

un mondo più morbido



**EXPO
PIGOTTA®**

La Pigotta
all'Esposizione
Universale per
combattere la
malnutrizione

NUTRIRSI *bene*
NUTRIRSI *tutti*



Metti in tavola l'eleganza.



LOWE PIRELLA

**FOXY GRAN TAVOLA TRAPUNTATI:
GLI ELEGANTI TOVAGLIOLI DI CARTA, MORBIDI COME LA STOFFA.**

Gran Tavola Trapuntati sono i tovaglioli di carta di qualità superiore, così morbidi e consistenti al tatto che sembrano fatti di stoffa. In più, con la loro raffinata trama e la cura dei dettagli, donano un tocco d'eleganza alla tavola apparecchiata. Con Gran Tavola Trapuntati non scegli un semplice tovagliolo, ma un signor tovagliolo.

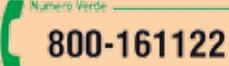


FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.



A marchio **Foxy** puoi trovare una gamma completa di prodotti di carta di alta qualità - *carta igienica, asciugatutto, tovaglioli e fazzoletti* - caratterizzati dall'impiego esclusivo di pura cellulosa vergine e delle più avanzate tecnologie. Scopri tutte le novità sui prodotti e le iniziative **Foxy** sul sito www.foxy.it

Foxy è un marchio di Industrie Cartarie Tronchetti S.p.A., Diecimo (Località Baccanella) 55023 Borgo a Mozzano (LU).

Per informazioni chiama il **Servizio Consumatori Foxy**  **800-161122**

Un Mondo Più Morbido è la rivista che **Foxy** dedica all'iniziativa dell'UNICEF **"Adotta una Pigotta"**, che Foxy sostiene e promuove ininterrottamente dal 2000.



seguici su **Foxy.Italia** 



Per ricevere **gratuitamente** a casa **Un Mondo Più Morbido** è sufficiente compilare e spedire il tagliando riportato nella lettera allegata alla rivista, oppure scrivere a privacy@foxy.it, o telefonare al numero verde Foxy **800-161122**.

Industrie Cartarie Tronchetti S.p.A. ricorda ai lettori che ricevono a casa la rivista **Un Mondo Più Morbido** che è possibile in qualunque momento **richiedere la modifica o la cancellazione del proprio nominativo** dai nostri elenchi scrivendo a: **Industrie Cartarie Tronchetti S.p.A., Ufficio Privacy, Piano della Rocca - 55023 Borgo a Mozzano (LU)**. O inviando una e-mail a privacy@foxy.it, o chiamando il numero verde Foxy **800-161122**.

Comunicazione Speciale - *Un Mondo Più Morbido* - Semestrale di informazione - anno 19 n.1, Giugno 2015 - Autorizzazione Tribunale di Torino - n. 4985 del 14/01/1997 Editore **DM GROUP S.p.A.** Redazione Via Ernesto Nazario 2, 10034 Chivasso (TO) - **Direttore Responsabile** Italo Iuorio - Iscrizione Registro Operatori Comunicazione n. 4521 **Progetto grafico e impaginazione Studio Tank**, www.studiotank.it

Informiamo tutti i lettori, ai sensi dell'art. 13 del decreto legislativo n. 196 del 30 giugno 2003, che i dati personali sono trattati nel rispetto delle disposizioni di legge e degli obblighi di riservatezza cui è ispirata l'attività di Industrie Cartarie Tronchetti S.p.A. I dati personali sono stati raccolti, ai sensi dell'art. 23, in occasione di iniziative informative e promozionali connesse al marchio Foxy o acquisiti attraverso pubblici registri, e sono stati oggetto di trattamento ai soli fini dell'invio della rivista *Un Mondo Più Morbido*. Il trattamento dei dati viene effettuato sia manualmente che elettronicamente e/o telematicamente, con strumenti e modalità idonee a garantirne la sicurezza e riservatezza. **I dati personali non vengono comunque diffusi o comunicati a terzi.** Titolare del trattamento è Industrie Cartarie Tronchetti S.p.A.; il responsabile del trattamento è DM GROUP S.p.A. **In qualsiasi momento è possibile consultare, modificare, cancellare i dati personali** ed esercitare tutti i diritti previsti dall'art. 7 del decreto legislativo, semplicemente scrivendo all'Ufficio Privacy di Industrie Cartarie Tronchetti S.p.A., Diecimo (località Baccanella) - 55023 Borgo a Mozzano (LU). Oppure semplicemente inviando una e-mail a privacy@foxy.it, o chiamando il numero verde Foxy **800-161122**.

4 Il mondo della Pigotta®

6 Expo Pigotta®



8 So Hippie so chic

11 Cucinare a impatto zero



14 Luoghi poco comuni

16 Consumatori si ma consapevoli



18 Tutti di corsa

21 Nutrirsi bene, nutrirsi tutti

22 UNICEF contro la malnutrizione



Il mondo della Pigotta®



LE PIGOTTE® CONQUISTANO IL MARE

Dall'1 al 10 maggio 2015 si è tenuto a Ravenna il **XIX Raduno Nazionale Marinai d'Italia**. Per l'occasione le "pigottare" del Comitato UNICEF hanno realizzato **40 pigotte in divisa di marinaio** che sono state offerte in adozione nel corso dell'evento. Le Pigotte sono state ufficialmente consegnate all'Ammiraglio Paolo Pagnottella, Presidente Nazionale ANMI ed al Contrammiraglio Alessandro Pini in occasione della cena storica "A tavola con la Regia Marina", dalla Presidente del Comitato Bice Evoli Rosetti.



LA PIGOTTA DEL PLUMPYNUT

Arriva dal Comitato UNICEF di Avellino la "**Pigotta del Plumpynut**", la Pigotta che combatte la malnutrizione: la bambola dell'UNICEF ha tra le mani una bustina di plumpynut, l'alimento terapeutico utilizzato per combattere le diverse forme di malnutrizione nei bambini nei paesi in via di sviluppo. La Pigotta del Plumpynut è nata nell'ambito del laboratorio A.M.A. (Amalia, Maria, Adele) del progetto "**Un tocco di...classe**" con le volontarie dell'UNICEF Lena Fioretti e Rossana Farah Spagnuolo.



PIGOTTE RUSSE IN TOSCANA

Un laboratorio speciale di Pigotte realizzato dal Comitato UNICEF di Firenze con la partecipazione delle sartorie AUSER della Toscana si è tenuto alla **79° edizione della Mostra Internazionale dell'Artigianato**, presso la Fortezza da Basso di Firenze. Una master class è stata condotta da una insegnante di eccezione, **Sviatlana Kandratoich**, volontaria del Comitato UNICEF di Firenze, che ha spiegato come creare Pigotte con abiti tipici russi. I laboratori sono stati l'occasione per effettuare una raccolta fondi per i bambini del Nepal.



UN LABORATORIO DI PIGOTTE PER RICORDARE UN AMORE

Chi l'avrebbe mai detto... Tony e Marinella erano volontari del Comitato Unicef di Pescara e si occupavano delle Pigotte. Lavoravano insieme, realizzavano insieme, trasferivano il loro amore, l'armonia di coppia affiatata nel loro impegno quotidiano per l'UNICEF. Poi Tony è mancato lasciando un grande vuoto. Un vuoto che Marinella ha deciso di riempire creando il "Laboratorio Pigotta Tony Dell'Erba". Nel laboratorio oggi si realizzano 10 Pigotte al giorno che vengono esposte nei mercatini, scuole e vetrine di negozi che partecipano al progetto: "Adotta una Pigotta e salvò un Bambino!". Grazie a Tony si è creato un mondo meraviglioso di Pigotte e di tanto amore.



ALL'UNIVERSITÀ DELLE TRE ETÀ

L'Unitre di Lodi, **Università delle tre età**, ha pensato di omaggiare i Docenti dell'anno accademico 2014/15 con una simpatica **Pigotta "Professore"**, accompagnata da una pergamena che ne spiega il significato. Le Pigotte sono state realizzate dal laboratorio del Comitato UNICEF di Lodi e sono state molto apprezzate dai docenti Unitre che gratuitamente mettono a disposizione tempo e competenza. Un duplice lodevole risultato per l'Unitre di Lodi: da un lato sensibilizzare i propri collaboratori e studenti sui temi dell'infanzia e della solidarietà, e dall'altro aiutare concretamente i programmi di vaccinazione dell'UNICEF con l'adozione di oltre 10" bambole di pezza". Un altro tassello di bontà e simpatia per un mondo sempre più morbido e solidale.

Stefano Taravella, direttore Unitre di Lodi

EXPO PIGOTTA®



Davide Oldani

"Solo con dei grandi prodotti di qualità si può fare grande cucina e una cucina del benessere"

il PULCINO

"La sana e corretta alimentazione è fondamentale"



la CAROTA

"Parole chiave:
Ambiente, Agricoltura,
Alimentazione e Vita"



la CILIEGIA

"Riuscire a garantire cibo sano, sicuro e sufficiente per tutti i popoli"

Per chi ancora non lo sapesse "Feeding the Planet" è il tema di Expo 2015 a Milano. Un tema importante, a tratti complesso, molto affascinante che punta l'attenzione sull'ambiente in cui viviamo, sulle sue risorse, sulle nostre risorse: quelle che consentono la vita sul nostro pianeta, quelle che determineranno il futuro di intere generazioni. Ambiente, Agricoltura, Alimentazione, Vita: queste le parole chiave di una kermesse culturale internazionale che ha lo scopo di sorprendere per far conoscere, di stupire per educare, di emozionare per sensibilizzare. Sana e corretta alimentazione e cucina, territorio e biodiversità,

diritto al cibo ed enogastronomia, sostenibilità e fame. Di tutto ciò parla EXPO 2015 e in questo contesto di grandissima eco mondiale spunta una piccola bambola di pezza, la Pigotta dell'UNICEF. Spunta, così, con i suoi vestiti colorati con le morbide forme di frutta e verdura per ricordare che la sana e corretta alimentazione è fondamentale per una crescita corretta di un bambino. Ma spunta, soprattutto, per ricordare che gli interventi salvavita che l'UNICEF ITALIA finanzia con l'iniziativa ADOTTA UNA PIGOTTA sono mirati, anche, a combattere la malnutrizione infantile grave e acuta nei paesi poveri del mondo. Un bambino malnutrito ha un rischio molto più

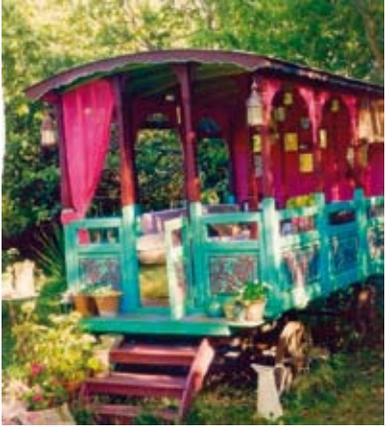
elevato di contrarre le malattie killer dell'infanzia, un bambino malnutrito ha compromesso il suo sviluppo fisico e intellettuale e quindi il suo futuro. Ogni anno la malnutrizione incide - direttamente o indirettamente - su quasi metà della mortalità infantile globale pari a 6,3 milioni di morti all'anno tra bambini da 0 a 5 anni (stima 2014). Le EXPO Pigotte saranno in mostra a Luglio e Ottobre presso Palazzo Italia in EXPO 2015: divertenti, colorate, speciali per il loro richiamo all'alimentazione. Tutti i visitatori potranno vederle e, se lo vorranno, potranno contribuire alla grande battaglia dell'UNICEF contro la mortalità infantile.

L'iniziativa PIGOTTA® di UNICEF ITALIA

Con l'iniziativa Pigotta, l'UNICEF ITALIA, in 16 anni, ha contribuito a raccogliere **più di 26 milioni di euro** e a salvare **oltre 1 milione e 250 mila bambini** in Africa Centrale e Occidentale. Grazie a migliaia di volontari dell'UNICEF, in tutta Italia, solo lo scorso Natale, sono state date in adozione circa **80.000 pigotte** contribuendo a raccogliere **più di 1 milione e 500.000 euro**.

PIGOTTA® al Padiglione Italia

Dal 1 al 16 Luglio e dal 9 al 24 Ottobre 2015, l'UNICEF sarà al Padiglione Italia per sensibilizzare grandi e piccoli sulla corretta e sana alimentazione e per ricordare che basta poco per aiutare l'UNICEF nella sua azione contro la malnutrizione. Con la Pigotta si scoprirà cosa serve a un bambino per crescere sano e forte, cosa occorre mangiare per uno sviluppo corretto e cosa fa l'UNICEF quando scopre che un bambino ha ritardi della crescita perché non mangia a sufficienza.



so

Hippy

so chic

Un grande ritorno sulle passerelle primavera/estate



1. Kennet Jay Lane
- 2/4/7. Etro
3. Charlotte Olympia
5. Tim Ryan
6. Antik batik
8. Emilio Pucci
9. Elle Vintage
10. Philipe Treacy

Cantavano "All you need is love, love. Love is all you need." Erano i Beatles, che certo non potremmo definire esattamente dei "figli dei fiori". Anch'essi, però, furono presto influenzati dalla potente capacità innovativa e anticonvenzionale del movimento degli hippy (Fate l'amore e non fate la guerra è uno degli slogan universalmente riconosciuti che il gruppo londinese reinterpreta) che a partire degli anni '60 ha radicalmente cambiato la cultura contemporanea attraverso la musica, l'arte, il cinema, la letteratura. E anche attraverso la moda. Pacifisti, ambientalisti, coloratissimi, psichedelici, alla continua ricerca della libertà, eterni

sperimentatori, erano facilmente identificabili: capelloni, pantaloni a zampa, occhiali tondi, zeppa, colori sgargianti e stampe a fiori. Un'epoca rivoluzionaria, che ha segnato il futuro delle nuove generazioni e che anche i più grandi marchi moda, come **Etro**, **Bluemarine**, **Emilio Pucci**, hanno voluto interpretare immergendosi nella caleidoscopica estetica hippie bohémien che fa tanto libertà, rendendola anche chic. Linee essenziali, asciutte e pulite degli abiti ad "A" o a trapezio, a tinta unita o a blocchi di colore oppure, più romanticamente, fiori, linee sinuose e classiche. I tessuti sono leggeri con sfumature delicate per caftani, camicie, abitudini e long dress abbinati ad accessori ben in vista, occhiali rotondi e oversize, cappelli con

grandi visiere dai lineamenti morbidi e borsette con le frange. Salutiamo, momentaneamente, i leggings e il pantalone a sigaretta che hanno dominano negli ultimi anni e diamo un entusiastico bentornato ai pantaloni "a palazzo" e agli shorts, rigorosamente a vita alta che possiamo indossare su sandali alla francescana, ma meglio con scarpe o zoccoli a zeppa alta o con i particolarissimi tacchi cubici dell'epoca. Il look non sarebbe completo senza il giusto haircut. In fondo non a caso li chiamavano capelloni. Evidentemente, il concetto di libertà passa anche attraverso le chiome. E allora lasciamole libere, spettinate e adorate da righe in mezzo o imperfette. Se volete, metteteci qualche fiore, male non sta!



FLOWER POWER



Il fascino del colore e la freschezza del profumo, per dare più personalità al tuo bagno. **Foxy Bouquet** è la sola carta igienica colorata e profumata in coordinato, disponibile in tre esclusive varianti: Armonie di lavanda, Petali di rosa, Romantico Lillà.

Foxy Bouquet. Colora il tuo mondo.



DECORAZIONE D'INTERNI.

FOXY BOUQUET. COLORA IL TUO MONDO.

Una casa si giudica anche dal bagno. E allora perché non dargli quel tocco in più d'eleganza e ricercatezza, nel modo più semplice che ci sia. Foxy Bouquet è la prima e unica carta igienica colorata. Con i suoi toni vivaci e le delicate profumazioni si adatta perfettamente ad ogni stile. Colora il tuo mondo con Foxy Bouquet. Se per te la carta igienica è sempre stata bianca, preparati a fare uno strappo alla regola.



FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.



CUCINARE A IMPATTO ZERO

Nell'anno dell'**Esposizione Universale** dedicata al tema dell'alimentazione, non possiamo non accettare la sfida contro gli sprechi e orientarci verso una cucina più sostenibile per il pianeta.

Basta adottare comportamenti virtuosi che possono migliorare la condizione generale del pianeta, ma anche più semplicemente l'economia domestica. Ricordiamoci, intanto, che **evitare di sprecare cibo vuol dire non sperperare le risorse, eliminare rifiuti e salvaguardare il portafoglio di ogni famiglia.**

Il primo dei comportamenti virtuosi suggerito è sicuramente acquistare ciò che realmente consumeremo e imparare ad allungare la vita dei prodotti alimentari conservandoli al meglio. L'aspetto più creativo e innovativo dell'argomento riguarda l'utilizzo degli scarti alimentari in cucina.

A ben pensarci si tratta di un viaggio nel tempo, un ritorno all'epoca dei nostri nonni che, per causa di forza maggiore, non buttavano via niente. Neanche le bucce!

Osservate il vostro cestino dell'umido e guardate attentamente cosa avete buttato via. Buccia e torsoli di frutta?! Lo sapete che la maggiore concentrazione di sostanze nutritive si trova proprio nella buccia e nei torsoli della frutta? La prossima volta che starete per buttarle via non sarete più gli stessi. Invece di buttarli via, li laverete bene e li utilizzerete per degli ottimi energizzanti centrifugati. Cosa c'è ancora nel cestino?...

LA BUCCIA DI PATATA



La buccia delle patate può diventare un antipasto o contorno sfizioso. Ecco come:

Preparate una pastella con **100 grammi di farina**, aggiungerete piano piano **125 ml di birra fredda** in modo che reagisca con l'olio bollente, e amalgamate fino a renderlo un composto omogeneo non troppo liquido e non troppo solido. Immergete le **bucce di patate** ben lavate e asciutte. Aggiungete alcune **foglie di salvia** e frigate in olio bollente.

I TORSOLI E LE FOGLIE

Spesso buttiamo via i torsoli e le foglie di verdure come i broccoli che possono invece utilizzati in modi diversi. Ad esempio per preparare il condimento per una squisita pasta.

Preparate il sugo in una padella ampia con **olio d'oliva**, **tre spicchi d'aglio** schiacciato, **acciughe** sott'olio sminuzzate, un fondo di **prosciutto crudo** avanzato tagliato a dadini, un **pomodoro di scarto**, **tre peperoncini piccanti**, i **gambi e le foglie dei broccoletti** tagliati finemente. Fate cuocere a fuoco moderato. Quando le verdure saranno appassite, sfumate con mezzo bicchiere di vino bianco e proseguite con la cottura. A parte lessate della pasta, preferibilmente corta, scolatela al dente e ultimate saltandola in padella con il sugo.



IL PESCE AVANZATO



Se invece vi capita di avere il pesce al forno avanzato dal giorno prima, potete cimentarvi in una ricetta tipica della cucina provenzale.

Mettete l'**olio d'oliva** in una casseruola alta, aggiungete **mezza cipolla**, **due spicchi d'aglio**, un **rametto di rosmarino**, **due pomodori**, mezzo bicchiere di **vino bianco**, un **pizzico di paprika**, uno di **peperoncino** e una **bustina di zafferano**. Fate cuocere a fuoco moderato fino a cottura delle verdure. A questo punto potete aggiungere il **pesce avanzato**, sommariamente ripulito dalle spine. Aggiungete il **brodo di pesce** (si ottiene anche con dado di pesce) e fate sobbollire a lungo. Infine, frullate e servite con crostini di pane raffermo saltati in padella con olio e sale aromatico e con salsa rouille, ottenuta unendo alla maionese un po' di peperoncino in polvere, zafferano e paprika. Per chi lo apprezza, potete aggiungere dell'aglio schiacciato.



Ditelo con i fiori. Fritti.

Fantasia in Tavola

I tovaglioli **Foxy Happy Hour** donano un tocco speciale a qualunque apparecchiatura. Con le esclusive decorazioni e la particolare stampa centrata possono essere anche dei perfetti sottobicchieri.

Foxy Happy Hour.
L'eleganza a portata di mano.



CARTAPAGLIA FOXY: PERFETTA CON IL FRITTO, PERFETTA CON TUTTO.

Potete usarla per i fritti. Potete usarla come tovagliolo. Potete usarla per asciugare. Potete usarla per pulire. Potete usarla come volete: Cartapaglia Foxy vi assicurerà sempre un risultato straordinario. Perché con le sue cellulose accuratamente selezionate e la nuova trama con vortici superassorbenti, Cartapaglia Foxy è ancora più morbida e più resistente. Cartapaglia Foxy: l'asciugatutto a prova di fritto, l'asciugatutto a prova di tutto.



FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.



Bici&Radici, Milano

La Cité, Firenze



Zoo, Bologna

Luoghi POCCO COMUNI

Locali e negozi "doppio uso"

Può capitare pedalando per la città di forare incidentalmente una gomma, di restarci male e arrivare in ritardo ad un appuntamento. Se tutto ciò dovesse capitare a Milano, in zona navigli, sarebbe diverso. Chiameremmo l'amico felici di spostare l'incontro in via Vigevano 43 dove Matteo e Gianluca di **"Ciclosfuso"** ci riparerebbero la bicicletta mentre degustiamo un ottimo vino sfuso in un ambiente accogliente, circondati da modelli di biciclette vintage o super-innovative da mettere nella prossima lista dei desideri. Oppure se ci siamo dimenticati del compleanno di un amico e non abbiamo tempo di trovare un regalo, potremmo fermarci un attimo a bere un aperitivo (**Vinile - Round about music, art, wine & food**) giusto per chiarirci le idee e, mentre la musica dal vivo inizia a rilassarci, il nostro sguardo potrebbe essere attratto dalla copertina di un vinile del gruppo preferito dal nostro amico. Tombola! Lo faremmo incartare con la gioia insperata di aver evitato l'ennesima figuraccia. Sì, può accadere. Non è una novità, nel mondo esistono tanti luoghi non comuni, locali "promiscui" da decenni. Ma in questi ultimi anni la loro diffusione sta diventando una tendenza in cui la cooperazione e la sinergia tra entità diverse crea un nuovo modo di proporre e far fruire i luoghi pubblici.



Vinile, Milano



Deus ex Machina
a Milano

Moto, biciclette, surf, abbigliamento e barbershop uniti dalla passione...e da un Café

Fondere elementi diversi, mescolare, mischiare. Un'alchimia che dà come risultato una nuova identità del tutto originale. Entrando dal panettiere non aspettatevi di trovare solo del pane. Potreste trovarvi in vetrina dei manufatti di un designer emergente (cityframe.it).

Luoghi dinamici che vivono in continua evoluzione le giornate, dove il Food incontra il Fashion (**Verger**), dove un bistrot convive con una boutique di maglieria rigorosamente in cashmere diventando un luogo di incontro della Milano trendy. Luoghi sociali per la sostenibilità ambientale come **"Bici&Radici"** dove tutto ruota intorno al mondo della bicicletta e alla cultura del verde.

Se vi trovate a Torino potete immergervi in un'atmosfera parigina visitando il **Liù Bistrot**. Un sogno per le donne che sanno apprezzare il piacere dello shopping e del relax immerse in uno spazio adorno di fiori e dove si può gustare la cucina francese preparata al momento dallo chef. Se invece avete figli, non potete non visitare a Bologna un luogo magico che si chiama **Zoo**. Un po' pasticceria, un po' libreria, un po' negozio di giocattoli, un po' laboratorio creativo. Ci si può divertire molto. Nel cuore di San Lorenzo a Roma c'è il **Baràbook** che propone cultura, musica, ottimi vini e cibo e dove ogni domenica c'è Biblibrunch, il brunch letterario, a base di salumi, formaggi, insalate, zuppe, torte rustiche e dolci fatti in casa. A Firenze trovate la **Cité**, una libreria indipendente, dall'atmosfera dei caffè letterari. Tra una chiacchiera e l'altra si gustano ottimi vini tra cui Rosso biologico della casa premiato con Due Bicchieri dal Gambero Rosso 2011. Ogni lunedì si ascolta jazz, ogni martedì vanno in scena presentazioni, reading e incontri, mentre il mercoledì sera è dedicato allo swing per chi vuole ballare, il giovedì al Teatro di Strada, il venerdì e il sabato ai concerti.

Un rotolo fuori dal comune!

Foxy Cartapaglia Master è il miglior alleato in cucina: assorbe, asciuga e molto altro. Inoltre il suo formato bobinetta lo rende pratico e conveniente, con i suoi **150 strappi** di grandi dimensioni.



**Foxy
Cartapaglia Master.**
*Un solo rotolo,
mille usi in cucina*

CONSUMATORI SÌ, MA CONSAPEVOLI

Complice la crisi economica mondiale, una più diffusa consapevolezza dell'impatto ambientale e l'allarme sfruttamento delle risorse, siamo diventati consumatori più attenti. Siamo diventati consumatori critici in grado di riconoscere la qualità di un prodotto attraverso alcune caratteristiche nelle modalità di produzione, come ad esempio la sostenibilità ambientale, l'eticità del trattamento accordato ai lavoratori, il sistema di valori delle società produttrici.

Velocemente, sempre più velocemente (le nuove tecnologie lo consentono) abbiamo sviluppato una ancora maggiore consapevolezza e sviluppato una forma di economia ancora più evoluta: la **sharing economy o consumo collaborativo**. Un nuovo sistema economico che può contribuire a creare un nuovo tessuto umano e sociale, dove le piattaforme Internet sono lo strumento principale, tanto quanto la partecipazione consapevole.

LETTURA CONSIGLIATA

Mi fido di te di Gea Scancarello. Una guida completa di tutte le possibilità offerte da questa nuova filosofia di vita con l'elenco e l'esperienza diretta dell'autrice delle piattaforme collaborative diffuse in tutto il mondo per viaggiare, dormire, mangiare e spostarsi.



AUTO condivisione dei mezzi privati



Uno dei più diffusi sistemi di sharing economy è sicuramente la **condivisione dei mezzi privati**. La benzina costa troppo, mantenere una macchina anche e dal bisogno "reale" di muoversi sono nati i sistemi di car sharing come **Car2Go, Enjoy e Twist**. Oppure ci si può muovere mettendosi in contatto

con persone che hanno bisogno di un passaggio condividendo le spese, attraverso le piattaforme **BlaBlaCar** www.blablacar.it (utilizzabile anche in altri paesi europei) e **Carpooling** www.carpooling.it. Un modo per risparmiare, ma anche per conoscere persone e fare nuove esperienze.

CASA

viaggiare abbattendo i costi



Si può viaggiare abbattendo i costi di viaggio e si può fare altrettanto con il soggiorno utilizzando i sistemi di scambio casa. La piattaforma più conosciuta che consente lo scambio è **ScambioCasa**, ma si può addirittura trovare un posto letto gratis in ogni parte del mondo iscrivendosi a **Couchsurfing, BeWelcome, Nightswapping, Trampolinn**. Oppure si può decidere di affittare la propria di casa su **Airbnb, Roomorama, HomeAway, Tripping e Homestay**.

CIBO

abbattere lo spreco alimentare

Ancora più rivoluzionarie sono le piattaforme di condivisione di cibo per abbattere lo spreco alimentare. L'80% di ciò che viene gettato è ancora buono e consumabile. Per questo sono nati in Germania i **foodsaver** (salvatori del cibo). Il **foodsaving** consiste nell'andare a frugare tra gli scarti dei supermercati per selezionare quello che è ancora buono e consumabile. Frutta e ortaggi, prodotti in scatola con confezioni rovinate, latticini che spariscono dagli scaffali prima della scadenza. Un'organizzazione ferrea che racimola tutto e lo mette a disposizione della collettività. Si può anche decidere di trasformare la propria casa in un ristorante occasionale con **Gnammo, EatWith, Cookening** e guadagnarci qualcosa oltre che allargare la propria cerchia di amicizie.



Conveniente per tutti. Anche per l'ambiente.

Una confezione da 2 rotoli di asciugatutto **Foxy Mega** contiene ben **220 fogli**: più di 4 rotoli di un normale asciugatutto tradizionale. Ma ingombra di meno, così si risparmia anche sui materiali di confezionamento e sui camion necessari al trasporto.



Foxy Mega.
Dura più del doppio, conviene di più.

I ♥ Running

Tutti di corsa

Chi inizia a correre non riesce più a smettere. Il merito è delle endorfine e della loro capacità di regolare l'umore. Durante situazioni di affaticamento fisico, il nostro cervello rilascia queste sostanze che hanno la capacità di regalare piacere, gratificazione e felicità, aiutandoci a sopportare meglio lo stress, riducono l'ansia e controllano l'appetito. Questo

spiega la sensazione di euforia e di benessere che colpisce chi pratica un po' di attività fisica. Inoltre, correre è anche un'occasione per vedere il mondo da un punto di vista diverso. Correre può essere un modo diverso di fare il turista, offre l'occasione di scoprire le città da un altro punto di vista, dà la sensazione immediata di appartenere al luogo.



PER CHI VUOLE GIRARE IL MONDO

Runtheworld porta gli amanti della corsa nei luoghi più belli del pianeta, dove la natura regna sovrana: In **Islanda** tra vulcani, ghiacciai e geyser, in **Messico** percorrendo La Carrera de Baja tra cactus giganteschi e un affascinante deserto. In **Uganda** tra le foreste per vedere i rarissimi gorilla di montagna. C'è poi il **Sicily volcano trail**, Vulcano, Stromboli ed Etna e il blu infinito del mediterraneo.



Londra

Londra, una delle migliori città al mondo per fare footing, dove potete incontrare come compagni di corsa numerosi scoiattoli che saltellano in **Hyde Park**. Chilometri di strade, lungofiume, parchi e canali che si prestano a essere scoperti così, di corsa. Da **Regent's park**, a **St.James' Park** passando davanti a **Buckingham Palace**; da **Victoria Park** a **Battersea Park**.

Parigi

Parigi offre percorsi diversificati: lunghi e dritti nei suoi boulevards, tortuosi nei **quartieri di Saint Germain**, salite ripide con scalinata trionfale su **Montmartre** e, naturalmente, i parchi come **Bois de Boulogne**, il parco più esteso di Parigi. Selvaggio e naturale, dà la sensazione di correre nella campagna francese mentre in realtà ci troviamo a pochi chilometri dalla Tour Eiffel. Al suo interno ci sono molti "jardin", svariate varietà di flora e fauna, zone boschive, prati, anatre, cigni e anche uno zoo.

Barcellona

Nel cuore di **Barcellona** potete immergervi nel verde de la **Ciudadella** che offre un percorso sterrato con un circuito di 2.135 metri. Percorrendo il **parco di Montjuïc** potete ammirare anche le bellezze architettoniche come il **Castello**, la **piscina Olimpica**, il **Museo di Arte Nazionale della Catalunya**, la **Torre Calatrava**. Da **Plaza del Glories** parte un circuito di 2.600 metri detto **Diagonal Mar** che arriva fino alle spiagge e dove potete continuare sul lungomare.

Berlino

Anche **Berlino** si presta al turismo di corsa vantando una grandissima quantità di parchi. Nel **parco Schöneberg-Wilmersdorf** si parte da **Innsbrucker Platz** e si arriva a **Heidelberger Platz**, circa 8 km di percorso vario e bello, totalmente immerso nel verde. Oppure si può correre lungo il perimetro del **lago Schlachtensee**, un percorso ideale soprattutto d'estate da concludere con un meritato tuffo nel lago.

Roma

Nonostante **Roma** sia più famosa per il traffico, i percorsi che offre per i runner sono unici e suggestivi. Tra le meraviglie del centro l'emozione è tra i viali alberati di **Villa Borghese**. Con tanta bellezza la fatica si sente di meno mentre l'euforia aumenta. Il percorso del **parco della Caffarella** sa più di avventura e natura, mentre chi ama correre in tutte le condizioni, non può perdersi il **parco di Monteverde**. A **Villa Ada** (nord della città) si possono scegliere diversi percorsi e lasciarsi affascinare dal suggestivo panorama e dal meraviglioso laghetto.

La praticità a misura di runner

Tutta l'utilità e la comodità di avere un fazzoletto sempre con sé, ma con un ingombro ridotto al minimo. I fazzoletti **Foxy Mega**, con il loro innovativo sistema di piega, offrono la stessa qualità ma occupano il **30% di spazio in meno!** Così sono più comodi e pratici; perfetti da portare sempre con te.



Foxy Mega.
I fazzoletti intelligenti.



Foxy Mega.
Grande anche nello stile.



LOVE PIRELLA

LASCIATI CONQUISTARE DAL ROTOLONE CHE
UNISCE QUALITÀ ED ELEGANZA.

Con Foxy Mega oltre alla comodità di un rotolo che dura più del doppio, darai al tuo bagno un tocco di stile grazie alla sua stampa raffinata disponibile in tre diversi motivi floreali. Un altro piccolo colpo di genio di Foxy, che ha saputo unire in un rotolone praticità ed estetica.



FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.

Nutrirsi BENE Nutrirsi TUTTI

UNICEF LANCIA
LA CAMPAGNA
AD EXPO 2015

In occasione di EXPO 2015, UNICEF ha lanciato la campagna "Nutrirsi bene Nutrirsi tutti". Il 16 e 17 maggio in piazza, a Luglio e Ottobre presso Palazzo Italia in EXPO 2015, nelle scuole e nuovamente in piazza il 3 e 4 ottobre, UNICEF sensibilizzerà i bambini e le loro famiglie alla corretta e sana alimentazione. In un bellissimo leaflet i protagonisti di Elfoodz, personaggi della serie animata ideata da Simona Ferri, affrontano i temi della nutrizione e danno i consigli ai più piccoli per scoprire il modo giusto di mangiare per crescere forte e rigoglioso come un albero, ma anche spiegano cosa è la malnutrizione, chi colpisce e come l'UNICEF la combatte.

Con la campagna **Nutrirsi Bene Nutrirsi Tutti** si racconta che la varietà e il bilanciamento degli alimenti, il corretto apporto di acqua e delle sostanze nutritive uniti all'attività fisica all'aria aperta sono gli ingredienti per una sana crescita. Ma chi non mangia o non ha da mangiare a sufficienza, o lo fa in modo errato e malsano si ammala. E in queste circostanze, nei paesi in via di sviluppo, l'UNICEF interviene. Per curare la malnutrizione l'UNICEF utilizza alimenti terapeutici che consentono il recupero di peso in poco tempo. Si tratta del **latte terapeutico** e del **Plumpynut**: quest'ultimo è un alimento cremoso e gustoso che contiene farina di arachidi, zucchero, grassi vegetali, sali minerali, vitamine e proteine. Si trova in bustine pronte all'uso e si può succhiare direttamente dalla confezione in modo tale da non dover essere diluito in acqua, evitando così eventuali contaminazioni con acqua impura.

Un bambino colpito da malnutrizione acuta grave,



la forma più pericolosa, ha bisogno di tre bustine al giorno per 8 settimane per uscire dalla fase di pericolo di vita. Un intervento semplice ma fondamentale per la sua sopravvivenza e il suo futuro. **Per "Nutrire tutti" UNICEF ha bisogno del sostegno di tutti. Basta poco. Una bustina di Plumpynut costa pochi centesimi ma può salvare la vita di un bambino.**
<http://www.unicef.it/web/malnutrizione/index.html>



UNICEF

CONTRO LA MALNUTRIZIONE

Mentre il paradosso alimentare apre grandi interrogativi e fa discutere il mondo, UNICEF da quasi 70 anni, ogni giorno, lavora per ridurre al minimo gli effetti della malnutrizione che, nei paesi in via di sviluppo, espone i bambini a un più serio rischio di morte e allo sviluppo di gravi malattie derivanti da comuni infezioni infantili. Dietro la morte di un bambino per dissenteria o polmonite, c'è spesso una storia di malnutrizione trascurata. Nell'assoluta preponderanza dei casi, colpisce lentamente e silenziosamente, rallentando lo sviluppo fisico e intellettuale del bambino, provocando ritardi permanenti ed erodendo la capacità dell'organismo di reagire con successo alle infezioni. La malnutrizione non è dovuta soltanto alla mancanza di cibo. La sua prevenzione e cura richiede di più che la sola disponibilità di alimenti di qualità; **lo stato nutrizionale infantile è determinato da 3 fattori più ampi: cibo, salute, cure adeguate** e risulta ottimizzato quando i bambini e le loro madri hanno accesso ad alimenti che siano economicamente sostenibili, vari e nutrienti; ad appropriate pratiche di cura

maternali ed infantili; ad adeguati servizi medico-sanitari; ad un ambiente salutare che includa acqua sicura, servizi igienici di base e buone pratiche igieniche. Di fatto quindi **la malnutrizione infantile rappresenta uno dei problemi sanitari prioritari a livello mondiale**: più di 200 milioni di bambini soffrono di qualche forma di malnutrizione; circa 1 bambino su 4 sotto i 5 anni (165 milioni) soffre di malnutrizione cronica; circa il 45% delle morti infantili ha come causa concomitante la malnutrizione. Le cause di fondo della malnutrizione sono riconducibili alla povertà, alle carenze dei servizi sanitari e di assistenza a livello di nuclei familiari, alla fragilità dei sistemi di sicurezza sociale, soprattutto dinanzi a possibili, ricorrenti emergenze (siccità, alluvioni, migrazioni, conflitti). Inoltre, l'aumento dei prezzi dei generi alimentari pone costantemente a rischio la sicurezza alimentare nei paesi in via di sviluppo: molti beni alimentari, per i loro bassi prezzi, hanno invaso in passato i mercati di molti paesi, che sono diventati dipendenti da questi alimenti importati, distruggendo in molti casi la produzione agricola locale.

La battaglia dell'UNICEF

L'UNICEF sostiene che è necessario promuovere politiche, servizi e cure per le donne fin dalla gravidanza e investire nella istruzione femminile. La battaglia contro la malnutrizione si può vincere ma i progressi sono ancora lenti. Per l'UNICEF è necessario investire nei primi 1000 giorni di vita di un bambino in quanto fondamentali. Una alimentazione inadeguata ha infatti conseguenze irreversibili. La lotta alla malnutrizione si traduce nella promozione di interventi essenziali per la nutrizione come: l'allattamento al seno, una appropriata alimentazione complementare, una alimentazione terapeutica per i bambini gravemente malnutriti (latte terapeutico e Plumpynut), una particolare cura all'alimentazione materna, il controllo dell'anemia e della carenza di iodio, la somministrazione di vitamina A. Il tutto attraverso la fornitura di attrezzature e interventi mirati e il supporto sia ai programmi nutrizionali a base comunitaria sia alle ONG, per garantire che i servizi nutrizionali raggiungano le regioni più a rischio.



EMERGENZA NEPAL

SALVIAMO I BAMBINI COLPITI DAL TERREMOTO.

È una corsa contro il tempo. In Nepal milioni di bambini hanno urgente bisogno di aiuto. Molti di loro sono feriti, senza casa, a rischio di malattie perché non hanno acqua potabile e servizi igienici. Altri sono orfani o separati dalle famiglie.

L'UNICEF sta rispondendo all'emergenza con acqua, medicinali, attrezzature igienico-sanitarie e tende per ospedali da campo, centri di accoglienza e scuole temporanee.

I bambini del Nepal hanno bisogno del tuo aiuto.

DONA ORA ALL'UNICEF:

- Con carta di credito sul sito www.unicef.it
- Cc postale 745000 causale "Emergenza Nepal"
- Bonifico bancario su Banca Popolare Etica
IBAN: IT 51 R050 1803 2000 0000 0510 051

- Presso i Comitati Locali dell'UNICEF.
Trova l'indirizzo su www.unicef.it/comitati

• Numero verde
Numero Verde
800-745000

unicef 



ULTRA
Assorbente

FOXY ASSO ULTRA. BASTA UNO STRAPPO.

Foxy Asso Ultra è l'asciugatutto dalle grandi capacità. Merito dei suoi 3 veli e dei Vortici Superassorbenti che garantiscono un elevato standard di assorbenza e resistenza. Ecco perché ne basta un solo strappo. Foxy Asso Ultra. Assorbe di più, consumi di meno.



FOXY. PICCOLI COLPI DI GENIO.