

CAMMINARE FA BENE ALLA DEMOCRAZIA Questo il nome del prezioso e combattivo giornale di informazione in rete «sulla città, i diritti dei pedoni, la cura dei luoghi, il rallentamento e la riduzione del rumore» diffuso a Perugia. www.vocinrete.it

A ROMA IL DETERSIVO DIVENTA BIO E SOLIDALE Presso le botteghe romane Perunmondosottosopra [via Gonzaga] e Equamente [piazza della Trasfigurazione] si vendono detersivi biologici e solidali alla spina per ogni uso. www.aiab.it

LA CAVIA

In difesa del macrobiotico

CONTINUA LA QUERELLE SUL MACROBIOTICO. Ci scrive Gianni Mattioli [citiamo ampi stralci]: «Ho letto con stupore, su Carta, il racconto dell'esperienza di un pasto de La Cavia presso uno dei ristoranti romani dell'associazione Un Punto Macrobiotico. Stupito per la descrizione dell'ambiente funereo e dei 'commessi smunti e tristi'. La Cavia non ci dice in quale, dei tre ristoranti romani, abbia consumato il suo malinconico pasto, ma, da frequentatore abituale di via Moricca e di via dei Volsci, sono abituato alla gentile vivacità dell'uno e all'inevitabile, allegro 'casino' dell'altro, preso d'assalto da una folla di studenti – e non solo [Sabina Guzzanti!] – che si mettono in coda per mangiare. E posso capirlo, perché un pasto completo costa, per studenti o per pensionati, non più di 4 euro. Quanto alla teoria Yin e Yang essa è ormai materia di ricerca in tante università, per i notevoli risultati conseguiti sia in materia di prevenzione, ma anche di terapia, per esempio proprio per la cura del diabete. Il principio è assai semplice e si enuncia così nei termini della nostra cultura scientifica: la corretta alimentazione è quella che non altera il pH [cioè la concentrazione degli ioni H+] del sangue; l'affaticamento - e perciò l'ammalarsi - degli organi del nostro corpo derivano in grande misura dallo sforzo di ripristinare la normalità di tale concentrazione. Questo movimento è cresciuto dietro l'impulso di Mario Pianesi, che quarant'anni fa era uno di noi, nella sinistra extraparlamentare, e nello stesso tempo si era messo a studiare i testi di Georges Ohsawa, il medico giapponese che ha riproposto queste teorie». De gustibus...

cavia@carta.org



CONSUMI

Quel calore dei doppi vetri

GLI INTERVENTI per ridurre le emissioni effettuati a Los Angeles e Chicago, hanno dimostrato che un 10 per cento in meno di tossicità dell'aria porta a una riduzione del 30 per cento delle patologie più diffuse causate dall'inquinamento [malattie respiratorie e cardiache, asma] trasformandosi in un vantaggio anche economico per le amministrazioni e per i cittadini. Per ridurre, ad esempio, del 10 per cento la perdita di calore dei caloriferi collocati lungo i muri che danno sull'esterno di una casa, basta inserire un pannello di materiale isolante, termoresistente, atossico e ignifugo tra il calorifero e il muro. Un altro micro-intervento che aiuta a diminuire la dispersione del calore è l'installazione di doppi vetri termici, che sono dotati, tra i due strati, di un'intercapedine in cui si trova aria secca, la quale riduce la dispersione di calore verso l'esterno. Questi e altri suggerimenti sono diffusi on line dal progetto «Vado al minimo. Spreco meno, vivo meglio», promosso da alcune ong, associazioni, cooperative, studiosi [come Luca Mercalli] del Piemonte e destinato a coinvolgere enti locali e cittadini.



www.vadoalminimo.org

PER NON DIMENTICARE, STORIA E DOCUMENTI DI UN DRAMMA ETNICO DEL XX SECOLO.

Lechiavi del tempo

In edicola il 9 febbraio in occasione dell'anniversario della tragedia delle foibe a soli 7,50 € in più rispetto al prezzo del quotidiano.

PIERLUIGI PALLANTE

LA TRAGEDIA DELLE «FOIBE»
Memoria e storia

FUnità