

SINDACAND

Periodico trimestrale Fiba Cisl Gruppo Cariparma Crédit Agricole

Fiba Social Life: come il Sindacato scende in campo

L'IMPEGNO CONCRETO NEL SOCIALE

Esempi virtuosi per una riqualificazione socio-economica

DA DOVE RICOMINCIARE ?

Una vera miniera di notizie utili, sempre a disposizione dei nostri iscritti

LE NOSTRE GUIDE: UNO STRUMENTO PREZIOSO



Vajont: 50 anni dopo
il ricordo di una delle più grandi tragedie italiane

NUMERO 4 - SETTEMBRE 2013



Le novità sul tuo cellulare

Rimani sempre aggiornato con le ultime news aziendali e dal gruppo

**Scarica il modulo dal nostro sito
www.fibagruppocariparma.it,
Compilalo con i dati richiesti, firmalo
e spedisilo come indicato**

**Potremo così inviarti notizie
e promemoria in tempo reale
con un semplice sms gratuito**

IN REDAZIONE



SINDACANDO

**Numero 4
Settembre 2013**

Organo di stampa a cura della
FIBA CISL GRUPPO
CARIPARMA CREDIT AGRICOLE

Segretario Responsabile
ANDREA ZECCA

Comitato di Redazione
ANDREA ZECCA
NICOLA TANZI
FABIO BOMMEZZADRI
FABIO MATTIUSSI
MARCELLO NANNI

Sede Legale
PARMA, VIA C. GHIRETTI 2
Tel. 0521 291074
Fax 0521 290805

Sito Internet
WWW.FIBAGRUPPOCARIPARMA.IT

E-mail
GRCRPP@FIBA.IT

Grafica e impaginazione
NICOLA TANZI

Vignette
FABIO MATTIUSSI

Ringraziamenti
Italo e Beatrice Filippin
Fondazione Vajont (www.vajont.net)
Comune di Longarone
Associazione Naturalisti Silvia Zenari
ANA – Associazione Nazionale Alpini

Numero chiuso in redazione il 03.09.2013



La nuovissima convenzione riservata agli iscritti e ai loro familiari

Parli GRATIS con la Fiba e con chi vuoi tu

Scegli il tuo piano tariffario
e riceverai lo smart-phone che desideri! *(iPhone 4S incluso nella promozione)*

Convenzione Fiba Cisl-H3G
proposta dalla Fiba Cisl agli iscritti e ai loro familiari

Traffico gratuito, ricariche omaggio e un mondo di vantaggi

**Scopri l'offerta
aggiornata continuamente
su www.fiba.it**

**Scegli il tuo
piano tariffario**

**Scegli lo smart-phone
che preferisci**

**Compila e invia
la modulistica**

**Manterrai il tuo numero
e potrai partecipare
ad un mondo di vantaggi !**

IN QUESTO NUMERO

n.4 - Settembre 2013



Pagina 8

La tragedia del Vajont 50 anni dopo. Uno speciale di otto pagine con il racconto di chi ha vissuto in prima persona questa triste pagina della nostra storia.

Pagina 16

Da dove ricominciare? Analisi, esempi virtuosi e proposte concrete per una riqualificazione socio economica.



Pagina 21

Continua la raccolta firme a sostegno dell'iniziativa di legge popolare per limitare le retribuzioni dei top manager

Pagina 22

Scopri le nostre guide: preziosi strumenti sempre a portata di mano e di facile consultazione.



FACCIAMO IL PUNTO

Pagina 6

QUEL SOFFIO SPAVENTOSO PROVOCATO DALL'UMANA AVIDITA'
di Andrea Zecca

ATTUALITA': VAJONT 50 ANNI DOPO

Pagina 8

VAJONT: UNA FERITA ANCORA APERTA
di Italo Filippin

Pagina 11

I LUOGHI E LA DIGA

Pagina 13

LA TRAGEDIA, LE VITTIME E I SOCCORSI

Pagina 15

LA RICOSTRUZIONE E LA GIUSTIZIA NEGATA

FIBA LIVE: L'IMPEGNO NEL SOCIALE

Pagina 16

DA DOVE RICOMINCIARE?
di Fabio Bommezzadri

Pagina 19

FIBA SOCIAL LIFE: UN ESEMPIO CONCRETO
di Fabio Bommezzadri

MONDO SINDACALE

Pagina 20

VITA QUOTIDIANA
notizie dal Gruppo a cura di Nicola Tanzi

Pagina 21

UNA FIRMA PER FERMARE IL BENGODI DEL BONUS
continua la raccolta firme: un'iniziativa Fiba Cisl

Pagina 22

I NOSTRI MANUALI: LASCIATI...GUIDARE
di Nicola Tanzi

PILLOLE DI SALUTE

Pagina 24

LA COMBINAZIONE DEGLI ALIMENTI
di Marcello Nanni

TELEFONI & E-MAIL

Pagina 26

I NOSTRI CONTATTI

L'ULTIMA PAROLA

Pagina 27

QUALCHE BATTUTA PER SORRIDERE



FACCIAMO IL PUNTO

di **Andrea Zecca**
Segretario Responsabile
Gruppo Cariparma Crédit Agricole

QUEL SOFFIO SPAVENTOSO PROVOCATO DALL'UMANA AVIDITA'

Vajont, Italia: un Paese incapace di imparare dalle sue più immani tragedie, schiavo delle sue bramosie e dei suoi più meschini nepotismi

Quando la frana dal monte "marcio", così il monte Toc era denominato in dialetto friulano, si staccò alle 22.39 del 9 ottobre 1963 e piombò nel lago sottostante creato dalla diga del Vajont determinando quell'autentico maremoto all'interno del bacino artificiale causando un'apocalisse che, ancora oggi e a distanza di 50 anni, è impressa nelle nostre menti come una pagina tra le più tristi della storia nazionale, ero solo un bambino di 5 anni, ma ricordo perfettamente lo sgomento suscitato da quel terribile disastro.

Disgraziatamente in questo mezzo secolo altre tremende calamità si sono abbattute sul nostro Paese, alcune per imprevedibili cause naturali, molte, invece, a causa dell'incuria e del pressapochismo con cui trattiamo il nostro territorio, altre ancora, e questo è senza dubbio il risvolto più doloroso e meschino di tutti, per la cupidigia dell'uomo che spesso, per il proprio personale interesse, in un attimo distrugge, anche a costo di mettere in pericolo la vita di intere comunità, ciò che la natura ha creato in milioni di anni.

La tragedia del Vajont, ormai tutti lo sappiamo bene, poteva essere evitata. Bastava ascoltare i suggerimenti degli abitanti di quelle vallate, gli unici in grado di riconoscere gli anomali scricchiolii della montagna, valutare senza alcun condizionamento economico dovuto a inter-

essi di parte gli "avvertimenti tangibili" come ad esempio la frana di 800.000 metri cubi di roccia che già tre anni prima, il 4 novembre 1960, sollevò un'ondata di 10 metri di altezza, preoccuparsi delle fenditure larghe oltre 1 metro sul versante sovrastante il fianco della montagna che preannunciavano la sciagura.

L'insensibilità umana di certi dirigenti vanagloriosi, approssimativi e molte volte incompetenti, pare essere la costante che accompagna il nostro Paese dagli anni del cosiddetto boom economico, i favolosi anni Sessanta. Essi si accorgono che le comunità loro affidate stanno inevitabilmente per essere investite da quel "soffio" che precede ogni evento calamitoso portatore di conseguenze rovinose, solo una frazione di secondo prima che accada, solo quando ormai la ricerca di un rimedio ha risvolti chimerici ed esprimere una reazione risulta meramente velleitario. Nonostante questo infausto DNA che ci contraddistingue da altre Nazioni europee davvero virtuose dal punto di vista sociale, ambientale, ma anche economicamente molto più evolute di noi, non impariamo mai, anzi, pretendiamo che nel mondo la stima rivoltaci sia sempre al Top, convinti come siamo che la bilancia penda sempre dalla nostra parte. Questa, che ci piaccia o meno, è la nostra storia recente: una Società dove il "mio" interesse viene co-

munque prima del tuo, e per giungere allo scopo il prezzo da pagare non conta, è "un problema che non mi riguarda". La conseguenza logica di un atteggiamento popolare così radicato, è il gioco dello scaricabarile a tutti i livelli: le colpe sono sempre di qualcun altro, i partiti sono tutti uguali, la partecipazione sindacale viene frequentemente delegata, la discussione e il confronto abbandonati perché tanto non ne vale la pena. Tutto ciò è sintetizzabile in una scarsa propensione ad assumersi responsabilità.

Sottrarsi all'assunzione delle proprie responsabilità ed evitare di esprimere il proprio pensiero porta ad affanni e tentennamenti continui, ci consegna inesorabilmente ad un costante e sconsigliato "moto ondoso". Questo atteggiamento consente inoltre il proliferare di "capi padroni" che, attraverso la mancata contraddizione costruttiva delle loro idee, si autoconvincano di essere inossidabili ed invincibili e si danno l'autorizzazione di poter disporre globalmente dell'esistenza dei subalterni che dovrebbero invece guidare ad acquisire sempre maggior sicurezza sul lavoro per una costante progressione dell'Impresa in cui sono impiegati.

Non mi nascondo: quale segretario responsabile della FIBA CISL in questo Gruppo so benissimo cosa significa quello che ho appena scritto: significa che anche da noi esistono soggetti in grado di influenzare molto pesantemente perfino la vita extralavorativa

delle persone. Ma della sua vita privata ogni essere umano ha il sacrosanto diritto di disporre come vuole (e questo in un Paese cosiddetto civile non meriterebbe nemmeno di dover essere rimarcato), al di là della famigerata crisi economica presa talvolta a pretesto e con troppa disinvoltura da questi capitani coraggiosi che spesso, per celare le loro inadeguatezze, non esitano a sfuggire per primi all'assunzione delle loro responsabilità.

Noi ci prefiggiamo di scardinare questi atteggiamenti ossessivi e intendiamo farlo con la forza delle nostre proposte che vanno in un'unica direzione: riappropriarsi della correttezza nei rapporti fra le persone per far star meglio tutti, anche i capitani coraggiosi.

Avanti tutti assieme quindi e senza timori, mettendo al bando qualsiasi individualismo al fine di sviluppare una cultura collettiva capace di creare valore per tutta la comunità e non solo per una piccola elite, perché la prossima possa essere veramente la ripartenza per una crescita sostenibile basata su uomini e donne e non solamente su quella finanza predatoria che negli ultimi vent'anni ci ha deturpato l'anima. Ma da qualche parte bisogna pur incominciare e per farlo bisogna che il cittadino adulto italiano si liberi dalla cosiddetta sindrome di Peter Pan.

Considerato quindi che un cambio di marcia all'interno del nostro ambiente di lavoro è ormai improrogabile, una ulteriore presa di coscienza per cercare di riuscire ad essere un pochino più fiduciosi verso il nostro futuro, diventa obbligatoria: un popolo, spesso, è artefice dei propri destini; ma quale destino potrà mai avere un popolo se quando può esprimere da chi desidera essere governato, diserta le urne elettorali con percentuali che sfiorano il 30%? Avremo ancora il coraggio di lamentarci poi? Non è certamente con questa forma di protesta che risolveremo i nostri guai e le mancate prove di maturità, prima o poi, presentano il conto. Da noi pare lo abbiano già presentato da un pezzo, o lo paghiamo, o saremo commissariati definitivamente e catalogati tra le comunità senza diritto di replica.

Lungi da noi il conferire alla partecipazione attiva il significato di "accontentarsi del meno peggio", siamo invece convinti che un diffuso risveglio collettivo possa e debba rappresentare il segnale decisivo per un energico cambio di rotta nei confronti di chi crede di poter continuare ad approfittare dello sparpagliamento sociale per rendere eterni i privilegi acquisiti in maniera ambigua e clientelare.

I SERVIZI A DISPOSIZIONE DEI NOSTRI ISCRITTI



In tutte le province puoi trovare la competenza dei nostri Centri Fiscali e dei nostri Patronati, sempre a tua disposizione per le dichiarazioni dei redditi e per assisterti in ogni iter burocratico.

I servizi sono disponibili anche on-line agli indirizzi www.cafcisl.it e www.inas.it.

Alle 22.39 del 9 ottobre 1963 un'enorme frana si stacca dal Monte Toc e precipita nel bacino artificiale sottostante.

In pochi secondi l'incredibile massa d'acqua sollevata dall'impatto provoca distruzione a valle e a monte della diga, causando la morte di quasi 2000 persone innocenti.

Una delle più grandi tragedie italiane, cui sono seguiti 50 anni di responsabilità mai del tutto accertate, raccontata da chi in quei posti è nato, vissuto e sopravvissuto.



VAJONT: UNA FERITA ANCORA APERTA

di Italo Filippin

La notte del 9 ottobre di 50 anni fa avvenne quello che la gente ricorda come "Il disastro del Vajont".

Non è semplice parlarne, spiegarlo, né fare una sintesi esauriente di quel terribile avvenimento, che comunque, da qualsiasi angolatura ci si ponga, resta e rimarrà nella storia una delle peggiori vergogne del nostro paese, se non la peggiore in assoluto.

Le Nazioni Unite nel 2008, con una dichiarazione solenne, hanno definito il disastro del Vajont "il peggiore disastro al mondo, evitabile, avvenuto per colpa dell'uomo", e già questo la dice tutta, alla faccia di chi ancora cerca con tesi assurde, teorie scientifiche insostenibili ed altro, di classificarlo come evento imprevedibile o, peggio ancora, come disastro naturale.

Nulla di tutto questo, le sentenze, l'esame e la logica dei fatti, le molte testimonianze anche di eminenti scienziati, inchiodano i responsabili alle loro colpe.

Il movente: l'ambizione scientifica che vuole sfidare le leggi della natura oltre ogni limite e logica; ma soprattutto il denaro, il voler ricavare profitto ad ogni costo, fregandosene dei diritti e della sicurezza delle persone che abitavano in quei luoghi.

Il fatto: nel 1957, la SADE, Società Adriatica di Elettricità, potente sotto ogni profilo, economico, tecnico ma soprattutto politico, con agganci e protezioni ad alto livello, fino al governo centrale, (Marco Paolini nel suo monologo l'ha definita "uno Stato nello Stato"), costruì una Diga, nel comune di Erto e Casso, sbarrando la valle del Vajont, in cui scorreva l'omonimo torrente.

Una diga a doppio arco, alta 265 metri, la più alta del mondo, vanto dell'ing. Semenza che l'aveva progettata. Un vero capolavoro di ingegneria, biglietto da visita nel mondo della tecnologia italiana. Con essa si formò il lago del Vajont che, con il suo straordinario contenuto d'acqua, circa 160 milioni di metri cubi, avrebbe permesso di avere sempre acqua in abbondanza per alimentare le centrali del sistema idraulico Piave-Boite-Maè-Vajont.

I disagi per la gente di Erto iniziarono da subito, infatti la valle che sarebbe stata sommersa dall'acqua era abitata, c'erano diverse borgate con terreni coltivati molto fertili. Tutta la valle fu espropriata forzatamente, i terreni e le case furono pagati pochissimo e la gente fu costretta ad andarsene "con le pive nel sacco" assistendo al triste spettacolo delle case che venivano sommerse, con un immenso bagaglio di ricordi.

Già durante la costruzione della diga si iniziò l'invaso, che procedeva con l'avanzare dei lavori; sembrava tutto sotto controllo, quando iniziarono i problemi, e che problemi !!!!

Il monte Toc, alle cui falde era ancorato il lato sinistro della diga e che aveva la base immersa nel lago, si spaccò a 2/3 della sua altezza e cominciò a muoversi verso il basso, provocando profonde fenditure nel terreno, gli alberi si inclinavano verso il basso, nelle case e nelle stalle si formarono delle larghe crepe nei muri.

CHI È ITALO FILIPPIN

Italo Filippin nasce a Erto nell'agosto del 1944, da bambino vive e lavora in montagna (il nonno curava le mucche e fino al 1959 Italo lo seguiva in malga) finché le esigenze familiari lo portano, adolescente, in vari cantieri edili del nord Italia insieme ad altri compaesani (porterà a termine gli studi da geometra alle scuole serali). Il 9 ottobre del 1963 si trovava per lavoro sul lago Maggiore, e da lì parte alla volta di Erto, per accertarsi della sorte della propria famiglia e dei compaesani, raggiungendo il paese a piedi, di notte, lungo sentieri di montagna, perché ovviamente lungo la strada da Longarone era impossibile arrivarci.

Negli anni successivi alla tragedia la popolazione viene evacuata e sfollata nei paesi limitrofi e il municipio di Erto viene trasferito a Cimolais; nel 1969 diventa consigliere di minoranza, a rappresentanza di tutti coloro che volevano tornare a vivere in paese, ma che non lo potevano fare in quanto era territorio off-limits: vi si accedeva solo di giorno e attraverso un posto di blocco a Cimolais. Erto era divenuto un paese fantasma dal destino incerto. Consapevole delle illegalità e dei soprusi che si compivano alle spalle degli ertani, e stanco della situazione di stallo che si era creata, insieme agli altri due consiglieri Bortolo Filippin "Giambon" e Giuliano Corona "Botiro", nel 1971 si pose alla testa di una manifestazione di protesta popolare che porterà allo scioglimento del consiglio in carica. In seguito ci saranno delle trattative che porteranno alla creazione della legge regionale di separazione (nr.22/1971), che istituirà il comune di Vajont (nella piana maniaghese) e il comune di Erto e Casso, riconfermato nella sua continuità storica e territoriale. La comunità si divise, chi decise di restare tornò in paese tra mille sacrifici e tanta gioia (a Erto mancavano la luce elettrica e i servizi più elementari): il sindaco decaduto, Giovanni Corona, venne nominato commissario straordinario per Vajont, Italo Filippin commissario straordinario per il comune di Erto e Casso. Ricoprirà questo ruolo per due anni e mezzo, finché verranno indette nuove elezioni che lo vedranno sindaco dal 1973 al 1978: saranno gli anni della ricostruzione. Tra il 1981 e il 1991 assessore, si occupa della nascita del Parco Naturale che fu delle Prealpi Carniche (ora Dolomiti Friulane) e della causa civile nei confronti dell'Enel, corresponsabile del disastro. Da sempre protagonista attivo della vita della Valle, ora è un guardiacaccia in pensione, che ricopre il ruolo di vice presidente dell'Associazione Superstiti per la memoria del Vajont e svolge l'attività di informatore della memoria.



Si sentivano boati e terremoti e ciò allarmò notevolmente la popolazione.

A nulla valsero le richieste di spiegazione e le proteste, anche le lettere ufficiali del Sindaco finirono nel nulla..... Le risposte erano sempre le stesse: "state tranquilli, è tutto sotto controllo, ci pensiamo noi"....

Che tutto fosse sotto controllo, dopo la catastrofe, è stato accertato: la frana in atto era costantemente monitorata e misurata, furono chiamati a consulto eminenti geologi e specialisti anche dall'estero, fra i quali ricordiamo Muller che evidenziò una profonda spaccatura lunga circa 2 km, a forma di M, e sentenziò che il moto della frana era inarrestabile, e che il livello dell'acqua non doveva superare un certo livello. Fu costruita una galleria di by pass, che in caso di frana avrebbe convogliato le acque nel Piave, evitando appunto la frana, e lunga, guarda caso, circa 2 Km. Ciò avrebbe assicurato il rifornimento di acqua.

Per tutta risposta il livello del lago fu portato al massimo per avere il collaudo dell'opera. A tutto si pensava, fuorchè a mettere al sicuro la popolazione. Negavano spudoratamente ogni pericolo.

Perché tanta fretta? Ovviamente i motivi economici la fecero da padrona. Il guadagno è un forte richiamo per gente senza scrupoli e coscienza. I signori della SADE non volevano rinunciare all'utilizzo dell'acqua, come

avrebbero potuto rientrare degli investimenti fatti? E il trasferimento degli abitanti quanto sarebbe costato? E poi proprio in quei mesi, a Roma, il Governo stava varando la legge sulla nazionalizzazione dell'energia elettrica, nasceva cioè l'ENEL. In altre parole lo Stato comprava le società private e i loro manufatti che dovevano essere funzionanti, collaudati produttivi e senza pecche.

Ecco perché la segretezza, i collaudi fasulli, le carte false: per arrivare a passare la patata bollente allo Stato/ENEL. Ciò avvenne circa quattro mesi prima della catastrofe, ovviamente a fronte del pagamento di una cifra che si suppone ingente ma che nessuno ha mai dato a sapere. Anche questo è uno dei misteri del Vajont.

IL 9 OTTOBRE 1963 accadde quello che la povera gente temeva, e i responsabili sapevano: quasi 2000 morti, la distruzione di interi paesi, danni ambientali gravissimi e tutto quello che ne seguì: la giustizia negata, gli scandali, le ruberie, la diaspora, la memoria nascosta per decenni.

La cosa triste è che questa terribile esperienza non ha insegnato niente, il profitto viene ancora oggi prima di tutto, della salute, dell'ambiente e della vita delle persone.



*Nella foto sopra:
una panoramica dello sbarramento.*

*In grande a destra:
la Diga vista dal basso verso l'alto,
con il ponte Tubo a metà livello.*

*In piccolo a destra:
il ponte del Colomber*



I LUOGHI E LA DIGA

Vajont è il nome del torrente che scorre nella valle di Erto e Casso (Pordenone) per confluire nel Piave, davanti a Longarone, nella provincia di Belluno.

La storia di queste comunità venne sconvolta dalla costruzione della diga omonima che sorse lungo la forra del torrente stesso. Il grande sbarramento prese forma su un primo progetto dell'Ing. Carlo Semenza, Direttore del Servizio Costruzioni Idrauliche della Società privata SADE. Il progetto, datato 1940, prevedeva una diga alta circa 200 metri per un bacino di 50 milioni di metri cubi d'acqua.

Dopo una prima approvazione, nel 1943, il progetto venne sostituito da un'impresa più ardita con un innalzamento dello sbarramento di ulteriori 60 metri, fino a raggiungere un invaso di portata tripla rispetto a quanto previsto inizialmente.

I lavori cominciarono nel 1957 per concludersi nel settembre del 1960. L'altezza definitiva della grande diga, posta a 722 metri sul livello del mare, raggiunse i 268 metri facendola diventare la diga a doppio arco più grande del mondo all'epoca della sua costruzione. L'impianto del Grande Vajont non entrò mai ufficialmente in funzione, infatti alla data della tragedia, erano ancora in corso le prove tecniche per il collaudo.

Tre fondamentali errori umani hanno portato alla strage: l'aver costruito la diga in una valle non idonea sotto il profilo geologico; l'aver innalzato la quota del lago artificiale oltre i margini di sicurezza; il non aver dato l'allarme la sera del 9 ottobre per attivare l'evacuazione in massa delle popolazioni residenti nelle zone a rischio di inondazione.

Fu aperta un'inchiesta giudiziaria. Il processo, tenutosi volutamente a L'Aquila, lontano dai luoghi della tragedia e dalle sedi di competenza, venne celebrato nelle sue tre fasi dal novembre 1968 al marzo 1971 e si concluse con il riconoscimento parziale di responsabilità penale per la prevedibilità di inondazione e di frana e per gli omicidi colposi plurimi. Ora Longarone ed i paesi spazzati via dalla furia delle acque sono stati ricostruiti.

A cinquant'anni dall'evento catastrofico la diga rimane l'emblema indiscusso della tragedia: la sua resistenza all'impatto dell'onda ne fa, al contempo, un monumento all'ingegno e all'irresponsabilità



Le mappe dei luoghi teatro della tragedia al confine fra le province di Belluno (Veneto) e di Pordenone (Friuli Venezia Giulia).

*Sotto nella foto:
Il monte Toc oggi.
E' ancora chiaramente
visibile l'enorme ferita
provocata dalla frana
del 9 ottobre 1963*



dell'uomo. Dietro la sua imponente mole si staglia la grande frana che scivolò dal monte Toc nell'invaso il 9 ottobre 1963: 260 milioni di metri cubi che tutt'ora coprono metà del bacino artificiale formando il lago del Vajont.

Per i testi e le immagini di queste pagine si ringraziano per la gentile concessione: la Fondazione Vajont, il Comune di Longarone, i portali Vajont.net, Naturalistzenari.org e l'Associazione Nazionale Alpini (Ana)

CORRIERE DELLA SERA
LE VITTIME SAREBBERO DUEMILADUECENTO

L'ONDA DELLA MORTE

Un'ondata devastante di rovine e morti si è abbattuta sulla valle del Vajont. Centinaia di abitazioni sono state distrutte. Le vittime sono ancora in attesa di essere ritrovate. Le autorità hanno ordinato l'evacuazione di tutti gli abitanti della zona. Le operazioni di soccorso sono in corso. Le autorità hanno ordinato l'evacuazione di tutti gli abitanti della zona. Le operazioni di soccorso sono in corso.



Una collina di rovine e fango

IL GAZZETTINO

L'IMMENSE DISASTRO DEL VAJONT

Scomparsa ogni traccia di vita a Longarone e nei paesi vicini

Per un mese intero milioni di morti della Valle del Vajont sono rimasti senza voce. Il 24 settembre 1963 un'ondata di rovine e morti si è abbattuta sulla valle del Vajont. Centinaia di abitazioni sono state distrutte. Le vittime sono ancora in attesa di essere ritrovate. Le autorità hanno ordinato l'evacuazione di tutti gli abitanti della zona. Le operazioni di soccorso sono in corso.



L'ESPRESSO

L'ITALIA IN LUTTO PER L'IMMENSE SCAGLIORATA DEL VAJONT

OLTRE TREMILA MORTI

Un'ondata di rovine e morti si è abbattuta sulla valle del Vajont. Centinaia di abitazioni sono state distrutte. Le vittime sono ancora in attesa di essere ritrovate. Le autorità hanno ordinato l'evacuazione di tutti gli abitanti della zona. Le operazioni di soccorso sono in corso.



La valle trasformata in un paesaggio lunare

L'Amico del Popolo

GIORNALI DI LETTO IN TUTTA LA PROVINCIA

LONGARONE NON ESISTE PIÙ

MORTI GLI ABITANTI. DISTRUTTE LE CASE

Un'ondata di rovine e morti si è abbattuta sulla valle del Vajont. Centinaia di abitazioni sono state distrutte. Le vittime sono ancora in attesa di essere ritrovate. Le autorità hanno ordinato l'evacuazione di tutti gli abitanti della zona. Le operazioni di soccorso sono in corso.



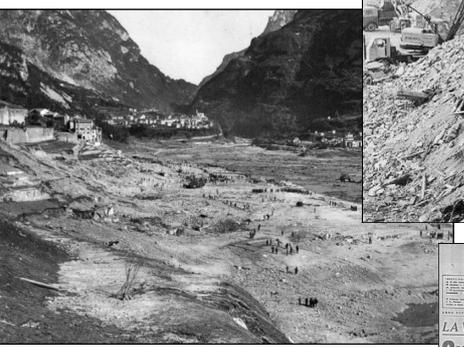
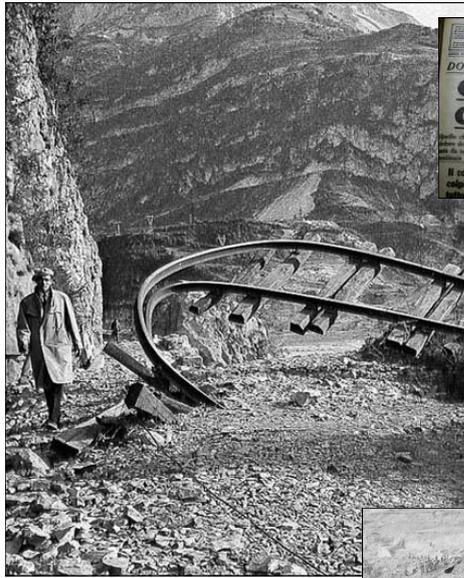
Commento gara di solidarietà per soccorrere le popolazioni sinistrate

EDIZIONE STRAORDINARIA IL GAZZETTINO

DISASTRO ALLA DIGA DEL VAJONT

Ultime notizie: 2000 morti?

Disordini nel centro di Roma nel corso dello sciopero degli edili

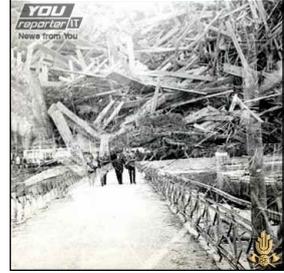
L'Arena

DOLORE NEL MONDO PER IL LUTTO ITALIANO

Catastrofe biblica

Quasi tremila morti

Il cordoglio del Papa, di Segni e di tutti i Capi di Stato alle popolazioni colpite mentre prosegue massiccia e ordinata l'opera di soccorso a Longarone e Belluno



EDIZIONE STRAORDINARIA L'Arena

LA VALLE DEL VAJONT COMPLETAMENTE ISOLATA

Crolla una diga presso Belluno

Rovine e lutti - Quanti i morti?

Intervista agli responsabili con la zona colpita impossibile dove a rimanere un'isola della valle. Il ministro dell'Interno Rumor dispone l'immediato afflusso di aiuti da Padova a altre città sinistrate. Colonne militari in marcia verso le località devastate

CORRIERE DELLA SERA

PER UNA MASSA DI TERRA PRECIPITATA SULLA DIGA DEL VAJONT

UNA VALANGA D'ACQUA SOMMERGE CASE E PERSONE PRESSO BELLUNO

A ROMA GRAVI DISORDINI in una dimostrazione di edili

La situazione economica esaminata da Moro con gli esperti d.c.



EDIZIONE STRAORDINARIA IL GAZZETTINO

LA FRANA DEL VAJONT HA PROVOCATO UNA STRAGE

Oltre 3000 morti a Longarone distrutto?

Sono stati rinvenuti resti di oltre 3000 morti. Le autorità hanno ordinato l'evacuazione di tutti gli abitanti della zona. Le operazioni di soccorso sono in corso.



Scomparsi due paesi anche in provincia di Udine

Situazione di emergenza lungo il corso del Piave

France Soir

PAS DE SURVIVANTS, PAS DE RUINES, C'EST LE NÉANT TOTAL

Le sourd-muet meurtier acquité

Le veldu de la catastrophe de borogge italienne non envoie s'apaiser dans le monde de Maurice Jasso avec l'abbé de la paroisse



L'UNITA

aveva scritto a chiare lettere tutta la verità - Non fu un colpo giornalistico!

TUTTI SAPEVANO NESSUNO SI MOSSE

Magari fossi riuscita a turbare l'ordine pubblico!

Le nostre Tino Man... lin raccontate i drammi... muniti documenti con i montatori, con le gente che aveva



CORRIERE D'INFORMAZIONE

Il lanciafiamme distrugge i tremendi virus della morte a Longarone

REQUIEM PER TREMILA

Le effluenze sulla tragedia agitata di lungo. I soldati smentiti non possono lavorare più con il pericolo delle esaltazioni. Per poche ore il grande cantiere sarà diluito dalle squadre di soccorso



LA TRAGEDIA, LE VITTIME E I SOCCORSI

Alle 22.39 del 9 ottobre 1963 al Vajont si consuma la più grande tragedia nella storia delle Alpi: l'enorme frana, già da tempo in movimento, si stacca con uno schianto pauroso dal fianco del monte Toc, piombando in un unico blocco nelle profonde acque del bacino artificiale sottostante.

Una massa di terra di dimensioni gigantesche: oltre 270 milioni di metri cubi di rocce e detriti, un fronte di quasi tre chilometri di boschi, campi coltivati ed abitazioni scivola nell'acqua ad una velocità di caduta stimata a 90 km/h: il lago per un attimo sembra sparire e al suo posto si forma una enorme nuvola bianca, una massa d'acqua dinamica alta più di 100 metri, contenente massi del peso di diverse tonnellate.

Gli elettrodotti, andando in corto circuito prima di essere divelti, illuminano a giorno la valle prima di lasciarla nella più completa oscurità.

La forza d'urto della massa franata crea due ondate, la prima verso monte, dove la valle del Vajont è più larga, che si abbatte sulle sponde del lago portandosi via le frazioni di Frasègn, Le Spesse, Cristo, Pineda, Ceva, Prada, Marzana e San Martino e risparmiando per puro caso il centro storico di Erto per pochi metri.

La seconda ondata si riversa verso valle superando lo sbarramento artificiale della diga, incuneandosi nella stretta forra del Vajont con una velocità e potenza inaudite e piomba come una furia nella valle del Piave, dove un'onda gigantesca alta 70 metri cancella ogni forma di vita in pochi secondi.

Case, chiese, alberghi, osterie, monumenti, piazze e strade di Longarone vengono sommerse dall'acqua capace di sradicarle fino alle fondamenta, il greto del Piave viene raschiato completamente. Della stazione ferroviaria non rimangono che lunghi tratti di binari aggrovigliati come fucelli.

Quando l'onda perde il suo slancio andandosi ad infrangere contro la montagna, inizia un lento riflusso verso valle: un'azione non meno distruttiva che scava in senso opposto alla direzione di spinta.

Longarone è scomparso. Le frazioni di Rivalta, Faè, Villanova e Codissago vengono distrutte. A Pirago rimane in piedi solo il campanile della chiesa. Nella piana del Piave l'acqua scende verso sud lungo il corso del fiume, generando un'enorme ondata di piena, percorrendo 8 km in 20 minuti, tornando alla normalità solo alla foce, nel mare Adriatico.

L'alba del 10 ottobre illumina una spianata livida di sterminio, una necropoli di macerie e melma dove tutto è morte e desolazione: travolti dalla furia delle acque, 1910 persone denudate e rivestite di solo fango, trasportate a migliaia di chilometri di distanza, perdono la vita, derubate persino della dignità della morte e, per molti, di loro della possibilità di ricevere una degna sepoltura, perchè i loro corpi non saranno mai ritrovati.

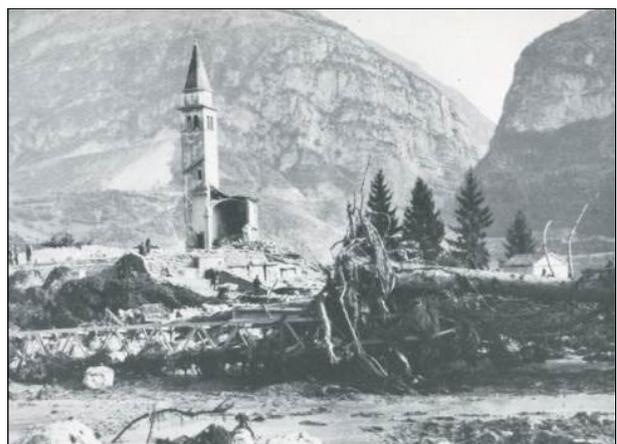
L'incubo che aveva ossessionato per anni la gente del posto, diviene una incredibile realtà.

Gli occhi dei sopravvissuti poterono contemplare quanto l'imprevedibilità della natura, unita alla piccolezza umana seppe produrre. La perdita di quasi duemila vittime stabilì un primato nefasto nella storia italiana e mondiale: si era consumata una tragedia tra le più grandi che l'umanità potrà mai ricordare.

La macchina dei soccorsi si mise in moto dopo poche ore, organizzata ed efficace: migliaia di militari dall'Italia e dall'estero raggiunsero in breve tempo il luogo dell'immane catastrofe, dove ogni forma di vita e di attività umana era scomparsa, portando una grandissima testimonianza di amore, solidarietà e professionalità.

Per giorni e notti uomini delle forze armate, Vigili del Fuoco, Carabinieri, Polizia, si prodigarono nell'opera più difficile e dolorosa: la ricerca delle quasi duemila salme disperse dentro e fuori l'area devastata. A loro si aggiunsero la Croce Rossa, la Pontificia Opera di Assistenza, il Servizio Veterinario Nazionale, la Protezione Civile francese ed un'equipe medica slovena. Dopo il salvataggio dei pochi superstiti, i soccorritori si dedicarono alla ricomposizione, disinfezione e riconoscimento delle salme che vennero recuperate.

Fu individuata un'area a sud di Longarone e destinata al grande cimitero dove oggi riposano le Vittime del Vajont.



*Nella foto sopra:
Il campanile di Pirago miracolosamente rimasto in piedi.*

*Nella pagina a fianco:
Le drammatiche immagini d'epoca, durante i soccorsi nei giorni successivi al disastro.
Le prime pagine dei quotidiani dell'ottobre 1963.*



*Nella foto sopra:
Le targhe commemorative alla diga..*

*Nella foto a sinistra:
Le forra del Vajont, la strettissima valle chiusa dalla diga. Sullo sfondo, in lontananza Longarone, e lungo la parete di sinistra la vecchia strada di collegamento percorsa anche durante la prima guerra mondiale dalle truppe di Rommel all'inseguimento dell'esercito italiano dopo la disfatta di Caporetto.*

Nella foto a destra:

Una panoramica della diga oggi.

E' possibile visitare i luoghi della tragedia con l'accompagnamento della guida. Il sito è generalmente aperto la domenica. Sono possibili visite anche per Gruppi su prenotazione.



LA RICOSTRUZIONE E LA GIUSTIZIA NEGATA

LA RICOSTRUZIONE - Il disastro del Vajont, per le sue dimensioni, non ha paragoni con altri eventi tragici in tempo di pace. Di oltre 590 abitazioni di Longarone e delle frazioni colpite, l'acqua ne cancellò 522. Le fabbriche scomparvero come le vie di comunicazione.

Il giorno successivo il Consiglio Comunale superstite si riunì per fronteggiare l'emergenza. Il Vescovo nominò immediatamente il nuovo parroco. La vita doveva riprendere subito. Vennero costruite nel giro di alcune settimane le prime case in legno, la chiesa prefabbricata, l'ufficio postale mobile ed altri edifici ad uso negozio per i servizi minimi ai superstiti.

Il ritorno alla normalità non fu semplice. Le infrastrutture stradali, idrauliche e ferroviarie furono ripristinate in un paio di anni a tempo di record. Longarone fu ricostruita a Longarone, dopo lunghe proteste dei superstiti e forti manifestazioni contro chi voleva lo spostamento del nuovo sito. Lo Stato promulgò leggi speciali che favorirono la ripresa dell'intera provincia di Belluno.

Tuttavia il risultato della ricostruzione è un paese ricco di contrasti derivanti da 24 piani regolatori diversi, teorie che si rivelarono inadatte a ridare un assetto coerente con un paese di montagna. I primi edifici ricostruiti evidenziarono estraneità alla tipologia costruttiva locale e si rivelarono non adatti all'ambiente, in particolare al clima. Grazie ai fondi raccolti da varie sottoscrizioni furono ricostruiti l'asilo nido (rivista Epoca), la scuola materna (famiglia Achille Lauro), la casa di riposo (Croce Rossa Svizzera e Lions) e la scuola professionale (Corriere della Sera).

A cinquant'anni dalla tragedia Longarone può vantare il più grande insediamento industriale della provincia di Belluno, con molteplici attività produttive che offrono lavoro a migliaia di persone, in particolare nel settore dell'occhialeria. Il nuovo Longarone è inoltre un importante polo fieristico veneto, sede della Mostra Internazionale del Gelato dal 1959. Il simbolo della nuova cittadina è la chiesa monumentale dedicata alle Vittime del Vajont.

Se la ricostruzione fisica è stata una sfida difficile ma concretamente realizzata, la ricostruzione sociale della comunità è stata ben più complessa e non ancora completamente attuata.

LE SENTENZE - Tre giorni dopo il disastro, l'11 ottobre viene nominata la Commissione di inchiesta sulla sciagura, che deve accertare le cause, prossime e remote, che hanno determinato la catastrofe. La Commissione finirà il suo lavoro tre mesi dopo.

Il 20 febbraio 1968 il Giudice istruttore di Belluno deposita la sentenza del procedimento penale contro Alberico Biadene, Mario Pancini, Pietro Frosini, Francesco Sensidoni, Curzio Batini, Francesco Penta, Luigi Greco, Almo Violin, Dino Tonini, Roberto Marin e Augusto Ghetti. Due di questi, Penta e Greco, nel frattempo muoiono, mentre Pancini si toglie la vita il 28 novembre

di quell'anno.

Il giorno dopo inizia il Processo di Primo Grado, che si tiene a L'Aquila, una sede inopportuna, decentrata e scomoda da raggiungere per i testimoni. L'accusa chiede 21 anni per tutti gli imputati (eccetto Violin, per il quale ne vengono richiesti 9) per disastro colposo di frana e disastro colposo d'inondazione, aggravati dalla previsione dell'evento e omicidi colposi plurimi aggravati. Biadene, Batini e Violin vengono condannati a sei anni, di cui due condonati, di reclusione per omicidio colposo, colpevoli di non aver avvertito e di non avere messo in moto lo sgombero; **assolti tutti gli altri**. La prevedibilità della frana non viene riconosciuta.

Il 26 luglio 1970 inizia a L'Aquila il Processo d'Appello, con lo stralcio della posizione di Batini, gravemente ammalato. La nuova sentenza riconosce la totale colpevolezza di Biadene e Sensidoni, che vengono riconosciuti colpevoli di frana, inondazione e degli omicidi. Essi vengono condannati a sei e a quattro anni e mezzo (entrambi con tre anni di condono). Frosini e Violin vengono assolti per insufficienza di prove, Marin e Tonini assolti perché il fatto non costituisce reato, Ghetti per non aver commesso il fatto e gli altri verdetti restano invariati.

La sentenza avvenne quindici giorni prima della scadenza con cui sarebbe intervenuta la prescrizione.

Nel 1975 la Corte d'Appello di L'Aquila rigetta la richiesta del Comune di Longarone di rivalersi in solido contro la Montedison, società in cui è confluita la SA-DE, condannando l'ENEL al risarcimento dei danni subiti dalle pubbliche amministrazioni, condannate a pagare le spese processuali alla Montedison.

Sette anni dopo, nel 1982, la Corte d'Appello di Firenze ribalta la sentenza precedente, condannando in solido ENEL e Montedison al risarcimento dei danni sofferti dallo Stato e la Montedison per i danni subiti dal comune di Longarone. Il ricorso della Montedison non si fa attendere ma nel 1986 la Corte Suprema di Cassazione rigetta il ricorso alla sentenza del 1982.

Infine il 15 febbraio 1997 il Tribunale di Belluno condanna la Montedison a risarcire i danni subiti dal comune di Longarone per un ammontare di 55 miliardi di lire, comprensive dei danni patrimoniali, extra-patrimoniali e morali, oltre a 686 milioni di lire per spese di liti ed onorari, ecc.

Nello stesso anno viene rigettato il ricorso dell'ENEL nei confronti del comune di Erto-Casso e del neonato comune di Vajont, obbligando così l'ENEL al risarcimento dei danni subiti, che verranno quantificati dal Tribunale Civile e Penale di Belluno in oltre 1.481 milioni di lire per beni patrimoniali e demaniali perduti, danno patrimoniale conseguente alla perdita parziale della popolazione e conseguenti attività e danno ambientale ed ecologico.

DA DOVE RICOMINCIARE ?

**La riqualificazione socio-economica necessaria
per creare un nuovo e reale valore:**

**Gli esempi virtuosi del comune di Nantes,
la banca tedesca della ricostruzione,
l'economia del bene comune e il modello Volkswagen**

di Fabio Bommezzadri

“Vi racconterò come risposi a un famoso architetto che aveva dei grandi progetti per la ricostruzione di Londra, ma li mise da parte quando si chiese: “Dov'è il denaro per fare tutto questo?”. “Il denaro? – feci io – non costruite mica le case col denaro?”

“Volete dire che non ci sono abbastanza mattoni e calcina e acciaio e cemento?”. “Oh no – rispose – c'è abbondanza di tutto questo. “Allora intendete dire che non ci sono abbastanza operai?”. “Gli operai ci sono, e anche gli architetti”.

Bene, se ci sono mattoni, acciaio, cemento, operai e architetti, perché non trasformare in case tutti questi materiali?”. “Insomma possiamo permetterci tutto questo e altro ancora”.

Il titolare del virgolettato è l'economista più citato ed analizzato dei giorni nostri, anche se non stiamo parlando di uno studioso contemporaneo. Si tratta infatti di John Maynard Keynes, padre dell'omonima scuola di pensiero economico e della macroeconomia, ideatore di una teoria che sostiene la necessità dell'intervento pubblico nell'economia qualora una insufficiente domanda aggregata non riesca a garantire la piena occupazione.

L'odierna attenzione verso un approccio così strutturato è inevitabile, viste da un lato le condizioni socio-economiche causate da un neoliberalismo senza freni, caratterizzato da speculazioni, finanza predatoria deregolamentata e ricchezze ipertrofiche concentrate nelle mani di una sempre più potente minoranza, e dall'altro le politiche economiche all'insegna dell'austerità che hanno portato ad una pesante recessione, un drammatico aumento dei fallimenti aziendali, della disoccupazione ed una profonda contrazione dei consumi.

La sfiducia nel futuro, prossimo e non, è endemica, così come lo sparpagliamento sociale; come sostiene l'economista Mario Deaglio, più che ad un “tutti contro tutti”, stiamo assistendo ad un “nessuno con nessuno”. Il tutto, tornando a Keynes, nonostante la disponibilità di un enorme volume di risorse, a cominciare dalle capacità creative e produttive della collettività, che purtroppo restano inespresse.

Urge quindi un ripensamento riguardo non tanto i parametri del modello di riferimento (età pensionabile, rapporto deficit/Pil, pareggio di bilancio), ma la struttura dello stesso, sia a livello politico che tramite un'incentivazione della democrazia economica e parteci-





pativa.

Partendo dal primo ambito, compito della politica è attuare non solo manovre che rivitalizzino il lato della domanda, ma agire anche sulla riqualificazione dell'offerta: è sempre più palese il concetto che dall'attuale crisi non si uscirà perpetuando un sistema produttivo sconvolto da fattori sconvolgenti come la finanziarizzazione dell'economia, le diverse velocità del mercato globalizzato e l'impatto sul mondo del lavoro della robotizzazione e delle nuove tecnologie.

Da dove cominciare? Sicuramente ci sono settori degni di incentivazione ed in gran parte da sviluppare, come la *Green Economy*, che coniugherebbe un risveglio produttivo ad una sempre più imprescindibile tutela ambientale, ma una politica creativa e lungimirante può partire da ciò che il settore pubblico già possiede, dando vita ad a progetti di Edilizia Sociale. L'operazione si basa su un accordo tra amministrazione pubblica e costruttori privati per la fabbricazione di edifici a basso prezzo da far sorgere su aree pubbliche dismesse, manovra che consentirebbe un primo moto di ripresa del settore edilizio (e del relativo indotto) e la contemporanea riqualificazione di interi quartieri, per lo più periferici, che sarebbero di conseguenza investiti da nuove infrastrutture, nuovi servizi e nuove attività commerciali con creazione di posti di lavoro legati all'economia reale.

Un esempio illuminante relativo alla ristrutturazione urbana viene da Nantes, città portuale che ad inizio anni Novanta conobbe una spaventosa crisi che portò alla chiusura della quasi totalità dei cantieri navali. La risposta dell'Amministrazione locale fu un piano a lungo termine, a debito, di riqualificazione cittadina, contraddistinto da un progetto di edilizia popolare (i cui costi sono stati capillarmente controllati dal Comune), potenziamento dei trasporti pubblici e dei servizi in ogni quartiere (compiuti al fine di attrarre nuove imprese, di evitare spopolamenti e lunghi tempi di spostamento tra le varie zone della città), ed un grande impulso alla cultura ed alla università locale. Non pensando solo all'immediato indebitamento, ma focalizzando l'attenzione sulle ricadute positive a lungo ter-

mine, la città di Nantes ha superato la crisi di vent'anni fa, ha ripagato il proprio debito ed affronta il diffuso momento recessivo odierno essendo il primo polo francese per la creazione di nuove imprese ed il terzo centro industriale nazionale.

Anche la Germania, rigida sostenitrice dell'euroausterità, all'interno del proprio sistema produttivo interviene massicciamente tramite la KfW, acronimo che tradotto significa "Banca della Ricostruzione", visto che l'istituto nacque nell'immediato Dopoguerra per amministrare i fondi del Piano Marshall. Oggi invece la KfW, banca pubblica esclusa però dal perimetro del bilancio federale, sostiene la crescita e l'innovazione dell'economia tedesca con aiuti di enorme portata: parliamo di 75 miliardi di euro nell'anno 2012. I finanziamenti avvengono a tassi bassi (sotto il 3%), calmierati grazie anche al contributo dello stato, e sostentano la crescita di PMI e di aziende che sviluppano progetti innovativi, con una forte focalizzazione sul tema ambientale, che porta un ritorno allo stato sul piano del risparmio energetico, garantendo così una diminuzione delle importazioni.

Uno sviluppo economico di questo tipo crea un aumento dei fatturati, incremento degli investimenti, nuovi posti di lavoro ed un maggior introito fiscale sul versante pubblico.

È opportuno, valutando l'evoluzione dello scenario socio-economico degli ultimi trent'anni, riflettere sulla sostenibilità politica di interventi pubblici a sostegno continuo della domanda e di un conseguenziale alto tasso di occupazione. A partire dai tardi anni Settanta, la svolta neoliberista ha squilibrato profondamente in tema di politica economica l'incisività dei governi e delle potenze capitalistiche a favore di quest'ultime, privilegiando, inizialmente soprattutto nei Paesi anglosassoni, la lotta all'inflazione piuttosto che la ricerca della piena occupazione, e rendendo progressivamente sempre più focale il peso degli investimenti privati in rapporto al grado di produzione dei beni e creazione di lavoro. Il mercato, passo dopo passo, si è sempre più fatto Stato, visto che parallelamente il pensiero unico dominante ha portato a considerare il deficit di bilan-

cio, necessario per condurre gli interventi pubblici correttivi, come un qualcosa di pericoloso e malsano. L'odierna dottrina delle "sane finanze" ha quindi prodotto risultati esemplificabili da quanto accaduto in Italia nello scorso anno: una manovra governativa da 35 miliardi di euro da una parte, costituita quasi esclusivamente da tagli di spesa pubblica, ed una crescita economica negativa dall'altra.

L'attuale capitalismo finanziario non è quindi certamente in grado di produrre sostenibilità sociale ed ambientale, ma fortunatamente sono presenti dimostrazioni tangibili di come paradigmi "altri", legati a democrazia economica, partecipazione e cogestione di imprese, possano già vantare il raggiungimento di concreti traguardi. Si tratta di esempi che in alcuni casi hanno una genesi quasi fiabesca, pervenuti alla realtà dalle pagine di un libro. È il caso de "L'Economia del bene comune", teorizzata dallo scrittore austriaco Christian Felber e divenuta concreta grazie ad una rete di circa 500 imprese insediate in 13 stati (tra cui l'Italia), banche virtuose ed un nuovo modo di (ri)pensare la collettività. La rete di imprese unite in questo progetto adotta una moderna cogestione, dove l'imprenditore guadagna solitamente 5 volte più di un apprendista, i lavoratori partecipano alla redistribuzione degli utili e alle scelte di carattere tecnico-strategico-organizzativo, i licenziamenti sono un'assoluta anomalia, l'occupazione cresce, si sta alla larga da quotazioni in borsa e delocalizzazioni e si rispetta l'ambiente. Tutti questi aspetti contribuiscono a rendere più pingue il bilancio del bene comune, cioè un rendiconto in cui ciò che viene misurato è quanto l'impresa contribuisca all'accrescimento del benessere della collettività. Vi è ovviamente un ritorno economico, visto che la popolazione presente sul territorio tende a premiare le imprese virtuose acquistando i beni prodotti da quest'ultime. Il circolo virtuoso si allarga con istituti di credito come la Demokratische Bank (Banca Democratica), nata anch'essa in Austria grazie ad un gruppo di cittadini che hanno studiato come far banca secondo principi condivisi come il ripudio della speculazione, il ritorno del denaro a mero mezzo ed il supporto dell'economia reale. Anche banche come questa sono collegate alla rete sopra citata, e premiamo le imprese a seconda di quanti punti possano vantare nel Bilancio del bene comune. Più punti nel bilancio equivalgono ad un costo del credito più basso, se non azzerato, e di conseguenza la possibilità per le imprese, affrancate dall'aggravio di alti tassi di interesse, di innalzare i salari e calmierare i prezzi, con un ulteriore beneficio per la comunità.

Altri esempi di istituti creditizi virtuosi si trovano nella Baviera, dove la Sparda Bank, ex banca ad alto tasso di turbo-finanza, ha deciso di dimezzare i dividendi e di tornare ad impegnarsi in raccolta ed impieghi, contribuendo al benessere sul territorio, e negli Stati Uniti, terra delle Cooperative del Credito (Credit Unions) di ultima generazione, nate tra le pieghe del movimento

Occupy Bank, che hanno già "sfilato" al sistema creditizio mainstream circa 45 miliardi di dollari.

Una ricetta contro il credit crunch (stretta creditizia nei confronti di imprese e cittadini) viene invece dal già citato comune di Nantes, dove si sta studiando, anche con la collaborazione di esperti dell'Università Bocconi, un sistema in cui la cassa municipale fa da tramite tra le imprese cittadine compensando debiti e crediti con una sorta di denaro virtuale, riducendo quindi ovviamente il costo del denaro, problemi di accesso al credito, inflazione e speculazione. Infine la IG Metall, federazione sindacale tedesca che rappresenta i lavoratori del sistema metallurgico, ed in particolare automobilistico, è parte della più celebrata esperienza di cogestione, che prevede la partecipazione nei Consigli aziendali di grandi imprese (la più conosciuta è Volkswagen) di azionisti e rappresentanti sindacali, che dispongono di pari deleghe e peso decisionale e congiuntamente definiscono gli indirizzi aziendali su temi di portata apicale, come ad esempio la scelta del management.

La concezione che sta dietro al predetto modello è che imprenditori, lavoratori e rappresentanti di quest'ultimi sono attori nella sfida che la presenza sul mercato da parte della propria azienda racchiude, una sfida che si vince o si perde insieme. Per massimizzare produttività e profitti, non si lavora esclusivamente sulla riduzione del costo del lavoro, immortale ritornello dell'italico imprenditore, ma da un lato si incentivano i lavoratori facendoli partecipare agli utili aziendali e dall'altro si ricerca la competitività investendo in ricerca e sviluppo e nuovi modelli di produzione che abbassino i costi e migliorino la qualità del prodotto.

Stiamo parlando di una creazione di valore nell'accezione più alta e stratificata del termine, raggiungibile con un deciso cambio di rotta rispetto alle attuali concezioni dominanti, basate sulla logica del massimo profitto nel breve termine e su squilibri nella distribuzione del reddito sempre più profondi.

Si pensi infatti che nel 2006 i 25 gestori di fondi speculativi (hedge funds) meglio pagati negli Stati Uniti hanno incamerato 14 miliardi di dollari, ovvero tre volte gli stipendi di tutti gli 80.000 insegnanti di New York. Sul tema legato al concetto di creazione di valore Paul Krugman, Premio Nobel per l'economia nel 2008, afferma: *"I notevoli incrementi di stipendio non sono andati ai laureati in generale, ma a un ristretto contingente dei più ricchi. (...) I manuali di economia dicono che, in un mercato competitivo, ogni lavoratore viene pagato in base al suo "prodotto marginale", ovvero all'entità del suo contributo alla produzione totale.*

Ma qual è il prodotto marginale di un top manager, di un gestore di fondi speculativi o di un avvocato d'affari?

Nessuno lo sa per davvero".

UN ESEMPIO CONCRETO: FIBA SOCIAL LIFE

Nello scorso dicembre è sorta Fiba Social Life, associazione di promozione sociale in seno alla Fiba e luogo di interscambio tra le persone e le strutture della nostra organizzazione e le associazioni esterne impegnate sui temi del Lavoro e della Finanza Etica, della Legalità e della Responsabilità Sociale d'Impresa, della Green Economy e dell'Interculturalità. Con la sua costituzione la Fiba prosegue il proprio cammino all'interno della società civile, implementando il confronto con le realtà dell'associazionismo, del volontariato italiano e internazionale e del terzo settore, costruendo prospettive d'azione comuni e condivise che possano diventare patrimonio dei propri iscritti e dei dirigenti sindacali.

La struttura intende diffondere un concetto più esteso di difesa della società, che parta dal raggiungimento di un modello partecipativo reale volto a rafforzare il welfare territoriale e a ricercare alleanze nella società civile che fungano da anticorpi attivi all'interno delle comunità locali e di quella globale.

I progetti già avviati, in collaborazione con una vasta platea di soggetti sociali, sono diversi ed hanno oggetti variegati ma legati dal medesimo filo valoriale.

Si parte da **Next - Nuova Economia Per Tutti**, attuato in collaborazione con altri soggetti sociali, della cooperazione e del mondo accademico. Si tratta di un portale dedicato alla Responsabilità Sociale d'Impresa aperto ai soggetti economici che vogliono sottoporre la propria autovalutazione sul tema ai commenti dei portatori di interesse coinvolti, sottraendo così la materia ad un discorso autoreferenziale. In questo modo, lavoratori, cittadini, consumatori e portatori di interesse collettivo potranno contribuire a un nuovo democratico modello di sviluppo esprimendo le proprie considerazioni esperienziali.

Il **Progetto San Francesco**, *Centro Studi Sociali contro le Mafie* di Cermenate (Como), generato da una collaborazione tra Fiba, Cisl, Filca (Cisl Edili) e Siulp (sindacato delle forze dell'ordine), ha lo scopo di intercettare i rischi per i lavoratori derivanti dalle attività delle cosche e rafforzare le relazioni istituzionali con le Prefetture, le Questure e i differenti uffici del Governo del territorio coinvolti nella prevenzione nella sicurezza dei luoghi di lavoro, nel welfare territoriale e nelle politiche per lo sviluppo. Parallelamente è stata promossa la **Campagna Ricicliamoli!**, che chiede che i capitali confiscati alla criminalità organizzata o recuperati dalla lotta all'evasione fiscale vengano utilizzati principalmente per sostenere il reddito sociale, il microcredito, le imprese in difficoltà e l'assegnazione e il recupero a fini etici dei beni confiscati.

Terra Futura è invece una mostra-convegno che riunisce ogni anno a Firenze le migliori proposte della società civile, delle istituzioni e delle imprese impegnate nella costruzione di un futuro sostenibile e più equo e che nello scorso maggio ha festeggiato i suoi 10 anni di attività.

Particolare attenzione è dedicata alla **trasformazione in senso etico della finanza**. La rivista **Valori**, sorta soprattutto grazie all'impulso della Fiba e della Cisl, si occupa di economia sociale, finanza etica e sostenibilità ambientale e vanta oltre 1.200 abbonati. **Banca Etica**, di cui la Fiba è socio fondatore, conduce da tempo la propria attività perseguendo un modo diverso di fare banca, con un'attenzione peculiare alle conseguenze non economiche della finanza ed una considerazione del credito alle famiglie ed alle imprese come uno dei diritti fondamentali dell'uomo. Da registrare anche l'impegno nella campagna **Zero-ZeroCinque**, a sostegno di una più efficace ed ineludibile tassa sulle transazioni finanziarie, con i relativi proventi da destinare a politiche sociali, ambientali e climatiche.

Sono presenti anche **Progetti di sostenibilità ambientale per la promozione delle energie pulite e rinnovabili**, come quello di Venaria Reale (Torino) per la realizzazione di un impianto microidroelettrico ad impatto ambientale zero, quello di Carpi, legato al fotovoltaico per le scuole, e piani di riqualificazione di aree da destinare ad orti sociali e svago per bambini.

La totalità delle iniziative, insieme ad approfondimenti sulle tematiche seguite dall'associazione, è consultabile sul sito di riferimento, www.fibacislsociallife.it.

www.bancaetica.it

www.valori.it

www.terrafutura.it



www.zerozerocinque.it

www.nexteconomia.org

www.progettosanfrancesco.it

www.fibasociallife.it

A cura di **Nicola Tanzi**
 Segreteria
 Cariparma Crédit Agricole

Notizie dal Gruppo

ESTENSIONE DEL PROGETTO MO.SER.

Il progetto Mo.Ser. (modello di servizio), attualmente applicato in fase pilota nella Direzione Territoriale Piacenza Pavia, sarà progressivamente esteso a tutte le aziende del Gruppo. I punti cardine del progetto sono la trasformazione della Filiale tradizionale nell'AGENZIA PER TE, uno sportello dotato di apparecchiature self e con un'unica postazione residuale di cassa nascosta da utilizzare solo in casi sporadici, sul modello di banca francese.

Inoltre è prevista la creazione dei GRUPPI DI FILIALE di due tipi: Grandi (8/10 filiali coordinate da una nuova apposita figura: il manager) e Piccoli (4/5 filiali coordinate dal Direttore dell'agenzia principale).

Infine saranno creati appositi POLI AFFARI a supporto dei Gruppi grandi di filiali per la gestione dedicata di questa fascia della clientela.

La tempistica attualmente prevista dall'Azienda prevede la divisione della rete in 144 Gruppi di Filiale (50 grandi e 94 piccoli) entro Marzo 2014, la creazione di 20 poli affari nelle principali città entro il 2° trimestre 2014 ed infine la progressiva trasformazione di circa il 40% delle filiali in "agenzia per te" secondo un piano triennale a partire da settembre 2013.

ASSEGNI FAMILIARI

I colleghi interessati devono presentare la richiesta per beneficiare degli assegni familiari relativi al periodo Luglio 2013—Giugno 2014.

La domanda va compilata direttamente on-line nella nuova procedura appositamente predisposta e reperibile, unitamente alle istruzioni operative, nella intranet aziendale, ed infine completata con la stampa e la spedizione del modello all'Ufficio Amministrazione del Personale. Solo dopo la ricezione del cartaceo, avverrà il riconoscimento in busta paga.

Gli assegni familiari costituiscono un sostegno economico in favore delle famiglie dei lavoratori dipendenti. L'ammontare dell'assegno eventualmente spettante dipende dalla composizione complessiva del nucleo familiare e dal reddito percepito dello stesso, secondo una tabella aggiornata annualmente dall'INPS. Sono considerati componenti del nucleo familiare il richiedente l'assegno, il coniuge, i figli o equiparati minorenni, i figli maggiorenni inabili, i fratelli, le sorelle, i nipoti minorenni o maggiorenni qualora inabili e i nipoti collaterali. Infine, dal 2007, per i nuclei familiari numerosi, con almeno 4 figli, è previsto l'allargamento del diritto all'assegno familiare in alcuni casi fino al 26° anno di

età degli stessi.

Il reddito familiare da prendere in considerazione ai fini del calcolo dell'assegno è costituito dalla somma dei redditi dei singoli componenti riferito all'anno solare precedente la richiesta. (Nella pratica, per la domanda in corso, si fa riferimento al reddito 2012). La tipologia dei redditi interessati sono quelli derivanti da lavoro dipendente e assimilati, da pensione, da prestazioni come disoccupazione, malattia, cassa integrazione e i redditi derivanti da lavoro autonomo, terreni, fabbricati e immobili.

Nel caso in passato non si fosse usufruito del beneficio degli assegni familiari, è possibile recuperare i cinque anni precedenti.

PREMIO AZIENDALE - VAP

Tutti i colleghi beneficiari del premio aziendale, devono esprimere la scelta della propria modalità di erogazione nell'apposita procedura Mondo Welfare, optando per una delle tre opzioni (100% cash, 100% nel pacchetto sociale, oppure la formula mista) entro il 10 Ottobre.

In mancanza di tale indicazione entro il termine fissato, il premio aziendale sarà erogato esclusivamente tramite il cosiddetto "pacchetto sociale".

La procedura è accessibile dal portale aziendale, nella sezione Risorse Umane/Applicativi, oppure dall'esterno tramite internet, dopo aver richiesto le credenziali di accesso.

CENTRI IMPRESE: NUOVO PILOTA AL VIA

L'Azienda ha deciso di avviare un progetto pilota sul solo Canale Imprese di Cariparma finalizzato alla creazione di portafogli dedicati alla gestione delle posizioni rischiose.

In particolare, sono stati creati 9 portafogli dedicati con l'obiettivo di presidiare più efficacemente le posizioni deteriorate, massimizzare la percentuale di recupero su incagli e liberare il tempo commerciale degli altri gestori che in questo modo dovrebbero potersi dedicare meglio allo sviluppo delle posizioni in bonis.

I centri imprese interessati sono quelli di Parma, Piacenza, Fidenza, Cremona, Mantova, Milano, Lodi, Firenze e Roma.

Secondo l'informativa aziendale la fase pilota avrà durata fino al 31 dicembre 2013, eventualmente prorogabile per il tempo necessario a valutare i benefici attesi in termini di migliore gestione complessiva.

Se firmi li fermi, se non firmi chi li ferma?

FIRMA ANCHE TU!

per un tetto alle retribuzioni
dei top manager



Disegno di legge della



INIZIATIVE FIBA

Testo tratto dai
Quaderni Congressuali
Fiba Cisl

dal Nazionale

UNA FIRMA PER FERMARE IL BENGODI DEL BONUS

Continua la raccolta firme per sostenere il disegno di legge proposto dalla Fiba Cisl:
limitare e regolamentare le retribuzioni dei top manager
garantirebbe maggior equità distributiva del reddito aziendale
e minor rischi per dipendenti, clienti ed azionisti

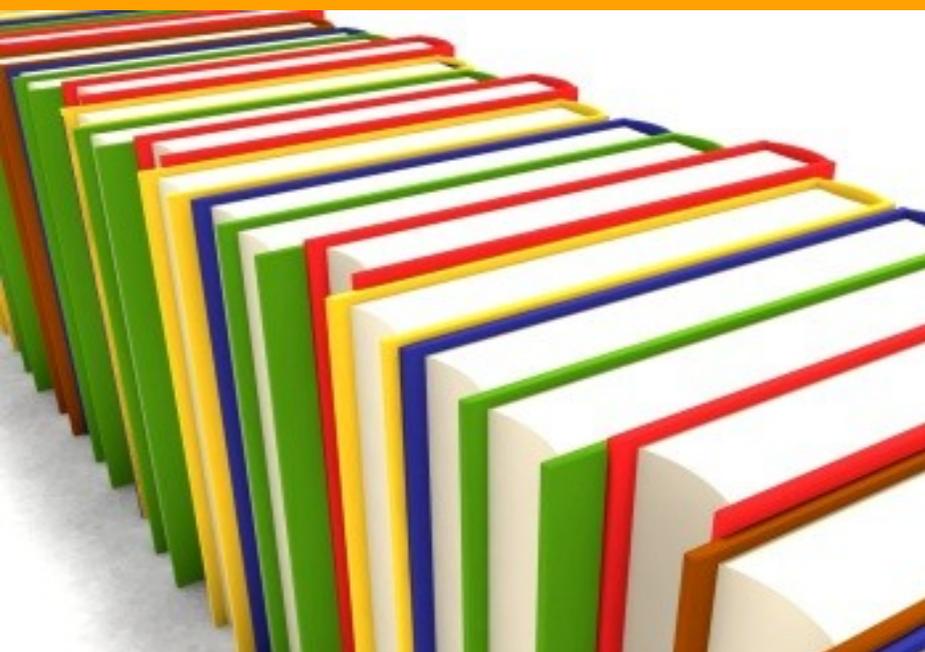
Il sistema di remunerazione delle figure apicali delle banche, sia in Italia che nel resto del mondo, è sempre più al centro del dibattito. Recentemente si è espressa la Commissione Europea cui dovrà seguire a breve il Parlamento Europeo, in Svizzera dopo un referendum popolare plebiscitario sono state introdotte modifiche e limiti concreti. Nel nostro paese la Banca d'Italia da tempo richiama ad una sana e prudente gestione delle politiche di retribuzione e gli strumenti normativi e regolamentari devono diventare sempre più incisivi.

La Vigilanza ha preso recenti provvedimenti in materia di concerto con la Consob. Ad oggi vi è l'obbligo di portare all'assemblea dei soci un documento contenente il dettaglio dei compensi erogati ad Amministratori e Direttori. Come recita la regolamentazione stessa, il suo "obiettivo è pervenire - nell'interesse di tutti gli stakeholders - a sistemi di remunerazione, in linea con le strategie e gli obiettivi aziendali di lungo periodo, collegati con i risultati aziendali, opportunamente corretti per tener conto di tutti i rischi, coerenti con i livelli di capitale e di liquidità necessari a fronteggiare le attività intraprese e, in ogni caso, tali da evitare incentivi distorti che possano indurre a violazioni normative o ad un'eccessiva assunzione di rischi per la banca e il sistema nel suo complesso."

Tuttavia gli studi effettuati dalla nostra Organizzazione hanno potuto verificare come rimangano ampie zone d'ombra sul tema: i documenti citati risultino complessi, difficili da valutare velocemente da una platea di azionisti e non di specialisti del settore. Nella descrizione dei sistemi di incentivazione, che determinano la parte variabile, spesso vengono lasciate nel vago una serie di informazioni fondamentali. I compensi dei Presidenti e dei Consiglieri d'amministrazione non sembrano realmente legati alle scelte strategiche dell'azienda e al loro andamento prospettico. La variabilità che determinerebbe

parte dei compensi rimane del tutto aleatoria, in pratica si fa fatica a capire in funzione di cosa sia calcolata e i compensi fissi comunque sono ancora molto elevati. I Presidenti guadagnano 26 volte la retribuzione di una figura contrattuale Abi media, i Direttori e gli Amministratori Delegati guadagnano addirittura 46 volte lo stesso parametro. La variabilità della remunerazione troppo spesso pare non essere correlata dell'andamento delle aziende ed in caso di cessazione si notano importanti somme erogate, un vero e proprio bengodi del bonus a posteriore indipendente dai risultati di gestione, talvolta addirittura negativi. In questo scenario si inserisce la nostra proposta di inserire un limite all'importo complessivo delle retribuzioni del top management, con lo scopo di realizzare una maggior equità distributiva e ridurre l'assunzione di rischi a beneficio di dipendenti, azionisti, clienti nell'ottica di una maggior uguaglianza sociale e distribuzione del reddito aziendale. La grande campagna di raccolta firme lanciata da Fiba con l'apporto fondamentale della Cisl è partita quest'estate con banchetti in ogni zona d'Italia, dove è possibile per ogni cittadino aggiungere il proprio sostegno all'iniziativa. Sul portale web nazionale (www.fiba.it) sono reperibili tutti i documenti dettagliati, l'intero testo della proposta di legge popolare che verrà presentata in parlamento una volta raggiunto il traguardo minimo di 50.000 firme, e i dati completi analizzati analiticamente sui compensi dorati dei top manager degli ultimi anni. La raccolta proseguirà nei mesi autunnali, per dare un forte e concreto segnale popolare al settore ed uno spunto pratico al legislatore. Firma anche tu, come dice la locandina: "Se firmi li fermi, ma se non firmi, chi li ferma?"

LASCIATI...GUIDARE



**Ferie, banca ore,
premi aziendali, missioni,
trasferte e tanto altro:**

**una miniera di notizie utili
per la quotidianità,
spiegate in facili schede.**

**Scopri o recupera
le nostre pubblicazioni,
nell'area riservata
del portale internet,
sempre aggiornate, sempre a tua
disposizione, anche da casa.**

di Nicola Tanzi

Quante volte durante la giornata lavorativa siamo assaliti da un dubbio, abbiamo bisogno di una richiesta di chiarimento su una norma contrattuale, abbiamo bisogno di capire meglio quali sono i nostri diritti, o semplicemente vogliamo capire come interpretare una situazione lavorativa?

E quante volte ci accorgiamo di aver perso un'opportunità, magari anche economica, prevista dalle norme che regolano il nostro lavoro, solo per aver dimenticato di esercitarla?

Capita spesso, addirittura più spesso di quanto si creda, a tutti noi, presi dal vortice delle incombenze quotidiane.

Da questa necessità, è nata l'idea delle Guide Fiba Cisl, una vera e propria collana editoriale in continua crescita sempre a disposizione dei nostri iscritti.

I manuali infatti sono creati appositamente in modo semplificato e schematizzato, pensati proprio per una rapida ed intuitiva consultazione da parte di chi non ha tempo per cercare, interpretare e tradurre circolari aziendali, accordi o contrattualistica di ogni sorta.

Le nostre guide, che riproponiamo con una breve de-

scrizione nella pagina a fianco, sono un tesoro da riscoprire, un supporto prezioso per il nostro iscritto, che in ogni momento, sia dal posto di lavoro che da casa, può consultarle o stamparle semplicemente accedendo alla sezione "Pubblicazioni" dell'area riservata del nostro sito internet www.fibagruppocariparma.it.

La pubblicazione on-line, al contrario del cartaceo, ci permette di provvedere, ogni volta che si rende necessario, ad un continuo aggiornamento delle guide stesse, in modo da farle trovare sempre pronte complete delle ultime modifiche normative.

Ecco perché è sempre utile e consigliabile consultare l'edizione on-line al momento del bisogno e non fidarsi di una stampa effettuata mesi prima.

Ricordiamo che per accedere all'area riservata del nostro portale è possibile rigenerare la password direttamente dall'home page, cliccando su "è stata persa la password" e seguendo le istruzioni indicate, oppure inviare una e-mail con la richiesta per ottenere nuove credenziali all'indirizzo info@fibagruppocariparma.it

NEL GRUPPO

MISSIONI E TRASFERTE (solo per CARIPARMA E CARISPEZIA)

La guida completa a tutte le norme che regolano la materia, con l'iter da seguire per inserire la richiesta nella procedura Ge.Tras.

L'ESODO ANTICIPATO

La guida edita nel 2012 per le uscite anticipate tramite il pensionamento volontario o il Fondo Esuberi, con le normative derivanti dall'accordo di Gruppo.

GUIDA AI LUOGHI: COME RAGGIUNGERE IL...

Mappe, itinerari, parcheggi e facili consigli per chi deve raggiungere il Centro Cavagnari a Parma o il Campus Formazione a Piacenza.



IN CARIPARMA

GUIDA PRATICA DEL DIPENDENTE

Venticinque schede di semplice consultazione con norme, diritti e doveri e regole contrattuali per il dipendente in Cariparma.

Agevolazioni per il personale, assistenza sanitaria, competenze economiche, ferie e permessi, inquadramenti, previdenza integrativa e vita in azienda: una guida completa, sempre aggiornata, da tenere sempre a portata di mano.

POLIZZA SANITARIA 2013-2014

Il manuale completo sulle tutte le prestazioni della nuova polizza sanitaria sottoscritta per il biennio 2013-2014.

GUIDA NEO ASSUNTI

Una breve panoramica per il giovane neoassunto in Cariparma: le principali norme contrattuali e i propri diritti per i primi passi nel mondo del lavoro in azienda.

LE COPERTURE ASSICURATIVE

Un facile schema di sintesi sulle delle coperture assicurative previste a favore del dipendente.



IN FRIULADRIA

VADEMECUM PER I ROP

Un vero e proprio manuale di sopravvivenza per i Responsabili Operativi dopo la riqualificazione del loro ruolo.

CESSIONE CARIVENETO

Due guide speciali per i colleghi acquisiti da Cariveneto: uno speciale dedicato agli INQUADRAMENTI ed uno alla PREVIDENZA.



..ED INOLTRE

Altre preziose guide come "VORREI SAPERE", vera e propria traduzione pratica delle norme del CCNL, o "QUANTO PRENDO", una lettura semplificata della busta paga, edite dalla Fiba Nazionale, sono disponibili in formato cartaceo presso la Fiba Territoriale della tua provincia.



PILLOLE DI SALUTE

A cura di **Marcello Nanni**
Responsabile Proselitismo Fiba Cariparma

"Se t'vol cater di fjiar, n' sta miga averagh paura di spen"

"Se vuoi trovare dei fiori non aver paura delle spine" - PROVERBIO PARMIGIANO

Parte 3 - La combinazione degli alimenti

(la parte 1 - "LE DIECI REGOLE NATURALI" è pubblicata sul n.2/Marzo 2013, la parte 2 - "LA DIGESTIONE", è reperibile sul n.3/Giugno 2013)

Con alimenti naturali, con una buona insalivazione ed una buona deglutizione l'esito del processo digestivo sarà completamente assicurato, sempre che siano stati combinati a modo, perché, malgrado si tratti di frutta o verdura, se la loro combinazione non è corretta, può dar luogo a sottoprodotti tossici.

Ad esempio frutta oleosa e frutta dolce mangiate in uno stesso pranzo, non sono digerite bene, perché mescolando l'olio di una con gli zuccheri dell'altra, si producono fermentazioni alcoliche che caricano il sangue di sostanze nocive.

Un processo analogo avviene mescolando frutta acida con cibi a base di amido. Un caso: arance e pane. In questa combinazione gli acidi, impedendo lo sdoppiamento normale dell'amido in maltosio e glucosio, originano una fermentazione acida che favorisce l'acidificazione del sangue. Invece la frutta acida si combina bene con la oleosa, mangiando per prima la acida, ad esempio arance con noci.

C'è una grande differenza fra la digestione di un solo alimento per quanto complessa sia la sua composizione, e la digestione di un miscuglio di alimenti diversi. Per un solo alimento che contenga amidi e proteine il corpo può facilmente adattare succhi gastrici sia per quanto riguarda l'intensità che il momento migliore per versarli, a seconda delle esigenze digestive dell'alimento. Ma quando si mangiano due alimenti con delle esigenze digestive diverse ed addirittura opposte, questo adattamento dei succhi diventa impossibile. Ad esempio se si mangiano insieme pane e carne, al posto di un succo gastrico quasi neutro versato nello stomaco nelle prime due ore di digestione, sarà versato un succo molto acido e la digestione dell'amido si arresterà quasi all'istante.

Non si dovrebbe mai scordare che fisiologicamente le prime fasi della digestione degli amidi e di quella delle proteine avvengono in mezzi opposti, poiché per essere digerite le proteine richiedono un ambiente acido e gli amidi un ambiente alcalino. Per iniziare a capire meglio le varie combinazioni è però necessario classificare

prima i vari alimenti (nel prossimo "pillole di salute" saranno indicati in apposita tabella con le relative combinazioni).

Proteine (protidi)

I cibi proteici sono quelli che contengono un'alta percentuale di proteine nella loro composizione.

I principali sono i seguenti: le noci (includono tutta la frutta oleaginosa: noci, nocciole, mandorle, pinoli, pistacchi, ecc.), tutti gli alimenti carnei (eccetto il grasso), tutti i cereali (integrali), il formaggio, il pesce, i legumi secchi (fagioli, piselli, soia, ecc.), le olive, le arachidi, le pere avocado, il latte (bassa % di proteine).

Carboidrati (glucidi)

I carboidrati sono gli amidi e gli zuccheri.

Nella seguente classificazione li ho suddivisi in tre gruppi: amidi, zuccheri e sciroppi, frutta dolce.

Amidi: tutti i cereali, legumi secchi (eccetto la soia), patate, castagne, zucche.

Con un po' di amido: cavolfiore, barbabietole, carote.

Sciroppi e zuccheri: zucchero greggio e bianco, miele, sciroppo d'acero, d'agave, di canna ecc.

Frutta dolce: banana, dattero, fichi secchi, uva, prugne, pere, anguria, melone, albicocche, ecc.

Grassi (lipidi)

Sono tutti i grassi e gli oli seguenti: olio d'oliva, di soia, girasole, sesamo, mais, noci. Burro, panna, carni grasse, lardo, la maggior parte delle noci.

Frutta acida:

La maggior parte degli acidi ingeriti proviene dalla frutta acida. Le principali sono: arancia, pompelmo, ananas, melagrana, pomodoro, limone, cedro, mela acida, pesca acida, susina acida.

Frutta semiacida:

fichi freschi, pera, ciliegia dolce, papaya, pesca dolce, mela dolce, albicocca, mirtillo, lampone, mango, cerimolia, susina dolce ecc.

Ortaggi non amidacei:

Questo elenco comprende tutti gli ortaggi succulenti senza tener conto del loro colore.

I principali sono lattuga, sedano, invidia, cicoria, cavolo cappuccio, broccoli, cavolini di Bruxelles, spinacio, foglia di barbabietola, bietole (coste), foglia di rapa, erba cipollina, senape, rapa, cavolo riccio, melanzana, fagioli-

ni, cavolo rapa, prezzemolo, crescione, cipolle, scalogno, porro, aglio, zucchini, scarola, asparagi, ravanello, peperone dolce, ecc.

Combinazioni corrette e sbagliate.

1) Combinazione acido-amido.

Abbiamo visto che un acido anche debole distrugge la ptialina della saliva. Con la distruzione della ptialina la digestione dell'amido si arresta.

Gli acidi contenuti nei pomodori, nelle bacche, nelle arance, nei pompelmi, negli ananas, limoni e nell'altra frutta acida, sono sufficienti a distruggere la ptialina della saliva e a sospendere la digestione degli amidi. Quindi esiste una non digeribilità della combinazione acidi-amidi che vanno pertanto mangiati in pasti separati.

2) Combinazione proteina-amido.

E' stato dimostrato che ogni specie di alimenti provoca un'attività particolare delle ghiandole digestive, che la forza del succo varia con la qualità dell'alimento, che diversi alimenti richiedono modificazioni speciali dell'attività delle ghiandole.

Ad esempio quando si mangia del pane nello stomaco viene versato poco acido cloridrico. Il succo secreto sul pane ha una reazione quasi neutra. Quando l'amido del pane è digerito, allora viene versato nello stomaco più acido cloridrico per digerire le proteine del pane.

I due processi non si compiono con grande efficienza simultaneamente. Al contrario. La pepsina, enzima che ha il potere di digerire le proteine lo perde in presenza di un ambiente alcalino.

Lo stomaco non ha nella sua cavità un meccanismo per separare e tenere divise in compartimenti appositi queste sostanze antagoniste. Nella Natura non si vedono simili miscugli di cibo. Gli animali hanno la tendenza a mangiare un solo alimento per pasto. I carnivori non mescolano di certo gli amidi con le proteine. Gli uccelli tendono a consumare insetti in un determinato momento della giornata e semi in un altro. Questa è la regola migliore anche per l'uomo. Cioè mangiare alimenti proteici e carboidrati in pasti separati.

3) Combinazione proteina-proteina.

Due proteine, diverse per carattere e composizione e associate ad altri fattori alimentari, per essere efficacemente digerite richiedono secrezioni digestive diverse in tempi diversi.

Per esempio sul latte il succo più forte viene versato nell'ultima ora di digestione, mentre sulla carne viene versato nella prima.

Non significa nulla il fatto che le secrezioni vengano versate in tempi diversi?

Le uova ricevono la secrezione più forte in un momento diverso da quello in cui la carne o il latte la ricevono. E' dunque logico supporre che non si debbano mangiare le uova né con la carne né con il latte.

Un solo alimento proteico per pasto assicura certamente una digestione più efficace. Quindi è consigliabile mangiare nello stesso pasto soltanto un alimento contenente una proteina concentrata.



CONTINUA NEL PROSSIMO NUMERO

GRUPPO CARIPARMA CREDIT AGRICOLE

sito internet www.fibagruppocariparma.it - e-mail gcrpp@fiba.it

SECRETARIO RESPONSABILE

ANDREA ZECCA (Cariparma)	393 2099792	andrea.zecca@cisl.it
--------------------------	-------------	--

SEGRETERIA

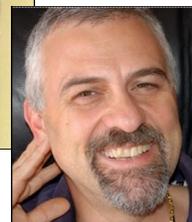
LEONELLO BOSCHIROLI (Cariparma)	393 2099794	leonello.boschioli@cisl.it
SANDRO TESTA (Cariparma)	335 5472554	sandro.testa@fastwebnet.it
ROSA PASQUA ALTAMURA (Cariparma)	347 9318250	rosa62@fastwebnet.it
BARBARA DECIMANI (Friuladria)	347 9609887	trieste@fiba.it
FABIO MATTIUSSI (Friuladria)	349 3706141	fabiomattiussi70@gmail.com
GIANFRANCO PALMERO (Carispezia)	335 7521857	gianpalmero@gmail.com

ALTRI COMPONENTI DELLA DELEGAZIONE TRATTANTE

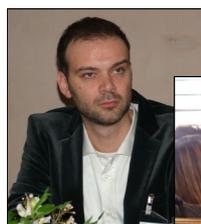
FABIO BOMMEZZADRI (Cariparma)	334 3067000	f.bommezzadri@virgilio.it
NICOLA TANZI (Cariparma)	393 2099840	nicola.tanzi@cisl.it
MARCELLO NANNI (Cariparma)	392 9701110	marcello.nanni01@gmail.com
GIOVANNI DEL BEL BELLUZ (Friuladria)	366 4180777	fiba.friuladria@cisl.it
PIERANGELO MAZZARELLA (Friuladria)	339 3058944	pierangelo.mazzarella@cisl.it



La Segreteria di Gruppo, a partire da sinistra: Zecca, Boschioli, Testa, Altamura, Decimani, Mattiussi e Palmero



I componenti della Delegazione trattante. A partire da sinistra: Bommezzadri, Del Bel Belluz, Tanzi, Mazzarella e Nanni



IL MERCATO EUROPEO

“Il paradiso è dove la cucina è francese, le auto tedesche, la polizia inglese, gli amanti italiani e tutto è organizzato dagli svizzeri.
L’inferno è dove la cucina è inglese, le auto francesi, la polizia tedesca, gli amanti svizzeri e tutto è organizzato dagli italiani.”

(Anonimo CEE)

CERVELLI...AL LAVORO

“Il cervello è un organo favoloso: comincia a lavorare dal momento in cui ti svegli la mattina e non smette fino a quando entri in ufficio.”

(Robert Frost)

IL MASCHILISTA

“L’unico modo di comportarsi con una donna è di fare l’amore con lei se è bella, e con un’altra se è brutta.”

(Oscar Wilde)

VALIDE ALTERNATIVE

“L’oro non è tutto nella vita. Ci sono anche i diamanti.”

(Paperon de Paperoni)

L'ULTIMA BATTUTA

“A noi donne durante il parto succede di tutto.
Gli uomini devono fare solo una cosa: accendere la telecamera.
Il mio fidanzato ha ripreso 2 ore e 45 minuti il soffitto: era svenuto”.

(Teresa Mannino)



Fiba
CISL

www.fibagruppocariparma.it

www.fiba.it
www.cisl.it

www.cafcisl.it
www.inas.it
www.noicisl.it