nel convincere i clienti a rifornirsi alle loro condizioni nel libero: dati alla mano, quasi il 60 per cento di chi passa al libero sceglie il venditore dello stesso gruppo che aveva in tutela. Una posizione di vantaggio che si riflette anche nel mercato delle forniture di gas, dove appena 2 operatori (*l'Eni* da sola detiene il 21 per cento del mercato nazionale) sono presenti in più di 15 regioni. In questo caso la concorrenza è minata dall'altissimo livello di concentrazione su base regionale degli operatori: i venditori "tradizionali" o *incumbent* locali, cioè quei venditori che in passato operavano come monopolisti. Caso tipico sono le municipalizzate. Nel 2013 oltre il 94 per cento dei volumi di gas sono stati consegnati in regioni dove i venditori tradizionali hanno una quota di mercato complessivamente superiore al 75 per cento.

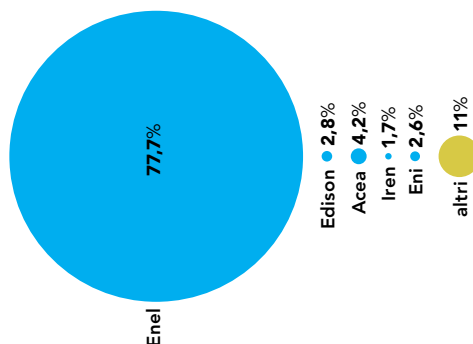
La decisione di passare da un regime all'altro – come denunciano l'Authority e le associazioni dei consumatori – è poi, spesso, inconsapevole. L'Italia ha in Europa il più alto tasso di cambiamento (+7,6 per cento all'anno, contro la media *Ue* del 5,6 per cento). Dando uno sguardo alla sezione "TrovaOfferte" dell'Authority, in materia d'energia le offerte commerciali sono in aumento, con una copertura dei volumi domestici superiore al 90 per cento.

Con la minima trasparenza

Federconsumatori rileva che se si prendesse in considerazione le 3 offerte più vantaggiose, utenti e piccole imprese potrebbero avere risparmi anche dell'8-9 per cento rispetto alla maggiore tutela, ma che le politiche commerciali delle Compagnie spingono a favore di contratti più onerosi. Nelle forniture di gas, le Compagnie praticano le stesse politiche, ma con difficoltà maggiori anche per il consumatore più avveduto, che ha a disposizione una gamma ancora più limitata di offerte (appena 15), quasi tutte a prezzo bloccato. L'opacità delle promozioni è richiamata dall'Authority che la individua tra le ragioni per cui occorre "attenzione nel processo di accompagnamento regolatorio al pieno accesso dei clienti al solo mercato libero". Osserva l'organismo

La concentrazione nel mercato domestico dell'energia

Le prime 5 compagnie controllano l'89% dei volumi di vendita





Linguaggio moroso

Il fenomeno della morosità nel mercato libero.

Cresce il fenomeno della morosità, spinto in alto soprattutto dalle richieste di sospensione delle forniture ad utenze domestiche nel mercato libero. In un anno (2012-2013), secondo i dati delle *Authority*, tali richieste sono passate da 371 mila a oltre 600 mila, con un incremento del 61 per cento. In rapporto ai punti serviti, i morosi nel mercato libero sono passati dal 6,3 all'8,4 per cento. Il dato è più significativo se confrontato con il calo delle richieste di sospensione nel mercato tutelato. Ricordiamo qui che le utenze in tutela sono per numero circa il triplo di quelle che hanno aderito al mercato libero. Ebbene, mentre nel 2012 le richieste erano state pari a 1.237.000, nel 2013 erano scese a 1.162.000, con una riduzione del 6 per cento.

Dal punto di vista geografico risultano marcate le differenze: hanno tassi di morosità più alti le regioni del Sud, leggermente sopra la media quelle del Centro, con Umbria, Abruzzo, Molise nel 2012, a cui si è aggiunto il Lazio nel 2013, mentre sono sotto la media quelle del Nord.

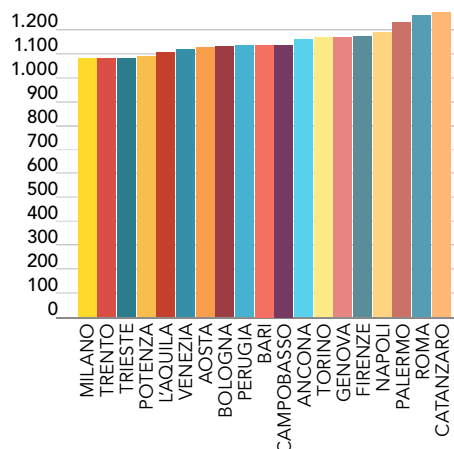
di vigilanza: “qualora la rimozione dei sistemi di tutela avvenisse in modo repentino, consentirebbe ai venditori esistenti di innalzare i prezzi senza che i clienti finali possano reagire tempestivamente, sia per l'elevata concentrazione dell'offerta, sia per la mancanza di consapevolezza circa i benefici di prezzo ottenibili attraverso il cambio di venditore”. Più chiaro di così! La scarsa trasparenza nel passaggio al libero mercato è confermata inoltre dai dati sui reclami: pur rappresentando circa 1/4 dei volumi di vendita, arrivano da qui – in crescita esponenziale – i 2/3 dei circa 500mila reclami che affollano le scrivanie del-

le Compagnie. In 1 caso su 5, l'utente protesta per un contratto non richiesto, o per informazioni parziali se non ingannevoli. 5 reclami su 10 sono sollecitate da fatturazioni anomale. «A queste condizioni – commenta Lannutti – rischiamo di lasciare i cittadini in balia dei comportamenti scorretti e spregiudicati di molte aziende che, sin dall'apertura del mercato libero, hanno dimostrato tutta la loro mancata volontà nel proporre offerte competitive e trasparenti».

Una fotografia impietosa sul passaggio al libero mercato che, a quanto pare, rimane lo scenario più plausibile. Ma a quale prezzo? ■

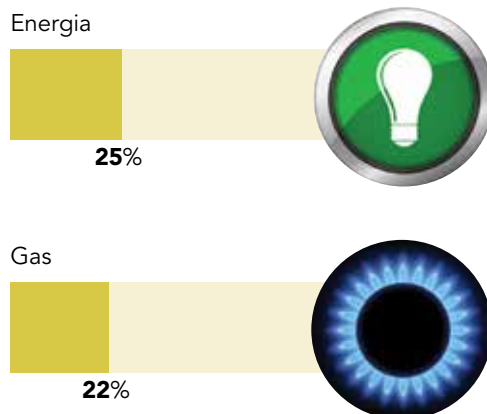
Costo annuo del gas per una famiglia media

Tra Milano e Catanzaro differenza di 193 euro



Fonte: Federconsumatori

Utenti domestici che hanno scelto il mercato libero



Fonte: Autorità per l'energia e il gas

La via **dell'ortofrutta**

Di stagione, anche confezionate e già pronte al consumo, nelle giuste porzioni, fin dall'infanzia. Come e perché mangiare frutta e verdura.

■ **Ersilia Troiano**



Alzi la mano chi non conosce i benefici di frutta e verdura. Malattie cardiovascolari, cronico-degenerative, diabete, obesità: potremmo definirle quasi una panacea per ogni male. Eppure, il loro consumo in Italia è in costante diminuzione da oltre 10 anni. E non vale nascondersi dietro a motivazioni di natura economica, perché il calo dei consumi è iniziato molto prima della crisi economica degli ultimi anni.

Non siamo alla frutta

Non più di 360 grammi al giorno, tra frutta e verdura, gli ultimi dati disponibili sui consumi dell'italiano medio. Se poi si paragona questo numero agli oltre 400 grammi al giorno consumati nel neanche tanto lontano Duemila, la riduzione è senza dubbio preoccupante. Così come è curioso notare il paradosso che la frutta e la verdura sono presen-

ti sempre di più sulle tavole del Nord Europa e meno in quelle del Sud, dove sono più accessibili. Chi consuma meno frutta e verdura? I ragazzi e gli uomini adulti rispetto alle ragazze e alle donne, così come in generale gli adolescenti rispetto agli adulti e gli adulti rispetto agli anziani. La maturità e la saggezza legate all'età sono dunque un fattore che può influenzare scelte alimentari più corrette? Probabilmente sì, ma tanti altri fattori hanno un ruolo determinante, in positivo o in negativo. Per i bambini, ad esempio, più che la mensa o la scuola è la famiglia a rappresentare il posto giusto per la costruzione delle preferenze. Ci sono molti dati che dimostrano, infatti, come i figli di genitori che consumano regolarmente frutta e verdura la consumino altrettanto regolarmente.

La migliore offerta

I bambini dunque non amano, o non consumano frutta e verdura, perché non sono abituati in famiglia. Oppure perché non vengono proposte nel modo giusto: gli esperti chiamano "offerta ripetuta" quella che in parole povere è la buona abitudine di continuare a proporre al bambino alimenti o piatti a lui

poco graditi, correndo il rischio che non li consumi, ma nella consapevolezza che questo gli permetterà di familiarizzare con essi, imparando ad accettarli e magari poi ad apprezzarli. Ma nella vita di tutti i giorni troppo spesso capita il contrario: si evitano verdura e frutta, ma anche pesce, perché sappiamo che ai piccoli non piacciono.

Compagnia di verdura

E veniamo agli adulti. Tra i motivi di scarso consumo, il costo, il tempo e l'impegno necessari per comprare, pulire, lavare e cucinare soprattutto la verdura. Ma siamo davvero sicuri che a questi ostacoli non ci sia soluzione? E, soprattutto, che siano dei veri ostacoli? Prima di tutto il costo. Frutta e verdura non sono alimenti costosi, se si sa scegliere. Stagionalità prima di tutto, e poi attenzione alle giuste porzioni di consumo: sono queste le parole chiave. Stagionalità perché il prezzo di frutta e verdura di stagione è decisamente più basso rispetto alle cosiddette primizie oppure a quella fuori stagione. Giuste porzioni perché bisogna imparare ad acquistare le quantità necessarie, riducendo gli sprechi derivanti, ad esempio, dall'acquisto di troppa frutta, magari dimenticata a maturare in frigorifero e buttata via qualche giorno dopo. Il resto lo fa la buona volontà. Innanzitutto è possibile dedicarsi, ogni tanto e quando si può, a pulire e cuocere le verdure più laboriose, congelandole in porzioni adeguate al consumo personale o familiare.

Vasta gamma

Non dimentichiamo inoltre che frutta e verdura sono disponibili anche nelle cosiddette varietà di quarta gamma, ovvero tagliate e pronte per il consumo, dal costo più alto, ma che possono rappresentare una valida alternativa per coloro che, diversamente, non riuscirebbero a mettere mai un piatto di insalata, spinaci o carote in tavola. Stesso discorso vale per le verdure di quinta gamma, già cotte e pronte al consumo, ma in questo caso è importante saper scegliere quelle dal profilo nutrizionale più adeguato, ad esempio, senza grassi aggiunti. Via libera a frutta e verdura anche nei pasti fuori casa, al ristorante o alla mensa aziendale. Attenzione, però: vanno sempre preferite le varianti lesse, grigliate o non particolarmente elaborate, magari da condire al momento con un buon olio extravergine d'oliva. ■

Pranzo al sacco

C'era una volta il cestino di paglia, adesso c'è una più adeguata e funzionale borsa termica. Ma ancora in troppi ignorano che, proprio in occasione di *picnic* e *gite* fuori porta, la sicurezza alimentare può essere messa a dura prova da scelte inadatte o da modalità improprie di conservazione. Innanzitutto occorre maneggiare alimenti e bevande con mani pulite, gesto tutt'altro che scontato. Se non è possibile lavarle con acqua e sapone, è utile tenere in borsa salviette umidificate o gel disinfettanti senza risciacquo. Così com'è importante prestare molta attenzione alla pulizia delle borse termiche che si utilizzano per il trasporto degli alimenti. Per quel che riguarda la loro scelta è indubbiamente poco indicato caricare la borsa (ma anche la digestione) con

Qualche regola e piccoli accorgimenti per pranzi al sacco buoni e sicuri.

piatti troppo grassi o elaborati, privilegiando alimenti semplici come insalate di pasta, di riso, di verdure o legumi, macedonie di frutta o frutta fresca. Se si opta per panini o tramezzini, meglio evitare salse come maionese o simili, e alimenti altamente deperibili come, ad esempio, la ricotta. Vanno adeguatamente separati, anche utilizzando bustine o contenitori per alimenti, cibi già cotti da quelli da consumare crudi (ad esempio, la frutta fresca o già tagliata da piatti pronti, soprattutto se a base di carne o pesce). È importante utilizzare una quantità sufficiente di siberini (le cosiddette piastre eutettiche o mattonelle refrigeranti) così da mantenere, per quanto possibile, ma soprattutto per tutto il tempo necessario, una temperatura adeguata all'interno della borsa termica. Per la quale serve un altro accorgimento: non va caricata eccessivamente e va sempre conservata nella parte più fresca dell'automobile. Se possibile, meglio dividere il cibo dalle bevande, utilizzando due borse diverse. E ancora più importante: evitare di mettere nella stessa borsa termica alimenti caldi e freddi. Al momento del consumo non lasciamoli a temperatura ambiente per troppo tempo: mezz'ora al massimo, meno nel caso in cui le temperature esterne siano ancora molto estive. ■



Sul piede di guerra

52

Dolore, cattivi odori, sudorazione eccessiva, affezioni varie quando è chiuso nella scarpa. Il mal di piedi che ci mette di malumore.

■ **Barbara Bernardini**

Se la pelle ambrata continua a godere dei benefici delle vacanze estive anche al rientro al lavoro, c'è una parte del corpo che inizia a soffrire fin da subito: i piedi. Abituati alle ciabatte, sono i primi che patiscono la crisi da rientro... nelle scarpe, soprattutto quelli degli uomini che non possono godere del beneficio della moda per cui le donne si permettono i sandali anche in ufficio.

Ambiente chiuso

«Per chi soffre di iperidrosi e bromidrosi, corrispondenti all'eccessiva sudorazione del piede e alla presenza di odore sgradevole, il rientro nelle scarpe chiuse è un vero problema – spiega **Serena Loreti**, podologa e specialista in biomeccanica podalica applicata alle ortesi plantari –. Purtroppo nella maggior parte dei casi si tratta di una disfunzione del sistema neurovegetativo contro la quale si può fare poco. Mentre molti rimedi in gel o crema

contrastano efficacemente il cattivo odore, sono pochi i casi in cui si riesce a limitare l'effettiva sudorazione». Il fatto è che oltre a provocare disagio sociale, l'eccesso di sudorazione predispone allo sviluppo di micosi ungueali e cutanee per cui la podologa consiglia «di associare l'uso di un prodotto specifico per l'iperidrosi con un detergente antisettico e un leggero antimicotico, anche d'origine naturale se si preferisce, come il *tea tree oil* o olio di Melaleuca, una pianta dall'odore simile all'eucalipto che ha un forte potere disinfettante e cicatrizzante».



Oggetto d'affezione

Tra le affezioni più comuni del piede e che certo traggono vantaggio dal rientro nella scarpa chiusa, ci sono le verruche e le micosi. La verruca è un *virus* che si contrae per contaminazione diretta da una superficie infetta, e si annida nella cheratina dell'epidermide. «In particolare la verruca plantare ha la caratteristica di sviluppare uno strato di callosità in superficie che la rende molto simile ad una piú comune ipercheratosi (ispessimento della pelle, ndr) – chiarisce Loreti –. Per questo viene spesso sottovalutata fino al momento in cui diventa dolorosa e molto più insidiosa da trattare». Le onicomicosi, invece, sono delle infezioni dell'unghia, in particolare dell'alluce, causate da funghi e muffe e che ne cambiano aspetto e consistenza, rendendole poco attraenti e nei casi più gravi deformi. Entrambe le patologie possono essere una fastidiosa eredità dell'estate in cui è facile il contatto diretto con superfici contagiate da piedi infetti, come il bordo delle piscine. È consigliabile, pertanto, usare sempre ciabatte per andare in giro nei luoghi frequentati da molte persone.

Messi alle strette

«Pochi sanno, però, che le onicomicosi sono spesso d'origine meccanica – precisa Loreti –. È proprio l'uso delle calzature strette in punta durante l'inverno che provoca microtraumatismi ripetuti all'unghia. Col tempo, questi traumi possono determinare un parziale distacco della lamina dal letto ungueale creando uno spazio soggetto allo sviluppo di un ambiente umido, ideale per il proliferare di funghi e miceti durante l'estate». Ma di certo rientrando nelle

scarpe chiuse ci si accorge dei calli che iniziano di nuovo a fare male. «I calli non vanno mai trascurati – avverte Loreti – perché sono lo specchio di qualcosa che non va nella postura o semplicemente nella calzatura». In linea generale le callosità dorsali sono sempre da conflitto con la calzatura, sia che essa sia stretta o che il movimento del piede al suo interno non sia corretto, mentre quelle plantari derivano da un appoggio del piede errato. «A un occhio competente ed esperto raccontano molto di quel piede e spesso della biomeccanica di tutto l'apparato locomotore», commenta la podologa.

Calzare a pennello

Dato che “al chiuso” dobbiamo comunque rientrare, meglio allora scegliere con cura la scarpa. «La calzatura ideale è quella giusta per il singolo piede, difficile dare una regola valida per tutti – afferma Loreti –. Si potrebbe pensare che una scarpa larga sia la soluzione migliore ma non sarebbe vero. Nel caso di un piede sottile andrebbe a creare una frizione eccessiva; stesso dicasi per le scarpe basse, che non sarebbero idonee per chi necessita di qualche centimetro di tacco per problemi di postura o circolazione». Insomma

Professione podologo

Lo specialista che si prende cura dei nostri piedi.

Non tutti sanno che esiste una figura professionale che si occupa solo dei piedi. Il podologo tratta il piede che fa male con metodi incruenti: i suoi interventi possono essere trattamenti di rimozione di callosità da sovraccarico funzionale, di onicomicosi, unghia incarnita, verruche, ma anche e soprattutto valutazioni funzionali e posturali, prescrizione e fabbricazione di plantari accomodativi, correttivi e di ortesi in silicone. È bene prendere in considerazione questa figura professionale e rivolgersi a lei con fiducia in presenza di un dolore prolungato o di qualcosa di anomalo, perché il piede è di fatto il punto su cui grava tutto il nostro peso, è ricco di terminazioni nervose e, come insegna la riflessologia, ogni organo del corpo ha la sua corrispondenza in una zona plantare. Insomma la salute generale del corpo parte dal basso.

la scarpa adatta è quella che non fa male, che non rovina la cute, le unghie, la schiena. Un consiglio che vale un po' per tutti è che la scarpa non dovrebbe essere del tutto piatta e stretta in punta. Ma «occhio anche alle sensazioni – suggerisce Loreti – perché non sempre coincidono col benessere vero del piede. Basti pensare che 9 volte su 10, nell'esperienza clinica, quando un paziente descrive la scarpa che indossa come “un guanto” oppure “l'unica in cui sto bene” è di fatto una scarpa sbagliata». ■

sani & salvi di Barbara Bernardini

Di sana pianta

Dalle piante arriva una speranza contro il glioblastoma multiforme, una devastante forma di tumore cerebrale. Uno studio delle facoltà di botanica e farmacologia della Seconda Università degli Studi di Napoli ha dimostrato che il semplice estratto acquoso della pianta erbacea *Ruta graveolens*, appartenente alla stessa famiglia degli agrumi, è capace di uccidere e fermare la proliferazione delle cellule del glioblastoma in vitro, mentre si è dimostrata sostanzialmente innocua sulle cellule normali. Benché preliminari, questi studi aprono la strada a nuovi farmaci contro una malattia resistente a qualsiasi terapia conosciuta.

Rosso fuoco

Il rosso è il colore dell'attrazione. I ricercatori della University of Cambridge si sono chiesti il motivo, ipotizzando un ruolo fondamentale del volto femminile. Hanno così fotografato 22 donne senza trucco nello stesso momento della giornata e con le stesse condizioni di luce per un mese, servendosi di una macchina fotografica più sensibile del normale alle fluttuazioni del colore. Le volontarie hanno compiuto anche un auto-test per monitorare i cambiamenti ormonali. È emerso che il grado di rossore del viso variava in maniera significativa durante il ciclo ovarico, con un picco durante l'ovulazione. Proprio questo rossore, appena percettibile, rendeva le donne più desiderabili agli occhi degli uomini.

Vuoto di memoria

È stata ribattezzata “amnesia digitale” da uso eccessivo di google e utilizzo smodato di smartphone. I risultati di uno studio inglese hanno evidenziato che circa la metà degli adulti connessi non ricorda il numero di telefono del proprio partner, mentre il 71 per cento non riesce a memorizzare quello dei figli. La disponibilità pressoché costante e illimitata di internet induce inevitabilmente a dare meno importanza all'assimilazione autonoma di informazioni, rendendoci dipendenti dagli strumenti che usiamo e riducendo la soglia d'attenzione da 12 a 8 secondi, più breve di quella di un pesce rosso.



Dalla mattina alla sera

Le proposte di Coop Club 4-10 e Bene.sì, per una corretta alimentazione fin dal mattino. Con un occhio alla salute e l'altro alla praticità.

■ **Maria Vittoria Ferri**

Orari, spostamenti, impegni, scadenze. Con l'apertura delle scuole e il ritorno al lavoro anche degli ultimi vacanzieri, settembre segna la ripresa dei normali ritmi di vita familiare. Si va di fretta perché dall'agenda non scappi niente e a rimetterci è una corretta alimentazione. A cominciare dal pasto principale, la colazione, trangugiata in fretta e furia oppure il pranzo fuori ridotto a uno *snack* veloce consumato in piedi, per non parlare della merenda che i ragazzi devono fare a scuola, di rado sana e nutriente.

Menu completo

Ebbene, come ammoniscono gli esperti, è un errore non dedicare la dovuta considerazione – e se serve anche un po' di tempo in più – a ciò che si mangia nei diversi momenti della giornata. Sempre più spesso, anche in prodotti apparentemente semplici e veloci, si possono trovare qualità e caratteristiche nutrizionali a cui un numero sempre più alto di consumatori rivolge attenzione. Il *boom* dei prodotti funzionali, cioè particolarmente ricchi di alcune sostanze (come le fibre), o dei cosiddetti *free from*, cioè privi di lattosio, lievito o glutine, coinvolge non solo chi è affetto da uno specifico problema (come può essere per i celiaci), ma tante persone che vogliono migliorare il loro benessere. Per questo, partendo da due linee di prodotti a marchio Coop, particolarmente vicine a





questi aspetti, **Bene.sì** e **Club 4-10** rivolto ai bambini, vi offriamo alcuni suggerimenti dalla colazione alla cena, con un occhio alla salubrità e l'altro alla semplicità e al risparmio di tempo.

Ti voglio Bene.sì

Per la colazione, ma anche per altre occasioni, la linea **Bene.sì** propone, come alternative al latte e quindi al lattosio, bevande a base di riso o di soia (anche in versioni arricchite di calcio e vitamine B2, B12 e D) che stanno riscuotendo grande successo. Ci sono gli **yogurt**, a base di soia 100% italiana senza *ogm* (indicati per chi è intollerante al lattosio e per i vegetariani), nei nuovi gusti ciliegia, albicocca, che si aggiungono alle varianti frutta e cereali, frutti di bosco e naturale. E per i più golosi, sempre senza latte, la linea **Bene.sì** Coop propone i dessert a base di crema di soia, disponibili nei gusti vaniglia o cioccolato.

Da sgranocchiare, magari mentre siamo in ufficio o a scuola, i **crackers** senza lievito e particolarmente ricchi di fibre perché realizzati con farina di mais e d'orzo o i biscotti frollini, anch'essi senza lievito e, come i **crackers**, proposti in pratiche porzioni da portare in giro.

Fan club

Pensati per i bambini, invece, i prodotti della linea **Club 4-10**, privi di grassi tropicali (come l'olio di palma) e di grassi idrogenati, con un ridotto contenuto di grassi o zuccheri (mediamente il 30 per cento in meno rispetto alla media di analoghi prodotti sul mercato), hanno un apporto calorico ridotto, utilizzano solo aromi naturali e integrano nutrienti come le fibre. Insomma una linea ideale per prevenire e combattere il problema dell'obesità e del sovrappeso, sempre più diffusi nel Belpaese. Una novità di questa linea è il trancino al cioccolato-

A spuntino

Pratico, economico e soprattutto utile. È il **Self snack box**, il simpatico porta merenda che fino al 14 ottobre viene proposto presso i Supermercati della Toscana, Lazio, Umbria e Campania a tutti i soci e clienti Unicoop Tirreno che effettueranno una spesa minima di 25 euro (e multipli) con l'aggiunta di 1,90 euro. I colorati **snack box** sono disponibili in diversi colori e con i coperchi delle più svariate fantasie: dal maculato al mimetico, dalla bandiera americana a quella del Regno Unito. Cosa non da poco, sono idonei al lavaggio in lavastoviglie (max 40°), possono essere utilizzati in freezer (-18°) e in microonde (max 400 W per 3 minuti) senza coperchio. Realizzati dalla **Snips**, sono contenitori da trasporto italiani al 100%, con chiusura di sicurezza indicati per gli spuntini dei bambini e dei grandi. ■ **B.S.**

Stuzzicante Relax

dal 27 agosto al 14 ottobre 2015

Al **PREZZO SPECIALE** di **1,90 EURO** ogni **25,00 euro di spesa** potrai ritirare uno **snack box**

snips 100% ITALY

Collezionali tutti!

Esempio: con 50 euro 2 snack box
Regolamento disponibile presso i punti vendita partecipanti e su www.unicooptirreno.ecoop.it



to, venduto in confezioni da 10 pezzi, che ha il 40 per cento di grassi in meno rispetto alle merendine più vendute. Si tratta di un soffice pan di spagna con pezzi di cioccolato fondente e crema al cioccolato, perfetto anche per i bambini più golosi. Infine comodissimi da consumare anche la scuola e sul lavoro, i succhi di frutta della linea **Club 4-10** in **brick** da 200 ml, con un'altissima percentuale di frutta (dal 95 al 97 per cento). I gusti più apprezzati? Pera e pesca (con frutta tutta italiana) e fragola e banana. ■



Piccoli naviganti

56

Compagno di giochi ormai abituale, con il tablet i bambini possono anche imparare, a patto che si possa filtrare il loro accesso al web e che non lo usino per più di un'ora al giorno.

Roberto Minniti

È inutile sperare di tenerli lontani. Il *tablet* è strumento irresistibile per i bambini. Piuttosto che affidargli il nostro dispositivo, semmai, con il rischio che si danneggi o che possano navigare senza alcun controllo, è meglio pensare a uno strumento tutto per loro.

Una scelta che hanno fatto in molti, dato che le tavolette per bambini hanno in Italia un mercato di tutto rispet-



to, cresciuto esponenzialmente nel corso degli ultimi tre anni. E non è detto che sia un male. La facilità d'uso degli schermi *multitouch* aiuta i più piccoli ad acquisire competenze e a raffinare le proprie abilità. Risultato: i bambini giocano, disegnano, leggono fiabe, ascoltano musica e si divertono mentre i genitori li "parcheggiano" per un po', gratificati dalla convinzione che stiano imparando qualcosa. In fondo è davvero così, purché il tempo trascorso sull'apparecchio sia limitato.

Posti a tavoletta

L'imbarazzo del genitore che si avvicina a questi apparecchi è ovviamente lo stesso che proverebbe a dover scegliere un *tablet* "per adulti". Dal punto di vista tecnologico, infatti, le tavolette per bambini hanno bisogno – per una scelta corretta – di una valutazione che metta assieme parametri tecnici e di sicurezza. Il primo dubbio, però, è se scegliere un apparecchio destinato solo ai piccoli o comprarne uno (a prezzi molto più contenuti) di fascia bassa per destinarlo al proprio figlio. Per orientarsi al meglio è bene scoprire le differenze, interamente basate sulla solidità dei modelli *baby* (in genere protetti dai danni di urti e cadute, eventi tutt'altro che rari) e sui sistemi di sicurezza.

È proprio il *parental control*, ovvero il *software* che permette ai genitori di filtrare l'accesso al *web*, a fare la differenza. Innanzitutto tra le tavolette per il mercato adulto (che difficilmente hanno questi sistemi), poi anche tra gli apparecchi destinati ai più piccoli. Qui, infatti, i meccanismi di controllo sono diversi tra modello e modello e non sempre ugualmente efficaci.

Controllo di gestione

Il parental control perché i genitori possano controllare la navigazione dei figli.

Controllo del tempo di utilizzo e dei siti che il piccolo navigatore visita. Sono queste le due priorità che i genitori debbono porsi al momento di regalare un *tablet* al figlio. E in tutt'e due i casi possono venire in aiuto i programmi presenti sui modelli per bambini. Tra i sistemi di controllo più evoluti, per esempio, ce ne sono alcuni che permettono di limitare il tempo che i bambini trascorrono sulla tavoletta. Tra i *parental control* per la navigazione, invece, ce ne sono essenzialmente di due tipi: quelli a *black list* e quelli a *lista positiva*. Quest'ultima, anche chiamata *lista bianca*, dà la possibilità ai bambini di navigare solo sui siti scelti dai genitori. Il meccanismo della *black list*, invece, utilizza *software* già esistenti, in qualche caso a pagamento, che ricorrono a un *database* di parole e indirizzi interdetti. Ha il difetto di non offrire la sicurezza di porre ostacoli a migliaia di luoghi della rete dove sesso e violenza possono traumatizzare il bambino.

Le regole del gioco

Il *tablet*, è bene ricordarlo, è un dispositivo sempre connesso a internet o via *Adsl*, grazie al *wi-fi*, o attraverso una rete mobile, per mezzo della chiavetta o, nelle versioni più evolute, di una scheda interna. E per questo è bene privilegiare i dispositivi che permettono ai genitori di selezionare in partenza i siti su cui i bambini possono andare e il motivo è quasi banale: un bambino può essere traumatizzato da immagini scioccanti che sulla rete può incontrare con relativa facilità. Questi timori, però, non debbono far dimenticare i benefici che la tecnologia può portare. Farli apprendere attraverso il gioco è da sempre il dettato più saggio della pedagogia e i *tablet* sono un concentrato di apprendimento e attività ludica. È sempre bene che il genitore stabilisca anche delle regole: il tempo giusto da trascorrere su un *tablet* o su un videogioco, fino a 10 anni, è un'ora al giorno, spiegano gli psicologi. Non di più: dopo un'ora, è dimostrato, il suo cervello rilascia dopamina, sostanza capace di creare dipendenza. ■



In vendita in tutti
gli IperCoop

Tablet 7" Trekstor smiley

processore: Cortex A7 - Quad Core, 1,2 GHz - Ram: 1GB - schermo: 7" IPS, 1024X600 - capacità: 8 Gb - modulo 3G integrato - funzione chiamata - webcam: posteriore Mpx2, anteriore Mpx0,3 - connessioni: wi-fi, bluetooth - sistema operativo: Android 4.4 KitKat - involucro colorato (giallo o rosso)

Prezzo 79,90 euro

promo



Apprendere

Centinaia di applicazioni
per imparare divertendosi.

Giocare, apprendere le basi di una lingua straniera, compiere semplici operazioni matematiche, colorare immagini, riconoscere gli animali o imparare a suonare il pianoforte sono solo alcune delle cose che i bambini possono fare con un *tablet*.

La piattaforma *Android* offre centinaia di applicazioni dedicate ai più piccoli: da quelle propriamente ludiche a quelle destinate all'apprendimento e che aiutano a sviluppare le funzioni cognitive.

Tutte le applicazioni disponibili su *Google Play*, lo store di *Android* (o su *iTunes* di *Apple*) consentono all'utente di esprimere un giudizio - da 1 a 5 stelle - e di aggiungere un commento per fornire una valutazione più specifica.

Una volta identificata l'applicazione che fa per voi, per l'installazione basta selezionarla e scaricarla sul vostro *tablet* tramite la rete *wi-fi*. Molte delle applicazioni sono completamente gratuite oppure disponibili a fronte di una piccola somma, in genere dai 49 centesimi di euro ai 1,99 euro per le più ricche e complete.

Consigli per gli acquisti

I *tablet* per bambini hanno in genere caratteristiche tecniche simili a un apparecchio di livello medio-basso perché rischiano di durare poco e rappresentano la prima tappa verso la tecnologia. E i migliori hanno un involucro in plastica rivestito di gomma. Vediamo di decodificarne le principali caratteristiche.

Memoria È lo spazio disponibile nel dispositivo per contenere film, musica, libri, applicazioni.

Processore Rappresenta il cervello del *tablet* e ne determina la velocità di navigazione e la capacità *multitasking*.

Connessione Tutte le tavolette possono navigare sul web grazie al *wi-fi* connettendosi a una rete *Adsl*. Solo alcuni (i 3G o i 4G) permettono con un'eventuale chiavetta di connettersi alla rete telefonica mobile.

Caratteristiche Tutti i modelli sul mercato hanno una fotocamera frontale con funzione video. Alcuni hanno anche la seconda telecamera sul retro. Importanti anche le porte *Usb* che permettono la connessione del *tablet* con altri dispositivi. L'*hdmi*, invece, permette di vedere i video e i film contenuti nel *tablet* su una Tv in *hd*.

Contenuti La concorrenza si gioca anche sui contenuti preinstallati. Tutti i *tablet* comunque possono accedere alla rete per scaricare *app* e giochi, ma ogni costruttore mette a disposizione del proprio cliente contenuti dedicati.

Il quaderno intelligente

58

Arrivano nelle classi i quaderni intelligenti realizzati da Pigna: strumento educativo per bambini dislessici.

■ **Daniele Fabris**

In Italia ne soffrono tra i 3 e i 5 bambini ogni 100. Ma si tratta di una percentuale probabilmente sottostimata se si pensa che nei paesi anglosassoni la percentuale sale al 17 per cento. Quello della dislessia, dunque, è un fenomeno tutt'altro che marginale, dato che in una classe è statisticamente probabile trovare almeno un bambino che soffre di questi disturbi.

Di cosa si tratta? Si definisce dislessia evolutiva un disturbo specifico dell'apprendimento che riguarda la capacità di leggere, scrivere o fare operazioni matematiche in modo corretto e fluente. È un po' come se i bambini dislessici vedessero sempre le parole per la prima volta e fossero dunque costretti sempre a ri-

conoscerle lettera per lettera. Questo li porta a stancarsi molto prima degli altri e ad apparire (ed è facile confondersi) proprio per questo come più svogliati dei compagni di scuola.

Leggere tra le righe

Se riconoscere il disturbo è fondamentale, spesso aiutare chi ne soffre può essere più semplice di quanto si pensi. Già a partire dagli strumenti che quotidianamente utilizza a scuola. Questi scolari, per esempio, trarrebbero gran giovamento da quaderni particolari, studiati per poter visualizzare meglio dove scrivere e seguire senza troppi sforzi la direzione di compilazione. Per questo, alcuni editori hanno pensato a prodotti specifici. C'è chi, per esempio, offre quaderni speciali con le righe colorate che si alternano, in modo da ridurre l'affollamento visivo. Ma c'è an-



Apprendi... stato

La dislessia o disturbo specifico dell'apprendimento.

I primi ad accorgersi di un'eventuale dislessia sono gli insegnanti (primo ciclo elementare), ma può essere utile a tutti avere chiare alcune delle manifestazioni che possono mettere sull'avviso. Fermo restando che la diagnosi, possibile a partire dalla seconda classe elementare, va fatta attraverso un protocollo diagnostico e specifici test. Il dislessico, come detto, può leggere e scrivere, ma per farlo deve impiegare molta più energie mentali. Inevitabile, dunque, che si stanchi e commetta errori, soprattutto dopo le primissime righe del testo, quando ha esaurito la sua attenzione. Secondo chi si occupa da vicino di questi

disturbi, alcuni errori sono caratteristici dei dislessici. Tra questi l'inversione di lettere e numeri (il bambino legge "li" invece di "il", "31" per "13"); la sostituzione di suoni vicini come m e n, f e v, t e d, c e g, oppure di lettere scritte dove la differenza è solo in una gambetta (confondendo, ad esempio m e n) o dove la lettera è rovesciata (n e u). A volte possono accompagnarsi anche difficoltà a riconoscere i concetti spazio temporali (destra-sinistra, alto-basso ecc.) e a effettuare calcoli e utilizzare la linea dei numeri. Dal punto di vista delle origini del disturbo, la dislessia è una patologia organica che si tramette per via ereditaria. Autorevoli studiosi, però, sostengono che tra le cause può esserci il deficit educativo, da ricondurre in gran parte al fatto che gli studenti sono colpevolizzati anziché aiutati.

che chi ha realizzato strumenti che non hanno differenze e non discriminano gli studenti dislessici. Ausili, insomma, che possono essere adottati da tutta la classe diventando utili per tutti e indispensabili per chi fatica a scrivere e leggere bene o per chi ha difficoltà a essere organizzato e ordinato. Essi forniscono, al tempo stesso, un sostegno agli insegnanti che devono correggere i compiti e aiutare i bambini, comunicando anche attraverso questi strumenti. È il caso di *Pigna* e del progetto *Monocromo Q.I.*, il “quaderno intelligente” destinato alla fascia che va dall’ultimo biennio della scuola primaria fino, ed oltre, la secondaria. Il progetto, ideato dalla casa editrice *Libri Liberi*, dalla *onlus Pillole di Parole* e da *Pigna*, prevede per i quaderni a righe il “rigo intelligente” con riferimenti visivi immediati.

Esplorazione dello spazio

I margini differenziati e le righe di colore alternato (indaco e bianco) aiutano il bambino nella percezione dello spazio e danno immediatamente il senso di dove scrivere, della scrittura e della lettura. Nei quaderni è anche presente uno spazio laterale “di servizio”, più chiaro, che permette al docente di rendere più evidenti le correzioni. Mutuata dall’informatica, invece, è la presenza nei quaderni *Monocromo Pigna* di un tag da colorare che consente di catalogare e classificare gli appunti, soprattutto per gli studenti della scuola secondaria. Allo stesso modo, per gli esercizi di matematica, ci sono in commercio quaderni “ergonomici”, ossia studiati per facilitare i dislessici o i disgrafici. *Monocromo Pigna* offre il cosiddetto “quadretto intelligente” fatto da 5 colonne di 6 quadretti ciascuna, separati da spazi bianchi. Quest’accortezza riduce l’affollamento visivo e facilita le operazioni da eseguire in colonna. Per la risoluzione dei problemi, invece, i “quadretti intelligenti” preceduti da righe a colori alterni (indaco e bianco). In questo modo lo studente può scrivere il testo del problema senza errori utilizzando un quaderno che, nell’aspetto, non lo classifichi immediatamente come diverso dagli altri compagni. ■

I quaderni intelligenti sono in vendita nei negozi Coop al prezzo di 1,39 euro.

Ben indicato

Fare scelte d’acquisto rispettose dell’ambiente? Si può, anche grazie a marchi e indicatori ambientali che offrono informazioni utili. Simboli dall’impatto visivo immediato presenti sulle confezioni di determinate categorie di prodotto, permettono di individuare facilmente tra articoli simili presenti sullo scaffale quali sono i migliori dal punto di vista ambientale. Il marchio ambientale più conosciuto in Europa è *Eco-label*: rappresentato da una margherita con al centro la lettera “E”, è rilasciato a singoli prodotti e servizi realizzati nel rispetto di requisiti ambientali ben definiti. Lo si può trovare, ad esempio, su tovaglioli, carta igienica, asciugatutto, detersivi, frigoriferi, lavatrici, televisori, scarpe, materassi, vernici, computer portatili. Beni di largo consumo che nel loro ciclo di vita – estrazione di materie prime, produzione, uso e smaltimento –

hanno almeno una di queste fasi caratterizzata da un impatto ambientale significativo, come l’impiego di risorse sempre più limitate (ad esempio, l’acqua) o un’elevata emissione di CO₂. Un indicatore ambientale che si sta diffondendo rapidamente è l’*Impronta Climatica*, meglio conosciuta con il termine inglese *Carbon Footprint*. Questo simbolo è nato per soddisfare la crescente sensibilità della comunità internazionale nei confronti del cambiamento climatico ed è raffigurata da un’orma – l’impronta appunto – che definisce la quantità di gas serra emessi o rimossi per la realizzazione di un determinato prodotto o servizio. La sua validità è quella di essere collegata alla priorità ambientale universalmente riconosciuta come più urgente, quella dei cambiamenti climatici appunto, sulla quale sono concentrate buona parte delle politiche internazionali per l’ambiente. Questi strumenti di *marketing* verde permettono quindi d’informare il consumatore in maniera chiara e trasparente, rendendolo consapevole durante gli acquisti, e di far sentire le aziende che li acquisiscono più responsabili verso la natura e il pianeta. ■

Marchi e indicatori che dicono quanto un prodotto o un servizio è rispettoso dell’ambiente.



Colpo di tacchino

60

Carni bianche o rosse? La sfida nella scelta degli affettati vede come leader prosciutti e salami di suino, ma quelli di pollo e tacchino sono la moda del momento.

■ **Silvia Inghirami**

imitare la carne rossa e dare più spazio a quella bianca. È un consiglio che ormai tutti conosciamo bene, così come quello di rispettare la dieta mediterranea e abbondare in frutta e verdure. L'insistenza di medici e nutrizionisti ha dato i suoi effetti e gli italiani sono diventati dei grandi consumatori di pollo e tacchino, alimenti che presentano gli stessi benefici di bistecca e filetto, ma risultano meno rischiosi per la salute. Superato il pregiudizio che la carne bovina sia molto più ricca di proteine e ferro, i consumatori hanno apprezzato gli animali da cortile, che hanno anche il vantaggio di costare meno. Ma c'è qualcosa in più di cui gli italiani tengono conto: le carni di pollo e tacchino sono tra le più magre in assoluto e i loro grassi presentano un alto grado di insaturazione. Inoltre hanno buone quantità sia di sali minerali (zinco, ferro e potassio) sia di vitamine (B2, B12 e niacina) e scarsa quantità di sodio. Infine sono più tenere e digeribili di ogni altra carne.

Tipi affettati

Un successo che si è riverberato anche in salumeria: gli affettati di pollo e tacchino hanno assunto uno spazio sempre più ampio negli acquisti delle famiglie anche se prosciutti e salami di carne suina restano protagonisti indiscussi delle vendite. Il maiale in tutte

le sue forme copre infatti il 90 per cento delle vendite, il tacchino si è conquistato un 6 per cento e il pollo appena un 3

per cento, ma le proiezioni sono tutte in aumento. «Attualmente – afferma **Luca Mascagni**, responsabile acquisti gastronomia di Unicoop Tirreno – nei nostri negozi abbiamo in assortimento 20 articoli di pollo, 30 di tacchino e 600 di suino». Questo perché la tradizione norcina italiana ha secoli di storia alle spalle: *prosciutto di Parma* e *San Daniele*, di montagna e toscano, cotto e di *Praga*, salame di *Milano* o ungherese, cacciatorino o *'nduja*, lardo di colonnata e culatello, lonza, capocollo, pancetta e mortadella... l'elenco potrebbe non avere fine. Gli affettati di pollo e tacchino si sono affacciati recentemente sul mercato a seguito della maggiore consapevolezza salutistica dei consumatori italiani. Indubbiamente le carni avicole sono più magre e vengono adottate in particolare nelle diete. Inoltre, l'assenza di grasso le fa preferire alle mamme per i figli e rappresentano un ottimo secondo piatto per le persone che non hanno tempo di cucinare. Conditi con olio e limone o aceto balsamico, accompagnati con rucola, oppure con insalata e mela, farciti con formaggio a mo' di involtini, serviti con frutta secca o fresca, rappresentano un piatto unico dall'aspetto invitante e pronto in un attimo.

Italiani si nasce

I prosciutti invece restano più "imprigionati" nel ruolo di antipasti e come farciture di panini, vissuti come un alimento saporito, allettante, gustoso ma di cui non bisogna abusare. «Penso ci sia un pregiudizio sulla carne di maiale – fa notare Mascagni – considerata molto grassa. Un tempo forse era così, ma ora gli esemplari allevati non sono più così pesanti. Certamente gli affettati di maiale vengono preparati con tutte le parti dell'animale, comprese le zampe, mentre quelli di pollo e tacchino sono fatti utilizzando il petto e raramente la



coscia». Ma quali sono gli elementi distintivi di qualità per orientarsi negli acquisti? «I due aspetti principali sono la provenienza della materia prima e la stagionatura – spiega Mascagni –. Noi ci teniamo ad assicurarci che polli e maiali siano allevati in Italia». È, però, anche compito del consumatore compiere scelte attente leggendo l'etichetta: meglio sempre evitare prodotti con glutammato e polifosfati o che abbiano troppi nitrati e nitriti, usati per la conservazione.

Pronti e via

Le nuove tendenze sono di offrire alimenti più sicuri e attenti alle diverse esigenze della clientela: così si trovano sempre più in commercio affettati senza glutine e senza lattosio.

La strategia delle case produttrici è anche di favorire il consumatore negli aspetti pratici d'uso e conservazione: per questo stanno crescendo molto le confezioni *take away* di pollo e tacchino, sulla scia di quelle di tutti gli altri affettati. Ma in anni di crisi determinante resta la variabile "portafooglio": il prosciutto ha una gamma di prezzi amplissima, si può partire da 10 euro al chilogrammo e arrivare a 90 euro per delle tipologie più ricercate, fino agli oltre 120 euro di un prosciutto di *Nebrodi* o di *Cinta senese*. Gli affettati di petto e tacchino partono in genere da 11 euro per arrivare a un massimo di 20 euro. Sicuramente sono alla portata di tutti ma sapore e gusto sono più uniformi. Infine bisogna sempre ricordare che di un affettato non paghiamo solo la materia prima ma la mano, l'esperienza, l'ingegno dell'uomo. ■



A cuore aperto

La zona pedemontana del Friuli occidentale, e in particolare l'angolo di territorio racchiuso tra i torrenti Meduna e Cosa, era caratterizzato fino a una cinquantina di anni fa dalla ricchezza delle coltivazioni orticole. Cavoli, scalogno, fagioli, meli, peri, patate ma soprattutto

La rinascita della cipolla di Cavasso e della Val Cosa, dal cuore dolce e croccante.

cipolle dalla tipica tunica rossa con riflessi dorati che si tinge di toni più rosati nella zona della **Val Cosa**. Dentro, un cuore croccante e dolce, che la rende ottima anche da mangiare cruda e mai piccante. La sua coltivazione

era molto redditizia e le donne, a fine gennaio, la seminavano pazientemente in un terreno riparato, la trapiantavano dopo un paio di mesi e la raccoglievano alla fine dell'estate. Dopo averla fatta riposare e asciugare nelle soffitte delle case, intrecciavano i gambi con erba di palude – che qui chiamano *palut* – particolarmente resistente e flessibile e formavano le riesti, le trecce, fatte con le cipolle più grandi. Le piccole, invece, erano destinate alla conservazione sotto aceto. Partivano cariche di riesti dai paesi di Cavasso Nuovo e di Castelnovo del Friuli e andavano a venderle, al mattino presto, nei mercati dei centri più grandi come Maniago e Spilimbergo.

Un'attività e una microeconomia che si è protratta fino al dopoguerra, poi dagli anni Cinquanta è iniziato un rapido spopolamento di queste zone e la migrazione verso le grandi città del Nord Italia e all'estero. Da alcuni anni, però, si è avviato un lento lavoro di riscoperta della *cipolla* condotto in parallelo dai due comuni di Cavasso e di Castelnovo dove la *cipolla* assume caratteristiche leggermente diverse di colore, dal rosso dorato al rosa acceso, sia per i terreni in cui viene coltivata che per la selezione fatta dagli abitanti in passato. In entrambi i casi però le *cipolle* hanno medie dimensioni, con il bulbo leggermente appiattito e apice doppio o singolo. Attorno alla coltivazione della *cipolla* si sono riuniti numerosi cittadini della zona, sia giovani che anziani, e oggi una trentina di loro la coltiva nuovamente e la vende alle feste di fine estate ad essa dedicate. ■



Cipolla di Cavasso e della Val Cosa

Area di produzione
Comuni di Castelnovo del Friuli, Cavasso Nuovo e aree limitrofe (provincia di Pordenone)

Cuoco e fiamme

62

Tra arte, tipicità e rispetto delle materie prime, ecco pronti i piatti laziali: gricia, carbonara, gnocchi alla romana ma anche puntine di maiale e pollo ai peperoni, direttamente nei banchi frigo dei negozi Coop.



■ **Olivia Bongiani**

La cucina del Lazio vanta indiscutibilmente origini molto lontane, in un inestricabile intreccio tra storia e cultura. Gran parte delle ricette in voga ai tempi dell'Impero romano sono citate nel *De re coquinaria*, forse l'opera culinaria più importante risalente all'antica Roma. Si tratta di una raccolta di piatti attribuibili in maggioranza a Marco Gavio Apicio, noto cuoco vissuto nell'età di Tiberio, menzionato da Seneca e da Plinio, compilata con tutta probabilità in epoca successiva (III o IV secolo d.C.). Tra gli antichi romani molto diffuso era, ad esempio, l'utilizzo di salse per coprire gli odori delle carni e del pesce (ai tempi ben più difficili da conservare rispetto a oggi). Famoso era il *garum*, una salsa liquida composta da interiora di pesce che veniva utilizzata in grande quantità come condimento per primi e secondi piatti. Degli ingredienti precisi e della tecnica con cui veniva preparata non vi è traccia nemmeno tra gli appunti di Apicio. Probabilmente era, infatti, talmente diffusa che nessuno aveva sentito il bisogno di metterla per iscritto.

Cucina pop

Ben poco delle pietanze servite nei sontuosi banchetti della Roma imperiale è resistito nel tempo. La cucina laziale come la conosciamo oggi è relativamente recente e risponde alla tradizione degli ultimi 150 anni o poco più indietro. Ruota attorno ad alcuni elementi caratteristici, come il cosiddetto "quinto quarto" (ovvero quel che restava dell'animale

dopo che i quarti più pregiati, anteriore e posteriore, erano stati venduti). Una cucina essenzialmente popolare, dunque, ma allo stesso tempo molto variegata, un coacervo di sapori ormai radicato nella tradizione, frutto di una pluralità di influssi esterni. Non sono pochi, infatti, anche fra i più conosciuti, i piatti tipici del Lazio le cui origini sono contese con altre regioni: dall'area della Maremma alla vicina Umbria, dalla quale sarebbero giunte per alcuni sia la carbonara che la gricia. Secondo taluni, a ben guardare, la stessa amatriciana avrebbe in verità natali abruzzesi (Amatrice sorgeva nella giurisdizione de L'Aquila). Fino ad arrivare alla Campania: si pensi, ad esempio, ai friarelli, molto consumati anche in terra laziale.

Vere delizie

È a questa tradizione culinaria, meno lontana nel tempo ma ricca e storicamente consolidata, che si ispirano *Le delizie di via cuoco - Ricette tipiche del Lazio*, piatti pronti di qualità che si possono trovare, con grande varietà di assortimento, nei Super e IperCoop del Lazio. A produrli, nell'ambito di un progetto nato per volontà del responsabile acquisti gastronomia di Unicoop Tirreno, è un'azienda che da sempre fa dell'attenzione per le radici storiche dell'alimentazione la propria vocazione. Stiamo parlando de *Le delizie di via del cuoco* della Opson, realtà nata nel 1987 per volontà dei fratelli Giovanni e Luciano Bartolozzi, discendenti di una famiglia che da sempre ha svolto attività sia nel campo dell'alimentazione che in quello della cultura. In origine a carattere familiare (ma presto si unisce il collaboratore Stefano Chiaramonti, oggi responsabile della produzione), pren-



de il proprio nome dalla strada di Sesto Fiorentino dove sorgeva il primo laboratorio. Inizialmente contava 4 addetti, è poi cresciuta nel tempo fino ad arrivare ai 40 di oggi e quest'ampliamento è andato di pari passo con il trasferimento in una sede più grande, senza abbandonare però il nome originale.

Buona forchetta

Da un tale connubio tra arte, tipicità e rispetto per le materie prime e i prodotti-simbolo del territorio sono nate una serie di specialità rappresentative del Lazio pronte da consumare e contraddistinte da un logo *ad hoc* – la cartina della regione e una forchetta –, ognuna con il suo bagaglio di aneddotica e sulle cui origini non tutte le fonti bibliografiche concordano.

Ecco allora le fettuccine alla papalina che pare siano nate su richiesta di Papa Pio XII: si tratta di una variante rispetto alla classica carbonara, preparata con piselli e prosciutto cotto al posto del guanciale.

Ecco la pasta alla gricia, con guanciale, abbondante pepe e pecorino romano, considerata secondo alcune fonti bibliografiche l'antenata dell'amatriciana, le cui origini

sarebbero fatte risalire a prima della scoperta dell'America e quindi precedentemente all'importazione del pomodoro in Europa. Ecco gli gnocchi alla romana che, a dispetto del nome, potrebbero in realtà tradire, visti ingredienti come il burro o il parmigiano, origini nordiche. E poi ancora, i già citati spaghetti alla carbonara, le caserecce col cavolo romano, le tagliatelle fave e pecorino: ogni piatto una storia.

Tra i secondi si possono gustare le puntine di maiale e il pollo ai peperoni. Tra i contorni non possono mancare le verdure saltate (come la cicoria) ma anche, ad esempio, le fave con il guanciale. Quest'ultimo forse il vero incontrastato re della cucina laziale, che nulla ha da invidiare ai banchetti degli imperatori. ■

Sapore di mare

Freschi, naturali, genuini. I sughi di pesce della Tiff di Orbetello.

Accompagnati dallo stridio dei gabbiani, i pescherecci rientrano dal mare con il loro carico di pesce destinato ai mercati serali. Inizia così, con il ritorno in porto dei pescatori, una storia che arriva direttamente dalla penisola dell'Argentario e continua tutta nel segno dell'appartenenza al territorio e del rispetto delle tradizioni culinarie locali. A raccontarla sono i sughi di *Pesce dell'arcipelago toscano*, prodotti dalla *Typical Italian Fish Food srl (Tiff)*. Azienda a conduzione artigianale nata nel 2009, lungo la via Aurelia, precisamente al chilometro 145,250, nel comune di Orbetello (GR).

Il cuore di questo prodotto è da ricercare nella scelta di lavorare pesce esclusivamente proveniente dalle acque della costa toscana ("povero" ma non solo), e di farlo secondo le ricette tipiche della zona. Triglie, alici, gamberi, sugarelli, cicale di mare, cefalo, nasello e molti altri ancora sono i pesci alla base di questi sughi, disponibili in vasetti da 180 grammi e pronti da usare per preparare un primo piatto invitante. In tutte queste specialità il pesce viene interamente cucinato nel rispetto delle abitudini e degli usi degli abitanti di questa parte di Toscana. La triglia, ad esempio, viene preparata rigorosamente "alla livornese". Con questa scelta, non soltanto si valorizzano le peculiarità del territorio, ma si contribuisce anche a conservarne la memoria. C'è anche un altro elemento che contraddistingue e rende a loro modo unici questi prodotti: «ogni sugo ha il suo pesce e ogni pesce ha il suo sugo», come racconta infatti il titolare dell'azienda **Enzo Sclano**.

Infatti, le diverse varietà di pesce non vengono mischiate: ciascun sugo è frutto della lavorazione di un singolo tipo di pesce, e questo contribuisce a mantenere intatti i gusti originali. Come detto, all'arrivo dei pescherecci il pesce viene acquistato direttamente nei mercati locali della costa tirrenica (a Monte Argentario e da altre parti: a Livorno, ad esempio, vengono comprate le triglie). L'azienda è in possesso del marchio europeo che garanti-

sce la tracciabilità del prodotto, dall'acquisto alla lavorazione finale: vengono in questo modo assicurate la provenienza e il rispetto delle tecniche di lavorazione tradizionale, senza il ricorso a additivi o conservanti. Il risultato è un sugo fresco, sano, naturale, genuino come la terra (e il mare...) da cui proviene e di cui conserva inalterati i profumi e i sapori. ■ **Olivia Bongianini**



menu di funghi porcini

64



Nidi di fagiolini ai porcini

Ingredienti

- 600 g di fagiolini ■
- 300 g di porcini freschi ■
- 15 g di porcini secchi ■
- 1 cipolla ■
- 2 spicchi d'aglio ■
- 1 ciuffo di prezzemolo ■
- 4 fette di pancarré ■
- 4 fette di fontina ■
- 4 fette di prosciutto crudo ■
- 90 g di burro ■
- sale e pepe ■

Preparazione

Lessare i fagiolini per 20 minuti in acqua e sale, scolarli e tenerli da parte. Ammollare i funghi secchi e pulire quelli freschi. Sbucciare e tritare la cipolla e l'aglio e rosolare in 40 g di burro, quindi unire i funghi secchi e freschi tritati. Regolare di sale e pepe e cuocere per 20 minuti a fuoco basso unendo a fine cottura il prezzemolo tritato. In una padella saltare i fagiolini con 40 g di burro per 2 minuti. Sistemare il pancarré in una pirofila unta con il burro rimasto, adagiarvi sopra le fette di formaggio, quelle di prosciutto e i fagiolini divisi in parti uguali e disposti a nido. Distribuire i funghi tra i nidi e passare la preparazione nel forno caldo a 200° per 10 minuti.

Preparazione



Costo



25 minuti

La dietista

405 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦♦




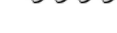
Anche se l'apporto calorico è apparentemente contenuto, più che un antipasto questo piatto può essere considerato un secondo completo di contorno. Ottimo l'apporto di fibre, che in parte compensa l'eccesso di grassi.

Abbinamento




Una bollicina di **Prosecco** o un **metodo Charmat** potrebbe essere uno sfizioso abbinamento con questi nidi.



Preparazione

facilissimo 
 facile 
 medio 
 difficile 

Costo

economico 
 medio 
 alto 

Nutrienti

quantità/bilancio
 scarso 
 adeguato 
 eccessivo 



Risotto coi porcini al cartoccio

Ingredienti

- 400 g di riso ■
- 350 g di porcini freschi ■
- 12 fettine sottili di pancetta dolce ■
- 1 cipolla ■
- 60 g di burro ■
- 1 l di brodo di carne ■
- 1 dl di vino bianco ■
- 30 g di parmigiano grattugiato ■
- olio extravergine d'oliva ■
- sale e peperoncino ■
- carta da forno ■

Preparazione

Rosolare la cipolla e il peperoncino con l'olio e poco burro, aggiungere il riso, farlo tostare, bagnarlo con il vino, farlo evaporare e aggiungere i funghi. Far cuocere per 10 minuti, unendo il brodo bollente 1 mestolo alla volta. Togliere dal fuoco, aggiustare di sale e mantecare con il burro rimasto ed il *Parmigiano*. Preparare 6 quadrati di carta da forno e ricoprire la parte centrale con le fettine di pancetta. Suddividere il risotto nei quadrati di carta forno, chiuderli bene e passarli nel forno caldo a 250 gradi per 5 minuti. Adagiarli ciascuno su un piatto, aprirli e servire ben caldi.

Preparazione



Costo



La dietista

700 Kcal a porzione

Proteine  Carboidrati  Grassi 

Carta da forno o fogli di alluminio, la cottura al cartoccio è quasi ermetica: evita dispersioni all'esterno e quindi concentra al massimo sapori e aromi. Adatta anche per pasta, pesce, verdure e carne in piccoli tagli.



Abbinamento

Ideale un **rosato**, a scelta tra i tanti toscani presenti in commercio.



Filetto in crosta con porcini

Ingredienti Preparazione

- 1 filetto di manzo in un solo pezzo ■
- 300 g di funghi porcini freschi ■
- trito d'aglio e prezzemolo ■
- 100 g di lardo affettato sottilissimo ■
- 4 foglie d'alloro ■
- 1 rotolo di pasta sfoglia ■
- 1 uovo ■
- sale e pepe ■
- olio extravergine d'oliva ■

Legare il filetto insieme alle foglie d'alloro e rosolarlo da tutte le parti nell'olio in una padella antiaderente con il sale e il pepe. Slegarlo, togliere l'alloro e lasciarlo raffreddare. Cuocere i funghi tagliati a pezzetti piccoli con il trito d'aglio e prezzemolo e far ritirare tutto il liquido di cottura. Stendere la pasta sfoglia e ricoprirla con i funghi ben distribuiti. Avvolgere il filetto con il lardo, metterlo al centro della pasta sfoglia, avvolgerlo bene e premere i bordi per sigillarlo. Spennellare la superficie della pasta con il tuorlo sbattuto, fare due buchi nella parte superiore della sfoglia e inserire due cartoncini arrotolati a cono per far sfatare il vapore durante la cottura. Mettere il filetto nel forno a 180° e cuocere per 15 minuti finché la crosta risulterà ben dorata.

Preparazione



Costo



Abbinamento

Si consiglia un **Chianti Colli Senesi**, fresco d'annata, in grado di accompagnare bene questo filetto.



La dietista

740 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦♦♦

Lardo e pasta sfoglia arricchiscono di grassi quest'originale piatto. Consumarne mezza porzione può essere dunque una buona scelta, accompagnandolo magari con un bel piatto di verdure cotte o crude.

È opinione diffusa che i funghi di raccolta, tra cui i porcini, vadano puliti solo con uno straccio appena umido. Meglio lavarli, invece, sotto abbondante acqua corrente, evitando semmai di tenerli troppo tempo in ammollo.

67



Torta dolce ai porcini

Ingredienti

- 300 g di porcini freschi ■
- 250 g di farina gialla ■
- 100 g di zucchero ■
- 50 g di pinoli ■
- 2 uova ■
- 1 bustina di lievito per dolci ■
- 2 dl di latte ■
- 1 cucchiaio di pangrattato ■
- 1 presa di cannella ■
- sale e pepe ■
- 15 g di burro ■

Preparazione

Cuocere i funghi in una padella antiaderente senza alcun condimento e continuare la cottura sino a quando l'acqua emessa sarà evaporata. Spegnerne la fiamma, farli raffreddare e frullarli. Mettere la polpa ottenuta in un colino per togliere altri eventuali liquidi. Unire i tuorli delle uova al purè di funghi ed aggiungere i pinoli, la farina, il lievito, una presa di sale, lo zucchero, il latte, il pangrattato, il pepe e la cannella. Amalgamare e incorporare gli albumi montati a neve ferma. Coprire con un panno e lasciare riposare 2 ore. Ungere una tortiera, versarvi l'impasto, mettere in forno caldo a 180° e far cuocere per 40 minuti.

Preparazione



Costo



40 minuti

La dietista

300 Kcal a porzione

Proteine ♦♦ Carboidrati ♦♦ Grassi ♦♦

Dolce davvero molto particolare, questa torta ai funghi ha un apporto energetico non eccessivo e un buon equilibrio nutrizionale. Come sempre, però, vale la regola del non esagerare.



Abbinamento

Con un buon **Vin Santo** si va sul sicuro.

1-3 anni

68



Pollo al latte morbidissimo

Ingredienti per 2 adulti e 2 bambini

- 160 g di filetto di pollo ■
- 200 g di latte ■
- 2 patate ■
- 1 cucchiaio d'olio extravergine d'oliva ■

Preparazione

Tagliare i filetti di pollo in piccoli dadini; farli appena scottare in un tegame con l'olio e un cucchiaio d'acqua. Versare quindi nel tegame le patate sbucciate e tagliate a dadini, coprire con il latte, aggiungere 200 ml d'acqua e cuocere per circa 30 minuti a fuoco lento, facendo ritirare il liquido in eccesso fino a che non si sarà formata una crema. A cottura ultimata servire così com'è oppure, per i più piccoli, frullate a mo' di zuppa.

Proprietà nutrizionali e note

La cottura nel latte rende la carne molto più morbida e permette di creare una crema a cui i bambini difficilmente possono resistere. La morbidezza viene esaltata ancora di più dall'aggiunta delle patate. Ed è grazie alle patate che può essere considerato un buon piatto unico.

4-10 anni



Rose del deserto alla farina integrale

Ingredienti per 4 persone

- 150 g di gocce di cioccolato fondente ■
- 200 g di burro ■
- 150 g di zucchero di canna ■
- 2 uova ■
- 250 g di farina integrale ■
- 50 g di fiocchi d'avena ■
- 1 bustina di lievito per dolci ■
- 1 bustina di vanillina ■
- 70 ml latte ■

Preparazione

Ammorbidire il burro a temperatura ambiente. Unire lo zucchero e le uova, aggiungere il burro. Unire all'impasto la farina integrale setacciata, la vanillina e il latte a temperatura ambiente. Aggiungere le gocce di cioccolato e i fiocchi d'avena. Mescolare bene il tutto e alla fine aggiungere il lievito per dolci. In una teglia da forno rivestita da carta da forno porre l'impasto formando dei piccoli biscotti con l'aiuto di un cucchiaio. Infornare a 180 gradi per 20 minuti. Prima di servire lasciarli freddare.

Proprietà nutrizionali e note

Un dolce buono per la colazione e la merenda. Ricordarsi solo di scegliere prodotti di qualità, in particolare scegliere il cioccolato fatto con pasta di cacao, zucchero e soprattutto burro di cacao (non gli oli vegetali non meglio precisati che possono causare, a lungo andare, problemi cardiovascolari). Dato l'elevato contenuto di burro e zucchero, questi dolcetti sono molto calorici. Perciò non esagerare nella frequenza e nella quantità con cui li diamo ai bambini.



lato **comica** di Gianna Martorella



Dente avvelenato

«Per ritardare l'inevitabile visita di controllo io seguo alla lettera il decalogo per la corretta igiene quotidiana: uso lo spazzolino elettrico per fulminare i subdoli nemici del cavo orale, il filo interdentale di tungsteno, il collutorio germicida, il dentifricio remineralizzante e per lavarmi i denti mi sveglio alle 6».



Alla data di domani, l'occhio sull'agenda legge 3 parole, semplici, ma terribili: appuntamento dal dentista. Il cervello lo interpreta come il titolo di un film dell'orrore e forse non ha tutti i torti. Per ritardare l'inevitabile visita di controllo io seguo alla lettera il decalogo per la corretta igiene quotidiana: uso lo spazzolino elettrico per fulminare i subdoli nemici del cavo orale, il filo interdentale di tungsteno, il collutorio germicida, il dentifricio remineralizzante e per lavarmi i denti mi sveglio alle 6. Eppure ogni volta il dentista qualcosa di guasto me lo trova. Se la tua ortopanoramica ricorda le rovine del Foro Romano o somiglia a un castoro, un cavallo, un tirannosauro, non ti puoi esimere dal farti mettere le mani, ma cedere alla moda della dentatura scolpita da Michelangelo, accicante come lo *smartphone* dello spettatore che ti siede davanti al cinema, proprio no. Un bel sorriso? Dal dentista non c'è niente da ridere. Già la sala d'attesa sembra la *Biennale* di Venezia: arredamento così minimalista, quadri astratti, lampade di *design*, che non riconosco le sedie e resto in piedi a leggere il *dépliant* delle Mauritius. Quando arriva il mio momento, mi siedo sulla famigerata poltrona, tesa come una corda di violino, e fisso il mio sguardo sull'assortimento di punte

di trapano che pendono davanti ai miei occhi. Subdola, l'assistente mi mette un bavaglino di carta usa e getta. Cosa? Per quello che spendo, al collo voglio almeno un *foulard* di *Armani*! Il dentista prova le punte del trapano, sibilante come uno zanzarone che pianterà il suo pungiglione nella parte più sensibile del mio nervo. Con gesto fulmineo, l'assistente mi munisce di aspiratore, la cannuccia ancorata all'angolo della bocca che aspira la saliva. Dopo 5 secondi ho la gola secca come la mummia di Ramses. Ovviamente ho

Avete più paura di un film dell'orrore o del dentista? Che domanda...

una carie. Intanto lui mi spara domande a raffica di cui non potrà mai capire la risposta: «Allora come va? E la bambina? È stata promossa?». E l'assistente non sa dire che «sciacqui»... Ma dove? Ho un buco così grande che se ci metto l'acqua faccio la vasca per i pesci. Intanto per evitare altre sofferenze richiedo l'anestesia locale. Me la pratica con una siringa metallica di proporzioni smisurate che mi fa pensare di essere stata rapita dagli alieni. Quasi quasi preferirei una bella martellata in testa. E l'assistente ancora: «sciacqui». Ormai per me missione impossibile. Riempita la caverna di cemento, la tortura è finita, il dente non fa più male, ma in bocca mi rotolano frammenti di stucco che non sono riuscita a sciacquare via. È arrivato il momento di togliersi un dente... in senso figurato, s'intende. Prendo il conto e ora sì che ho il dente avvelenato. ■

Ad essere cittadini responsabili s'inizia fin da piccoli, sui banchi di scuola. Le proposte di Educazione al Consumo Consapevole di Coop per l'anno scolastico 2015-2016 lungo un percorso, attraverso i temi della cittadinanza attiva e responsabile, della sostenibilità e dell'alimentazione, iniziato 35 anni fa.

Coscienza di classe

■ Rita Nannelli

Dietro una bottiglietta d'acqua ci sono i problemi legati all'approvvigionamento idrico e agli sprechi; dietro una lattina l'impatto ambientale dei rifiuti, l'importanza della raccolta e del riciclaggio; dietro una tavoletta di cioccolato c'è lo sfruttamento da parte delle multinazionali e la prospettiva del commercio equo e solidale che garantisce, invece, condizioni di vita e di lavoro migliori a chi vive nel Sud del mondo; dietro una merendina abitudini alimentari da correggere, l'influenza della pubblicità e dei modelli di consumo dominanti; dietro un'etichetta una filiera produttiva che racconta la ricerca e il lavoro che è servito. Ecco, la scelta di un prodotto è un gesto tutt'altro che banale, che ha in sé un senso, un valore. Si parte insomma dal particolare per arrivare al tutto, per conoscere la realtà dei consumi e diventare consumatori consapevoli, che significa poi cittadini attivi, responsabili, con senso civico e critico.

Corsi e percorsi

Un bell'impegno formare cittadini così, facile a dirsi, molto meno a farsi. Lo porta avanti da molto tempo Coop con i percorsi di *Educazione al Consumo Consapevole*, anche quest'anno pronti al suono della campanella, tra animazioni, incontri a tema, dibattiti, formazione, laboratori didattici, in virtù di un patto educativo stipulato con la scuola 35 anni or sono. Correva l'anno 1980, infatti, quando nacquero le *Giornate dei giovani consumatori*, manifestazioni a carattere itinerante che coinvolsero decine di migliaia di ragazzi, genitori, insegnanti in attività d'informazione e orientamento. E da allora Coop è entrata in classe, senza salire in cattedra, e i numeri raccontano di un progetto in crescita: «Lo scorso anno sono state oltre 1.400 le scuole coinvolte, oltre 32mila ragazzi, 1.700 insegnanti, centinaia di

genitori – riferisce Cristina Del Moro, responsabile *Educazione al Consumo Consapevole* di Unicoop Tirreno –. Cifre che ci spingono a proseguire e ampliare l'offerta formativa, con attività sempre più ricche e varie, lungo questo percorso di educazione delle giovani generazioni ad essere consumatori e cittadini coscienti».

Scuola guida

Tante riconferme, alcune novità, strutturate per fasce d'età e ordini di scuola, e un "libro di testo" particolare: la guida *Saperecoop 2015*, a settembre in versione cartacea, da ottobre anche sul sito www.saperecoop.it (progetto di *Ance* in collaborazione con *De Agostini*), con la cittadinanza attiva e responsabile, la sostenibilità, l'alimentazione come temi fondamentali. Alternative alle classiche animazioni *Il Cartastorie: schede illustrate per giovani consumatori consapevoli* e *Kitchen: cibi e prodotti in viaggio*, due laboratori che dallo scorso anno hanno portato nelle scuole un nuovo modo di fare *Educazione al Consumo Consapevole*: il primo con il suo kit di carte è un invito a costruire storie intorno a cibo, sostenibilità ambientale, cittadinanza e risorse; la seconda è una vera cucina di cartone in cui i bambini possono esplorare i viaggi che il cibo fa, da quando arriva in casa nella busta della spesa, fino al frigo e alla dispensa, dai fornelli alla pattumiera. Prosegue poi la collaborazione con due musei dedicati ai più giovani, il Museo dei Bambini *Explora* a Roma e la *Città della Scienza* a Napoli che ospiteranno proprio il laboratorio *Kitchen*. Nuovo il percorso della legalità in collaborazione con associazioni e cooperative attive in questo ambito, che mettono a disposizione le loro strutture e i luoghi in cui operano per visite scolastiche. Una sorta di gemellaggio tra le scuole toscane e quelle di Corleone, in memoria di Bernardino Verro – sindacalista e primo sindaco socialista di Corleone



assassinato dalla mafia per il suo impegno in favore di un'equa redistribuzione del latifondo – nel centenario della sua morte.

Note sul registro

Per il resto, all'interno della guida *Saperecoop* si confermano le animazioni, le tradizionali attività di incontri di 2 ore con eventuale laboratorio presso il punto vendita per le scuole dell'infanzia, scuole primarie e secondarie di primo grado; le attività *ad hoc* per le scuole secondarie di secondo grado, che prevedono laboratori, approfondimenti tematici e visite ai negozi o nella sede di Unicoop Tirreno, ma anche progetti per l'alternanza scuola-lavoro con la verifica delle competenze professionali degli studenti direttamente al punto vendita. Un'interessante sperimentazione con la rete degli studenti medi riguarderà le scuole secondarie di secondo grado di Livorno e Grosseto, con un progetto che si avvale della collaborazione di *Scuola Coop* e della *Fondazione Memorie Cooperative*: «In questo caso la portata innovativa – ci tiene a sottolineare Del Moro – riguarda l'approccio metodologico alle proposte: gli approfondimenti tematici, su argomenti quali la mutualità e il volontariato d'impresa e il consumo consapevole, saranno scelti "dal basso", cioè non dagli insegnanti, ma dalla consulta degli studenti medi, per garantire un coinvolgimento dei ragazzi sempre maggiore e partecipe alla conoscenza del mondo cooperativo».

E anche quest'anno Unicoop Tirreno non poteva mancare al tradizionale appuntamento *Settembre pedagogico*, organizzato dal comune di Livorno e giunto alla dodicesima edizione, nell'ambito del quale la presentazione della guida *Saperecoop* si terrà il 6 ottobre, alle 17, presso il *Cred*. Per richiamare l'attenzione sulla centralità della scuola e della formazione, in calendario percorsi formativi, dibattiti, spettacoli e mostre che coinvolgeranno migliaia di bambini e ragazzi, dai nidi agli istituti superiori, a cui Coop partecipa con i suoi esperti. Il tutto riassunto nell'opuscolo *Scuola città*, una sorta di guida di tutte le attività educative svolte nel territorio labronico a uso e consumo di insegnanti, ragazzi e genitori. Un altro tassello nel difficile percorso che dà sostanza alla parola consapevole. ■



Banco di prova

Come si accede alle iniziative.

Tutti i progetti di *Educazione al Consumo Consapevole* e le relative animazioni sono gratuiti. Per prenotare le attività in classe o al punto vendita, scegliendo tra le diverse proposte educative, gli insegnanti devono compilare la scheda di prenotazione *on line* sul sito www.unicooptirreno.e-coop.it entro il 31 ottobre 2015. Per ulteriori informazioni è possibile rivolgersi al referente organizzativo del proprio territorio (www.unicooptirreno.e-coop.it/saperecoop).

tempi moderni di Rita Nannelli

Fascino femminile

C'è chi ne aveva recitato il de profundis, e invece i pantaloni con le pincas sono più di moda che mai. Si vedranno, però, abbinati a camicie di seta, nei toni impalpabili del cipria, a maglie, in versione rilassata e abbondante, sciarponi, pellicce e cappotti color cammello. Nel prossimo autunno-inverno lui prende qualcosa dall'armadio di lei, in barba al macho e all'uomo formale in doppiopetto, in cerca di un tocco di femminilità. Pizzi, gorgiere e short all'uncinetto anche per i maschietti la prossima estate lasciano intendere che non è una moda passeggera, o che forse non è solo moda.

Parole d'amore

Che l'inglese sia la lingua internazionale nessuno lo mette in dubbio, ma come lingua dell'amore l'italiano non ha rivali. Risulta da un sondaggio internazionale di Babbel, l'app per l'apprendimento delle lingue: al nostro accento non sanno resistere innanzitutto i cugini francesi (27,1 per cento), stregati dalle parole "amore" e "ciao bella!", poi gli spagnoli (24,9 per cento) e gli svedesi (24,1 per cento); anche i paesi anglofoni non sono insensibili all'accento italiano, con quasi il 20 per cento al quarto posto. E anche gli alaldi tedeschi si sciolgono quando all'orecchio si sentono sussurrare "amore", "ti amo" o "buonanotte". L'accento più sexy per il

popolo italico è quello francese (38,5 per cento degli intervistati), a seguire quello spagnolo (32,3 per cento) e al terzo posto quello inglese (18,1 per cento). Love, amour e te quiero le parole della passione, ma c'è anche – a distanza, va senza dirlo – *cheeseburger*, perché cibo ed eros è risaputo che vanno a braccetto.



La spiccata emotività femminile aiuta la conoscenza, parola di neuroscienziati. Chi lo ha detto che era una debolezza?

Emotivo d'interesse

72

■ **Patrice Poinsette**

Le donne sono più emotive degli uomini. Un detto *naïf* e popolare, spesso inteso in chiave negativa – il gentil sesso piange spesso, quindi è più fragile –, smentito da una recente ricerca svizzera che ha approfondito le differenze di genere, a livello neurale, per quanto riguarda la memoria emotiva. I risultati ottenuti dal gruppo di ricerca dell'Università di Basilea, guidato dalla dottoressa **Annette Milnik**, mostrano, infatti, che la forte sensibilità femminile non è una debolezza, bensì un punto di forza. È, infatti, grazie a questa domestichezza con le emozioni che le donne godono di una memoria migliore di quella degli uomini.

Una marcia in più

Ed ecco allora la domanda che si fanno i neuroscienziati: le donne superano spesso gli uomini nei test di memoria per il modo in cui elaborano le emozioni? Il gruppo di neuroscienze molecolari e cognitive della Milnik

ha risposto con un esperimento su larga scala, al quale hanno partecipato 3.398 uomini e donne di età compresa fra i 18 e i 38 anni, dedicato allo studio del rapporto tra genere, emozioni, memoria e attività cerebrale. Nella prima fase dello studio a ciascun partecipante sono state mostrate 72 immagini, alcune caratterizzate sul piano delle emozioni come neutre (una casa) altre positive (un bambino) o negative (un incidente stradale). È stato poi chiesto di valutare l'intensità degli stati d'animo suscitati dalla visione di ogni

fotografia assegnando un voto a seconda di quanto l'immagine fosse ritenuta neutra, positiva o negativa. Risultato: le donne sono più reattive alle immagini cariche di significati, positivi o negativi che siano, rispetto all'altra metà del cielo, mentre non sono state osservate differenze rilevanti tra maschi e femmine nella valutazione degli eventi neutri. Poi, dopo aver distratto i partecipanti per alcuni minuti, i ricercatori hanno testato la loro memoria, constatando che le donne hanno una marcia in più nel ricordare le immagini viste, senza distinzione di valenza emotiva. «Questo suggerisce – spiega Milnik – che nei processi emotivi e mnemonici uomini e donne sono regolati da meccanismi diversi».

Altro per la testa

Un'affermazione confermata da prove sperimentali di che cosa ci passa nella testa: gli scienziati hanno, infatti, analizzato i dati provenienti da risonanze magnetiche funzionali eseguite su 696 cervelli. Mentre eseguivano i loro compiti, l'encefalo delle "cavie" era, infatti, collegato e monitorato dal marchingegno che ha evidenziato la maggiore attività cerebrale delle donne, soprattutto nei momenti in cui avevano a che fare con immagini negative. Che le persone tendano a ricordare meglio un fatto che le ha stimolate nel bene o nel male e che le donne ottengano risultati migliori degli uomini nei test mnemonici era già noto, ma quello che sottolinea la Milnik è che «si potrebbe pensare che è proprio perché le donne reagiscono meglio alle informazioni stimolanti che hanno una migliore memoria rispetto agli uomini». Agli scienziati sfugge ancora il perché, e se quella del cervello femminile di essere più reattivo di fronte a immagini che fanno commuovere, ridere, emozionare sia una qualità innata o il risultato di un certo condizionamento sociale.

Obiettivo sensibile

Quello che è certo, cioè confermato dalle immagini biomediche, è che



soprattutto nella corteccia motoria della mente femminile c'è un gran fermento. Ed è proprio la ragione per la quale le signore sono più empatiche e più espressive dei colleghi maschi. Da qui, secondo i ricercatori, si potrà stabilire l'esistenza o meno di meccanismi ereditari di genere in grado di provocare intense reazioni emotive. Nessi che potrebbero consentire di spiegare perché le donne hanno maggiori probabilità di sviluppare gravi depressioni, ansia e stress post traumatico, tutti disturbi questi collegati a disfunzioni emotive. Ma la strada per questo è ancora lunga. Intanto la scienza ci dice che bagnare l'intelletto con un po' di emozioni migliora la conoscenza. "Non è mica colpa loro se il loro sistema nervoso è tanto più fragile del nostro", dice un personaggio – maschile, ovviamente – nel romanzo *Madame Bovary*, alludendo al fatto che basta un nonnulla a sconvolgere signore e signorine. Evidentemente Flaubert si sbagliava. ■

Che genere di cervello

Le differenze cerebrali tra uomo e donna.

Che l'intelligenza non abbia genere non significa che le differenze cerebrali tra uomini e donne non esistano. Ecco in che cosa consistono.

Fattori genetici Le cellule del corpo umano, perciò anche quelle del cervello, contengono nel loro dna una genetica di tipo XY maschile e XX femminile.

Fattori ormonali L'ipotalamo e l'ipofisi producono messaggeri ormonali che interagiscono diversamente nella produzione degli ormoni sia del testosterone maschile che del progesterone e degli estrogeni femminili.

Asimmetria strutturale Il cervello maschile è più grande dato che contiene una maggiore quantità di liquido cefalo-rachidiano e più materia bianca, cioè prolungamenti delle cellule nervose che collegano regioni distanti nel cervello, facilitando in questo modo il trasferimento delle informazioni.

Contro corrente

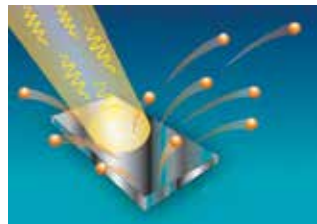
Che abbiamo rivoluzionato il modo di produrre energia è noto, che i pannelli fotovoltaici siano la materializzazione di un'idea folle tirata fuori da Albert Einstein, per spiegare il perché della creazione di una corrente elettrica quando una lastra di rame viene colpita dalla luce, forse un po' meno. Stiamo parlando dell'effetto fotoelettrico. Presentato per la prima volta nel 1839 da Antoine Becquerel, il fenomeno è stato compreso solo cinquant'anni dopo da Heinrich Rudolf Hertz: è l'espulsione di elettroni da un materiale esposto a luce sufficientemente intensa da produrre una corrente elettrica. Ma, come spesso accade nella storia

Un'onda o una particella? Per capire l'effetto fotoelettrico che c'è dietro i pannelli solari bisogna rispondere che la luce è tutte e due. Bizzarro, ma vero.

della fisica, è stato Albert Einstein il primo a proporre nel 1905 una spiegazione: usando il concetto di particelle di luce – oggi chiamate fotoni –, e quello del *quantum* d'energia inizialmente introdotto da Max Planck nel 1900, Einstein dimostrò che l'effetto fotoelettrico non era altro che la penetrazione dei fotoni negli strati superficiali della materia e

la conversione della loro energia in quella cinetica degli elettroni che in questo modo vengono espulsi dal corpo colpito dalla luce. Un po' come la pulce schizza via dal corpo del cane quando si scuote. Fu per questo, e non per la sua teoria della relatività, che nel 1921 ricevette il *Nobel*. Tutto a posto, quindi, ma niente in ordine perché la nuova teoria introduce una congettura spiazzante e in contraddizione con l'elettromagnetismo. Le equazioni di Maxwell (un caposaldo della fisica classica, cioè newtoniana) descrivono, infatti, la luce come un'onda, cioè come la propaga-

zione di una perturbazione. E invece che cosa ci chiede Einstein? Di accettare l'idea, contraria al buonsenso, che la luce sia un'onda e insieme una particella. Sarebbe, cioè, come una palla da tennis che si trova contemporaneamente in più posti sul campo e che, quando vogliamo vedere dove si trova, si riduce istantaneamente in un punto. Un paradosso che ha obbligato i fisici a ripensare il modo con il quale vedono la materia, e non solo. È nata così la meccanica quantistica, una disciplina talmente bizzarra da creare problemi nella sua interpretazione anche agli addetti ai lavori, che portò comunque alla formulazione quantistica dell'effetto fotoelettrico come dualismo onda-particella. ■



Contro l'attività fisica frenetica bisogna imparare a rallentare, perché il vero benessere è legato al giusto ritmo, perché lo sport non diventi un'ossessione.

Vacci piano

74

■ **Barbara Autuori**



Costantemente alle prese con l'orologio. Vittime della stessa ansia del Bianconiglio, il personaggio sempre in ritardo e sfuggente di *Alice nel paese delle meraviglie*, la lentezza è un'abitudine che spesso fa storcere il naso (sa di pigro, indolente, svogliato, apatico). In realtà, imparare a rallentare significa capire non solo che c'è un tempo per ogni cosa ma anche che il proprio benessere è intimamente legato al giusto ritmo che si dà al proprio tempo. Un assunto al quale spesso sfuggono, paradossalmente, questi stessi spazi d'evasione fonte di benessere come, per esempio, lo sport.

Di corsa

Sta aumentando, infatti, il numero di coloro che fanno della pratica sportiva una vera e propria mania trasformandola in una rincorsa frenetica senza pause. «La dipendenza dallo

sport si inserisce nell'ambito delle cosiddette nuove dipendenze e rappresenta un fenomeno di crescenti dimensioni», conferma la psicologa **Monica Monaco**, esperta in psicologia dello sport e delle *performances*. Un'ossessione legata alla pratica di una o più attività fisiche che, nei casi più gravi, finisce per assorbire e per mettere in ombra ogni altro aspetto della vita. «Ricadute negative della pratica sportiva eccessiva si registrano sulla vita sociale, di coppia, lavorativa o scolastica e i sintomi sono del tutto simili a quelli di altre dipendenze» spiega l'esperta. L'insorgere di nervosismo e irritabilità quando non ci si può allenare, la difficoltà a rallentare il ritmo, il bisogno di dosi crescenti di allenamento fisico per ottenere i benefici psicologici. «Campanelli d'allarme che spesso, anche se non sempre, vanno di pari passo con l'ossessione per l'aspetto fisico e la ricerca di una perfezione che è alla base anche di alcuni disturbi alimentari».

Sport... dipendente

Da cosa buona e giusta per un corretto stile di vita lo sport diventa così una vera e propria arma puntata contro se stessi perché la sua caratteristica principale diventa quella di distruggere il benessere invece che sostenere la salute fisica, psicologica e sociale. «La dipendenza dallo sport può portare a logorare e affaticare il corpo, spingendolo oltre i suoi limiti naturali e provocando la "sindrome da sovra-allenamento" che stressa il fisico malgrado infortuni o infiammazioni» sottolinea Monaco. Psicologicamente vengono meno i sintomi di benessere e calma, che lo sport può donare se ben praticato, sostituiti da un senso d'insoddisfazione verso il proprio corpo. Socialmente si perde la flessibilità nelle scelte quotidiane su come strutturare il proprio tempo

A passo lento

La ginnastica lenta che arriva dall'America.

Si chiama *slow burn fitness* il metodo, che viene dagli Stati Uniti, per allenarsi con lentezza. È costituito da esercizi che vanno eseguiti lentamente secondo una durata prestabilita, a corpo libero o con carichi molto leggeri. Adatto ai neofiti che vogliono imparare a eseguire certi esercizi correttamente, a chi sta riprendendo a allenarsi e non vuole affaticare le articolazioni, a chi dopo allenamenti con carichi pesanti deve recuperare senza stare completamente a riposo. E poi correre senza essere ossessionati dal cronometro: la corsa lenta è un modo naturale ed istintivo di fare *jogging* poiché lascia la gestione del ritmo alle sensazioni del singolo corridore. Per i più sedentari i vantaggi, si traducono principalmente in un maggior consumo d'ossigeno mentre per quelli più allenati i benefici riguardano l'incremento della resistenza aerobica.

e lo sport, da momento aggregativo e di confronto, diventa isolamento o competizione ossessiva. Scatenata da vari fattori, tra cui una bassa autostima e la tendenza spasmodica al perfezionismo per cui l'attività fisica serve a costruire un'idea di sé di maggiore successo, dalla dipendenza da sport si può guarire.

Buon allenamento!

«Il primo passo – suggerisce la psicologia dello sport – è ridare un significato costruttivo e sano alla pratica sportiva nella propria vita cercando di comprendere gli aspetti emotivi e mentali che determinano la perdita di controllo sulle proprie abitudini sportive e le tendenze distruttive». Uno strumento utile allo scopo può essere un diario di allenamento in cui annotare pensieri, stati emotivi e sensazioni fisiche associate alle abbuffate d'allenamento. Tirare il freno, decelerare in termini di tempo e d'impegno, ritrovare il ritmo giusto per mantenersi in forma. «Si potrà così – conclude Monaco – entrare in contatto con gli aspetti psicologici nascosti dietro questi comportamenti, dar loro un senso e trovare nuovi modi sani di soddisfare i propri desideri, di ascoltare le proprie emozioni e di dare valore a se stessi». ■

In piena attività

Gli italiani e lo sport.

Nel 2014 in Italia le persone di 3 anni e più che praticano uno o più sport nel tempo libero sono il 31,6 per cento di cui il 23 per cento vi si dedica in modo continuativo, l'8,6 per cento in modo saltuario. Coloro che pur non praticando uno sport svolgono un'attività fisica sono il 28,2 per cento della popolazione: una propensione alla pratica sportiva che è andata aumentando di quasi 4 punti percentuali dal 1997 al 2014. In particolare tra il 2013 e il 2014 è cresciuta la quota di chi pratica sport in modo continuativo (dal 21,5 per cento al 23 per cento) a fronte della diminuzione di coloro che lo praticano in modo saltuario (dal 9,1 per cento all'8,6 per cento).

Fonte Istat, indagine multiscopo sulle famiglie "Aspetti della vita quotidiana".

Tappeto magico

Napoletano del quartiere Barra dove vive e lavora, 35 anni, educatore noto come *O' Professò*, regista e artista sociale (il suo nome da clown è *Branko*), Giovanni Paolo Savino è il presidente della cooperativa sociale *Il Tappeto di Iqbal* (www.iltappetodiiqbal.com) che combatte la dispersione scolastica con il teatro civile e il circo sociale.

Attraverso il teatro civile e il circo sociale la cooperativa Il Tappeto di Iqbal combatte a Napoli la dispersione scolastica e offre ai ragazzi un'alternativa alla malavita.

Quando nasce la cooperativa e a chi è intitolata?

«Nel 1999 su iniziativa dell'associazione *Lele Ramin* che svolgeva attività a favore dei minori a rischio. Fallita nel 2010 risorge dalle ceneri quello stesso anno con me come presidente e alcuni ex ragazzi di strada ormai maggiorenne come soci. È intitolata a Iqbal Masih, dodicenne pakistano ucciso dalla mafia dei tappeti che aveva denunciato e che è diventato il simbolo mondiale dell'anticamorra».

Che attività svolge Il Tappeto di Iqbal?

«Barra ha la percentuale maggiore di minorenni di tutta Napoli nonché la più alta dispersione scolastica dell'intera Campania. Non ci sono cinema, teatro, spazi aggregativi. In questo deserto cerchiamo di offrire opportunità di crescita culturale e civile: con il teatro e la disciplina circense proponiamo ai minori un'alternativa alla malavita. Le nostre attività sono aperte a tutti, l'unica condizione è frequentare la scuola».

Quanti siete e come vi finanziate?

«Siamo 7 soci lavoratori di cui 5 ex ragazzi di strada tra i 18 e i 22 anni impegnati a cambiare la realtà in cui sono cresciuti. Intorno abbiamo un folto gruppo di giovani tra i 15 e i 17 anni che ci seguono e sostengono. Ci autofinanziamo con i *tour* teatrali e con l'aiuto di *sponsor* che credono nel nostro lavoro. L'organizzazione internazionale *Save the children* ha recentemente ristrutturato 2 campi di calcio dove abbiamo tenuto un *campus* estivo gratuito per 250 minori di Barra. Spazi che resteranno a disposizione del quartiere».

La cosa più bella e quella più difficile per Giovanni Savino.

«Belli sono l'impegno e l'affetto dei ragazzi che mi stanno accanto per pochi soldi, rimanendo indifferenti alle sirene della malavita. Brutto è il tempo che tolgo a mio figlio per fare il "papà" di molti altri bambini di Barra».

Un sogno nel cassetto?

«Un tendone da circo colorato da collocare nel quartiere che possa diventare la casa comune del villaggio, un luogo dove incontrarsi, raccontare e condividere le proprie esperienze». ■



Grande scrittrice, intellettuale impegnata, signora di mondo
 Dacia Maraini spiega ai lettori di Nuovo Consumo
 il valore del libro, della cultura, dell'educazione.

Un libro aperto

■ Aldo Bassoni

Dacia Maraini è la scrittrice italiana più tradotta all'estero dove ha ricevuto numerosi riconoscimenti tra cui un paio di lauree *honoris causa*, l'ultima delle quali gli è stata conferita dalla *John Cabot University* a maggio scorso. Non si contano i premi letterari ricevuti per i suoi numerosi romanzi, l'ultimo dei quali dedicato alla vita di santa Chiara (*Chiara d'Assisi. Elogio della disobbedienza*, Rizzoli). «Adesso sto lavorando a una nuova storia, ma è troppo presto per parlarne», dice abbozzando un sorriso gentile ma fermo. Una vita intensa la sua. Due anni in un campo di concentramento giapponese per antifascismo, nel 1943. «Io ero piccola. Libri non ce n'erano, però, come succede nel racconto di Bradbury *Fahrenheit 451* dove le persone imparano a memoria i libri, i miei genitori (il padre Fosco era un etnologo andato in Giappone per motivi di studio, ndr) erano persone-libro perché mi raccontavano i libri che non c'erano. Già da allora il libro per me era meraviglioso».

■ Perché pensa che leggere sia importante?

«Il libro è formativo, non informativo. La formazione ci viene dai libri. Non è che si stabilisce che un paese è civile perché guarda tanto la televisione. La lettura è uno strumento straordinario di sviluppo dell'immaginazione perché lo sforzo che si fa nella lettura presuppone un'operazione di decifrazione della pagina, del linguaggio e quindi nel leggere un libro si diventa protagonisti del libro, è come se lo si riscrisse. E poi si ha la possibilità di viaggiare nel tempo e nello spazio. Infine, quando si impara il piacere della lettura, allora il libro diventa la più grande compagnia della vita».

■ Che differenza c'è tra leggere e scrivere?

«Si può leggere senza scrivere, ma non si può scrivere senza leggere. Scrivere è tutt'altra cosa e ha bisogno di un'arte. Tutti siamo capaci di canticchiare una canzone, ma se uno deve salire sul palcoscenico e cantare *L'Aida* non ci pensa nemmeno, ne sarebbe terrorizzato. Parlare è una cosa, è come canticchiare in cucina o sotto la doccia, invece scrivere è come salire sul palcoscenico, vuol dire conoscere tutte le tecniche, sceglierne una e approfondire il proprio stile».

■ Che rapporto ha con il libro elettronico, quello che ha perso la carta e conquistato i bit?

«Uso la tecnologia anche se preferisco il libro cartaceo perché la carta è un materiale organico vicino al nostro corpo. Io viaggio molto e la tecnologia mi permette di portare in giro centinaia di libri, altrimenti non basterebbe una valigia. Il libro elettronico è molto comodo, ma per la conservazione la tecnologia è un disastro perché mi hanno detto che ogni 6 mesi cambiano i sistemi di lettura. Da questo punto di vista la tecnologia sembra una forza, ma è una debolezza. Poi se manca l'elettricità che facciamo? Improvvisamente ci troveremmo completamente privi di comunicazione. Invece il libro è lì, con la sua materialità. Insomma, la tecnologia non sempre è vincente. Lo è apparentemente, però nel lungo termine può non esserlo più».

■ Lei è molto impegnata contro la violenza di genere. Cosa c'è che non va nell'immaginario del nostro tempo? Perché questa ossessiva mercificazione del corpo femminile? Esiste una guerra



FOTO DI IRENEO ALESSI

tra i sessi? Oppure c'è una malattia che invade soprattutto gli uomini?

«Siamo entrati in pieno in una cultura del mercato in cui tutto si vende e si compra, compreso il corpo umano e questo ha determinato una desacralizzazione del corpo. Nella società del mercato vale solo chi possiede. A questo si aggiunge una cosa molto arcaica che è il concetto della proprietà. Un concetto animalesco rispetto al quale dovremmo essere superiori dominando certi istinti d'oppressione verso l'altro. Quando un essere umano si sente privato dei suoi privilegi, se si identifica nella sua virilità con il concetto di proprietà, allora questo essere umano può entrare in crisi al punto di trasformarsi in un assassino, cosa che purtroppo vediamo ogni giorno. Io non credo che le donne siano più buone, meno aggressive, la diversità non è un fatto biologico. Tutti siamo capaci di fare bene e male. Però le donne, essendo state educate a sublimare la propria aggressività, hanno imparato a governarla meglio. Il tabù del delitto nelle donne è molto più forte. Non penso che ci sia una guerra tra i sessi, credo invece che ci sia una guerra tra culture e quindi è una questione di educazione, una questione culturale».



Chiara d'Assisi. Elogio della disobbedienza, edito da Rizzoli, è l'ultimo libro di Dacia Maraini.

Una cultura che ha perso ideologie e valori su che cosa si basa?

«La società è talmente disgregata che chi non ha certi valori democratici e civili può cadere preda di questa forma d'aggressività del tipo "tu sei mia e se vai via io t'ammazzo" perché viene messo in discussione il concetto di proprietà, non è questione di amore, non c'entra niente l'affetto. A volte questo delitto poi si rivolta contro l'uomo stesso che finisce spesso per suicidarsi».

Non pensa che ci sia anche il tema dell'educazione sentimentale, soprattutto nelle giovani generazioni?

«Sono d'accordo che il processo formativo è fondamentale. L'emancipazione dovrebbe consistere nel fare in modo che tutti, anche i ragazzi, imparino a governare la propria aggressività insegnando fin dalle scuole materne che l'altro va rispettato sempre e che non si può possedere nessuno per nessuna ragione al mondo, nemmeno un neonato, tanto meno una donna».

Disabile e arruolato!

Per le persone affette da una qualche disabilità il lavoro è importante come per gli altri, ma trovarlo è molto più difficile. Per questa ragione in Italia c'è, per fortuna, una legge che obbliga le aziende pubbliche e private di medie e grandi dimensioni ad assumere un tot di lavoratori portatori di disabilità ogni tot dipendenti. Dunque problema risolto? Purtroppo no.

Spesso, infatti, le aziende ottemperano a questi obblighi in maniera ottusa, si limitano cioè ad assumere un portatore di disabilità a caso per una qualche mansione a caso, giusto per sbrigare la pratica. Il risultato può produrre un danno sia all'assunto che all'azienda: il primo sarà infelice perché impegnato in compiti non adatti a lui, la seconda si sarà messa in casa un lavoratore che non può essere produttivo.

Daniele Regolo, marchigiano, laurea in scienze politiche, sordo, già assunto in una Asl e messo a uno sportello a contatto col pubblico, era uno di questi lavoratori fuori posto. Anziché adattarsi, molla il suo contratto a tempo indeterminato e si lancia all'avventura: creare un portale internet di ricerca e offerta di lavoro che faccia da tramite in modo intelligente fra aziende e candidati con disabilità. Nasce così il sito *Jobdisabili* che poi, dopo qualche anno, e dopo un sostanzioso finanziamento da parte di un'importante società di *venture capital*, si trasforma nell'attuale *Jobmetoo* [www.jobmetoo.com].

Su *Jobmetoo*, che copre tutto il territorio nazionale, i lavoratori caricano i propri *curricula*, descrivono le caratteristiche della loro disabilità e che cosa possono fare; alle aziende sono offerti strumenti di ricerca per trovare in modo rapido il lavoratore giusto per il posto giusto. La cosa pare funzionare: il sito ha solo un anno di vita, ma gli iscritti sono già 20mila e le aziende che lo consultano più di 200. ■

Cognizione del tempo

A causa di alcuni popolari siti meteo, le previsioni del tempo di internet sono diventate una pagliacciata. Qualsiasi calura estiva è una mortale "bomba di calore", i normali rigori invernali sono distruttive "tempeste di ghiaccio", e si fanno previsioni accurate ora per ora su archi di tempo di settimane, come se la scienza fosse un oroscopo. Stufi di questo circo? Tornate al classico con www.meteoam.it, il sito del Servizio meteorologico dell'Aeronautica militare: solo previsioni del tempo serie, affidabili e senza sensazionalismi. Unico difetto? La app collegata, più rudimentale e più difficile da usare di quelle della concorrenza.



Oggetto del desiderio

78

Coglie i valori dominanti nella società, li decontestualizza, li enfatizza e li trasferisce sul prodotto da promuovere. Questo fa anche la pubblicità della Peugeot 208.

La pubblicità difficilmente propone valori propri, tali da convincere le persone a fare cose che non vorrebbero senza il suo stimolo comunicativo: gli apocalittici possono stare tranquilli da questo punto di vista. Del resto non ne avrebbe la forza argomentativa, con i pochi secondi che le sono assegnati dalle durate ordinarie degli spot. Certo, non è impossibile esercitare una persuasione anche con tempi ridottissimi: dipende naturalmente dall'organizzazione del messaggio e dalla forza icastica dei contenuti proposti; tuttavia è molto più difficile di quello che non si creda far assumere un'opinione nuova alla gente o far cambiare quella che ha. Ma allora si può stare del tutto tranquilli? Nemmeno questo è vero. Quello che fa la pubblicità è cogliere valori già circolanti nel corpo sociale, selezionarli, decontestualizzarli ed enfatizzarli, mostrare che sono quelli più autentici e naturalmente questo è un fenomeno manipolatorio molto importante. E soprattutto li sposta dall'ambito in cui si trovano e li trasferisce sul prodotto che diviene l'oggetto della proposta d'acquisto. Questo meccanismo è ben visibile nell'ultimo spot per l'auto Peugeot 208, proposta per le sue caratteristiche di grinta, di dimensione e di prezzo a un pubblico eminentemente giovanile. Il valore che viene spostato sull'auto è

quello del successo che godono presso questo stesso pubblico i tatuaggi. Avete notato che non c'è più, oggi come oggi, un giovane tra i 20 e i 30 (forse anche arrivando addirittura ai 40) anni che non abbia almeno un disegno stampato sulla pelle? Qualche decennio fa nella nostra civiltà occidentale i tatuaggi erano riservati a categorie molto particolari, come i marinai, i carcerati e gruppi ampiamente marginali. Oggi per un giovane non avere un tatuaggio equivale ad essere escluso. Ebbene lo spot sfrutta questa valorizzazione per enfatizzarla e associarla al prodotto. La storia che ci racconta è quella di un giovane che, con una Peugeot 208 di un arancione brillante e tendente al rosso, fa una cavalcata notturna in una bellissima città moderna. Sul braccio ha tatuato un drago grigio che magicamente, durante la corsa, comincia ad animarsi e a fuoriuscire dal corpo del protagonista per volare libero, assumendo lo stesso colore fiammante della vettura. Il dragone accompagna dall'alto, sinuoso e potente, il percorso della vettura per lungo tratto. Fintantoché il protagonista si ferma in un parcheggio e con un gesto intimo al dragone di rientrare nella pelle del suo braccio. Che cosa simboleggia il magico dragone? Quello che dice lo slogan finale (con la voce del testimonial abituale Stefano Accorsi): «Risveglia l'energia che è in te», ovvero il dinamismo dell'auto, che viene ad identificarsi con questo rutilante drago volante. Desiderabile per i giovani – negli auspici della casa produttrice – quanto lo sono i loro tatuaggi. ■



libero pensiero di Elena Corsi

L'isola che non c'è

Anche a settembre è tempo di vacanze e le agenzie di viaggio mettono fuori le locandine. Sulla prima, un paesaggio da mille e una notte splende sotto l'appellativo "da sogno". L'altra mostra invece

gambe e braccia abbronzate distese in riva al Mar Rosso. Ci sono anche dei bambini: sfrecciano sullo scivolo di un parco acquatico, sotto lo sguardo complice dei genitori. Ogni pacchetto ritrae uno spicchio di paradiso. E guasta il bello di mettersi in viaggio: fantasticare su luoghi irraggiungibili, magari inesistenti. Che avrebbe

fatto Colombo? Sarebbe salpato comunque per le Indie, se avesse avuto fra le mani un dépliant delle isole caraibiche? È il desiderio senza frontiere ad alimentare i grandi viaggi di scoperta dal Rinascimento in poi. L'isola felice è quella che non c'è. Il suo nome è Utopia. Peccato non poterci ancora prenotare le ferie.



LA CONVENIENZA A MISURA DI SOCIO

RISERVATO AI SOCI
UNICOOP TIRRENO

DALL'1 AL 30 SETTEMBRE

LONSDALE
felpa uomo/donna
modelli e colori assortiti

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

24,90€

pantaloni uomo/donna
modelli e colori assortiti

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

19,90€



ARMADIO RESINA
Mod. RATTAN LINE
portata piano 30 kg
4 ripiani/portascope
68 x 42 x h 170 cm

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

59,90€

basso 2 ripiani
68 x 42 x h 85 cm

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

34,90€



LINEA MATERASSI DELLO CHEF
in memory/micromolle
UN ESEMPIO: DAMA matrimoniale memory - 160 x 190 cm
UN ESEMPIO: SCACCO matrimoniale a micromolle - 160 x 190 cm

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

Anziché 700,00 €

455,00€

**SCONTO
35%**

Materasso *Dama*
MemoryFoam



5 ANNI
DI GARANZIA
CERTIFICATA

MADE IN
ITALY

Materasso *Scacco*
Micromolle indipendenti



GREMBIULE IN OMAGGIO

**DISPONIBILI
IN TUTTE LE MISURE**



**VENDITA SU PRENOTAZIONE
CON CONSEGNA A DOMICILIO
GRATUITA IN TUTTA ITALIA**

POSTAZIONE PC DESKTOP
+ MONITOR 21,5 HP

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

469,00€

PC DESKTOP HP SLIMLINE Mod. 450-a03nl
Processore Intel® Celeron® J1800 con scheda grafica Intel HD
(2,41 GHz, 1 MB di cache, 2 core)
Memoria 4 GB DDR3L (1 x 4 GB) - hard disk da 500 GB
Masterizzatore SuperMulti DVD - Scheda grafica HD Intel
1 VGA; 1 HDMI - Audio ad alta definizione 5.1
Porte 4 USB 2.0; 1 USB 3.0; 1 ingresso audio; 1 uscita audio;
1 ingresso microfono; Lettore di schede di memoria 6 in 1
Sistema operativo Windows 8.1

ACCESSORI INCLUSI: TASTIERA USB + MOUSE OTTICO USB



Monitor 16:9 LED IPS da 21,5" HP Pavilion modello 22cw
Schermo IPS con retroilluminazione a LED
Ingresso video 1 VGA, 1 HDMI

Classe
Energética
A

Risoluzione
FULL HD

H cm. 39
L cm. 50
P cm. 15



OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

coop incoop* ipercoop

DEL GRUPPO UNICOOP TIRRENO

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



RISERVATO AI SOCI
UNICOOP TIRRENO

LA CONVENIENZA

DALL'1 AL

PETTO DI POLLO A FETTE
COOP

confezione famiglia



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Aniché 10,60 €

7,42€

al kg

SCONTO 30% ALLA CASSA

MASSIMO
10 CONF.
PER OGNI CARTA



AFFETTATI IL GUSTO TOSCANO
PIACENTI

UN ESEMPIO: prosciutto toscano dop - 100 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

2,50€

25,00 € al kg

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA
TRA I VARI TIPI



SUGO PRONTO AI FRUTTI DI MARE
CONDISCOGLIO ARBI

surgelato - bianco/con pomodoro - 450 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

2,79€

6,20 € al kg

MASSIMO
6 CONF.
PER OGNI CARTA
TRA I DUE GUSTI



PESCHE NETTARINE

confezione da 2 kg



PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

0,89 € al kg

1,78 € la confezione

MASSIMO
10 CONF.
PER OGNI CARTA



TONNO RIO MARE
ALL'OLIO DI OLIVA

160 g x 3

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

3,99€

8,31 € al kg

MASSIMO
6 CONF.
PER OGNI CARTA



PARMIGIANO REGGIANO
BONI

800 g ca.

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

Aniché 17,90 €

9,84€

al kg

SCONTO 45% ALLA CASSA

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



BISCOTTI BUONI COSÌ GALBUSERA

malto - 330 g/cereali/latte intero - 300 g/magretti - 350 g

UN ESEMPIO: magretti con orzo e mais - 350 g

PREZZO PER I SOCI UNICOOP TIRRENO

1,35€

3,86 € al kg

MASSIMO
8 PEZZI
PER OGNI CARTA
TRA I VARI TIPI



OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

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

ENZA A MISURA DI SOCIO

15 SETTEMBRE

**ROSSO DI MONTEPULCIANO
DOC VECCHIA CANTINA**
75 cl

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

2,79€

3,72 € al litro

MASSIMO
6 PEZZI
PER OGNI CARTA



**COMPLETO LETTO 100% COTONE
COGAL ANIMALIER**
fantasie assortite - singolo



**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

19,90€

1 piazza e mezzo

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

24,90€

matrimoniale

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

29,90€



SVELTO
lemon/aceto & limone verde
1 litro x 4

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

3,79€

0,95 € al litro

MASSIMO
4 CONF.
PER OGNI CARTA
TRA I DUE TIPI



CIABATTA UOMO/DONNA INBLU
sottopiede in vera pelle
modelli e colori assortiti

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

16,90€

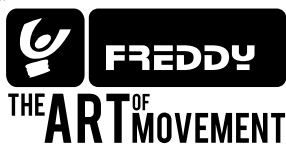


**LEGGING SENZA CUCITURE
FREDDY**

massimo comfort ed ottima vestibilità
colori e misure assortite

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

6,90€



HARD DISK 2,5" ESTERNO PORTATILE INTENSO
Mod. 6002560

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

64,90€



Capacità 1 TeraByte (1000GB)
Interfaccia USB 2.0
Peso 163 g
Dimensioni: 12,7 x 7,8 x 1,4 cm



RISERVATO AI SOCI
UNICOOP TIRRENO

LA CONVENIENZA

DAL 16 AL

SUINO PROSCIUTTO
A TRANCI

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI
IL PREZZO
nel tuo punto
vendita



AFFETTATI LIBERA MENTE
CASA MODENA

UN ESEMPIO: prosciutto crudo dolce - 80 g

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI
IL PREZZO
nel tuo punto
vendita

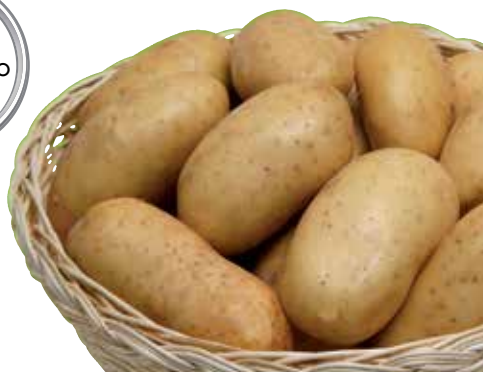


PATATE A PASTA GIALLA
confezione da 4 kg



PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI
IL PREZZO
nel tuo punto
vendita



2 PIZZE MARGHERITA SUPERFARCITE LE
ESAGERATE! FOOD ITALIA

surgelato - 740 g

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI
IL PREZZO
nel tuo punto
vendita



MOZZARELLA FRESCA FIOR DI
LATTE PETTINICCHIO

200 g x 4

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI
IL PREZZO
nel tuo punto
vendita



GAMBERO ARGENTINO EXTRA
GIGANTE PESCANOVA

surgelato - L1 - 800 g

PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO

SCOPRI
IL PREZZO
nel tuo punto
vendita



OFFERTE DISPONIBILI NEI PUNTI VENDITA

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

ENZA A MISURA DI SOCIO

30 SETTEMBRE

**PASTA DI SEMOLA
LENTA LAVORAZIONE RUMMO**
formati classici assortiti - 500 g

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



AFFETTAVERDURE
completo di accessori per affettare
centrifugare - grattugiare - servire

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



BISCOTTI MULINO BIANCO
campagnole/macine/galletti/rigoli/tarallucci
1 kg

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



STENDERE E STIRARE COLOMBO
STENDIBIANCHERIA TITANO
con portabiti, porta 15 kg di biancheria, 3 LAVATRICI MEDIE,
in acciaio inox, antiruggine, modulabile, con ruote
ELETTO PRODOTTO DELL'ANNO 2015

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

ASSE DA STIRO ALLUMINIA
con piano totale in alluminio
**RIDUCE TEMPO DI STIRATURA
E CONSUMO D'ENERGIA**

regolazione in altezza fino a 95 cm
porta caldaia, fusto ultraleggero, guidafile

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

MADE IN
ITALY

**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



**CAFFÈ KIMBO
CLASSICO**
250 g x 4

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



**TERRICCIO UNIVERSALE
VIGORPLANT TERRE DI CASA**
biologico, alta qualità - 25 litri

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**

**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



YOGA OPTIMUM
gusti assortiti - 200 ml x 6

**PREZZO PER I SOCI
UNICOOP TIRRENO**





**SCOPRI
IL PREZZO**
nel tuo punto
vendita



DATEMI UN WIFI, E VI SOLLEVERO' LA SPESA

 **LASPESACHENONPESA.it**
Tutta la qualità di Coop comodamente a casa tua.

La spesa che non pesa è il servizio di Coop,
attivo nella città di Roma, che ti permette di:

-  avere la qualità di Coop, anche quando non puoi andare al supermercato
-  ordinare la spesa on line e riceverla a casa tua con la massima puntualità quando decidi tu
-  scegliere tra un ampio assortimento di prodotti anche freschi e freschissimi, che viaggeranno su mezzi refrigerati
-  risparmiare tempo se ne hai poco

Prova ora, la prima consegna è gratuita!

coop

Unicoop Tirreno

La tua Coop.