



Domenica - 30 marzo 2008

Carissimi,

anche in queste settimane pasquali, oltre ai **post quotidiani**, numerosi sono stati gli aggiornamenti della **sezione "Testi" del sito**: guardate il materiale proposto e fatemi avere commenti e suggerimenti. Vi sarete accorti che è stata aggiunta una "pagina" denominata "**Download**", in cui metteremo dei "materiali" che non sono veri e propri "Testi", bensì si presentano in forme varie (anche di dimensioni un po' più grosse del solito).

Di settimana in settimana si aggiungono alla mailing list dei **nuovi utenti-amici registrati**, come pure i **visitatori** non sono pochi: grazie a tutti! Continuate a **contribuire con testi e idee!**

Per sostenere **l'invocazione allo Spirito Santo**, cercheremo di arricchire in questa direzione la sezione "Preghiere".

Auguro a tutti di vivere intensamente il Tempo di Pasqua, in preparazione alla Pentecoste!

don Chisciotte

Un'indagine conoscitiva rivela i dati sull'uso del telefonino da parte dei bambini e dei ragazzi
Domani l'accordo tra ministero della Pubblica Istruzione e operatori della telefonia mobile

"Cellulari in classe sin dai 4 anni" Governo e tlc contro il bullismo

FIRENZE – Il telefonino continua a trillare nelle aule italiane. Nonostante i divieti non si ferma l'uso "esagerato" del cellulare all'interno delle strutture scolastiche. Non solo: i bambini che frequentano le elementari possiedono un proprio telefonino ed alcuni di loro l'hanno avuto addirittura a quattro anni. Questo è il quadro che emerge dall'indagine "Minori e Telefonia Mobile" a cura del Centro Studi Minori e Media, da tempo attivo su queste tematiche in ambito nazionale ed europeo. I dati della ricerca, condotta nelle scuole elementari, medie e superiori di 20 città in dieci regioni d'Italia, con 4.000 interviste tra studenti e genitori, saranno presentati venerdì 14 dicembre nell'aula magna dell'Università di Firenze.

Analizzando lo sviluppo "dirompente" del cellulare e sottolineando una mancata regolamentazione in materia che tuteli bambini e adolescenti, lo studio ha cercato di "appurare il grado di percezione da parte dei minori delle potenzialità ma anche delle criticità collegate all'uso del cellulare e la qualità e la quantità delle informazioni dei genitori".

Bullismo e gestori telefonici. Iniziative comuni per l'educazione a un corretto uso dei telefoni cellulari a scuola. Questo l'obiettivo che vuole raggiungere il ministro della Pubblica Istruzione Giuseppe Fioroni che, dopo [la direttiva](#) sull'uso improprio dei videofonini in classe, firmerà domani un'intesa con gli operatori della telefonia mobile (Telecom Italia, Wind, Vodafone Omnitel NV, H3g). Nel corso della conferenza stampa verranno, inoltre, presentati gli ultimi dati del Numero Verde antibullismo e resa nota la scuola vincitrice della migliore campagna di comunicazione sullo stesso tema che il ministero farà partire da gennaio 2008.

(12 dicembre 2007)

http://www.repubblica.it/2007/10/sezioni/scuola_e_universita/servizi/bullismo-5/indagine-cellulari/indagine-cellulari.html

Chi vive da solo per mangiare spende il 60% in più di chi sta in famiglia
Confezioni monodose e piatti pronti costano di più, ma spesso finiscono nella spazzatura

Più comodità, più costi, più sprechi: radiografia della spesa da single

In Italia sono quasi sei milioni e spendono 300 euro al mese

ROMA – Vanno a caccia di costose confezioni monodose, verdure già pulite e piatti pronti. Ma non sempre riescono a trovarle e così non solo spendono molto più della media, ma sprecano anche molto di più. E' il ritratto del rapporto tra i single e la spesa che emerge da un'analisi della Coldiretti sulla base dei dati Istat relativi ai consumi delle famiglie.

Secondo lo studio, i circa sei milioni di persone che in Italia vivono sole spendono per gli acquisti alimentari circa il 60 per cento in più rispetto alla media delle famiglie, ovvero 299 euro al mese per l'alimentazione a fronte dei 187 euro di un singolo componente di un nucleo familiare. I motivi della maggiore incidenza della spesa sono certamente da ricercare nella necessità per i single di acquistare spesso maggiori quantità di cibo per la mancanza di formati adeguati che comunque anche quando sono disponibili risultano molto più cari di quelli tradizionali.

A incrementare la spesa alimentare – continua la Coldiretti – è quindi anche l'elevata presenza di sprechi perché è più facile cambiare programma all'ultimo minuto oppure dimenticare in fondo al frigorifero la confezione di latte aperto, la mozzarella, la confezione di insalata e altri cibi iniziati, finendo inevitabilmente per buttarli via.

I single sono però – sostiene ancora la Coldiretti – anche un segmento di popolazione con uno stile di vita attento a risparmiare tempo a favore del lavoro e soprattutto dello svago, cosa che privilegia il consumo di piatti pronti a più elevato valore aggiunto che incidono maggiormente sulla busta della spesa. E' grazie a loro che le mini porzioni, i piatti pronti e le verdure in sacchetto hanno fatto registrare un aumento negli acquisti familiari del 4,2 per cento nel 2007, in netta controtendenza rispetto al consumo di verdure in generale (-2,6 per cento).

Si tratta però di una comodità pagata a caro prezzo. Nel caso della verdura in sacchetto pronta per l'uso, ad esempio, il costo è mediamente di poco superiore a 8 euro al chilo, quasi sei volte di più rispetto a quello dello stesso prodotto venduto sfuso. Si moltiplicano inoltre, segnala ancora la Coldiretti, anche i piatti pronti come la pasta precotta con condimento aggiunto per microonde o i sughi monoporzione da 80 grammi. E c'è il boom dei salumi già affettati, i cubetti di pancetta e il formaggio grattugiato, le carote julienne e la pizza surgelata.

(17 febbraio 2008)

<http://www.repubblica.it/2008/02/sezioni/cronaca/spesa-single/spesa-single/spesa-single.html>

Uno studio del professor James della London School of Hygiene ed esperto di obesità
"L'unico rimedio per mantenere in forma la popolazione è ripensare alle strutture urbane"

Corsa, bici e slowfood la città che fa dimagrire

dal nostro corrispondente **ENRICO FRANCESCHINI**

LONDRA – "Benvenuti nella città che vi farà dimagrire". Un cartello del genere, all'ingresso di una qualsiasi città occidentale, ancora non c'è: ma potrebbe o meglio dovrebbe presto esserci, se si vuole evitare una vera e propria "epidemia" di obesità. A sostenerlo è un esperto inglese, il professor Philip James, docente della London School of Hygiene e presidente del comitato internazionale contro il male che minaccia di fare affondare, o perlomeno di rallentare, il cammino del moderno uomo

industrializzato. Le statistiche di ogni paese che ha raggiunto benessere e progresso puntano nella stessa direzione: siamo mediamente sempre più grassi. In America e in Gran Bretagna si prevede che a questo ritmo, entro vent'anni, la maggioranza della popolazione sarà sovrappeso, e tutte le altre nazioni dell'Occidente ricco e civilizzato seguono a ruota. Ma i rimedi indicati fino ad ora per combattere questo fenomeno, ossia mangiare più sano e fare più attività sportiva, sono di per sé insufficienti ad arginarlo, afferma il professor James: è come ammazzare zanzare per bonificare uno stagno. Ciò che serve veramente, secondo lui e secondo un crescente numero di addetti ai lavori, è pianificare le città secondo un nuovo modello, che metta al centro l'uomo e gli spostamenti a piedi o in bicicletta, anziché l'automobile e la continua meccanizzazione di ogni movimento. Città fatte apposta per dimagrire. "Viviamo dentro un ambiente obesogenico", ha dichiarato James parlando a Boston a un convegno della American Association for the Advancement of Science (l'Associazione americana per l'avanzamento della scienza), riporta il Times di Londra, "un ambiente che pianifica tutto attorno all'automobile, ma non solo. Il lavoro è eminentemente sedentario, il tempo libero è basato su svaghi come guardare la televisione, navigare su Internet o giocare ai videogiochi. Ascensori e scale mobili fanno il resto, e perfino apparecchi come lo spazzolino elettrico e l'apriscatole elettrico tendono a farci risparmiare, o meglio evitare, qualsiasi attività". Dare la colpa agli individui perché aumentano di peso, conclude perciò il professore, non è più accettabile: "È un'ingenuità dire alla gente che tutto dipende da scelte salutari dei singoli, quando viviamo in un mondo che contribuisce in ogni modo possibile ad aumentare l'epidemia di obesità". Occorre, piuttosto, ripensare tutto da capo: con percorsi per jogging e per passeggiate ovunque, incoraggiando l'uso di mezzi pubblici, costruendo case di pochi piani ma con scale, facendo parchi ricreativi per attività sportive e motorie, allargando le isole pedonali nel centro delle città, e così via, fino alla rinuncia alla "cultura del telecomando", che ci evita il minimo sforzo, anche quello di alzarsi, di compiere un passo o un movimento manuale.

Qualcuno ci sta già pensando: un rapporto presentato dal professor James al congresso di Boston cita Oslo, capitale della Norvegia, come un buon modello di "slim city", città magra, o che fa dimagrire i suoi abitanti, in cui l'ambiente è strutturato in maniera da scoraggiare l'uso della macchina e incoraggiare le camminate e l'uso della bicicletta. Anche la pianificazione urbana in paesi come Olanda e Danimarca, secondo il medesimo rapporto, comprende maggiori attività fisiche nelle vite quotidiane dei loro abitanti, e difatti coincide con un minore tasso di obesità tra la popolazione. Il 60 per cento di tutti i viaggi compiuti dagli olandesi al di sopra dei 60 anni, per esempio, sono in bicicletta; e soltanto poco più del 10 per cento di tutti gli olandesi fra i 20 e i 60 anni di età sono classificati come obesi. Fare attenzione a ciò che si mangia, andare in palestra o a correre per un'oretta tre o quattro volte alla settimana, naturalmente, è utile, fa bene alla salute e aiuta a non ingrassare, osserva James, il cui messaggio d'allarme ha ricevuto l'appoggio della Associazione Internazionale per lo Studio dell'Obesità: "Ma non basta fare una passeggiatina e bere latte scremato per salvarsi dall'epidemia dell'obesità occidentale. Se uno vuole perdere peso e non riprenderlo dopo pochi mesi, deve cambiare radicalmente stile di vita ed è difficile riuscirci quando tutto il mondo attorno a noi punta nella direzione opposta. Per questo bisogna affrontare il problema alla radice". Con le "città che fanno dimagrire", appunto. Altro che la "Spa".

(19 febbraio 2008)

http://www.repubblica.it/2008/02/sezioni/scienza_e_tecnologia/londra-citta-dimagrante/londra-citta-dimagrante/londra-citta-dimagrante.html