

TABULA

RIVISTA DI ATTUALITÀ, CULTURA GENERALE E INFORMAZIONE IMMOBILIARE

Anno III - Numero 5 - Gennaio/Giugno 2021





SEMPLICITA' E CHIAREZZA

La massima trasparenza dell'amministrazione condominiale viene garantita attraverso procedure certificate: conto corrente intestato al Condominio, home-banking, pagamenti a mezzo MAV, rintracciabilità dei bonifici e delle fatture, bilanci elaborati con la partita doppia. Inoltre è possibile, accedendo all'Area Documenti, la visione di tutti i documenti riguardanti la gestione condominiale.



GARANZIA DELLA CONTINUITA' DEL SERVIZIO

Una funzionale struttura operativa permette a StudioZENITH di erogare con continuità e qualità il servizio nell'arco delle 24 ore e in tutti i giorni dell'anno.



PROFESSIONISTI A 360°

StudioZENITH, si avvale del servizio di professionisti specializzati in materia di manutenzioni, progetti, normative di sicurezza (leggi 81/08, 37/08, certificati di prevenzione incendi, certificazione energetica, ecc), tutelando il condominio nel rispettare le normative vigenti e garantendone nel tempo il mantenimento del valore.

Studio ZENITH, dal 1996, amministra immobili, gestisce patrimoni immobiliari e assiste i propri clienti in tutte le situazioni e le problematiche che riguardano le proprietà immobiliari.



PROFESSIONALITÀ' DEDICATA

StudioZENITH affianca all'Amministratore un referente di Condominio professionalmente formato per risolvere ogni evenienza.



TEMPESTIVITA' NELLA GESTIONE DEI SINISTRI

In caso di sinistri l'intervento è tempestivo, in contemporanea vengono attivate le relative pratiche assicurative, di cui viene seguito costantemente l'iter al fine di ottenere, in tempi brevi, i dovuti rimborsi dei danni.



SERVIZIO DI CONSULENZA LEGALE

Nel corso della settimana, presso la Sede di StudioZENITH, e' presente un legale, a disposizione dei Condomini (previo appuntamento) per fornire pareri verbali.



CONVENIENZA DI UN PARCO FORNITORI SELEZIONATO

StudioZENITH, grazie alla conoscenza di un elevato numero di fornitori tecnicamente preparati e collaudati da tempo, e' in grado di esercitare un forte potere contrattuale, ottenendo sempre la soluzione migliore, anche in termini economici.



di **ANTONIO PARUOLO**

Direttore della Rivista TABULA

“Anno nuovo vita nuova!” C’è stato un tempo in cui questo modo di dire aveva una sua logica ed era anche motivo di sprone per le persone.

In questo momento storico della nostra vita, invece, risulta quasi strano anche solo pensarlo, perché questo 2021 non sembra affatto diverso dal 2020 che lo ha preceduto.

Eppure io credo che ci sia uno spazio mentale che ognuno di noi può ritagliarsi, per riuscire a donarsi una prospettiva diversa.

L’immagine scelta per la copertina è quasi una reminiscenza Felliniana e vuole essere un augurio a tutti noi: quello di recuperare la speranza, la voglia di sognare...

Nel decidere gli articoli di questo nuovo numero di TABULA ho chiesto alla Redazione di dare spazio agli argomenti più diversi, proprio per cercare di dare stimoli nuovi a tutti i nostri lettori.

Ecco perché c’è un articolo per chi ama i gatti, ma c’è anche un articolo che parla dell’importanza che ha l’alimentazione; abbiamo dato spazio, ancora una volta, alle auto elettriche perché ormai sembra proprio che stiano per soppiantare quelle con i motori a combustione interna; c’è un articolo sulle mascherine, che sono diventate quasi un capo di abbigliamento obbligatorio, ma c’è anche un articolo sui cosmetici che, comunque, restano ancora un piccolo regalo che le signore si possono concedere; ci sono infine gli approfondimenti su una tematica che è ormai sulla bocca di tutti: il 110%!

Sono certo che tutto questo impegno che, ancora una volta abbiamo profuso per realizzare questo numero della rivista, possa consentire di fare cultura oltre che informazione.

In un mondo sempre più digitale sono convinto che tenere in mano e sfogliare una rivista sia un piacere che ci si debba ancora regalare e mi auguro che tra le pagine di questo nuovo numero di TABULA ci sia veramente l’articolo giusto per ogni persona, quello che porta a pensare: chi l’avrebbe mai detto?

Per mia personale esperienza so che questa domanda è sempre la conseguenza di una consapevolezza presa, di una certezza raggiunta, di una piacevole scoperta fatta, insomma un’intima soddisfazione derivante da un gesto, che non va mai dato per scontato: aver deciso di dedicare un po’ del proprio tempo alla lettura. ■

TABULA

SOMMARIO

EDITORIALE 01 <i>di Antonio Paruolo</i>	MATTONE SU MATTONE 12 SIAMO ARRIVATI A QUOTA 110 <i>di Marilena Martignoni</i>	SUPERBONUS SÌ! SUPERBONUS NO! 22 <i>di Maurizio Bottaini</i>
LA GIOVANE E LA VECCHIA 03 <i>a cura della Redazione</i>	LO STILE DI VITA COME PRIMA PREVENZIONE 14 <i>di Daniele Draga'</i>	IL GALATEO DELLE MASCHERINE 24 <i>a cura della Redazione</i>
IL GATTO E LA SUA, O LA NOSTRA, CASA? 04 <i>di Giulia Bompadre</i>	LE AUTO ELETTRICHE SONO SILENZIOSE, MA NON SOLO 16 <i>a cura della Redazione</i>	CHI FA DEL BENE NON SE LO ASPETTI, ANZI... 26 <i>a cura della Redazione</i>
IL WELFARE QUESTO SCONOSCIUTO 06 <i>di Giovanna Rappini</i>	IL PRESENTE E' IL POSTO GIUSTO DA CUI PARTIRE 18 <i>di Pier Luigi lafelice</i>	RESTIAMO IN CON-TATTO 28 <i>di Beatrice Bonucchi</i>
PERCHE' CI PROFUMIAMO? 08 <i>di Vittorio Venturi</i>	TRESIGALLO LA CITTA' METAFISICA 20 <i>di Davide Brugnatti</i>	APRITI SESAMO! 30 <i>di Massimiliano Pellizzeri</i>
LA SALVAGUARDIA DEI NOSTRI DATI PERSONALI 10 <i>di Domenica Gottardi</i>		L'IMPORTANZA DELLA LIBERTA' 32

RIVISTA DI ATTUALITA' CULTURA GENERALE E INFORMAZIONE IMMOBILIARE:

Professione esercitata ai sensi della legge 14 gennaio 2013, n.4 (G.U. n.22 del 26-1-2013)

Registrazione al Tribunale di Bologna N. 8495 del 3 agosto 2018

Periodico di ISE s.r.l. - Via Cadriano, 47 - 40057 Granarolo dell'Emilia Bologna Anno III - Numero 5 - Gennaio/Giugno 2021

Direttore responsabile: Antonio Paruolo

Grafica e impaginazione: Visual Project Soc. Coop - Zola Predosa (BO)

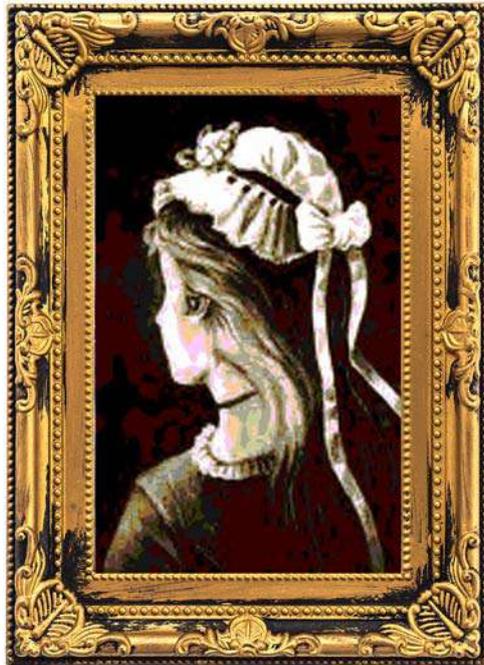
Stampa: Visual Project Soc. Coop - Zola Predosa (BO)

Giornale stampato in 10.000 copie - Distribuzione gratuita

Per informazioni: ISE s.r.l. Tel. 051.765105 - info@iseagenzia.com

LA FOTO DI COPERTINA E' STATA REALIZZATA DA GIANLUCA POLLINI

LA GIOVANE E LA VECCHIA



L'immagine racchiusa nel quadro rappresenta uno dei test più conosciuti al mondo.

Il test fu messo a punto dallo psicologo americano Edwin Garrigues Boring, tale test ottiene il suo effetto costringendo chi guarda l'immagine a dover percepire una figura che risulta però come fluttuante tra due immagini nettamente contrastanti tra loro.

C'è chi vede una graziosa ragazza e chi, invece, vede solo una brutta e vecchia strega... e, infine c'è chi riesce a vederle entrambe.

Sarebbe fin troppo semplicistico, affermare che chi vede la giovane ragazza sia una persona tendenzialmente ottimista, mentre chi vede solo la vecchia sia più propenso ai pensieri pessimistici ed invece chi le vede entrambe sia una persona più disponibile ai cambiamenti. La considerazione importante da fare è che il nostro cervello tende facilmente a voler vedere ciò che crede che ci sia, piuttosto di quello che realmente c'è.

Questi inganni, che può subire il cervello, si definiscono illusioni ottiche e tenerne conto può essere importante quando si pensa di aver ragione sulla base di un proprio punto di vista che non è detto che sia lo stesso dell'altra persona.

Tale ambiguità in questo caso deriva dall'accurata disposizione dei tratti del disegno che entrano in gioco nei due diversi contesti visivi; la "lettura" delle linee del disegno cambia a seconda del modo in cui i nostri occhi osservano la figura.

Ad esempio, spostando lo sguardo verso il basso, partendo dalla guancia e dalla mascella della giovane, le stesse linee si trasformano nel grosso naso adunco della vecchia; allo stesso modo il nastrino al collo della giovane diventa la bocca della vecchia.

Il disegno della "giovane-vecchia" implica un capovolgimento nel rapporto figura-sfondo: in ogni momento soltanto un'immagine può essere "figura" dominante, mentre il resto appare come sfondo. E, nonostante lo spostamento degli occhi faciliti tale inversione, esso è del tutto superfluo, infatti basta fissare direttamente l'immagine ed essa si capovolge spontaneamente.

IL GATTO E LA SUA, O NOSTRA, CASA?

GIULIA BOMPADRE

Medico veterinario comportamentalista
giulia.bompadre@gmail.com
+39 339 1735250

La scelta di adottare, come compagni di vita familiare, una coppia di gatti è sempre più frequente da parte di chi abita in appartamento, perché l'essere in due consente loro di poter comunicare tra simili ed essere quindi maggiormente in equilibrio.

I gatti domestici, infatti, sono animali relazionali, capaci di adattarsi a vivere anche in ambienti chiusi (appartamenti e monolocali) purché siano rispettate le loro necessità etologiche.

Quando questo non avviene,

il gatto inizia a manifestare il proprio disagio attraverso disturbi comportamentali, e questo può succedere anche dopo lunghi periodi di apparente serena convivenza con il proprietario.

Uno dei più gravi disturbi del comportamento consiste nella marcatura urinaria (spray marking) un comportamento disadattativo sintomo di stress che comporta l'emissione di piccole gocce di urina sulle superfici domestiche (muri, arredi, vetri, piani cottura, sanitari, porte) accompagnate da un odore sgradevole e persistente nell'ambiente.

Neppure l'intervento di sterilizzazione del gatto, sia maschio sia femmina, previene il problema della marcatura urinaria da stress, nonostante questa pratica chirurgica sia di primaria importanza per il suo benessere psicofisico.

Pertanto, al fine di evitare questo ed altri comportamenti, sia patologici sia semplicemente indesiderati, occorre che il proprietario conosca quali sono le necessità etologiche dei gatti d'appartamento.

Uno degli errori più comuni commessi dai proprietari, ad esempio, consiste nel razionare il cibo, prevedendo uno o due pasti nel corso della giornata; in questo modo il gatto potrebbe rimanere senza cibo a disposizione per una buona parte della giornata, se non addirittura, per tutto il giorno, quando il proprietario va al lavoro e il gatto rimane da solo in casa.

Nel suo habitat naturale il gatto si alimenta moltissime volte durante l'arco della giornata ed anche alla notte, ecco perché mal sopporta lunghi periodi di digiuno. Qualora





ci siano problemi di sovrappeso è bene aumentare l'attività fisica del gatto che vive in appartamento facendolo giocare con giochi idonei in base alla sua età e al suo stato fisico, anziché privarlo della possibilità di accedere alle fonti di cibo in modo continuativo (alimentazione ad libitum) sia di giorno che di notte.

Un altro errore commesso da moltissimi proprietari è quello di non fornire al gatto strutture idonee sulle quali potersi arrampicare. In commercio ne esistono di moltissimi tipi, ed occorre saper scegliere il modello adatto in base all'età e il peso del proprio micio. Possono essere dei semplici tira-graffi o intere pareti attrezzate a mo' di palestra verticale, e devono permettere ad un gatto adulto di raggiungere altezze in genere superiori ai 180 centimetri affinché possa mettere in atto due comportamenti fondamentali per il suo benessere: lo scratching verticale e l'osservazione dall'alto.

Questi utilissimi attrezzi, che vengono anche commercializzati col nome di arricchimenti ambientali, oltre ad essere necessari per il suo benessere, evitano che il gatto arrechi danni agli arredi (mobili, divani, testate del letto e stipiti delle porte).

Una necessità fondamentale dei gatti d'appartamento, al pari del cibo e delle palestre/tira-graffi,

è quella di potersi sottrarre alla vista nascondendosi in luoghi alti e per lui sicuri. A tal fine sono sufficienti delle banali scatole di cartone, opportunamente modificate e trasformate in tane, e sistemate in maniera sicura al di sopra di armadi, pensili, mobili e librerie, avendo cura che le vie di accesso alle tane siano facilmente accessibili al gatto e consone per le persone (evitando che il gatto, per arrivare alla tana, sia costretto a percorrere spazi della casa dove per motivi di igiene, sicurezza, o per la presenza di oggetti delicati, non si vuole che il nostro felino possa accedere).

La tana come luogo sicuro in cui rifugiarsi e le postazioni alte, necessarie per osservare dall'alto sia verso l'interno, sia verso l'esterno dell'appartamento attraverso le vetrate, sono quindi molto importanti per l'equilibrio del gatto.

Un problema che spesso induce molti proprietari di appartamenti, specie se privi di balcone, a non adottare un gatto è quello di dover mettere la lettiera in casa. A tal proposito è bene sapere che in genere i gatti hanno necessità di avere due lettiere distinte per l'emissione di urine e di feci; occorre poi che almeno una delle due lettiere sia sistemata in casa in un punto in cui il gatto possa avere libero accesso e tutta la "privacy" necessaria: impegnare

un minimo di spazio a favore delle lettiere evita al gatto di procurare un danno, talvolta insanabile, ai pavimenti e alle altre zone della casa da lui altrimenti "prescelte".

Le necessità etologiche dei gatti d'appartamento sopra elencate sono tipiche della specie felina. Tuttavia esistono anche necessità etologiche più specifiche correlate alle varie razze oppure al loro ambiente di nascita. A questo proposito è bene evitare di inserire un gatto nato in ambiente silvestre o agreste (bosco oppure campagna) in un appartamento privo di accesso ad aree verdi esterne in sicurezza. ■

contatti

Dr.ssa Giulia Bompadre, Ph.D, M.Sc.
Medico Veterinario

Esperto in comportamento animale (FNOVI)
Albo N.1593 BO

Esperto in interventi assistiti con gli animali
Albo N. E-3099 Id. 4324

☎ +39.339.1735250



IL WELFARE QUESTO SCONOSCIUTO



GIOVANNA RAPPINI

Titolare Aquerò S.r.l.
g.rappini@aquero-research.it

Sono alcuni anni che ne sentiamo parlare, soprattutto ai TG e nei dibattiti giornalistici televisivi. Ma quanti sanno o hanno compreso cosa sia il Welfare?

Vediamo internet cosa ci dice: Abbreviazione di *welfare state*.

Ministero del Welfare, nel linguaggio politico e giornalistico, denominazione del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali.

ESTENSIONE Qualsiasi iniziativa diretta a garantire la sicurezza e il benessere dei cittadini, specie dei lavoratori.

Origine Propr. “benessere” •sec. XX.

Quindi “benessere nel mondo del lavoro”.

Trovare una definizione generale e compiuta di welfare aziendale non è semplice, tant'è che nell'ordinamento non ne esiste una univoca. In generale, però, con il termine welfare aziendale s'intende l'insieme delle iniziative di natura contrattuale o unilaterale da parte del datore, volte a incrementare il benessere del lavoratore e della sua famiglia attraverso una diversa ripartizione della retribuzione, che può consistere sia in benefit attraverso rimborsi, sia nella fornitura diretta di servizi, o in un mix delle due soluzioni.

Inoltre buone politiche di welfa-

re contribuiscono a un migliore clima aziendale, ma soprattutto favoriscono il benessere mentale e fisico dei dipendenti che di conseguenza riusciranno a essere più efficienti. La cosa interessante è che saranno anche più motivati, perché si sentono sostenuti dall'azienda nel quotidiano, non solo in ambito lavorativo.

Fra l'altro se i dipendenti si sentono bene in azienda sono anche i primi a parlare bene dei datori di lavoro, quindi ci possono essere ricadute positive anche in termini di immagine del datore di lavoro e qui si inizia a parlare di cultura d'azienda. Serve a far sentire i dipendenti parte di qualcosa. Serve a dare loro una motivazione più forte a fare bene il proprio lavoro. E anche saperla comunicare è importante. Spesso una cosa che manca è proprio la trasmissione dei valori, il coinvolgimento dei dipendenti su quanto accade in azienda. L'unione, la famiglia lavoro, l'obiettivo comune.

Questa è la bellissima teoria.

Ma la pratica?

Quanti hanno compreso che aria tira in Italia nel mercato del lavoro? Che tipo di rapporto domina la relazione azienda dipendente?

Cosa si deve fare per creare benessere nel lavoro e cosa invece avviene concretamente?

Diciamo che gli esempi positivi di welfare (benessere) applicato





ai lavoratori dalle aziende italiane sono più che scarni, ammesso sia consentito dalla grammatica occorrerebbe usare il termine “scarnissimi”. I casi eccellenti presi ad esempio, riportati in letterature specializzate e che vengono studiati nelle università, penso proprio non superino la decina in un panorama di circa 4 milioni di attività imprenditoriali in essere, ossia multinazionali, nazionali, piccole e medie imprese regionali e locali.

Cosa troviamo nella pratica? Troviamo realtà aziendali che fuoriscio un dipendente, non lo sostituiscono, ma suddividono il carico di lavoro di quel dipendente sui colleghi rimasti.

Troviamo realtà che applicano un clima di terrore, che fanno mobbing, che impongono il volere del management o dell'imprenditore sui lavoratori, esattamente come avveniva ai tempi dei servi della gleba.

E ancora troviamo persone in esaurimento psicofisico, alienate dalle condizioni ambientali in cui operano.

Grandi insegne della Grande Distribuzione Organizzata che non dispongono di acqua calda nei bagni dei dipendenti e che ricavano uffici in spazi angusti senza neppure una finestra. Turni di lavoro massacranti che non tengono conto delle forze fisiche del dipendente. Piccole aziende di imprenditori

privati, che si muovono in su e che dispongono di barca per i fine settimana, che lesinano l'acqua da bere ai propri collaboratori ritenendo opportuno farli abbeverare al rubinetto della toilette.

Permessi negati per visite mediche, ferie negate o imposte in periodi improbabili.

Qualche anno fa un candidato di una azienda chimica padronale mi raccontò che il proprio imprenditore, dopo una lunga trattativa sindacale, si convinse a riconoscere i buoni pasto ai proprio dipendenti. L'importo scelto era di € 1,50. Saputo l'importo, un sindacalista gli disse: “...ma in questo modo non riescono a comprarsi neppure un panino!” L'imprenditore rispose: “Come no, ce la fanno sicuramente!”, intendendo l'acquisto di un panino vuoto dal panettiere.

Negli ultimi 16 anni si è fatto un enorme balzo all'indietro cancellando o impoverendo quei diritti dei lavoratori acquisiti in decenni di trattative e lotte sindacali avvenute dagli anni '50 ai '90, di cui le nuove generazioni nulla sanno.

Oggi abbiamo una disoccupazione giovanile di poco inferiore al 30% e una disoccupazione generale del 10% e questi dati sono spuri poiché tengono conto di occupazioni interinali, brevi e brevissime. Chi ha un contratto di lavoro di tre mesi all'anno è calcolato come occupa-

to, quindi di fatto le percentuali sarebbero superiori.

Cosa ha di Welfare un Paese così? La risposta è, purtroppo, niente!!

Probabilmente il welfare è quella bella teoria che aleggia nel suo bel ministero di Roma, praticata (ammesso che lo sia) da chi non fa impresa e neppure fa il dipendente.

L'umanità sembra essere stata dimenticata da qualche parte a favore dell'interesse a risparmiare sulla pelle altrui, speculare, sfruttare, imporre, comandare, vessare. Esattamente il contrario di welfare. ■

contatti



AQUERÒ S.r.l.
ricerca e selezione
del personale per aziende

Milano
via Melchiorre Gioia, 75
www.aquero-research.it

PERCHÉ CI PROFUMIAMO?



VITTORIO VENTURI

Cosmetologo
vittorioventuri54@gmail.com

Un'indagine flash fatta da operatori del settore ha rilevato che da fine febbraio a fine giugno 2020, cioè in piena emergenza Covid 19, le vendite dei profumi non hanno subito grandi flessioni. L'unica differenza sostanziale è l'aumento delle vendite online. È un dato sorprendente che sembra mettere in discussione l'etichetta di bene superfluo attribuita al profumo. Da cosa deriva tanta affezione dei consumatori?

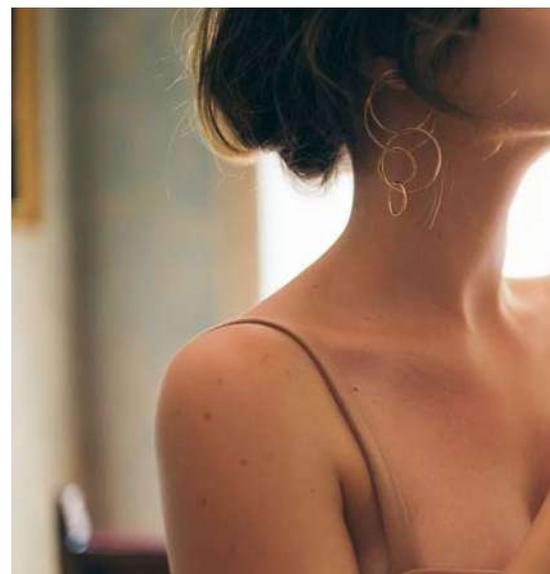
Per provare a dare una risposta dobbiamo partire da lontano. Nella storia dell'umanità il profumo ha avuto ruoli importanti passando da quello di offerta alle divinità fino a quello di copertura dei cattivi odori corporei e di potente arma di seduzione. La parola profumo deriva dal latino "per fumum" cioè "attraverso il fumo", e indicava il piacevole odore emanato dalla combustione delle resine bruciate per ingraziarsi gli dei. Uso che si è mantenuto fino a oggi se pensiamo al rassicurante profumo di incenso diffuso nelle chiese. Per gli antichi il valore delle resine profumate raggiungeva quello dell'oro, come testimoniato dai doni che i Re Magi portarono a Gesù. Ma la realizzazione del profumo per la persona come lo intendiamo noi è stato reso possibile solo dalle modifiche a uno strumento particolare, l'alambicco, da parte del medico persiano Avicenna (980-1037), che scoprì il sistema di distillazione a vapore, tecnica usata ancora oggi per la produzione di oli essenziali.



Va ricordato che se per la cultura araba il profumo era legato alla gioia di vivere ed era simbolo di opulenza, in occidente ci vollero secoli prima che venisse accettato allo stesso modo.

La svolta avvenne nel '700. La Parigi dell'epoca puzzava incredibilmente come ci racconta Patrick Süskind nel suo celebre romanzo *Il Profumo*. La nauseabonda atmosfera ambientale era dovuta ai solventi delle concerie, al sangue rappreso delle macellerie e a tutte le attività che si svolgevano per strada a cui corrispondeva il cattivo odore delle persone. La nobiltà, per distinguersi dal popolo, iniziò a mascherare l'odore dovuto alla scarsa igiene con fragranze di ogni tipo. Il primo profumo in soluzione alcolica però, fu preparato molto tempo prima, intorno al 1370 da un monaco, per la regina Elisabetta di Ungheria che, a settanta anni compiuti, si vantò di aver conquistato il re di Polonia grazie a quel preparato.

L'attrazione sessuale tramite l'o-





dore ha radici antiche e costituisce l'approccio antropologico all'esigenza di profumarsi. L'olfatto influiva nella scelta del partner milioni di anni fa, ma oggi è certamente meno determinante. Secondo gli antropologi le cose cambiarono già quando i nostri antenati conquistarono la posizione eretta e l'olfatto divenne meno importante, soppiantato dalla vista e dall'udito, indispensabili per sopravvivere nella savana.

Un risposta più razionale al bisogno di profumarsi è legata al rifiuto degli odori corporei. È l'approccio culturale che prelude al concetto di "accettazione sociale" tipico della civiltà moderna, dove l'odore del proprio corpo va eliminato perché disdicevole. Atteggiamento ereditato dal '700 quando la scarsa igiene personale portò i nobili a utilizzare fragranze raffinate per distinguersi dal popolo maleodorante. Luigi XIV, il re Sole, era profumatissimo e così pure il successore e le sue amanti.

L'approccio culturale è costituito

da consuetudini acquisite collettivamente, ma è anche legato ad una caratteristica individuale legata al nostro sistema nervoso: la memoria olfattiva. Già intorno ai 6 mesi di vita, con lo svezzamento associamo i profumi ai cibi e pare che uno dei motivi per cui le generazioni nate nel dopoguerra e svezzate con biscotti aromatizzati alla vanillina abbia orientato le loro scelte da adulti su profumi contenenti l'aroma di vaniglia. Una specie di memoria olfattiva collettiva inconscia. La memoria olfattiva individuale ci porta invece a ricordare eventi del passato associandoli ad un determinato odore: è la cosiddetta sindrome di Proust dal nome dello scrittore Marcel Proust che per primo descrisse un evento simile

La risposta più attuale alle motivazioni che inducono ad usare un profumo è però l'approccio edonistico, figlio dell'ossessione per l'apparenza della società occidentale odierna. Il profumo oggi viene scelto non più solo per la fragran-

za, ma anche per quello che rappresenta, e i marchi legati al lusso, in primis quelli dell'alta moda, unendo il loro nome a quello di intere linee di fragranze, hanno accresciuto il mito del profumo come status symbol. Oggi la marca ha una grande influenza nella scelta di un profumo, offrendo garanzie di qualità e prestigio. Alla fine del secolo scorso un nuovo fenomeno si è manifestato nel mondo della profumeria con l'apparire delle cosiddette fragranze di nicchia, vere creazioni artistiche di grandi maestri profumieri, i cosiddetti "nasi", non legate a marchi del mondo del lusso e destinate a soddisfare le esigenze olfattive degli appassionati. In questo modo il profumo è stato consacrato a forma di espressione artistica.

In conclusione la risposta alla domanda "perché ci profumiamo?" è legata a un mix di seduzione, cultura ed edonismo che arricchisce la nostra vita. ■



LA SALVAGUARDIA DEI NOSTRI DATI PERSONALI



DOMENICA GOTTARDI

*Privacy Manager
Privacydpo@aka4u.com*

In tanti dicono che i dati sono il petrolio del terzo millennio ed è vero perché i grandi della rete (come Amazon, Google, Facebook) sapendo i gusti delle persone, cosa comprano o meglio cosa vorrebbero comprare, cosa cercano su internet, le possono “consigliare” su quali prodotti acquistare, quali viaggi fare, anche quali persone frequentare, con i suggerimenti di amicizia.

I dati personali hanno un valore enorme e le persone senza rendersene conto li concedono gratuitamente... proprio così, spesso le persone danno libero accesso ai loro dati, fanno conoscere le loro preferenze anche quelle più intime, quelle che magari neppure un amico o il partner conosce, e senza chiedere nulla in cambio!

Noi crediamo di ottenere un vantaggio scaricando un'app

gratuita che, in realtà non è proprio così gratuita perché in cambio ci chiedono accesso ai contatti, alle mail, ai nostri profili social, alle foto; insomma possono guardare nei nostri smartphone, nei nostri computer, nei nostri tablet e possono prendere tutte le informazioni che ci trovano dentro.

Ma noi siamo contenti di avere un'app che ci fa vedere come saremo da vecchi, oppure un'app che ci fa parlare di noi con piccole storie e brevi filmati.

E grazie a queste app addirittura abbiamo dei followers: ossia “persone” che, apparentemente, ci apprezzano, ci seguono per quello che noi facciamo vedere di noi.

Ma non sono persone reali! Sono profili che possono anche essere falsi, creati ad arte per comportarsi, a volte, nei modi più strani. Per fortuna talvolta accade che un'amicizia in rete si trasformi

in un'amicizia nella vita reale, che un incontro su meetic porti alla conoscenza di una bella persona che poi diventa anche il proprio partner, succede per fortuna anche questo.

Quello che i giganti della rete dovrebbero fare è proteggere i nostri dati personali, non usarli a loro beneficio e invece loro ci rassicurano che adottano i principi del GDPR lo scrivono in privacy policy chilometriche, spesso illeggibili perché scritte in legalese, o che rimandano a link, ma quando si apre la pagina ti trovi davanti un dinosauro che ti dice che la pagina è inesistente; inesistente come la conoscenza dei nostri diritti.

Abbiamo il diritto di non accettare che i nostri dati vengano forniti a terzi.

Altra situazione molto delicata è quella dei sondaggi, sia quelli che pagano in euro, sia quelli che pagano in buoni acquisto; gli organizzatori tempestano di domande, mostrano confezioni con slogan diversi, combinazioni di marchi e parole e chiedono alle persone coinvolte nel sondaggio cosa ne pensano.

Prima però devi essere catalogato: sei uomo oppure donna, quanti anni hai, in che regione vivi, qual è il tuo reddito; sono tutte informazioni utili a personalizzare il prodotto a renderlo più adatto a certe fasce di età.

Poi ci sono i sondaggi in cui si inizia a rispondere a tutto ciò che chiedono e ad un certo punto ci viene detto che non si hanno le caratteristiche per completare il sondaggio, e ne viene proposto un altro (più adatto al profilo della persona coinvolta...) ma intanto una buona dose di informazioni le hanno ricevute e se le sono tenute.

Anonime! Si saranno anche anonime queste informazioni, ma a loro servono ugualmente,

tracciano i profili.

Capita poi che ogni tanto il Garante per la protezione dei dati faccia una bella multa, anche salata, ma evidentemente pagare quella multa ne vale la pena altrimenti i casi non si ripeterebbero.

Un'indagine rivela che l'Italia è al primo posto in Europa per l'importo totale di sanzioni comminate alle aziende che hanno violato la normativa GDPR.

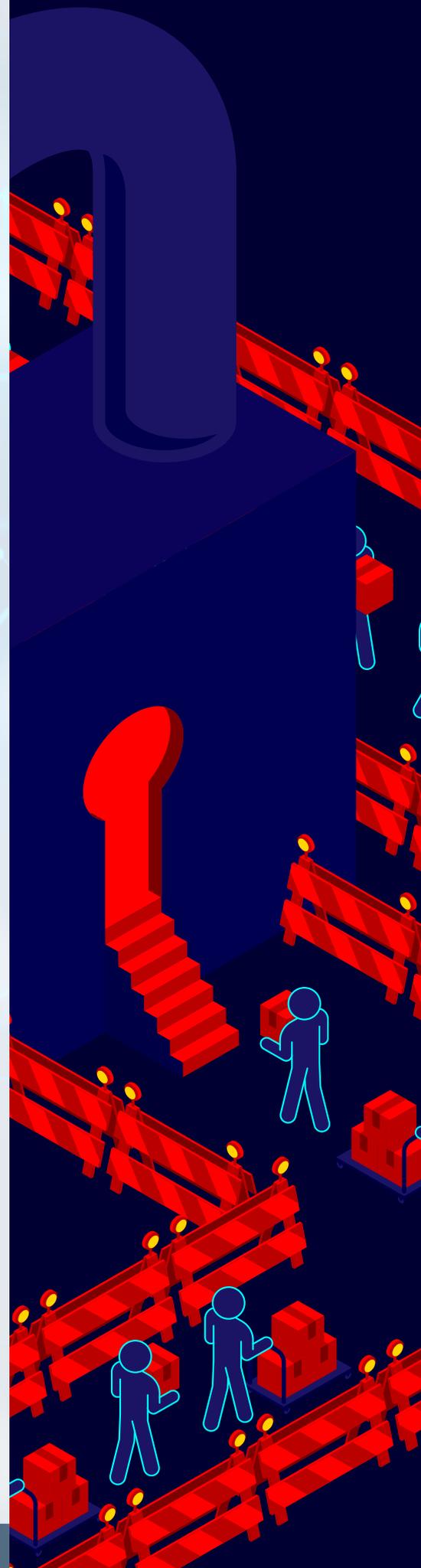
Ben 45 milioni di euro, su un totale europeo di 60 milioni. Tutto questo è segno di arretratezza delle aziende italiane, ed è un grave segnale d'allarme di cui dovrebbero preoccuparsi sia le aziende, sia quei consumatori di cui quelle aziende gestiscono i dati.

Molte sanzioni pesanti riguardano il trattamento dei dati operato dai call-center; spesso ci sono illeciti come le attivazioni non richieste di servizi, oppure continue telefonate, ossia il cosiddetto "spam del telemarketing".

Tanto per fare alcuni esempi nel 2020 il Garante Privacy ha sanzionato Eni Luce & Gas per 11 milioni e 500 mila euro e Tim per 27 milioni e 800 mila euro.

Nella lista dei soggetti sanzionati, alla luce del GDPR, ci sono ancora dei grandi assenti, ma le indagini dei Garanti Privacy su Google, Facebook e simili sono lunghe, complesse e delicate.

Le imprese, e anche i professionisti, devono iniziare a considerare la tutela del trattamento dei dati non come un adempimento burocratico e costoso, ma come una parte importante della loro strategia commerciale. Occorre rispetto per il cliente, occorre non solo scrivere ma soprattutto applicare i principi del Regolamento UE 2016/679, e conoscere bene le conseguenze delle violazioni sui dati personali, sia in termini di multe, sia di potenziali risarcimenti che possono sempre essere richiesti. ■



MATTONE SU MATTONE SIAMO ARRIVATI A QUOTA 110



MARILENA MARTIGNONI

Commercialista
marilenamartignoni@stileconsulting.it

E' come un super-rompicapo l'accesso ai bonus fiscali e la cessione dei crediti derivanti da ristrutturazioni edilizie, fatto di numeri, date, visti, asseverazioni, adempimenti che aumentano con l'aumentare del beneficio. L'intento di questo articolo è quello di fornire alcuni elementi utili per fare la scelta giusta nell'ambito del bonus 110%.

COSA E CHI

Sappiamo che per accedere al Superbonus bisogna realizzare, su edifici condominiali e unifamiliari, funzionalmente indipendenti, interventi di risparmio energetico qualificato che migliorino di due classi energetiche. Oppure interventi su edifici condominiali re-

lativi all'adozione di misure antisismiche con particolare riguardo per le opere di messa in sicurezza statica. Questi lavori detti trainanti si portano dietro gli altri lavori accessori, detti trainati, che se eseguiti autonomamente non danno diritto al Superbonus 110.

I sopracitati lavori, se eseguiti in edifici condominiali, permettono di estendere il beneficio anche ad eventuali lavori che vengono eseguiti nelle singole unità immobiliari (ad esempio sostituzione infissi, corpi scaldanti).

Attenzione però che il bonus mobili, se il lavoro trainante è solo condominiale, non spetta ai singoli condomini, spetta solo per eventuali mobili da utilizzare nelle parti comuni.

Sono ammessi ai benefici anche gli interventi realizzati in edifici con più unità immobiliari ed un unico proprietario, mentre nel caso di due o più proprietari a quote indivise, tipiche delle comproprietà fra i coniugi o fra eredi che possiedono un edificio costituito da cinque o più unità immobiliari, si perde il diritto al Superbonus.

PERMESSI E SICUREZZA

La regolarità edilizia, la conformità urbanistica sono indispensabili per poter beneficiare del bonus del 110%, pertanto se l'immobile avesse delle irregolarità queste sono sanabili nel limite degli "abusi edilizi" che possono essere sanati, diversamente non si potrà ottenere il bonus 110. Altra condizione richiesta è il rispetto degli

adempimenti in ambito della sicurezza dei cantieri (art 89 .90 dlgs 81/2008). Tale adempimento è in capo al committente salvo delega validamente conferita al responsabile dei lavori.

PROFESSIONISTI IN CAMPO

Altri adempimenti per beneficiare del 110% sono le asseverazioni tecniche rilasciate da professionisti abilitati che attestano il rispetto dei requisiti e la congruità delle spese, l'attestato di prestazione energetica (Ape) ante e post lavori, per dimostrare il miglioramento della classe energetica, il rilascio del visto di conformità che attesta la regolarità di tutta la documentazione da parte di professionisti fiscali abilitati e caf.

COME UTILIZZARE IL BONUS

Il bonus può essere detratto dal beneficiario nella propria dichiarazione dei redditi in 4 o 5 anni oppure ceduto ad una banca che acquista il credito fiscale pagandolo un importo in percentuale inferiore rispetto al valore. Infine può essere utilizzato come sconto dall'esecutore dei lavori (sconto in fattura).

Tutti gli adempimenti relativi alle comunicazioni del bonus transitano dai canali telematici dell'agenzia delle entrate e possono essere fatte direttamente dal soggetto beneficiario, da un intermediario abilitato, da un professionista fiscale o caf, nel caso si necessiti del visto di conformità.

SINTESI DEGLI ALTRI BONUS FISCALI

I bonus elencati nella tabella sottostante sono tutti in essere con le regole già note e oltre che ad essere detratti in 10 anni dai beneficiari, possono essere ceduti alle banche e possono godere dello sconto in fattura.



TIPOLOGIA LAVORI	% DETRAZIONE	SPESA	TERMINE
Manutenzioni straordinarie, di restauro e risanamento conservativo, ristrutturazione edilizia, manutenzioni ordinarie su parti condominiali, prevenzione di atti illeciti, cablatura edifici, inquinamento acustico, risparmio energetico non qualificato, sostituzione infissi	50%	96.000 €	01/01/21 a 31/12/21
Interventi antisismici	50%	96.000 €	01/01/21 a 31/12/21
Interventi antisismici con aumento di 1 classe di sicurezza	70%	96.000 €	01/01/21 a 31/12/21
Isolamento termico, sostituzione impianti di riscaldamento, efficienza energetica fotovoltaico, coibentazione di pareti, tetti	65%	Da 30.000 a 100.000 €	01/01/21 a 31/12/21
Recupero o restauro della facciata esterna degli edifici esistenti	90%	nessun limite	01/01/21 a 31/12/21
Sistemazione aree verdi e giardini	36%	5.000 €	01/01/21 a 31/12/21
Acquisto mobili	50%	16.000 €	01/01/2021 a 31/12/2021



CONSIGLI IN CASO D'USO

Se avete idea di rinnovare casa la prima domanda da farsi è “che tipo di lavoro sto mettendo in pista? So collocarlo normativamente sia per tipologia di interventi edili previsti dal vigente testo unico dell’edilizia sia per regolamenti dei RUE?” E’ fondamentale fare un’analisi preventiva di fattibilità dell’intervento, un conto economico dei costi, una linea temporale e poi decidere che tipo di bonus fiscale è più adatto alla situazione e se si vuole procedere con la cessione del bo-

nus stesso. La seconda domanda è: “posso fare tutto questo da solo considerando che il beneficiario della detrazione è sempre il primo soggetto che l’agenzia delle entrate va a cercare?” Il fai da te in questo contesto è pericoloso, bisogna affidarsi a professionisti preparati, commissionare i lavori a imprese serie e in regola, utilizzare i canali bancari conosciuti, avere qualche dubbio è lecito e, nell’attesa delle risposte dei professionisti, un valido aiuto sono le guide nelle aree tematiche che si trovano sul sito dell’agenzia delle entrate. ■

LO STILE DI VITA COME PRIMA PREVENZIONE



Gli avvenimenti indotti dal Covid-19 hanno portato alla nostra attenzione i temi legati alla salute e alle misure di prevenzione, come lavarci le mani, mantenere le distanze e indossare una mascherina. Ma per mantenere un buono stato di salute ed evitare lo svilupparsi di sintomi gravi in caso di contatto con il virus bisogna anche aumentare le difese naturali dell'organismo.

Le buone pratiche previste dalla Dieta Mediterranea, riconosciuta patrimonio culturale dall'Unesco, sono tali da mantenere basso lo stato infiammatorio corporeo, prima vera prevenzione contro l'infezione da agenti patogeni quali virus e batteri.

Il nostro organismo è, infatti, equipaggiato per affrontare nuove minacce e tenere sotto controllo quelle con cui è già entrato in contatto. Il sistema immunitario fin dalla nostra nascita si allena, attraverso l'esposizione ai microrganismi, per svolgere al meglio il suo lavoro.

Al fine di mantenere questo sistema di difesa ottimale dobbiamo adottare uno stile di vita adeguato, che preveda un'alimentazione a base vegetale ricca di micronutrienti e una corretta idratazione corporea, il giusto movimento al fine di regolare la circolazione sanguigna e linfatica e i valori ormonali, e imparare a gestire le emozioni e i pensieri scatenati dagli eventi della vita, ricordando che stressarci non aiuta a risolvere i problemi ma solo a somatizzarli. Dal punto di vista alimentare, il modello mediterraneo è una dieta

a base vegetale dove ogni giorno si consumano adeguate porzioni di verdura, frutta, cereali integrali e legumi. Gli alimenti di origine animale rappresentano solo una piccola parte degli introiti giornalieri. Le pietanze sono preparate in modo semplice e si condiscono con olio extravergine d'oliva. Per fare un esempio: le lasagne e la zuppa di farro e ceci sono entrambi piatti della dieta mediterranea, le prime però vanno consumate solo nelle occasioni speciali e non tutti i giorni.

Oggi non siamo più abituati a nutrirci in questo modo e, quindi, ci



DANIELE DRAGA'

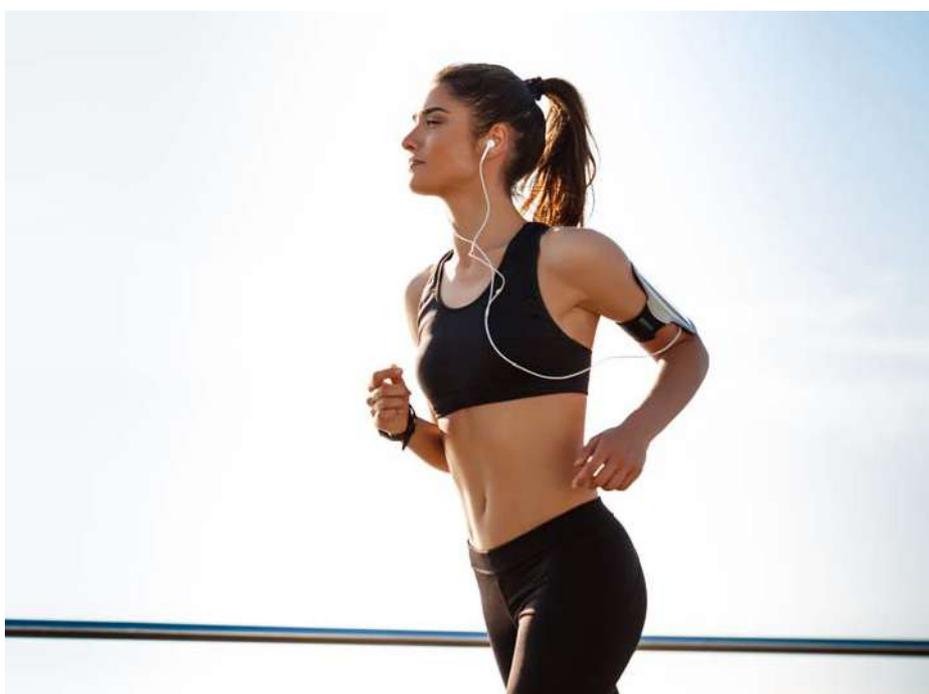
Dietista Nutrizionista
danieledraga@studiodietetico.it



può sembrare complicato cambiare schemi alimentari. In realtà basta iniziare, e presto scopriremo i vantaggi di scelte salutari rispetto a cedere al "peccato di gola".

Mangiare una porzione adeguata di verdura a ogni pasto è importante, poiché la fibra, in essa contenuta, rappresenta la principale fonte di nutrimento dei batteri simbiotici che vivono nel nostro intestino. Questi batteri, se ben nutriti, producono molecole fondamentali per il mantenimento della nostra salute; inoltre rappresentano la prima linea di difesa nei confronti dei patogeni, pertanto più saranno numerosi e minore probabilità di ammalarci avremo.

Un esempio di menù equilibrato, adatto al nostro stile di vita moderno, prevede a colazione un bicchiere di latte (per chi lo digerisce) o bevanda vegetale, una fonte di carboidrati (preferibilmente integrali) come del pane o fette biscottate eventualmente arricchite da un po' di composta di frutta e



un buon caffè senza zucchero. A metà mattina possiamo fare uno spuntino con un frutto, arrivando a pranzo dove potremo gustare un piatto unico a base di un cereale e legume con verdure. Nel pomeriggio, se ceneremo tardi, possiamo consumare uno yogurt e a cena iniziare con un minestrone o passato di verdure e finire con un secondo piatto a piacere, sempre accompagnato da un contorno.

Un'altra semplice regola di prevenzione è bere un quantitativo di acqua giornaliero tale da mantenere l'omeostasi (equilibrio) corporea. A tal fine dovremmo introdurre almeno 2 litri di acqua, distribuiti durante tutta la giornata e non solo ai pasti. Bere solo quando si ha sete, infatti, comporta mantenere l'organismo in uno stato di disidratazione con conseguente innalzamento dello stato infiammatorio.

La dieta mediterranea però non è solo alimentazione, prescrive movimento quotidiano e attività fisica da svolgere durante la settimana, come gli esercizi per rafforzare la muscolatura o le attività aerobiche. Infine, prende in considerazione anche la vita sociale e come gestiamo lo stress. Dedicare del tempo a sé stessi, magari leggendo un libro, e alla vita di relazione, rappresenta un'ulteriore ri-

sorsa per rimanere in buona salute attraverso la minor produzione di cortisolo (l'ormone dello stress). Questo ormone se prodotto continuamente, infatti, porta a uno squilibrio biochimico e all'aumentare dell'infiammazione, causa primaria di tutte le patologie.

Uno stile di vita sano aiuterà, quindi, il sistema immunitario a mantenersi efficiente e a proteggerci. Questo vale anche per coloro che apparentemente sono in salute perché non in sovrappeso o perché praticano attività sportiva. Se è vero che il sovrappeso favorisce lo stato di infiammazione è altresì vero che anche uno squilibrio idrico o di micronutrienti, a cui vanno spesso incontro gli sportivi, porta all'aumento della stessa.

Bisogna infine ricordare che altri fattori di rischio che incidono sullo stato di salute generale e quindi sul grado di infiammazione sono il fumo e l'abitudine a bere alcolici, in questi casi sicuramente il nostro sistema immunitario necessiterà di un intervento mirato per essere supportato. Infatti, dopo i trent'anni il nostro organismo risentirà maggiormente delle cattive abitudini a cui lo abbiamo sottoposto in gioventù. Oggi abbiamo tutte le informazioni utili per farlo e il possibile supporto di validi professionisti. ■



LE AUTO ELETTRICHE SONO SILENZIOSE, MA NON SOLO

A cura della REDAZIONE



Le auto elettriche sono silenziose, questo lo sanno tutti, anzi qualcuno lo ritiene addirittura un difetto.

La silenziosità delle auto elettriche può essere vista come un difetto quando i pedoni o i ciclisti che si muovono nelle zone a traffico limitato (per intenderci dove il limite di velocità è di 30 km/h) non percepiscono che nelle immediate vicinanze c'è un'auto elettrica in arrivo compiono movimenti, o manovre improvvise, che possono portare ad incidenti.

Per questa ragione da qualche anno tutte le auto elettriche, a bassa velocità, emettono dei suoni che consentono di farle notare; inizialmente erano dei suoni intermittenti come quelli di una sveglia elettronica che suona, ma ultimamente le case automobilistiche stanno cercando di rendere riconoscibili le loro auto con dei suoni caratteristici (la nuova 500 elettrica, ad esempio,

quando si muove emette la musica del film "La dolce vita" di Federico Fellini).

Dagli amanti dei ...motori, invece, il fatto che le auto elettriche siano silenziose è considerato un difetto, infatti per loro è incomprensibile che le auto elettriche, pur avendo un'accelerazione spesso superiore a quella delle auto termiche, ottengano queste prestazioni in assoluto silenzio, togliendo così il piacere di godere appieno della sensazione dell'accelerazione, quasi che per andare forte si debba forzatamente far rumore.

Ci sono poi gli automobilisti che si sentono dei piloti "professionisti", padroni dei cambi marcia effettuati al momento giusto, padroni del punta-tacco e dei controsterzi di potenza; per queste persone le auto elettriche sono inaccettabili perché tolgono completamente il piacere della guida.

Le auto elettriche in realtà sono concettualmente diverse dalle

auto a combustione interna perché la loro forza motrice deriva esclusivamente da un motore elettrico che gira tranquillamente oppure molto velocemente a seconda di come il conducente preme il pedale dell'acceleratore.

Guidare un'auto elettrica è facilissimo: basta premere sull'acceleratore oppure sollevare il piede dall'acceleratore...

Dai tecnici questa modalità di guida viene definita "one pedal drive" ossia guida con solo pedale.

Questo modo di guidare, davvero molto comodo, specialmente in città, si impara in pochi minuti ed è reso possibile dal fatto che le auto elettriche, quando si solleva il piede dall'acceleratore, invertono il senso di rotazione del motore elettrico, generando una forza frenante che rallenta l'automobile senza bisogno di usare i freni.

In pochissimi chilometri di guida ci si rende conto che è logico,



per il nostro cervello, aspettarsi che smettendo di premere sull'acceleratore la macchina debba rallentare e a quel punto ci si chiede perché non sia così anche nelle auto a combustione interna (benzina, diesel, metano o GPL).

Con questa tecnica di guida è possibile accelerare poco, godendosi una guida dolce e rilassante oppure tanto, ottenendo prestazioni da auto sportiva, ma anche rallentare poco e gradualmente oppure tanto e repentinamente, e infatti, nel caso si sollevi di colpo il piede dall'acceleratore, le luci degli stop si accendono perché la conseguente decelerazione è l'equivalente di una frenata molto intensa e quindi gli altri automobilisti devono essere avvisati.

La guida con un solo pedale, oltre ad essere molto più rilassante, ha degli effetti positivi sul "portafoglio" in quanto i freni si usano solo nelle situazioni di vera emergenza e quindi le pastiglie dei freni si consumano

pochissimo (con un'auto elettrica è normale arrivare alla soglia dei 100.000 chilometri percorsi con i ferodi ancora come nuovi) ma guidando in questo modo si ottengono anche effetti positivi sull'ambiente in quanto le minori frenate diminuiscono tantissimo la dispersione di quella polvere nera che inquina l'ambiente oltre a sporcare i cerchioni delle ruote.

Una cosa che in pochi sanno, inoltre, è che le auto elettriche non hanno le cosiddette vibrazioni indotte, ossia quelle vibrazioni più o meno avvertibili nell'abitacolo, che derivano dal movimento alternato dei pistoni all'interno dei cilindri dei motori a scoppio.

Tutte le macchine con motore a scoppio hanno delle vibrazioni, più o meno percepibili a seconda del livello di prezzo dell'auto (è ormai quasi una leggenda che se si mette una moneta di taglio sopra al motore di una Roll Royce e si preme sull'acceleratore la moneta resta in verticale e non

cade) ma anche le auto di lusso che, apparentemente non hanno vibrazioni, in realtà sottopongono gli occupanti dell'abitacolo ad un continuo e avvolgente "massaggio" che non è affatto benefico.

Le auto elettriche, invece, non avendo nessuno dei manovellismi che hanno i motori termici non vibrano e gli occupanti dell'auto non vengono sottoposti alle continue e costanti vibrazioni; la positiva conseguenza è che, anche dopo un lungo viaggio, non si percepisce né il senso stanchezza, né quella sorta di disagio fisico.

Quando si sale su un'auto elettrica e si preme il pulsante di accensione sembra quasi che non succeda nulla, proprio perché il motore elettrico non trasmette alcuna vibrazione all'interno dell'abitacolo, per partire basta premere il pulsante con la lettera D (significa drive, ossia guida, in inglese) e l'auto è pronta per muoversi silenziosamente. Provare per credere! ■

IL PRESENTE È IL POSTO GIUSTO DA CUI PARTIRE



Capita, a volte, che le persone cerchino di immaginare come sarà la loro vita fra un mese, un anno o anche molto di più, compiono cioè una sorta di “fuga” nel futuro, al solo scopo di non restare, a livello di pensiero, nella situazione in cui sono.

Fuggire dal presente è qualcosa che ogni persona fa in modo inconsapevole. È qualcosa che si è visto fare tante volte, da persone di riferimento che l'hanno insegnato con il loro esempio e, proprio per questo, lo si fa senza nemmeno rendersene conto. Ma perché lo si fa?

Il futuro è la dimensione temporale che sta per arrivare, ma che ancora non c'è; pensare a come sarà la propria vita domani o fra un

mese è, quindi, una via di fuga che consente di allontanarsi da ciò che non ci piace, da situazioni che ci stanno strette.

Anche se concretamente la realtà non cambia è come se il cervello scegliesse di non pensare a quello che non gli piace e si “dedicasse”, con il pensiero, a stare bene in una dimensione temporale parallela, più o meno vicina, ma che gli sembra senz'altro migliore della situazione attuale.

Anche se il presente può apparire pesante da sopportare non ha molto senso fuggirlo provando a non pensarci.

Molto meglio, per prima cosa, prendere atto che la situazione di difficoltà in cui ci si trova avrà sicuramente un termine, così come ha avuto un inizio e quindi non



PIER LUIGI IAFELICE

Presidente **A.K.A S.r.l**
Formatore Ecomotivazionale
iafelice@aka4u.com



durere per sempre.

Occorre, poi, riuscire a scomporre il problema, ossia non considerarlo nella sua interezza, ma in tutti gli aspetti che lo compongono.

Spesso in una situazione spiacevole, che non si riesce ad accettare, sono pochi gli aspetti realmente negativi, quindi provando ad impegnarsi nell'affrontare, ad uno ad uno, gli aspetti di quella situazione, si può riuscire a percepire cosa dà veramente fastidio e concentrarsi nell'affrontare solo quell'aspetto.

C'è un momento in cui, però, ci si può allontanare dal presente: quando si ha uno scopo da perseguire, una meta da raggiungere; in quel caso occorre proprio concentrarsi sui singoli passi intermedi che si dovranno compiere, ossia sui vari momenti che, "tassello

dopo tassello", consentiranno di avvicinarsi progressivamente al proprio risultato.

Grazie a questo modo di pensare e, di conseguenza di agire, si riesce a prestare la giusta attenzione ai progressi che si stanno facendo, a come ci si sta muovendo verso la propria meta.

Chi ha una meta riesce a prendere decisioni e compiere azioni, che altri ritengono addirittura impossibili.

Ci sono dei modi di pensare, che diventano le indispensabili leve per arrivare a raggiungere il proprio scopo:

- se si desidera fare qualcosa, occorre farlo in quel momento della propria vita, senza rimandare, sia che si tratti di un viaggio, di cambiare lavoro, di dare una svolta alla propria quotidianità. Inutile pensare che si potrà fare "domani" perché tanto domani lo stato delle cose non sarà migliore di oggi;
- non serve pensare a quello che si sarebbe potuto fare oppure se lo si potrebbe fare in un altro momento; occorre essere realisti, concentrati sul presente, senza idealizzare la situazione futura, ma neppure rappresentarsela come brutta o difficile;
- serve tenere presente che se si vuole concretizzare uno scopo, raggiungere una meta, occorre cominciare a farlo e poi non smettere di continuare a farlo fino a che il traguardo non è raggiunto;
- considerare che se si sta vivendo il presente, si stanno anche riuscendo a cogliere tutte le occasioni, e si evita di lasciare che la vita scorra davanti ai propri occhi senza alcun senso.
- infine mai dimenticare che il momento giusto è, e sarà sempre, adesso!!

Recenti studi stanno dimostrando quanto, in questo particolare momento della vita di tutti, le persone si siano come bloccate e tendano a

non fare progetti, a non volersi impegnare in cambiamenti concreti, quasi aspettassero l'arrivo del momento migliore.

Ma il non avere uno scopo, una meta da voler raggiungere, porta a una frustrazione che si traduce, poi, in un accumulo di aggressività latente, non percepibile né da chi ce l'ha, né da chi gli sta attorno, ma capace di esplodere quasi senza ragione, come dimostrano le pesanti scaramucce sui social che spesso portano le persone a trascendere, seppur solo con le parole.

Spesso non è, come potrebbe sembrare, una rabbia rivolta ad un soggetto specifico, ma è solo il mezzo per scaricare la propria tensione interiore, anche se le dinamiche che ne derivano finiscono per essere in grado di ferire le persone coinvolte anche molto profondamente.

Ecco perché, proprio in questo momento, occorrerebbe aprire il proprio "cassetto" e tirarne fuori il sogno che, magari, è lì da tanto tempo e concedersi di cominciare ad accarezzare l'idea che c'è ancora spazio per pensare di poter avere un futuro diverso e, soprattutto, migliore. ■

contatti

AKA

Consulenza
Aziendale &
Formazione
Ecomotivazionale

Via dell'Osservatorio, 19
40026 Imola (BO)
Tel. 0542 682010
mail: aka@aka4u.com

Soluzione Blu

www.formazioneaka.org

“TRESIGALLO: LA CITTÀ METAFISICA”



DAVIDE BRUGNATTI

Architetto
dave.brugnatti@gmail.com

Addormentata nella pianura Padana, a metà strada tra Ferrara e il Mare Adriatico c'è una cittadina molto particolare.

Non si vedono molte persone in giro ed è sorprendente rendersi conto che questo luogo avrebbe dovuto ospitare 12.000 abitanti nelle intenzioni del suo fautore.

Sì perché Tresigallo nasce dalla volontà di Edmondo Rossoni che qui nacque nel 1884 e da qui partì per divenire Ministro dell'Agricoltura e delle Foreste dal 1935 al 1939. Antonio Pennacchi ha stimato che durante il Fascismo furono fondate dal Regime almeno 147 nuove città; tra tutte queste città sicuramente Tresigallo è quantomeno una delle più singolari.

Prima di tutto perché fu fondata al di sopra di un vecchio borgo preesistente, quindi si può parlare di ri-fondazione più che di fondazione.

In secondo luogo il progetto prese forma all'insaputa del Regime: certo non si può tenere nascosta l'edificazione di una intera compagine urbana fatta di case, servizi pubblici, negozi e fabbriche.

Se ne possono però secretare gli scopi ultimi per cui tutto questo viene realizzato, come testimonia-

no i rapporti dell'OVRA (la polizia politica del Fascismo) che Mussolini aveva inviato in loco affinché si indagasse su quanto si stava costruendo.

La visione di Rossoni prevedeva una rivoluzione nella società e nell'economia italiana di cui la nuova Tresigallo era il primo esempio in scala reale e totalmente funzionante da presentare al Regime.

Un luogo utopico dove realizzare la Città Corporativa che fosse incarnazione della concezione del lavoro che il Ministro aveva. Per realizzarla si valse dell'opera di suoi amici d'infanzia così da evitare fughe indesiderate di notizie.

Maestranze da diverse parti d'Italia furono convogliate in Emilia per costruire il sogno del Ministro; fra questi anche giovani e promettenti nomi della scena professionale e artistica italiana: Giorgio Baroni, Enzo Nenci e Pietro Porcinai.

Tresigallo doveva essere un modello replicabile in tutte le zone d'Italia in cui vi fosse grande presenza di popolazione inoccupata e scarsamente formata, ma grandi risorse agricole che potessero essere trasformate, negli stabilimenti di nuovo impianto, in prodotti lavorati e semilavorati che andassero a sostenere l'economia autarchica promossa dal Regime.

Nello specifico a Tresigallo la gran



Foto realizzata da
Lorenzo Mannes



Foto realizzata da
Don Bazzanini



Foto realizzata da
Jaqueline Poggi

parte della produzione ruotava attorno alla canapa e alla sua trasformazione, soprattutto nel comparto del tessile, per fornire ai cotonifici e ad altri stabilimenti che lavoravano un prodotto finito qualcosa con cui sostituire le materie prime o semilavorate che non potevano più essere acquistate all'estero.

Il progetto prese corpo in 6 anni realizzando edifici di rilevanza come una colonia post sanatoriale di 8.000 metri quadri e uno stabilimento per la produzione della cellulosa, quinto per dimensioni in Europa.

La popolazione crebbe fino a sfiorare i numeri di progetto. Poi scoppiò la guerra e tutto il mondo trattene il fiato. Dopo la guerra ci fu il boom economico italiano e poi le fabbriche cominciarono a chiudere una ad una.

Oggi cosa rimane quindi di questa città voluta da un uomo che si spese così tanto per il mondo del lavoro anche se poi così sconsiderato da firmare le leggi razziali?

Rimane una compagine urbana con un numero impressionante di edifici ancora esistenti, un luogo dalla realtà sospesa nel quale si può vivere l'esperienza di camminare all'interno di un quadro di Giorgio de Chirico.

All'epoca tutte gli edifici furono

realizzati con lo stile che era all'avanguardia in tutta Europa: il Razionalismo, definito anche dagli esperti di settore come "Metafisica Costruita".

Da queste suggestioni nel 2016 è scaturita l'idea, in collaborazione con la locale Amministrazione Comunale, di lanciare il brand "Tresigallo La Città Metafisica". Ne è fautrice l'Associazione Culturale "Torri di Marmo" composta da giovani ragazzi che avevano a cuore il proprio territorio e che conoscevano il valore del posto in cui vivevano.

E così, grazie anche alla vincita del Bando Regionale sulla Memoria del Novecento, è nato l'evento annuale di punta: le Giornate Metafisiche.

Si tengono l'ultimo sabato e domenica di Settembre in un susseguirsi di incontri di alto profilo culturale quali conferenze, mostre e visite guidate con aperture straordinarie di spazi comunemente chiusi al pubblico.

Durante tutto l'anno, salvo situazioni emergenziali come quelle della pandemia, è però possibile prenotare sul sito www.tresigallolacittametafisica.it una passeggiata culturale per le strade della cittadina in compagnia dei volontari dell'Associazione Torri di Marmo che riescono a coinvolgere il turi-

sta nella storia e nelle emozioni di questa terra.

Solo a Tresigallo, d'altronde, ci si può imbattere in un edificio dal color pastello e con la scritta SOGNI che campeggia sulla cima... inspiegabile, a meno che non lo si chieda a chi del territorio ha fatto la propria passione. ■



Foto realizzata da
Jaqueline Poggi

SUPERBONUS SI! SUPERBONUS NO!

Alzi la mano chi non ha sentito almeno una di queste considerazioni:

Superbonus 110%? Dicono che è gratis ma non è vero. Chissà dove, ma c'è certamente l'inghippo. ...E poi ho cambiato la caldaia da poco! Il "cappotto" non sono neanche sicuro di volerlo, ...e se mi porta via troppo spazio nella terrazza? Gli infissi, beh quelli potrei anche pensarci, ma da soli non li posso fare gratis: ...E poi, da dove si inizia? Come si fa? E se invece fosse vero e riuscissi a riqualificare la mia casa a costo zero? Sarebbe uno spreco non approfittare di un treno che non passerà più... Però chi mi assicura che non avrò problemi? Di chi mi posso fidare?

Prese singolarmente non sempre sono considerazioni centrate, ma nel loro insieme esprimono un sentimento reale: la consapevolezza di una opportunità unica, ma anche di grande complessità e il timore che su tanti fronti (tecnico, fiscale, legale, del finanziamento, della cessione del credito) qualcosa possa andare storto.

IL SUPERBONUS È COMPLESSO: OCCORRE "FARLO A FETTE"

Riuscire a "fare a fette" il Superbonus, aiuta ciascun soggetto coinvolto ad affrontarlo in maniera consapevole. Per dare anche solo l'idea di questa complessità basta pensare alla Legge, all'Agenzia delle Entrate, al MiSE, ai numerosi Forum, agli aggiornamenti continui dalle implicazioni giuridiche, tecniche, fiscali. Al coinvolgimento dei "due nuovi professionisti" previsti dalla Legge: l'Asseveratore che certifica la corretta applicazione dei requisiti e la congruità dei prezzi e il Professionista che appone il Visto di Conformità sulla completezza della documentazione. Il primo "timbra" e inoltra all'ENEA, il secondo "timbra" ed inoltra all'Agenzia delle Entrate.

IL CONTRIBUTO DI UN ARRANGER DI PROCESSO

L'Arranger di Processo è un "nuovo" soggetto in grado di fornire un contributo nell'assicurare la correttezza dell'operato di tutti gli altri soggetti a vario titolo coinvolti per il buon fine del Superbonus, attraverso:

- a) l'assistenza sul "cosa fare" e "come farlo",
- b) la supervisione della corretta applicazione delle prescrizioni normative,
- c) il controllo del rispetto delle prescrizioni per l'ottenimento dei benefici attesi attraverso l'interazione con l'Impresa ed i Tecnici impegnati nel



cantiere.

L'Arranger di Processo fornisce un contributo operativo attraverso un processo completo, organico, semplice e controllabile, allo scopo di supportare passo dopo passo gli Amministratori, i Condomini, le Imprese e i Professionisti fino all'ottenimento del bonus: partendo dalla elaborazione della fattibilità (o dalla sua verifica, se la fattibilità è già stata elaborata in toto in parte da altri professionisti) procedendo con le fasi preliminari all'avvio del Cantiere e dando continuità all'iter dei Lavori.

TEMPISTICHE

L'Arranger di Processo cura la presentazione dell'offerta (a costo zero) al massimo entro quattro settimane; gestisce l'avviamento del cantiere entro i successivi tre mesi (se nel primo mese gli uffici comunali competenti consentono l'accesso agli atti); arriva fino al termine del cantiere (stabilito di volta in volta in funzione delle caratteristiche dello stesso).

TEAM DI SPECIALISTI

L'Arranger di Processo "opera" con propri Team Specialistici - Legale, Tecnico, Fiscale, Gestionale - che affrontano congiuntamente tutte le fasi del Superbonus, a partire dalla verifica di fattibilità del singolo intervento. Il Team Tecnico ed il Team Fiscale appongono il "timbro" di Asseverazione ed il Visto di Conformità. L'obiettivo è di assicurare a Proprietari, Professionisti, Imprese e Banche il corretto svolgimento dell'intero processo: dalla fattibilità alla fine dei lavori.

VERIFICA DI FATTIBILITA' (A COSTO ZERO) DI LAVORI SUPERBONUS A COSTO ZERO

La Verifica di Fattibilità sulla possibilità di accedere al Superbonus è a costo zero, anche se la verifica evidenziasse l'impossibilità di accedere o se, pure avendone la possibilità, il potenziale Committente dovesse decidere di non procedere. Al potenziale Committente è richiesto, se procede, di farlo con l'Arranger di Processo.

La verifica di fattibilità non si limita alla fattibilità "tecnica" di accessibilità al Superbonus ma comprende anche la verifica che tutti i costi dell'iniziativa siano interamente ricompresi all'interno del Superbonus: quindi un reale costo zero.

OFFERTA "CHIAVI IN MANO"

La verifica di fattibilità conclusasi con esito positivo è necessaria ma non sufficiente: la reale fattibilità della potenziale commessa di lavori è rappresentata in un'offerta "chiavi in mano", che comprende l'Impresa General Contractor in grado di eseguire i lavori nei tempi indicati e, nominativamente, tutti i Professionisti che costituiranno il Team di Commessa. L'Offerta prevede la formula dello Sconto in Fattura, che assicura al Committente di non sostenere costi.

TEAM DI COMMESSA

Il Team di Commessa non è generalmente imposto dall'Arranger di Processo e viene individuato di volta in volta al fine di costituire il Team più adatto ad affrontare le singole specificità: la collaborazione con Associazioni di Categoria assicura la candidatura di Imprese adeguate alle caratteristiche dei singoli cantieri, così come l'inserimento di Professionisti (che eventualmente hanno già avuto incarichi e quindi conoscenza dell'edificio) stimati dalle Imprese o dagli Amministratori di Condominio.

In definitiva la domanda migliore da farsi potrebbe essere: "dove vai se l'Arranger di Commessa non ce l'hai?" ■



MAURIZIO BOTTAINI

Senior Advisor Nomisma
maurizio@bottainimanagement.com



IL GALATEO DELLE MASCHERINE

A cura della **REDAZIONE**



Non è un nuovo capo di abbigliamento, eppure è diventata la componente più importante da indossare quando ci si accinge ad uscire di casa.

Da quando l'emergenza COVID-19 ha preso piede ed ha iniziato a condizionare le nostre giornate di interazione con gli altri, la mascherina ha preso un posto di primo piano nel modo di "vestire" di tutte le persone e spesso diventa addirittura un elemento di distinzione.

Come tutti ormai sanno ci sono tante tipologie di mascherine e ognuna serve a proteggere in modo differente.

Ci hanno insegnato che se si vuol-

le essere altruisti occorre usare la cosiddetta mascherina chirurgica, ossia quella che un tempo si usava solo nelle sale operatorie.

Viene definita altruistica perché ha la sola funzione di proteggere le altre persone da un potenziale contagio, mentre chi la indossa risulta molto poco protetto, quindi, tale mascherina dovrebbe essere usata da tutte le persone che in un certo momento, e per una determinata ragione, si trovano in un luogo chiuso, ma anche in luogo aperto, quando ci si trova a dover interagire con altre persone.

Poi esiste la variante di mascherina denominata KN95 o, più comunemente, "ffp2" che consente invece di tutelare la salute di chi la indossa, ma non protegge più di tanto, anzi tutela davvero poco,



le persone con cui quella persona si trova ad interagire. In questo caso o tutte le persone che stanno interagendo usano la mascherina ffp2 oppure quelle persone che la indossano, per una loro scelta di attenzione alla sicurezza degli altri, aggiungono una mascherina chirurgica che andrà indossata sopra la mascherina KN95.

Ci sono, infine, le mascherine dotate di filtri che, almeno in teoria, sono le più sicure per tutti, ma che non consentono di sentirsi a proprio agio perché il loro uso limita la normale capacità di respirazione e quindi non sono adatte ad un uso prolungato come ad esempio un'intera giornata di lavoro.

Comunque, al di là della tipologia di mascherina, quello che conta è il comportamento che ogni persona decide di avere nel momento in cui la indossa.

Come per tutte le azioni che persone compiono anche la modalità d'uso della mascherina è influenzata dall'atteggiamento mentale di chi la indossa.

Capita di vedere persone che coprono mediante la mascherina solo

la bocca, come se ritenessero che la possibilità di contagio dipenda solo da ciò che esce dalla loro bocca; in realtà anche l'aria che esce dal naso normalmente, ma ancor di più in caso di starnuto, può essere un pericoloso tramite per il contagio.

La mascherina sarebbe da equiparare ad un presidio medico e come tale andrebbe trattata con cura e mantenuta in perfetta efficienza per garantirne la massima efficacia eppure ci sono persone che considerano la mascherina come un accessorio indistruttibile ed inalterabile e quindi le portano al polso quando non le usano, le tengono appese allo specchietto retrovisore dell'auto, le tengono in tasca e soprattutto continuano ad usarle fino a che non si rompe l'elastico oppure si strappa il tessuto.

La mascherina, se non è monouso, andrebbe sanificata quanto più spesso possibile evitando che i metodi utilizzati ne possano alterare le caratteristiche (evitare l'alcol ad esempio).

Le mascherine riutilizzabili in genere hanno un filtro che deve essere mantenuto ossia lavato e

sterilizzato.

Indipendentemente dalla tipologia di mascherina l'uso dovrebbe essere sempre impostato al rispetto della salute altrui e, ovviamente, della propria.

È utile quindi ribadire che la mascherina deve sempre coprire sia il naso, sia la bocca e deve aderire bene al viso di chi la indossa e che, quando si interagisce con le persone, in ambienti chiusi, ci si deve tenere alla distanza di almeno un metro.

Non esistono posti dove la mascherina non va indossata; è sufficiente che ci sia più di una persona in un luogo perché la mascherina sia indispensabile.

Spesso le persone sono portate a credere che i loro amici, o i loro parenti, non siano un pericolo, ma non è il grado di parentela o di amicizia che garantisce da un possibile contagio perché non è mai possibile sapere con chi può essere stata a contatto anche la persona a cui noi diamo la massima fiducia.

Una mascherina chirurgica correttamente indossata tutela, sempre, chi ci sta di fronte e, se anche quella persona fa la stessa cosa, si è in una situazione di sicurezza.

Le mascherine "fatte in casa" possono apparentemente sembrare comparabili ad una mascherina chirurgica se non addirittura migliori, ma non sempre invece hanno le stesse capacità di protezione. Per verificare se una mascherina è in grado di tutelare chi ci sta di fronte occorre provare a spegnere un fiammifero o una candela mentre la si indossa; se la fiamma si spegne o comunque è influenzata dal nostro soffio significa che quella mascherina non tutela gli altri dall'aria che noi emettiamo; ovviamente per la stessa ragione non tutela nemmeno chi la indossa dalla possibile presenza nell'aria del Covid-19. ■

CHI FA DEL BENE NON SE LO ASPETTI, ANZI...



A cura della **REDAZIONE**

Cos'è la "sindrome rancorosa del beneficiato"? Una forma di ingratitudine?

Ben di più: può essere definita come l'eccellenza dell'ingratitudine.

Questa situazione è molto più diffusa di quanto si ci immagina; si verifica quando una persona, avendo ricevuto un beneficio molto grande o importante da parte di un'altra persona, si viene a trovare in "debito di riconoscenza" nei confronti di chi l'ha "aiutata"; una situazione che tanti possono avere incontrato nella loro vita considerandola mancanza di riconoscenza.

Nella maggior parte dei casi i Beneficati risultano ingrati non per cattiveria, ma per l'incapacità,

la forza, il coraggio o solamente la lucidità di prendere atto che qualcuno è stato generoso, o addirittura altruista, nei loro confronti.

Alla base della Sindrome Rancorosa del Beneficario, che affligge tante persone, c'è spesso l'incapacità di elaborare l'esperienza vissuta nella propria condizione di Beneficario, il non saper accettare l'idea di avere ricevuto un aiuto da parte di qualcuno.

È una condizione che nasce da una situazione di possibile, transitoria e/o prolungata dipendenza, a cui si aggiunge un inevitabile debito morale nei confronti del Benefattore.

Questo fa nascere nel Beneficario una, seppur provvisoria, sensazione di personale inadeguatezza a risol-



vere situazioni famigliari, professionali, ambientali; in definitiva il Beneficario è costretto a prendere atto che, un suo proprio limite, è stato superato solo grazie all'intervento del Benefattore.

Quest'intervento di qualcuno che "riesce" dove, invece, la persona era bloccata da un suo limite, può portare il Beneficario a trovarsi in una situazione di disagio.

La conseguenza è che l'iniziale ammirazione per il Benefattore, l'apprezzamento per la sua capacità, la sua generosità o la sua semplice disponibilità, può trasformarsi in rancore; quasi che il Beneficario patisse, da parte del Benefattore, un'ingiustificabile "dimostrazione" di superiorità.

A quel punto il Beneficario sente

di dover prendere le distanze dal Benefattore, dimenticare o addirittura disconoscere ciò che ha ricevuto fino al punto da arrivare a considerare il beneficio "nullo", "umiliante", "non necessario", "nient'affatto utile", "dannoso" o, addirittura, "controproducente".

Il Beneficario può arrivare a convincersi di essere stato capace, da solo, di mettere in atto quei benefici che ha ricevuto dal Benefattore, sentendosi così "Benefattore di se stesso" arrivando, così, a cancellare dalla propria mente il ricordo stesso del beneficio ricevuto e, insieme ad esso, l'insopportabile disagio nei confronti del Benefattore.

E mentre per alcuni quello della gratitudine sarà semmai un dolce peso, altri possono arrivare addirittura al punto di trasformare il beneficio ricevuto in un peso dal quale liberarsi, trasformando il Benefattore stesso in una persona da dimenticare se non, addirittura, da penalizzare e calunniare.

Per capire meglio quanti e quali "rancorosi" si potrebbe aver aiutato, si può cercare di capire a quale categoria appartengono, in base alle possibili situazioni quotidiane; vediamole nel dettaglio:

1) Il beneficiario vendicativo.

È la persona che dopo aver ricevuto i vostri favori, si rivolgerà a voi come se foste il suo peggior nemico.

Cercherà di coinvolgere tutti gli amici comuni che avete ed averli come suoi alleati raccontando, a modo suo, la vostra opera di bene nei suoi confronti, usando frasi come "mica gliel'ho chiesto io", "se doveva farmelo pesare era meglio non facesse niente".

2) Il beneficiario opportunist.

È la persona che vi perseguiterà fino a quando non avrà ottenuto tutto, proprio tutto quello che potete dargli.

Inizialmente dimostrerà anche gratitudine nei vostri confronti, cosa che pian piano diminuirà fino a ribaltare la cosa, facendovi addirittura credere che non state facendo abbastanza, che non lo considerate quanto meriterebbe.

La sua ingratitudine consiste nel farvi sentire sempre in colpa, qualunque cosa voi facciate non sarà giusta oppure non sarà sufficiente.

3) Il beneficiario furbo.

È il tipo di persona che chiede favori (anche grossi) con estrema leggerezza. Se, per esempio, vi chiede di prestargli qualche migliaio di euro, ve lo domanderà con estrema indifferenza: "...e cosa vuoi che siano 6.000 euro".

Il beneficiario furbo è un manipolatore, riesce a farvi credere di essere voi i fortunati a conoscerlo, perché la sua ingratitudine consiste nello sminuirvi, riuscendo a farvi credere che, per voi, quello che vi ha chiesto è veramente poca cosa.

4) Il beneficiario innamorato.

È la persona che elemosina i sentimenti, necessita della vostra approvazione e delle vostre attenzioni senza sosta, e più ne riceve più ne vuole, insomma è un pozzo senza fondo!

Raramente sarà in grado di contraccambiare: la sua ingratitudine si manifesta con la frustrazione che crea nell'altro che non riesce mai colmare fino in fondo i suoi vuoti.

Il fatto di sapere cosa spinge le persone a cui si fa del bene a "voltarci la faccia" o a trattarci male, non deve portare a smettere di essere generosi oppure altruisti, ma molto semplicemente occorre imparare a non aspettarsi niente in cambio e quando si decide di dare aiuto agli altri occorre farlo trovando una propria motivazione profonda che vada oltre la riconoscenza personale. ■

RESTIAMO IN CON-TATTO



BEATRICE BONUCCHI

*Insegnante di Massaggio Infantile
beatricebonucchi@gmail.com*

Il significato della parola contatto è, letteralmente, “toccare con”, cioè toccarsi vicendevolmente. Mai come in questo periodo può essere importante riflettere sull'importanza vitale del contatto.

Proprio in un periodo in cui il contatto può essere veicolo della pandemia, diventa infatti fondamentale considerare che quello stesso contatto può essere un modo per trasmettersi affetto, energia e quindi resistere meglio a negatività generata dal permanere del Covid19.

Il tatto è un senso speciale, caratterizzato dalla reciprocità; possiamo guardare senza essere guardati, ascoltare senza essere ascoltati, ma non possiamo toccare senza essere toccati. Il tatto è il primo senso che si sviluppa nell'uomo, mediato dalla pelle, il nostro organo più esteso. La pelle è ricca di recettori sensoriali direttamente collegati con il cervello, e viene stimolata fin dalla gestazione dal liquido amniotico. Il tatto è una specie di linguaggio con cui esprimiamo noi stessi e attraverso il quale possiamo capire gli altri.

Le persone con contatti umani ridotti hanno un maggior rischio di morire prematuramente rispetto a quelle con forti relazioni sociali.

Alla luce di questo, di fronte alla

sfida della pandemia, è fondamentale riscoprire il contatto e riconoscerne il vantaggio fin dalla più tenera età.

Il massaggio del bambino si basa sul contatto pelle/pelle, è il “tocco buono”, un tocco non solo di accudimento, ma di relazione. Si tratta di un momento di incontro, dove ciò che conta è il rapporto che si instaura tra l'adulto e bambino. L'adulto chiede il permesso al proprio bambino o bambina di entrare nel suo mondo.

Come quando si annaffia una pianta per favorirne la crescita, irrobustendone le radici, così il massaggio rende ancora più saldo il “bonding”, cioè lo speciale legame di attaccamento tra i genitori e i bambini.

Il massaggio è un'antica tradizione presente nella cultura di molti paesi ed ha una storia molto lunga. Recentemente è stata riscoperta la tradizione orientale che affonda le sue radici in Cina, a partire dal 3000 a.C. e che si è poi diffusa anche nel mondo occidentale (dal 1500 d.C. in Francia). Attenzione in questo senso va riservata alla sequenza del massaggio svedese elaborata da Per Henric Ling, alla fine del 1800. Alla fine degli anni '70, si è concretizzata una corrente di massaggio del bambino, ad opera di Vimala McClure e della sua organizzazione IAIM, che raccogliendo spunti dalle varie tradizio-





ni di massaggio, li ha adattati alle esigenze del neonato.

La qualità della vita di ogni bambino dipende da questo legame; vari studi hanno dimostrato che ai neonati non basta la soddisfazione di bisogni primari (fame, sonno, sete, cure mediche) ma serve anche il contatto, la relazione con altri esseri umani, in primis con i genitori, ma anche con chi si prende cura di loro.

Provando ad immaginare l'impotenza che si può provare davanti a un neonato che piange, senza che l'adulto ne capisca il motivo, si può intuire quanto sia importante il massaggio che supporta l'intuito materno e paterno nel capire i segnali del neonato (sia quelli verbali, sia quelli non-verbali).

Il massaggio del bambino può aumentare la serenità e favorire così l'equilibrio familiare in quanto coinvolge affettivamente sia il papà, sia i fratelli o le sorelle nella gestione del neonato.

La ricerca scientifica ha dimostrato l'importanza dei fattori emozionali sulle funzioni dell'organismo attraverso il contatto del massaggio. La carezza e il "tocco buono" hanno un potere straordinario sul sistema nervoso. Il "tocco buono" è importante non solo per il benessere fisico, indispensabile alla crescita, ma anche per lo sviluppo cognitivo, linguistico e sociale. Il contatto può ridurre la frequenza

cardiaca, la pressione arteriosa, i livelli di cortisolo, cioè tutti i fattori legati allo stress. Facilita il rilascio dell'ossitocina, l'ormone del rilassamento che calma e favorisce un'immagine coerente del mondo attorno a noi.

Ci sono anche altri benefici del massaggio dimostrati scientificamente: la stimolazione dell'apparato cardio-vascolare, di quello muscolare, di quello digerente. Il massaggio del bambino può aiutare a regolare il ciclo sonno/veglia, a dare sollievo a piccoli malesseri (coliche, dolori dei denti e della crescita, l'eccesso di muco).

Il massaggio, quindi, come momento di tranquillità che permette di riappropriarsi della consapevolezza che tutto ciò che c'è da sapere come genitori, è già dentro ogni singola persona. Un momento per imparare a guardare il proprio bambino con le mani e a parlargli senza parole.

Il massaggio del bambino diventa il filo rosso di un dialogo senza parole che può durare per tutta la vita, perché a qualsiasi età per stare bene abbiamo bisogno di un tocco "buono" e rispettoso, proprio come esprime la frase scritta da Leo Buscaglia e ormai diventata famosa: Non parlate "ai" vostri figli, prendete i loro visi tra le mani e parlate "con" loro. ■





MASSIMILIANO PELLIZZERI

massimiliano.pellizzeri@vorsicher.it

APRITI SESAMO!

Ci troviamo in un momento difficile dal punto di vista economico e quando questo succede, aumentano i furti nelle case, nei negozi e nelle aziende. Purtroppo la crisi economica, la disoccupazione, la povertà faranno aumentare la delinquenza ed anche i furti, soprattutto negli appartamenti, nelle case e nei negozi.

Quindi sempre di più è importante potersi proteggere con un ottimo sistema di allarme.

Casa dolce casa, il nostro rifugio, dove cresciamo i nostri figli, e dove torniamo ogni sera dopo il lavoro, chiudiamo la porta per rimanere in serenità con la nostra famiglia. Un luogo magico per tut-

ti coloro che ci abitano perché è lì che tante cose accadono. La nostra casa ci protegge, ma noi a nostra volta dobbiamo proteggere la nostra casa.

Già avere installato un sistema di allarme, ben visibile a tutti, attraverso anche la placchetta che le aziende che installano i sistemi di allarme, ci rilasciano, è un ottimo deterrente contro i ladri.

Normalmente i ladri scelgono di entrare dove non sono presenti sistemi di antifurto.

C'è un dato importante che dovrebbe farci pensare; questo dato ci dice che l'80% degli allarmi è installato dopo aver subito un'effrazione. Come dice un noto proverbio: "è inutile chiudere la stalla

quando i cavalli sono già scappati". Meglio quindi prevenire che correre ai ripari quando il danno è già fatto.

Non avere un antifurto è quindi un falso risparmio visto i danni economici ed affettivi che un furto ci può arrecare.

Per proteggere la nostra incolumità, quella dei nostri cari e dei nostri beni, possiamo quindi investire in un antifurto di ultima generazione. Questi impianti ci possono aiutare anche nel caso in cui abbiamo dei genitori anziani che vivono da soli o se lasciamo a casa il nostro bebè con la baby sitter. Infatti, attraverso le telecamere, dal nostro telefonino possiamo sempre vedere e monitorare quello che succede.

Molto meglio scegliere gli allarmi collegati ad una centrale operativa 24 ore su 24 perché in caso di tentativo di effrazione la centrale operativa allenterà immediatamente le proprie guardie e la forza pubblica che si recheranno immediatamente sul posto.

Inoltre ci sono allarmi che possono avvertirci in caso di fughe di gas, presenza di fumo per principio di incendio o di inizio di allagamenti. La centrale operativa quindi è sempre vigile e pronta ad intervenire, inoltre attraverso una semplice app che viene installata sul vostro telefonino, potete controllare dovunque siete, la vostra abitazione, il vostro appartamento, il vostro negozio, sempre e ovunque.





Nel caso qualcuno cerchi di forzare ciò che state proteggendo, anche voi, oltre alla centrale operativa, sarete immediatamente avvisati dal sistema anti effrazione, e potrete vedere ciò che sta accadendo.

Per le persone che vivono sole inoltre c'è la possibilità di ottenere un braccialetto con un pulsante che in caso di un malore improvviso o nel caso di una caduta nella vostra abitazione, basterà premere il pulsante sul braccialetto per avvisare la centrale operativa che immediatamente farà sopraggiungere presso la vostra abitazione un'ambulanza e la forza pubblica.

Esistono inoltre tante altre opzioni che potrete cogliere in base alle vostre necessità.

Al giorno d'oggi, i sistemi di allarme di ultima generazione, soprattutto quelli che derivano da una tecnologia Americana o Israeliana, sono loro che investono di più nell'industria bellica e quindi su sistemi sofisticati e ben funzionanti, sono molto semplici da utilizzare, quindi alla portata di tutti.

Un ottimo allarme deve quindi essere tecnologico ma semplice da attivare, quando usciamo di casa o prima di andare a letto, e semplice da disattivare, quando rientriamo a casa o quando ci svegliamo.

La ragione principale per la quale, in genere, si decide di acquistare

un antifurto wireless per la casa va individuata nel fatto che l'assenza di fili non impone lavori di muratura per il passaggio di tracce e canaline. Gli allarmi senza fili, in effetti, sono discreti e pressoché invisibili: i loro sensori di rilevamento possono essere posizionati dappertutto, siano essi esterni o interni.

Con un antifurto wireless si ha la possibilità di proteggere tutti gli accessi di una casa, dalle porte alle finestre, con sensori di diverso tipo: la distinzione principale è quella tra i sensori di movimento e i contatti magnetici. I dispositivi integrati sono in grado di generare una barriera di rilevamento che copre le aree da proteggere, con i sensori che hanno la capacità di riconoscere gli animali domestici e,

quindi, di non far scattare l'allarme per il semplice passaggio di un cane o di un gatto.

Sicurezza significa sentirsi salvi, al sicuro e protetti. Qualunque sia il livello di protezione di cui abbiamo bisogno, sicuramente la sicurezza è un requisito fondamentale della nostra vita. Per questo dobbiamo farci consigliare da chi lo fa di mestiere in maniera seria, e professionale.

“Ogni individuo ha diritto alla Vita, alla Libertà e alla Sicurezza della propria persona”.
(Dichiarazione Universale dei Diritti dell'uomo, Articolo 3, del 1948).

Fai un Regalo, a Te ed i tuoi Cari, regala la Sicurezza. ■



L'IMPORTANZA DELLA LIBERTÀ

*L'uomo non ha limiti e quando un giorno se ne renderà conto,
sarà libero anche qui in questo mondo.*

(Giordano Bruno)

*La prova basilare della libertà umana non è tanto in ciò
che siamo liberi di fare ma in ciò che siamo liberi di non fare.*

(Eric Hoffer)

*La libertà non è star sopra un albero,
non è neanche il volo di un moscone,
la libertà non è uno spazio libero,
libertà è partecipazione.*

(Giorgio Gaber)

*Le persone chiedono la libertà di parola
come una compensazione per la libertà di pensiero che usano di rado.*

(Søren Kierkegaard)

*Non si potrà mai rendere libero qualcuno.
Si può solo insegnare alle persone ad aprire la porta...
ma sono loro a doverla attraversare.*

(Richard Bandler)

Le persone credono di essere libere, ma sono solo libere di crederlo.

(Jim Morrison)

Non esiste una libertà lenta. La libertà è come una nascita.

Finché non siamo pienamente liberi, siamo schiavi.

Si nasce tutto in un momento.

(Mahatma Gandhi)

*La libertà significa essere liberi dalle cose che non ci piacciono
in modo da poter essere schiavi delle cose che ci piacciono.*

(Ernest Benn)

*La maggiore minaccia per la libertà non sta nel lasciarsela togliere
– perché chi se l'è lasciata togliere può sempre riconquistarla – ,*

ma nel disimparare ad amarla.

(George Bernanos)

La libertà è un dovere, prima che un diritto è un dovere.

(Oriana Fallaci)

**Scopri
all'interno
una preziosa
iniziativa!**

SPECIALE CONDOMINI

HERA IMPRONTA ZERO

Scegli l'energia che non pesa sull'ambiente.

LUCE
100%
SOSTENIBILE

GAS
100%
CO₂ FREE

7% SCONTO
sulla componente di
commercializzazione all'ingrosso
del gas e sul prezzo a copertura
della componente energia.

BONUS FINO A **40 €** SU LUCE E GAS CON LE SOLUZIONI INNOVATIVE*

OFFERTA ECONOMICA A MERCATO LIBERO PER I SERVIZI DI ENERGIA ELETTRICA E DI GAS NATURALE DI HERA COMM E SUE SOCIETÀ CONTROLLATE.

*BONUS DI 20 € SULLA FORNITURA DI ENERGIA ELETTRICA E DI ULTERIORI 20 € SULLA FORNITURA DI GAS NATURALE, IN CASO DI SOTTOSCRIZIONE DI UN PRODOTTO O SERVIZIO DELLA GAMMA SOLUZIONI INNOVATIVE PER OGNUNA DELLE DUE FORNITURE, A SCELTA TRA QUELLI COMPATIBILI.



Per informazioni
scrivere a convenzionihera@gmail.com
oppure chiamare il **327.9190690**

Questa rivista non contiene pubblicità perchè è stata stampata grazie al contributo di:

GRUPPO
VENTURI
LA FORZA DEL GRUPPO AL SERVIZIO DELLA CITTÀ

IMPRESA EDILE

F.lli IARIA srl



RISTRUTTURAZIONI INTERNE ED ESTERNE
COIBENTAZIONI A CAPPOTTO
RISANAMENTO CEMENTO ARMATO
Via Nazionale, 130/2 Pianoro (BO)
Tel. e Fax 051-77.60.24

 **VENTURINGEGNERIA**
www.venturingegneria.it

IDROPROJECT
BONANNO

SPIDERWORK

 **medias** S.N.C.
ORGANIZZAZIONE PER I SERVIZI DI DISINFESTAZIONE

RiCap S.r.l.
www.ricapsrl.it

BELLAURI
SISTEMI DI SICUREZZA ANTICADUTA

 **HERA** servizi
energia

ADD Impianti  S.r.l.
Impianti elettrici civili ed industriali


GIOVANNINI
CONDUZIONE E MANUTENZIONE
CENTRALI TERMICHE E IMPIANTI
SERVIZIO TERZO RESPONSABILE

TABULA

RIVISTA DI ATTUALITÀ, CULTURA GENERALE E INFORMAZIONE IMMOBILIARE



Foto realizzata da Marco Caselli

PERCHE' CI PROFUMIAMO? A PAG. 8
MATTONE SU MATTONE SIAMO ARRIVATI A QUOTA 110 A PAG. 12
"TRESIGALLO: LA CITTA' METAFISICA" A PAG. 20
SUPERBONUS SI! SUPERBONUS NO! A PAG. 22