

In questo numero

- Arriva la stagione dell'uva!
Approfittiamone
Pag.2
- Storia della Vendemmia
Pag.3
- L'ansia dopo-vacanze, problema dei teenagers

- Regole per sopravvivere allo stress post-ferie
Pag.4
- Che cos'è e chi colpisce la sindrome da rientro

- Cibo buono, pulito e giusto: a ottobre Torino ospita "Terra Madre 2008"

- Nasce la prima grappa calabrese, "Lamezia DOC"
Pag.5
- Formaggi avariati: flai cgil, è allarme per il made in Italy

- Alimentazione. Cia: consumi, il "bio" non è in crisi
Pag.6
- L'angolo della poesia
Pag.7
- Ricette del Mese: Cous cous di pesce
Pag.8
- Salute: dieta mediterranea allunga vita: ma italiani scettici!
Pag.9
- Alimenti: esperti, con insalate pronte lievitano rischi in tossicazioni

- Allarme carne è latte clonati
Pag.10
- Diabete: 1,5 milioni di italiani non sa di averlo

- Carovita, la crisi dimezza le mance
Pag.11
- Play station tossiche e inquinanti

- E' nato a Canicatti il cono-cannolo

- A scuola sempre più bio

- Conclusa con successo la prima "Estemporanea" di pittura a Castane
Pag.12
- Contaminazione ogm, Coldiretti: il 60% dei consumatori pronto ad abbandonare

- Dal 10 al 15 novembre l'Industria Alimentare apre le porte al pubblico

- Sicurezza alimentare, gli agriturismi sono i più controllati e danno garanzie
Pag.13
- Eurispes
Pag.14
- Eventi

- Pillole di Saggezza

Arriva la stagione dell'uva! Approfittiamone

di Domenico Saccà

Che l'uva sia un frutto dotato di numerose proprietà non è certamente una scoperta della moderna scienza dell'alimentazione. L'uva è il frutto della vite (*Vitis vinifera*). Si presenta sotto forma di grappolo, composto da un "raspo" e da numerosi "acini", di piccola taglia e di colore chiaro (giallo, giallo dorato, o verde) nel caso di uva bianca, o di colore scuro (rosa, viola o nero) nel caso di uva nera. L'acino è a sua volta costituito dalla buccia, dalla polpa e dai semi (vinaccioli).

L'uva viene utilizzata soprattutto per la produzione del vino, e si parla in questo caso di uva da vino, ma anche per il consumo alimentare e come frutta, sia fresca (uva da tavola) sia secca

(uva passa, utilizzata in cucina e nella preparazione di dolci); infine dall'uva si estrae il succo d'uva (bevanda non alcolica), e dai semi si estrae l'olio di vinaccioli. Già Galeno, medico greco che operò a lungo a Roma tra il II e il III secolo dopo Cristo, raccomandava ai suoi pazienti di consumare abbondantemente questo frutto. In effetti, l'uva è energetica, rimineralizzante, disintossicante, diuretica e lassativa.

Tutte proprietà confermate anche da un autorevole studio italiano, (Istituto Superiore di Sanità, Cnr e atenei romani "La Sapienza" e "Tor Vergata") pubblicato nel 2006 sulla rivista scientifica internazionale **Journal of Infections Diseases**.

Ulcerosi, diabetici e colitici è bene non eccedere con questo frutto. In ogni caso, per limitare l'insorgenza di fastidiosi disturbi intestinali, l'uva andrebbe consumata da sola, lontano da altri alimenti, in pasti di sola frutta come, per esempio, la prima colazione oppure lo spuntino di metà pomeriggio.

Fu introdotta in Francia dai Fenici nel 600 a.C.

Attualmente diffusa in tutto il mondo, con una produzione mondiale di uva da tavola che supera i settanta milioni di quintali; l'Italia detiene il primato, con oltre i quindici milioni.

Le due regioni in cui viene prodotta la maggioranza di uva da tavola sono Puglia (65%) e la Sicilia (25%). Alcune delle varietà più diffuse sono la **Cardinale**

(ottenuta nel 1939 a Fresno in California); è una delle migliori varietà di uva precoce con grappoli grandi e colore rosso violaceo), l'**Italia** (prodotta da un incrocio di uva Bicane e Moscato d'Amburgo; una delle più apprezzate, con grappoli grandi e consistenti, di colore giallo dorato, con un delicato sapore di moscato) e la **Regina** (una delle più antiche e diffuse di provenienza probabilmente siriana, introdotta in Italia dagli antichi romani, anch'essa di colore giallo dorato). E allora... gustiamoci l'uva (senza esagerare ovviamente dato che è ricca di zuccheri) e non priviamo la nostra dieta di un buon grappolo: ora è la stagione giusta!



Storia della vendemmia

di Giuseppe Abbondanza



Sin dagli albori della coltivazione della vite, nella Mezzaluna Fertile, attuale Medio Oriente, l'uva doveva essere raccolta integra e preservata fin al momento della pigiatura. Gli utensili che agevolavano il distacco erano lame rudimentali simili a coltelli o uncini inclinati che, per moltissimi secoli, furono gli unici attrezzi a disposizione dell'uomo per compiere l'operazione di taglio del grappolo. Fino a noi giungono numerosi scritti e rappresentazioni narranti la raccolta dell'uva, il suo significato di sacralità, per la quale rendere grazie agli dei. Da qui si comprende anche il grande significato sociale della viticoltura e della vendemmia stessa. Da numerosi bassorilievi tombali e affreschi, si attesta che lungo il Delta del Nilo, durante la Prima Dinastia, si raccoglievano grappoli d'uva da vigneti allevati a pergola e sul finire dell'età del Bronzo, i dati archeobotanici indicano una raccolta sistematica dell'uva. Nel VII sec. a.C. il profeta **Isaia** cita la Festa delle Capanne, costruzioni provvisorie in frasche, allestite in prossimità dei vigneti per le famiglie che, in epoca di vendemmia, soggiornavano in loco per lavorare con la massima tempestività, dalla sua parabola della vigna inoltre si deduce che la fermentazione avveniva nello stesso vigneto in tini appositi. Nel VI sec. a.C. alcuni satiri sotto una vite raccolgono e pigiano l'uva alla presenza di **Dioniso** e della sua pantera, che si lascia catturare dal profumo del vino, la pigiatura avveniva nella vigna stessa, in una cavità della roccia, da cui il mosto, spremuto con i piedi, si raccoglieva in un canaletto o in pozzetti sottostanti al torchio. Notizie più concrete le abbiamo dall'Antica Roma. La raccolta avveniva a partire dalla fine di agosto, ritualmente celebrata il 19 di quel mese, giorno di festa pubblica indicato come *Vinalia rustica*, in onore del dio Giove (Varrone). L'uva era raccolta in piccoli canestri e quindi riversata in vasche più grandi (*lacus vinaria*) dove si procedeva alla pigiatura. Nel VIII sec. d.C. la conversione dei Longobardi al cattolicesimo portò la diffusione dell'ordine benedettino nell'Italia settentrionale. Furono questi monaci ad attuare una grande bonifica agraria ed uno dei settori in cui brillarono fu la viticoltura. I loro vitigni erano coltivati in piccoli appezzamenti "clausurati", cioè recintati con muri per evitare i furti nel periodo della vendemmia, l'uva era staccata a mano o con coltelli e roncole, posta in ceste o cavagni successivamente svuotati nella tina o nei carri su cui vi erano botti, bigonce, tini e mastelli che trasportavano l'uva al torchio o alla caneva e quando la presenza di strutture lo consentiva, l'uva era pigiata direttamente in vigna, dove le caneve per vinificare erano poste a lato del campo. Tra l'VIII-XII sec., i proprietari dei terreni davano ai carrettieri che conferivano l'uva vendemmiata un pasto a base di pane, vino, carne e formaggio nei giorni comuni e pesce o pasta nei giorni di magro, oppure una corrispondente somma in denaro mentre il trasporto era invece a carico dei contadini. Dagli statuti comunali piemontesi si ottengono diversi dati sulla vendemmia in Piemonte nel tardo medioevo, fino alla data di rac-

colta (metà di settembre o S. Michele) era vietato vendere uva, pena severe multe in denaro. Inoltre il coltivatore poteva presiedere alla sorveglianza, anche notturna, del vigneto o incaricare qualche persona di fiducia che per tale attività percepiva un salario pari a quello dei portatori. Il numero dei lavoratori variava a seconda del raccolto e dell'estensione dell'appezzamento. Riguardo ai salari in media le donne percepivano la metà degli uomini, pur dedicandosi anche al trasporto delle ceste. I lavoratori, oltre al denaro, ricevevano pane, formaggio e vino di bassa qualità. Un altro costo era quello dei trasporti e variava a seconda del mezzo e della distanza da percorrere. Nel bresciano invece si riscuoteva la decima da parte dei proprietari terrieri, che veniva spesso versata in mezzo alla vigna, direttamente in un tino, e consisteva proprio in un decimo del raccolto. Dall'Archivio di Stato di Brescia si apprende che la vendemmia aveva inizio due giorni dopo aver informato il proprietario del vigneto, che inviava in loco un suo rappresentante a controllare i lavori, speso dagli affittuari per tutta la durata della raccolta. Tale onere, pari al valore dei pasti, venne in seguito rimborsato in denaro. Dal trattato sull'agricoltura del bolognese **Piero de Crescenzi** invece apprendiamo che la vendemmia aveva inizio con un atto ufficiale del comune, del signore o del proprietario non prima della festa di **S. Maria de vindimia** (8 settembre) e doveva rispettare tempi precisi che vedevano sospese altre attività, convogliando nelle vigne tutta la forza lavoro. In relazione alla raccolta l'autore raccomandava di procedere quando le uve fossero ben mature e asciutte; consigliava di togliere dalle ceste foglie, rami e sporcizia, nonché i grappoli guasti, secchi o acerbi che avrebbero nuociuto al vino. L'uva era raccolta con ceste poi svuotate in mastelli, trasportati a mano dentro solia con un palo, o in gerle di legno portate a spalla. Nella zona di Susa le vendemmiatrici ricevevano 7 denari di viennesi cursibili al giorno, i gerlatori 10 e le donne portatrici 8.

L'anno seguente il divario tra uomini e donne aumentò: le vendemmiatrici ebbero 5,5 denari, le portatrici 7 e gli uomini ben 14. Tra l' XIII-XIV sec. si apprende che il raccolto era trasportato con carri (*plaustra*, *navaza*) ai tini (*tina*, *solia*, *castelata*) dove le uve erano pigiate con i piedi o bastoni (*uve folate*), quindi torchiate (*torcolare*) per poi finire nella botte (*in vegetem*), dagli inventari di beni testamentari si ottengono alcune delle terminologie in uso all'epoca relative al peso dell'uva: Carro d'uva = 25 colli = 50 - Ceste = 50 secchie, pari a 19 litri per un peso di circa 25 chili. Si deduce che un carro d'uva equivaleva a 1250 kg e 950 litri. Nel secondo dopoguerra in alcune zone del Mondo, cambia sicuramente il modo di vendemmiare, infatti tra il 1950 - 60 il **Dr Nelson Shaulis**, ricercatore presso la **Cornell University in America**, vide che scuotendo, prima manualmente e poi con un mezzo meccanico, un supporto in metallo a cui erano appesi dei grappoli d'uva, molti acini si staccavano dal rachide. Fu questa l'osservazione che portò ai primi studi sulle vendemmiatrici. Negli anni '60 nacque infatti il primo prototipo a scuotimento verticale. Le prime attrezzature d'aiuto ai viticoltori furono le "macchine agevolatrici", in grado di eseguire il convogliamento e lo stoccaggio del prodotto, ma non lo stacco dei grappoli, effettuato a mano.

L'ansia dopo-vacanze, problema dei teenagers

di Agostino D'Arrigo



Vacanze finite, sogni interrotti: gli adolescenti che tornano in città spesso si lasciano alle spalle nuove amicizie, primi amori, piccole trasgressioni a cui l'inverno spesso non lascia molto spazio.

Nella fascia di età tra i 14 e i 18 anni la sindrome da rientro è dovuta soprattutto al pensiero di dover tornare tra i banchi. Per evitare che il cambiamento sia troppo brusco, rientrate in città qualche giorno prima dell'inizio delle scuole: riprendere lentamente i ritmi abituali li aiuterà a superare la malinconia.

E appena tornati, spingeteli a riprendere i contatti con gli amici di sempre: rimanere chiusi in casa è quanto di peggio si possa fare. In più, assecondateli nella scelta dell'attività sportiva da svolgere durante l'inverno.

Se, per esempio vanno matti per il calcetto, non costringeteli a iscriversi a un corso di equitazione solo perché voi amate i cavalli. Se invece sono molto piccoli e temete che l'inizio dell'asilo sia per loro un trauma difficile da superare, chiedete alle insegnanti di aiutarli, per far sì che il loro ambientamento avvenga in modo graduale.

Non tutti sanno che...

Regole per sopravvivere allo stress post-ferie

di A. D.

Il modo per evitare che la depressione prenda il sopravvento, di ritorno dalle ferie, esiste. Qual è? Seguire il più possibile queste regole d'oro. Che renderanno più facile riprendere serenamente i soliti ritmi.

1) **Svegliati 20 minuti prima**

Se vi alzate con calma, avrete tutto il tempo per "carburare". Potrete rilassarvi sotto la doccia e dedicarvi con meno fretta alla colazione e agli altri preparativi. Per non avvertire subito lo stress del ritardo, fate finta di non avere impegni: così avrete il tempo di chiacchierare con figli e marito. È il modo migliore per dimenticare piano piano ritmi vacanzieri.

2) **Stai seduto il meno possibile**

Sfruttate le belle giornate per fare movimento: nel tempo libero, non restate in casa davanti alla tv. In ufficio, poi, approfittate della pausa pranzo per fare quattro passi. Ritagliatevi uno spazio per le cose che vi piacciono, in modo da conservare il magico senso di libertà tipico dell'estate. E poi, perché non fare un po' di footing nel parco più vicino?

3) **No agli stravizi, sì a tanto sport**

Se durante le vacanze vi siete tenute in forma (e avete migliorato la vostra linea) con il nuoto, lunghe passeggiate e vita sana, cercate di continuare così anche dopo il ritorno in città. Evitate gli stravizi alimentari, concentratevi sui vostri hobby. Fate in modo di non andare a letto tardi la sera: vi sarà più difficile affrontare con energia la giornata di lavoro.

4) **Rinvia le cose poco importanti**

Per i primi giorni puntate solo sugli impegni che contano davvero, rinviando il resto. Segnate sull'agenda gli appuntamenti improrogabili, non fate a tutti i costi quello che gli altri si aspettano da voi. E abbiate la pazienza di attendere che corpo e mente si riadattino ai ritmi di vita cittadini: se siete stati fuori un mese, potrebbero servirne anche due per riprendervi.

5) **Fuggi dalla città appena puoi**

Programmate qualche weekend fuori città con tutta la famiglia. È un ottimo rimedio per non pensare con malinconia alle vacanze che sono appena finite. E serve anche a rendere meno brusco il ritorno alla routine invernale. Se non vi è possibile, cercate almeno di valorizzare al massimo il vostro tempo libero, senza farvi condizionare dagli altri su come impiegarlo.

6) **Pensa già alle ferie di fine anno**

Se proprio non ce la fate a ricominciare, iniziate già a pensare alle prossime vacanze: partite, per esempio, con il selezionare mete e itinerari per la settimana bianca (o il viaggio in una capitale straniera) di fine anno. Così la malinconia passerà prima.

Che cos'è e chi colpisce la sindrome da rientro

di D.S.



Gli anglosassoni la chiamano sindrome del "wash-out" (letteralmente "lavar via"), perché la considerano una diretta conseguenza del "lavaggio mentale" tipico delle ferie, quando si cerca a tutti i costi di mettere da parte problemi e pensieri. È la malinconia del dopo-vacanze. Secondo l'Istat colpisce un italiano su dieci, soprattutto chi torna al lavoro, ma anche le casalinghe, costrette (da un giorno all'altro) a riprendere la routine quotidiana. Ma secondo il dottor Walter Pasini, direttore del Centro collaboratore dell'Oms per la Medicina del turismo, in realtà il problema riguarda un italiano su quattro. Stando a una ricerca dall'Istituto Riza di medicina psicosomatica, i più colpiti sono gli insegnanti tra i 30 e i 50 anni e le donne che stanno a casa. La mancanza di un lavoro, infatti, getta nello sconforto il 25% delle signore. Tra le lavoratrici, le più depresse sono le commercianti (14%), seguite da impiegate e operaie (13%). Ma mariti e figli possono fare molto per aiutarle: i loro complimenti sono un autentico toccasana per il 40% delle intervistate. Soprattutto se inattesi.

Cibo buono, pulito e giusto: a ottobre Torino ospita "Terra Madre 2008"

di Vittorio Cocivera



Comunità del cibo, cuochi, docenti e giovani di tutto il mondo impegnati a lavorare per promuovere una produzione alimentare locale, sostenibile e rispettosa dei metodi ereditati e consolidati nel tempo: è l'impegno della rete che animerà Terra Madre, il meeting internazionale delle comunità del cibo, che si svolgerà dal 23 al 27 ottobre a Torino in concomitanza con il Salone Internazionale del Gusto. L'iniziativa, realizzata da Ministero delle Politiche Agricole e Forestali, Cooperazione Italiana allo Sviluppo - Ministero Affari Esteri, Regione Piemonte, Città di Torino e Slow Food, in collaborazione con Coldiretti Piemonte e Fondazione CRT, è stata presentata oggi a Roma. I numeri? Terra Madre "ospiterà 1678 comunità del cibo provenienti da 153 nazioni composte da 3587 contadini, allevatori, pescatori e produttori artigianali dell'agroalimentare, 818 cuochi, 265 docenti universitari e rappresentanti di istituti di ricerca, 869 studenti, 216 musicisti, 712 osservatori, tecnici e istituzioni. L'avanguardia mondiale del cibo buono, pulito e giusto". Novità dell'edizione saranno i giovani, universitari e contadini, perché "la terra dovrà tornare in futuro a essere al centro delle tematiche mondiali e dell'attenzione della politica - affermano gli organizzatori in una nota - e solo attraverso il contributo delle nuove generazioni si può pensare allo sviluppo di un modello di vita alternativo per un'agricoltura a dimensione locale e umana". Quest'anno il meeting coinvolgerà anche le Nazioni Unite attraverso iniziative sviluppate dall'UNICRI (United Nations Interregional Crime and Justice Research Institute). Commenta il direttore Sandro Calvani: "L'esperienza di Terra Madre indica strade percorribili per raggiungere gli Obiettivi del Millennio dell'ONU; la collaborazione investe temi quali il diritto alla terra e la difesa dei vulnerabili".

Non Tutti Sanno Che...

NASCE LA PRIMA GRAPPA CALABRESE, "LAMEZIA DOC"

di A. D.



Da quest'anno la Calabria potrà vantare la produzione di una grappa calabrese al 100%. Il 2008, infatti, si terra' a battesimo la prima grappa Lamezia doc, nata dall'accordo fra le cantine Statti di Lamezia Terme e le distillerie Caffo di Limbadi (Vibo Valentia), unica distilleria attiva in Calabria, famosa in tutto il mondo per l'Amaro del Capo.

"Il progetto - hanno spiegato i promotori dell'iniziativa - è stato fortemente voluto dai giovani titolari delle due aziende, Alberto e Antonio Statti, presidente dell'associazione allevatori e membro dell'associazione giovani imprenditori vinicoli italiani, e Sebastiano Caffo, presidente del gruppo giovani imprenditori di Confindustria Vibo Valentia e membro del Consiglio centrale di confindustria giovani nazionale. Una collaborazione che dimostra la volontà delle nuove generazioni, oggi alla guida delle due aziende, di creare sinergie che facciano crescere tutto il territorio regionale. La grappa Lamezia doc, infatti, sarà prodotta integralmente in Calabria: le vinacce provengono dalle uve dei vigneti di proprietà Statti, mentre la distillazione, l'affinamento e l'imbottigliamento avverranno nelle distillerie Caffo".

FORMAGGI AVARIATI: FLAI CGIL, E' ALLARME PER IL MADE IN ITALY

di V. C.



"Sono **Delia, Tra.De.I., Megal** i nomi delle aziende che riciclano il formaggio avariato e poi lo rimettono nella catena alimentare con la complicità degli organi di controllo e che rappresentano uno dei cancri dell'agroalimentare italiano".

E' quanto afferma **Antonio Mattioli - Segretario Nazionale Flai Cgil**, ricordando che "un paese che soffre gli effetti di un sistema industriale debole, che non valorizza le proprie risorse, che non investe sulla qualità, ne esce massacrato da vicende come quella del formaggio alterato, che si aggiunge alle frodi sulla mozzarella inquinata, sul

pomodoro marcio, sul vino adulterato, sul grano al piombo. Invece di vanificare, alienare, reprimere, il lavoro di soggetti che fondano la propria presenza sul mercato in questo modo, si ha la netta sensazione - rileva Mattioli - di essere alla presenza di un loro radicamento nel comparto agroalimentare italiano.

Si griderà allo scandalo per qualche ora, qualche giorno se va bene, anche grazie alla denuncia di qualche giornale, ma poi tutto tornerà nella "normalità" ed i consumatori continueranno a non sapere cosa mangiano, a non sapere se la salubrità degli alimenti è garantita.

Non può più continuare in questo modo!

Le imprese la devono smettere di continuare a muoversi con un silenzio complice, le istituzioni e gli organismi competenti devono svolgere il ruolo che gli compete, la distribuzione deve pretendere la certificazione che attesti la rintracciabilità della materia prima, la certificazione della filiera e la garanzia della salubrità del prodotto. Come sindacato da anni lanciamo denunce e grida nel vuoto ed a malapena siamo ascoltati solo quando scoppia il caso.

Per l'agroalimentare italiano sta suonando il campanello d'allarme: il made in Italy sta prendendo sberle da paura e gli attori della filiera cominciando ad assomigliare a pugili suonati che a malapena riescono a stare in piedi. Rimocchiamoci le maniche, ripartiamo dalle risorse a disposizione, qualificiamo il lavoro combattendo illegalità e sfruttamento, impegniamoci a sostenere accordi di filiera che garantiscano qualità-certificazione-rintracciabilità-salubrità della materia prima e dei prodotti e la sostenibilità dei prezzi, si faccia programmazione, si investa sul futuro dell'agroalimentare, superando in questo modo complicità, omertà, connivenze, competizione sleale.

Se non ci muoviamo in questo modo l'agroalimentare italiano rischia grosso e potrebbe essere buono solo per chi lo vorrebbe usare come "lavatrice" per la delinquenza organizzata o per frodi/truffe come nel caso del formaggio avariato".

ALIMENTAZIONE. Cia: consumi, il "bio" non è in crisi

L'alimentare tradizionale arranca ma il "bio" non è in crisi e gli acquisti biologici delle famiglie italiane continuano a crescere, con un aumento di più 10% nel 2007 e di più 6% nel primo semestre 2008. Il rischio è invece che le tavole italiane si riempiano di prodotti esteri perché agli acquisti si contrappone una riduzione delle superfici certificate, con un meno 5%, e degli operatori, in calo del 2%.

È quanto sostiene la Cia-Confederazione italiana agricoltori, alla vigilia del Salone internazionale del naturale SANA 2008 che si svolgerà a Bologna e al quale parteciperà con la sua associazione per l'agricoltura biologica Anabio.

Per la Cia il pericolo è che il "bio made in Italy" non risponda alle richieste dei consumatori italiani e dunque che arrivino prodotti dall'estero. La Confederazione, citando dati Ismea/Nielsen, traccia il quadro dei consumi dei prodotti biologici: per quelli confezionati le vendite sono aumentate del 10,2% nel 2007 e del 6% nel primo semestre, per quelli sfusi si segnala un più 5% nel 2007 e un più 4% nel primo semestre 2008.

Nel settore dei prodotti confezionati, commenta la Cia, gli aumenti più evidenti nei consumi si registrano per l'ortofrutta (più 25,2% nel 2007 e più 18,4% nel primo semestre del 2008), per gli alimenti per l'infanzia (più 36,4% e più 17,6%), per la pasta e il riso (più 13% e più 32%), per il pane e i suoi sostituti (più 32,4% nel primo semestre 2008). Dove si compra bio? Il 45% degli acquisti avviene in supermercati e ipermercati, il 26% nei negozi specializzati, il 9% nella vendita diretta e il 20% da parte dei gruppi d'acquisto solidali e nel dettaglio tradizionale.



STAIU N'SUNNANNU

E' u periudu di ferie estivi e mi staiu ripusannu
Pari chi unu è tranquillu, invece mi staiu strissannu
A matina mi suggiu viatu cu pinseri c'annari a piscari
Un motivu pi vaddari l'alba e a iunnata programmari

Sugnu cosi pigghiatu da biddizza du panorama a vaddari
Chi non m'innaccogliu chi sugnu a mari a contemplari
Cuminciunu a passari n'ta me testa un saccu i pinseri
Pensu o me passatu e i rimorsi mi vannu a sconciarli

A famigghia, i figghi mi vaiu mentalmente a ripassari
Ciccannu di capiri quantu cosi n'ta me vita annai a sbagghiari
Mi distrai una picca, picchi a canna da pisca vidu tremuliari
Nu pisci pisciridduzzu vidu n'ta lenza, mi vadda e mi fa rattristari

U mollu subito dill'amu e a mari u vaiu a gghittari
Mi vdda cu n'espressioni fossi mi vulia ringraziari
Iò a vita ci desi è felici u fazzu continuari a campari
Mi veni a tristezza picchi pensu a n'autru cu v' a piscari.

Sugnu felici da decisioni c'annai a pigghiari
L'umanità tutta, sti cosi n'ta vita l'aviria fari
Ma a malvagità e gelosia chi c'è esistente
Ni fa divintari a tutti cattivi e indisponenti.

Mi mettu n'autra vota a pinsari e mi sovveni me figghia
A vidu curriri e sorrideri a che bellu, chi meravigghia
N'autra vota a canna si metti a tremuliari mi suggiu pi tirari
Sta vota sugnu n'cazzatu u pisci pi essiri piscatu putia spittari

Mi fici ritunnari n'autra vota n'ta realtà m ruspigghiu e staiu estasiatu
Diventu n'autra vota cu pinseru e ceccu di capiri si staiu n'sunnannu
Era cosi bellu chi non capia si me figghia era viva e campava
Ora sugnu svegghiu, diventu tristi e capia chi iò n'sunnava.

Pippo Castorina



COUS COUS DI PESCE



INGREDIENTI

500 gr di semola a grana dura
1/2 bicchiere d'olio extravergine
cannella
1 cipolla
4 pomodori maturi
2 spicchi d'aglio
1 ciuffo di prezzemolo
qualche foglia di alloro
del peperoncino
400 gr di cernia
400 gr di aricciola
400 gr di scorfano
300 gr di spatola
e a piacere altri pesci per il brodo

Questo è un piatto di origine araba e di conseguenza durante l'invasione degli arabi (che nella Sicilia occidentale si è avuta una massiccia affluenza) è diventato un piatto tipico del trapanese.

A Trapani, Marsala, Marsara del Vallo, San Vito Lo Capo addirittura ogni anno si fa la sagra del couscous che ottiene sempre un grande successo chiamando gente da tutta Italia e anche dall'estero.

ESECUZIONE:



In un largo recipiente di terracotta a bordi alti (c'è un apposito recipiente che si chiama "maffaradda") versate a poco a poco la semola e con un movimento rotatorio delle dita, bagnate in acqua salata, riducendo la semola in piccolissime palline. Sistemate queste palline piccolissime su un tovagliolo pulito e lasciarle asciugare versandovi sopra qualche goccia d'olio e a piacere un poco di cannella. Se non avete la couscusera va bene anche una pentola con bordi alti e un colapasta d'acciaio comuni.

In un tegame, si fa soffriggere la cipolla tritata finemente, unire i pomodori tagliati finemente (a cui si devono precedentemente togliere i semi) del prezzemolo ed aglio tritati e qualche foglia di

alloro. Lasciate cuocere per 10 minuti quindi aggiungete il pesce tagliato a pezzi (io personalmente lo privo delle lisce). Disposto il pesce sulla salsa, aggiungete almeno due litri d'acqua e portate a cottura il pesce aggiustandolo di sale e di pepe.

Filtrate metà del brodo e versatelo nella pentola a bordi alti dove verrà cucinato il couscous a vapore. La rimanenza del brodo col pesce lasciatelo in caldo.

Sulla pentola a bordi alti dove avete messo il brodo sistemate un colapasta dove sul fondo stenderete un tovagliolo, quindi adagiare sopra il couscous e saldare il colapasta alla pentola con un impasto di farina e acqua avendo cura che non esca vapore.

Quindi sistemate la pentola sul fornello e fate cuocere lentamente per almeno un'ora e mezza.

A cottura ultimata versate il couscous in una zuppiera e versatevi sopra la metà del brodo che avevate lasciato in caldo col pesce. Coprite il tutto con il coperchio e avvolgete la zuppiera con un panno di lana e lasciate riposare il tutto per una mezz'ora in modo che il couscous assorba il brodo.

PRESENTAZIONE

Trascorsi questi trenta minuti, togliete il panno, il coperchio e dividete il couscous in piatti fondi. Prima di servire, infine, versatevi sopra il pesce sminuzzato con la rimanenza del brodo.



Dieta Mediterranea allunga la vita: Ma Italiani Scettici!

di D. S.



Con i consumi di frutta e verdura che si sono ridotti del 20% negli ultimi cinque anni gli italiani, soprattutto tra le giovani generazioni, abbandonano la dieta mediterranea proprio nel

momento in cui arriva la conferma scientifica che riduce la mortalita' per tutte le cause del 9%.

E' quanto afferma la **Coldiretti** nel commentare gli studi pubblicati sul *British Medical Journal* analizzati dal team di *Francesco Sofi*, *nutrizionista dell'Universita' di Firenze* secondo il quale la dieta mediterranea nello specifico riduce del 13% l'incidenza del Parkinson e dell'Alzheimer, del 9%, quella per problemi cardiovascolari e del 6% quella del cancro.

In Italia l'allarme per l'abbandono della dieta mediterranea prosegue anche nel 2008 con un ulteriore calo dei consumi di frutta (- 2,6%), olio di oliva (-2,8%), pane (-2,5%), vino (-0,9%)e verdura (-0,8%), sulla base dei dati Ismea Ac Nielsen relativi al primo semestre.

Pane, pasta, frutta, verdura, olio extravergine e il tradizionale bicchiere di vino consumati a tavola in pasti regolari hanno consentito agli italiani - continua la Coldiretti - di conquistare il record della longevita' con una vita media di 78,6 anni per gli uomini e di 84,1 anni per le donne, nettamente superiore alla media europea.

Ma il futuro e' preoccupante con un terzo dei ragazzi italiani obeso o in sovrappeso proprio per effetto soprattutto del progressivo abbandono dei principi della dieta mediterranea a favore del consumo di cibi grassi e ricchi di zucchero come le bibite gassate.

Secondo un recente studio della Fao negli ultimi 45 anni la famosa dieta mediterranea basata sul consu-

mo di frutta fresca e verdura e' stata abbandonata e dal 1962 al 2002, in 15 paesi europei esaminati, l'apporto calorico giornaliero e' aumentato di circa il 20% passando da 2960 kcal a 3340 kcal.

Ed in Grecia, Spagna, Portogallo, Cipro, Malta ed Italia l'apporto calorico giornaliero e' aumentato del 30%.

La Coldiretti sta realizzando il progetto **'Educazione alla Campagna Amica'** che coinvolge oltre centomila alunni delle scuole elementari e medie in tutta Italia che partecipano ad oltre tremila lezioni in programma nelle fattorie didattiche e agli oltre cinquemila laboratori del gusto organizzati nelle aziende agricole e in classe.

L'obiettivo e' quello di formare dei consumatori consapevoli sui principi della sana alimentazione e della stagionalita' dei prodotti per valorizzare i fondamenti della dieta mediterranea e ricostruire il legame che unisce i prodotti dell' agricoltura con i cibi consumati ogni giorno.



Un impegno che va sostenuto in maniera ferma e costante nel tempo anche sul piano istituzionale dove e' di fondamentale importanza che si concretizzi la procedura, che vede insieme i seguenti paesi dell'Unione Europea: Spagna, Italia, Grecia e Marocco, per chiedere il riconoscimento della dieta mediterranea come patrimonio dell'Unesco".

Alimenti: esperti, con insalate pronte lievitano rischi intossicazioni

di G. A.



Spopolano nei carrelli della spesa, colonizzano le tavole rubando il posto a piedi di lattuga, carote e cetrioli tagliuzzati in casa. Eppure le insalate pronte, sempre più in voga tra i consumatori, sembrano aumentare il rischio di intossicazioni alimentari. Per questo il trend che le vede regine indiscusse dei menu rischia di far lievitare i casi di avvelenamento da cibo, nonostante i buoni propositi che inducono i consumatori a sceglierle negli scaffali dei supermercati. In una conferenza ad Aberdeen, in Scozia, diversi gruppi di ricercatori coordinati da studiosi dell'Imperial College di Londra hanno spiegato come la salmonella può contaminare verdure e insalate attaccando-

si alle foglie con i loro flagelli, ovvero filamenti usati da questi micro-organismi per scivolare sulle superfici. Gadi Frankel, del celebre istituto londinese, ha inoltre aggiunto che il focolaio di salmonellosi registrato in Gran Bretagna lo scorso anno potrebbe essere ricondotto proprio a una partita di insalate in busta. Mentre a provocare il focolaio di *Escherichia coli* del 2006 negli Stati Uniti fu una partita di spinaci confezionati.

"Con l'obiettivo di mangiar sano - ha spiegato Frankel senza troppi giri di parole - le persone sono indotte ad acquistare questi prodotti nei supermercati, oggi come mai in passato. Questo fattore, insieme ad altre componenti come la globalizzazione del mercato alimentare, potrebbe in futuro far schizzare i casi di salmonella ed *E. coli*". L'esperto ha poi tenuto a precisare: "non è detto che poiché questi alimenti sono pre-lavati sono sicuri da mangiare. Si tratta di una scelta individuale - ha infine aggiunto - ma la gente deve essere consapevole, ovvero informata prima di decidere se lavare l'insalata pronta oppure no".

Allarme carne e latte clonati

di V. C.



Latte, formaggi e carne provenienti dalla prole di animali clonati sono già entrati nella catena alimentare statunitense e potrebbero arrivare anche in Europa dove il Parlamento in una dura risoluzione invita a vietare su tutta la linea la clonazione per fini alimentari. Lo rende noto la **Coldiretti** nel sottolineare la necessità di introdurre norme sul commercio internazionale per impedire che questa allucinante realtà arrivi sulle tavole dei consumatori comunitari.

Dopo il via libera della Food and Drug Administration (FDA) di gennaio, il divieto volontario per la vendita di carne e latte è stato mantenuto negli Stati Uniti per gli animali clonati, ma non per la loro prole che allevatori hanno già inviato alla normale macellazione, secondo quanto riportato dal Wall Street Journal che riferisce della diffusa opposizione dei cittadini che hanno inviato ben 150mila lettere di protesta alla FDA. In Europa, dopo il parere ambiguo presentato a fine luglio dall'Agenzia europea per la sicurezza alimentare (EFSA) secondo la quale non ci sono indicazioni che sussistano differenze di sicurezza alimentare per latte e carne di animali clonati e della loro progenie, è particolarmente importante la decisa presa di posizione del Parlamento Europeo. Nel testo della risoluzione si chiede infatti di proibire "la clonazione di animali a scopi di approvvigionamento alimentare", di vietare "l'allevamento di animali clonati o della loro progenie", di interdire "l'immissione in commercio di carne o prodotti latticini ottenuti da animali clonati" e dai loro discendenti e, infine, di vietare anche "l'importazione di carni, latte, derivati, seme ed embrioni di animali clonati".

Dopo oltre undici anni dalla scoperta della pecora Dolly, pubblicata sulla rivista Nature del febbraio 1997, la clonazione riguarda oggi già molti animali da allevamento dalle pecore ai maiali, dai tori ai cavalli, con sperimentazioni effettuate anche in Italia con il toro Galileo, la cavalla Prometea e anche con un muflone selvatico. Se la netta contrarietà dei consumatori americani ha costretto le principali industrie alimentari statunitensi come la Dean Food a impegnarsi formalmente a non utilizzare il latte prodotto da mucche clonate, secondo un sondaggio on line sul sito www.coldiretti.it in Italia una netta maggioranza del 55 per cento ritiene necessario che l'Italia e l'Europa proibiscano sempre la possibilità di vendita di carne, latte e formaggi proveniente da animali clonati e ben il 36 per cento dei rispondenti chiede che l'Italia e l'Europa consentano la vendita di questi alimenti con una etichettatura obbligatoria che permetta ai consumatori di distinguerli.

Solamente l'8 per cento ritiene che la scienza ha dimostrato che questi alimenti sono perfettamente equivalenti agli altri ed è quindi necessario consentirne la vendita senza alcun tipo di indicazione, mentre l'1% non in grado di dare una risposta.

La commercializzazione di carne, latte e formaggi proveniente da animali clonati è un rischio inaccettabile che oltre ad un problema di scelta consapevole da parte dei consumatori e di rispetto della biodiversità pone evidenti perplessità di natura etica che occorre affrontare prima che sia troppo tardi.

DIABETE: 1,5 Milioni di Italiani non sa di averlo

di D. S.



Un milione e mezzo di italiani ha il diabete (di tipo 2) e non lo sa. Questa malattia è diagnosticata nel 5-6% della popolazione italiana, cioè circa 3 milioni di individui, la metà dei quali però non tiene sotto controllo la patologia e si cura male. È questo il quadro emerso nel corso di una conferenza stampa promossa dalla GlaxoSmithKline in vista del congresso europeo di diabetologia, in programma dal 7 settembre a Roma. "Il diabete è una malattia in aumento ed il 2-3% della popolazione può averlo senza che sia stato diagnosticato perché non dà sintomi, tranne quello di urinare molto", ha spiegato Gabriele Perriello, responsabile del centro nutrizione clinica, sezione di medicina interna e scienze endocrine e metaboliche, Dipartimento di medicina interna dell'Università di Perugia. Chi è stato colpito dalla malattia - ha precisato Agostino Consoli, ordinario di endocrinologia all'Università degli studi di Chieti - non avverte disturbi e dolori ma spesso non conosce le complicanze e le conseguenze di una patologia che - ha aggiunto Edoardo Mannucci, del Servizio di Diabetologia dell'Ospedale Careggi di Firenze - è la prima causa di cecità legale e di dialisi. Nel mondo, il diabete è la quinta causa di decessi dopo le infezioni, le malattie cardiovascolari, i tumori e gli incidenti: ciononostante, non viene eseguita un'adeguata prevenzione e gli stessi malati non seguono le necessarie terapie: oltre il 50% dei pazienti diabetici - hanno fatto notare i tre esperti - non raggiunge valori ottimali dell'emoglobina glicata il cui parametro dovrebbe essere mantenuto entro il valore del 7%. La situazione si aggrava in estate, che secondo gli specialisti porta ad una vacanza anche dai farmaci e a qualche eccesso alimentare: le persone affette da diabete dopo le ferie dovrebbero quindi fare un "tagliando", mentre tutti gli individui di età superiore ai 45 anni dovrebbero eseguire periodicamente uno screening, cioè un esame del sangue che controlli il valore della glicemia a digiuno.

Carovita, la crisi dimezza le mance

di A. D.



Salgono i prezzi, calano le mance: l'effetto crisi si fa sentire anche nelle tasche di camerieri, barman e fattorini d'albergo. Il 'piatto' piange, sia sui tavoli dei ristoranti che ai banconi dei bar, per non parlare delle 'reception' degli hotel. Gli italiani, alle prese con l'aumento generalizzato dei prezzi, dagli alimentari alla benzina, dai mutui alle bollette, risparmiano su tutto; ora anche sulle 'elargizioni' per chi serve ai tavolini e al banco o porta le valigie in stanza. "È un disastro - commenta all'ADNKRONOS Filippo Pittalà, presidente della Feprat, la Federazione della ristorazione alberghiera e del turismo - Le mance si sono letteralmente dimezzate, il crollo si può quantificare in media tra il 50% e il 60% con punte anche più alte. È un dato che registriamo in diversi punti di contatto distribuiti per l'Italia: da Venezia a Ischia, dalla Sicilia a Roma. Tutti danno risultati convergenti". Il motivo principale? "È da ricercare anzitutto nell'andamento dei prezzi, specie dopo l'introduzione dell'euro, che ha fatto impennare un po' tutti i listini, sia in bar e ristoranti sia negli alberghi", risponde Pittalà. Effetto prezzi sulle mance, dunque. Ma non solo. "La crisi economica - spiega ancora Pittalà - condiziona anche il numero e la qualificazione professionale degli addetti, con inevitabili ripercussioni sul 'gradimento' dei vari servizi da parte dei clienti". La Feprat osserva che "emerge chiaramente un vero e proprio decadimento professionale del servizio, una scarsa professionalità degli addetti ai reparti. Le aziende sono spinte ad assumere personale precario e a ridurre il numero. E allora, crisi economica e aumento dei prezzi a parte, perché un cliente, dopo aver atteso a lungo di essere servito al tavolo o al bancone, dopo aver ottenuto un servizio mediocre, magari da un ragazzo immigrato e precario che oggi c'è e domani viene mandato via, perché dovrebbe lasciare una 'lauta' mancia? Se va bene, elargisce giusto qualche monetina che fa peso nel portafoglio. Oppure, paga e se ne va". Inoltre, come ricorda Enzo Giordano, fiduciario della Feprat, "un tempo al ristorante o in albergo, il cliente otteneva da camerieri e fattorini anche piccoli favori e accortezze, dall'acquisto del giornale ai consigli sui piatti in menù da ordinare, dalla prenotazione di un locale alla sveglia. Insomma, si sentiva in qualche modo 'coccolato', 'viziato'. Adesso, tutto è automatizzato e il rapporto personale è ridotto ai minimi termini". Un altro aspetto negativo, sul fronte mance, viene infine evidenziato da Pittalà nella "drastica diminuzione del denaro contante. In tutti gli esercizi, oramai, si può pagare con bancomat o carta di credito. Questo sistema di pagamento consente, di fatto, al cliente di 'rifiutare' la mancia senza doversene in qualche modo 'vergognare'. Con il conto si va alla cassa e si regola direttamente, spesso con il proprietario, il pagamento attraverso la card. Non si dà più la banconota al cameriere che torna con il resto, parte del quale restava poi sul piattino". E il 'piatto', appunto, piange...

Play station tossiche e inquinanti

di D. S.



La play station oltre ad alienare le menti dei bambini è pericolosa anche per la salute. Le più note console, secondo gli studi di Greenpeace, contengono sostanze tossiche per lo sviluppo sessuale. Un nuovo rapporto di Greenpeace rivela che tre grandi produttori mondiali di console per videogiochi continuano a utilizzare composti e materiali pericolosi nei loro prodotti. Le tre console sono risultate positive al test sulla presenza di pvc, ftalati, berillio e ritardanti di fiamma a base di bromo. Sul portale di

Greenpeace online il sito <<La battaglia dei videogiochi>> muove tutta una serie di osservazioni per spingere l'industria delle console a diventare più verde. E secondo la nota associazione ambientalista c'è dell'altro. Più console, più rifiuti hi-tech. Le console, infatti, non solo racchiudono sostanze nocive ma contribuiscono anche alle montagne di rifiuti elettronici, un flusso che sta crescendo a ritmi elevatissimi e il cui smaltimento o recupero – molto spesso illegale – mette a rischio l'ambiente e i lavoratori.

E' nato a Canicattì il cono-cannolo

Un bella novità nel campo della gelateria siciliana è arrivata quest'estate da Canicattì, dove due ingegnosi insegnanti hanno inventato il "cono-cannolo". La cosiddetta "buccia del cannolo" (la cialda) ha perso l'aspetto tradizionale perché è stata chiusa da un lato assumendo la forma di un cono, mentre dall'altro lato viene riempita di squisito gelato. Il cono-cannolo può essere anche riempito di ricotta e crema con l'aggiunta di un pezzo di cioccolato, che in questi casi non guasta mai. I due amici, uno insegnante di Religione, l'altro ex insegnante d'Informatica, per evitare spiacevoli sorprese hanno già fatto registrare il brevetto e il marchio della loro invenzione e hanno dato vita ad un'azienda specializzata nella produzione di pasticceria innovativa. I titolari hanno dichiarato che la loro idea è stata apprezzata tanto che sono stati interpellati da varie pasticcerie dell'Italia centro-settentrionale interessate al loro prodotto.

A scuola sempre più bio

I pasti bio in classe sono passati da 896 mila del 2006 a 924 mila nel 2007. In Italia aumentano mense scolastiche e pasti biologici serviti agli studenti. Secondo il Rapporto Bio Bank 2008 presentato alla 38a Mostra Internazionale dell'Alimentazione (Rimini, febbraio 2008) i pasti bio giornalieri sono passati da 896 mila del 2006 a 924 mila nel 2007 per un totale di pasti bio che su base annua sfiora i 185 milioni. La classifica delle regioni per pasti bio vede in testa la Lombardia (203 mila pasti), seguita da Lazio (164 mila) ed Emilia Romagna (112 mila). In tre regioni si concentra, dunque, oltre il 60 per cento dell'offerta nazionale di pasti bio. Dal rapporto tra pasti serviti e popolazione è vincitrice la provincia di Firenze con 4.900 pasti bio ogni 100.000 abitanti. Seguono Roma, Milano, Torino, Livorno, Bologna, Modena, La Spezia, Trieste e Ravenna (3.100 pasti).



Reportage

Conclusa con successo la prima "Estemporanea" di pittura a Castanea



Importante manifestazione, nel ridente villaggio messinese di **Castanea delle Furie**, a pochi chilometri da Messina, situata sui Colli Peloritani. Sabato 31 Agosto 2008 il **C.A.C.S. Pol. Parrocchiale**, in collaborazione con l'Associazione "Turismo Arte Spettacolo", presieduta dall'artista messinese e socio Na.Sa.Ta **Biagio Cardia**, hanno organizzato la prima estemporanea di pittura. Domenico Raffa, coordinatore principale della manifestazione, insieme a **Cristian Miceli, Dino Arena, Antonio Catalano, Gianbattista De Marco**, con il sostegno del parroco del paese **Don Antonio Saya**, hanno inteso riprendere una tradizione che si era persa ormai da oltre dieci anni, con l'intento di lasciare alla memoria opere d'arte che rappresentano luoghi antichi del paese. Inoltre, nei giorni 6-7-8-Settembre, in concomitanza con la Festa ed il pellegrinaggio della Madonna delle Grazie, è stata presentata una collettiva di pittura, con esposizione sulle pareti dell'antico "Vico 4 Novembre". Il pubblico ha potuto ammirare le opere di 20 pittori provenienti da diverse città: E. Boschi (Faenza-Ra.), V. Di Marco (Tr.), P. Lanzafame (Mazzarino-Ci.), D. Fleri (S.Teresa Riva-Me.), Giusi Morchella (S.Teresa Riva-Me), G. Fiumara (Me), S. e C. Costa (Me), E. Caracciolo (Me), F. Gervasi (Me), M. Alessi (Me), G. Martelliti (Me), Tea Luca (Me). Domenica 7 per l'estemporanea sono stati premiati: G. Raffaele (Cz), F. Prestipino (Me), e E. Albano (Me). Durante la manifestazione è stata presentata la proiezione di fotografie realizzate da **Salvo Restivo** e dalla Dott.ssa **Dalila Giacobbe**, sulla flora, fauna e ambiente della nostra terra.

Contaminazione Ogm, Coldiretti: il 60% dei consumatori pronto ad abbandonare



Dal 1° gennaio scatta l'allarme contaminazione Ogm nel biologico e il 60% dei consumatori italiani si dice pronto ad abbandonarlo. E' quanto afferma la Coldiretti che attraverso il suo sito internet ha condotto un sondaggio per verificare le intenzioni dei consumatori se sarà ammessa la contaminazione con organismi geneticamente modificati. Lo riferisce l'Organizzazione in una nota. Il 60% dei consumatori che hanno partecipato al sondaggio dunque sono pronti a dire stop al biologico a tavola se sarà ammessa la contaminazione con organismi geneticamente modificati (Ogm) in percentuale dello 0,9 per cento senza indicazioni in etichetta a partire dal primo gennaio 2009, sulla base di quanto previsto dal regolamento CE 834/2007 relativo alla produzione biologica e all'etichettatura dei prodotti biologici che abroga il regolamento (CEE) n. 2092/91. "Dal punto di vista economico - ha spiegato Coldiretti - tale risultato significherebbe una perdita stimata sul mercato nazionale pari ad oltre un miliardo di euro a seguito del crollo nei consumi di prodotti biologici. Dall'indagine descrittiva emerge peraltro che se oltre il 60% abbandonerà il biologico, ben il 13% diminuirà gli acquisti mentre solo il 14% non cambierà le proprie abitudini e il 13% ne comprerà di più. Per Coldiretti "è urgente predisporre una disciplina che cautelativamente sia destinata a impedire ogni forma di contaminazione attivando un adeguato sistema di controllo dei prodotti di importazione e ristabilisca un clima di fiducia per i cittadini consumatori". "Una garanzia per i consumatori - ha concluso l'Organizzazione - è quella di acquistare prodotti biologici ottenuti nelle campagne italiane dove le coltivazioni sono garantite per l'assenza di contaminazioni ogm a differenza di quanto avviene per i prodotti importati".

Dal 10 al 15 novembre l'Industria Alimentare apre le porte al pubblico

La Federazione dell'Industria Alimentare Italiana festeggia i suoi primi 25 anni di vita con la terza edizione di "Apertamente", un'iniziativa finalizzata a mettere in evidenza l'impegno sociale che nell'ultimo quarto di secolo ha contraddistinto l'operato delle aziende alimentari del nostro Paese. "Apertamente" coinvolgerà un centinaio di qualificate aziende alimentari, dislocate su tutto il territorio nazionale e rappresentative, nonostante le diverse tradizioni e dimensioni, di tutti i comparti che costituiscono il Made in Italy. Tema chiave dell'iniziativa - che si svolgerà all'insegna dello slogan "Gusto Responsabile" - sarà infatti il dialogo con il consumatore in tre aree di forte interesse e di attualità per garantire: sicurezza alimentare; rispetto dell'ambiente e riciclo degli imballaggi; nutrizione e salute. Per presentare l'iniziativa e per analizzare le tendenze macroeconomiche e l'evoluzione della domanda e dell'offerta alimentare dal 1983 ad oggi, Federalimentare incontrerà alle ore 11:00 del prossimo 5 Novembre presso il Tempio di Adriano a Roma i Ministri di riferimento e le Istituzioni competenti, alla presenza degli imprenditori, della stampa e dei rappresentanti delle aziende partecipanti all'evento.

Sicurezza alimentare, gli agriturismi sono i più controllati e danno garanzie



Gli agriturismi sono le strutture di ospitalità e ristorazione più controllate e più sicure in Italia. Lo sottolinea Coldiretti alla luce dei dati delle indagini svolte nel 2007 dal Comando dei Carabinieri per la Tutela della Salute (Nas). E' la conferma che i prodotti enogastronomici offerti agli agrituristi, oltre ad essere a chilometri zero e rispettosi dell'ambiente perché provenienti dal territorio regionale, offrono elevate garanzie di qualità e sicurezza. E' un bel biglietto da visita - commenta Coldiretti regionale - anche per il nuovo progetto di legge regionale sull'agriturismo che verrà presentato domani dall'assessore all'Agricoltura, Tiberio Rabboni, nell'ambito del Sana, il salone del Naturale, che ha preso il via oggi a Bologna. "Il progetto di legge regionale - afferma il presidente di Coldiretti Emilia Romagna, Mauro Tonello - rispetto alla precedente legge, rafforza i legami con il territorio innalzando la quantità minima di prodotti dell'azienda, di prodotti tipici e biologici regionali dal 50 all'80 per cento". Il numero di controlli effettuati dai Nas confermano la grande vigilanza cui vengono sottoposti i 17.500 agriturismi attivi in Italia, smentendo gli attacchi pretestuosi che parlavano di assenza di controlli. Le ispezioni dei carabinieri infatti hanno interessato 702 agriturismi, il 4 per cento del totale. Un numero di controlli molto alto - commenta Coldiretti - se si calcola che le stesse indagini nel settore della ristorazione hanno riguardato 2.065 esercizi (0,8% del totale) su oltre 260 mila ristoranti e alberghi (dati Istat) operanti in Italia. Dai risultati delle indagini risultano che agli agriturismi sono stati contestati 72 infrazioni penali e 410 infrazioni amministrative, contro 389 infrazioni penali e 1.942 infrazioni amministrative contestate ai ristoranti. I casi estremi di chiusura di strutture per motivi di tutela della salute, secondo l'indagine, hanno riguardato 30 agriturismi e 116 ristoranti. "E' il segno - commenta Pontini - di controlli efficienti ed efficaci cui vengono sottoposti con uguale attenzione sia i ristoranti, sia gli agriturismi. Vale la pena sottolineare che questi ultimi per i pasti sono sottoposti ad analoghe normative e quindi uguali regole e parametri della ristorazione. In aggiunta a tutto questo, gli agriturismi sono però più controllati in quanto aziende agricole, in particolare per quanto riguarda la percentuale di prodotti aziendali somministrati nell'agriturismo. Oggi conclude Pontini, sulle aziende agrituristiche vigilano una molteplicità di enti che vanno da Comuni, Comunità Montane e Province, alle Aziende sanitarie (Asl), ai Carabinieri, alla Guardia di Finanza e agli Ispettorati del lavoro". Del resto Coldiretti si è sempre espressa a favore della sicurezza e della trasparenza e proprio per questo, il 9 settembre ha sottoscritto un accordo di collaborazione con il Comando Carabinieri per la tutela della salute per combattere frodi e sofisticazioni e rafforzare la sicurezza alimentare dei cittadini consumatori.



Eurispes: in Italia si fuma meno ma i giovani amano la sigaretta

Forse perché le sigarette adesso costano davvero troppo. O perché le numerose campagne salutiste e la nuova legge hanno fatto centro. La buona notizia è che in Italia si fuma meno rispetto all'anno scorso: i dipendenti dal tabacco sono 560 mila in meno. E se i fumatori incalliti sono 11,2 milioni, quelli che riescono a non accendere più la sigaretta dopo il caffè, ossia gli ex-fumatori, sono già 9,3. Ma la sorpresa la riservano i giovani tra i 15 e i 24 anni: pare infatti che ragazzi e ragazze non riescano a resistere alla tentazione.

E remando contro la tendenza generale, dal 2007 al 2008, in questa fascia d'età si è registrato un preoccupante aumento di nuovi fumatori. Nella maggior parte dei casi, si inizia a fumare prima dei 18 anni.

L'indagine. Sono questi alcuni dei dati emersi dalla ricerca Eurispes, sulla diffusione delle malattie respiratorie nel nostro Paese, svolta in collaborazione con la cattedra di chirurgia toracica dell'Università di Tor Vergata di Roma. I fumatori forti, quelli che non scendono sotto le 20 sigarette al giorno, ma anzi spesso vanno oltre, sono ancora tantissimi. Il dato è preoccupante per i rischi derivanti per la loro salute: sono il 7,48% in media, con un picco del 9,86% nelle isole e un minimo del 5,72% nel nord-ovest.

Il fumo rappresenta la prima causa mondiale di malattia e provoca ogni anno 5,4 milioni di morti nel mondo (secondo i dati Ossfad, 2008). Il 90% dei tumori polmonari si sviluppa, infatti, tra i fumatori. Gli altri fattori.

L'indagine colloca al secondo posto dei fattori di rischio per le malattie respiratorie l'esposizione (professionale) a sostanze nocive, come quelle chimiche, le polveri e i fumi.

In Italia le persone di 15 anni e più che soffrono di malattie croniche dell'apparato respiratorio sono numerose soprattutto nel settore agricolo. Le malattie professionali dell'apparato respiratorio denunciate all'Inail nel 2007 sono state 1.461 nell'industria e servizi e 94 nel settore dell'agricoltura (in aumento rispetto alle 65 del 2003).

Inquinamento e alimentazione. Forte è anche l'influenza dell'inquinamento atmosferico: le stime fornite dall'Apat relativamente alle emissioni di inquinanti in atmosfera evidenziano un costante aumento delle emissioni di anidride carbonica.

Il rischio di sviluppare malattie respiratorie croniche di tipo ostruttivo sembra legato anche ad un'alimentazione povera di sostanze antiossidanti (contenute in frutta e verdura) e all'abuso di alcool. Queste patologie risultano in molti casi associate ad altre patologie, come l'obesità, a scompenso cardiaco almeno nel 20% dei casi, a osteoporosi nel 70%, a sindrome metabolica nel 50%.



L'emergenza fumo.

Le malattie respiratorie sono un'emergenza sottovalutata.

Ogni anno in Europa si spendono 100 miliardi di euro all'anno per queste patologie e nel 2006 in Italia sono morte 35.427 persone per questo tipo di malattie.

Come se non bastasse sono oggi fra le principali cause di mortalità a livello mondiale.

La loro incidenza è in continuo aumento: l'Oms calcola che nel 2020 queste patologie rappresenteranno la terza causa di morte nel mondo.



Eventi

Grande successo dell'Associazione "Na.Sa.Ta - I Sapori del Mio Sud", e del suo Presidente, Domenico Saccà, alla "Notte delle Stelle", importante manifestazione sportiva ideata dalla Associazione "Progetto per la Sicilia" e coordinata dall'Ing. **Giuseppe Muscarà**, tenutasi giorno 14 Agosto in occasione della Fiera Internazionale di Messina. Dopo gli avvincenti incontri di pugilato che hanno avuto tra protagonisti anche il messinese **Alfredo Natoli**, si



sono potuti degustare prodotti tipici locali nel ricco buffet curato da "Na.Sa.Ta". Formaggi, salumi, uova, olive, ricotta al forno, melanzane sott'olio, pane casereccio e tante altre delizie hanno allietato il palato delle centinaia di persone che si sono trattenuti dopo questo importante evento di sport. La presenza di "Na. Sa.Ta" ha sottolineato l'importanza di una alimentazione genuina e tipica nella vita di ogni persona, ed in particolare degli sportivi che dedicano alla salute del corpo un'attenzione costante. **Mangiar sano e fare attività sportiva**, ha dichiarato il Presidente Saccà, **sono i due segreti per migliorare la qualità della vita.**

Pillole di Saggezza

Una felicità così semplice che passerebbe per noia agli occhi di gente più difficile; passeggiate nei boschi, ore di lettura e di chiacchiere.

Julien Green

Non lotterò mai per dei principi. Ho un'idea talmente pessimista della società!

Francois Truffaut

L'unica ricompensa è far bene il proprio mestiere.

Ernest Hemingway

Chi sopporterebbe la moglie con tutte le perfezioni.

Giovenale

Si vive una sola volta. E qualcuno neppure una.

Woody Allen

Il male non cresce mai così bene come quando ha un ideale davanti a sé.

Karl Kraus

Uno alto da solo è uno scherzo di natura ma in due è una razza superiore.

Pier Vittorio Tondelli

La debolezza ha sempre rappresentato una tentazione ad usare la forza.

Henry Kissinger



Gli uomini che meglio riescono a stare con le donne sono gli stessi che sanno stare benissimo senza.

Charles Baudelaire

Se un'idea è più moderna di un'altra è segno che non sono immortali nell'una e nell'altra.

Carlo Emilio Gadda

Una strana parola che tocchi il cuore fa più effetto di molti schiaffi.

Dal "Talmud"

A vent'anni l'uomo pensa solo ad amare, a ottanta ama solo pensare.

Henry Bergson

La fantasia si può paragonare al sogno di Adamo: Adamo si destò, e scoprì che era verità.

John Keats

Esperienza: un regalo utile che non serve a niente.

Jules Renard

A chi tende a far del male non mancheranno mai occasioni.

Publilio Sirio

I governi che deliberano agiscono poco.

Honorè de Balzac

Mandi a te fortuna, il buon Dio, fanciullo, perché il sapere poco ti basta.

Proverbio Spagnolo