MENSILE PER LA GESTIONE RESPONSABILE DELL'ECONOMIA QUOTIDIANA

RATIO Famiglia

ANNIVERSARIO 50 Sistema Ratio 1973 - 2023

Ottobre 2026
Anno XIV - N. 10/2026

Comunità energetiche in condominio

Come funzionano



FISCO
Controlli su rimborso 730

LAVORO
Festività del 4 ottobre in busta paga

TRASPORTI
Bonus conversione Gpl e metano

AGEVOLAZIONI
Novità Fondo Consap prima casa

Periodico mensile - Copia singola € 3,50 - ISSN 2531-727X
Poste Italiane S.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale
D.L. 353/2003 (convertito in Legge 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma 1, LO/BS

Sistema RATIO
Centro Studi Castelli Srl
www.ratiofamiglia.it

RATIO
e-Book IN TASCA

I MANUALI E GLI EBOOK DEL SISTEMA RATIO

Guide operative monografiche
curate da esperti del settore.

Catalogo con oltre 100 titoli già disponibili,
costanti nuove uscite e aggiornamenti.

**Ebook digitali, ricchi di schemi,
esempi, modelli e casi pratici.**

SCOPRI IL CATALOGO COMPLETO



Sommario - *Ottobre 2026*

RUBRICHE

Attualità 4

AGEVOLAZIONI

Fondo Consap prima casa - Più tutela per le persone con disabilità 5

FISCO E TASSE

Rimborso 730 oltre € 4.000 - Perchè l'Agenzia delle Entrate può fare controlli 6

CASE E IMMOBILI

Comunità energetiche in condominio - Come risparmiare in bolletta condividendo l'energia 8

LAVORO

La festività in busta paga 10

DIRITTI

L'angolo dell'avvocato 14

TECNOLOGIA

Intelligenza artificiale "fatta in casa" - Come installare un chatbot AI sul tuo PC, gratis e senza account 16

ASSICURAZIONE

Polizza sanitaria - Come funziona davvero quando ne hai bisogno 18

SALUTE E BENESSERE

La TV ingrassa? - Quando è accesa e ci mangi davanti, sì 19

Muoversi per non ammalarsi - Sport per rafforzare le difese immunitarie in autunno 20

CUCINA

Funghi prataioli e pioppini - Gustosi e saporiti 22

AMBIENTE

Prodotti alla spina - Perchè sceglierli 24

ORTO E GIARDINO

Il giardino si prepara all'inverno 25

Inizio a farmi l'orto! - Protezioni per basse temperature 26

Il calendario dell'orto - I lavori di ottobre 27

RUBRICHE

Curiosità - Forse non sapevi che... 28

TRASPORTI

GPL o metano - Quando trasformare l'auto conviene 30

TURISMO RESPONSABILE

Dozza (Emilia-Romagna) 32

Orto botanico di Bologna (Emilia-Romagna) - Un antico orto botanico in centro 34

RUBRICHE

Scadenzario 36

Direttore responsabile
Anselmo Castelli

Vice direttore
Stefano Zanon

Coordinatore scientifico
Elena Fracassi

Coordinatore di redazione
Stefano Zanon

Consiglio di redazione
Giuliana Beschi, Laurenzia Binda, Paolo Bisi, Elena Fracassi, Carlo Quiri, Luca Reina

Comitato di esperti
G. Alibrandi, G. Allegretti, O. Araldi, S. Baruzzi, F. Boni, A. Bongi, A. Bortoletto, E. Bozza, B. Bravi, M. Brisciani, P. Clementi, G.M. Colombo, L. Dall'Oca, A. Dal Ponte, C. De Stefanis, S. Dimitri, A. Di Vita, B. Garbelli, A. Guerra, M.R. Gheido, P. Lacchini, P. Meneghetti, M. Nicola, M. Nocivelli, A. Pescari, M. Piscetta, C. Pollet, R.A. Rizzi, A. Scaini, S. Setti, L. Simonelli, L. Sorgato, M. Taurino, E. Valcarenghi, L. Vannoni, F. Vollono, F. Zuech

Hanno collaborato
A. Bendoni, P. Bisi, E. Fracassi, D. Gervasi, M. R. Macchiella, E. Pastorio, P. Pigozzi, V. Vitali, D. Zanella, C. Zuliani

Editore
Centro Studi Castelli S.r.l.
Via Bonfiglio, 33 - 46042 Castel Goffredo (MN)
Tel. 0376/775130
P. IVA e C.F. 01392340202
Lunedì-venerdì ore 9:00/13:00-14:30/18:30
Sito Web: WWW.RATIO.IT
servizioclienti@gruppocastelli.com

Stampa
Grafica Sette S.r.l.
Via P.G. Piamarta, 61, Bagnolo M. (BS)
Tel. 030-6820600
Sito web: www.seventyseven.biz

Chiuso per la stampa il 15.09.2026

Le tecnologie rendono facile l'accesso al materiale iconografico. Non altrettanto facile è il reperimento delle informazioni sui detentori dei diritti.
L'editore dichiara di aver usato ogni mezzo per entrare in contatto con gli eventuali detentori di diritti d'autore del materiale utilizzato, e resta ovviamente disposto ad adempiere gli obblighi di legge.
Indirizzo del sito Web: WWW.RATIOFAMIGLIA.IT
Posta elettronica: servizioclienti@gruppocastelli.com

La Redazione è particolarmente grata a coloro che vorranno offrire la propria collaborazione.
Gli elaborati pervenuti saranno pubblicati a discrezione della Direzione della Rivista. La riproduzione di articoli e schemi, anche parziale, è vietata senza autorizzazione scritta dell'Editore.
I contenuti si intendono elaborati soltanto a scopo informativo e divulgativo. Si declina ogni responsabilità rispetto ad un utilizzo improprio del materiale.
Gli schemi di istanze, ricorsi ed ogni altra proposta di elaborato pubblicati costituiscono esempi indicativi, passibili di eventuali integrazioni.
Il riferimento all'articolo di legge deve suggerire al lettore il confronto con la più recente stesura dello stesso.

*****Riproduzione vietata*****

Informativa privacy
Centro Studi Castelli Srl titolare del trattamento tratta i dati personali liberamente conferiti per fornire i servizi indicati. Per i diritti di cui all'art. 13 del Regolamento U.E. 679/2016 e per l'elenco di tutti i Responsabili del trattamento rivolgersi al Responsabile del trattamento, che è il Direttore Responsabile, presso il Servizio Clienti, Via Bonfiglio, n. 33 - 46042 Castel Goffredo (MN) - Tel. 0376-775130 - **privacy@gruppocastelli.com**.
I dati potranno essere trattati da incaricati preposti agli abbonamenti, al marketing, all'amministrazione e potranno essere comunicati alle società del Gruppo per le medesime finalità della raccolta e a società esterne per la spedizione del periodico e per l'invio di materiale promozionale. L'informativa completa è disponibile all'indirizzo **www.ratio.it/privacy-policy**.

ANES
ASSOCIAZIONE NAZIONALE EDITORIA PERIODICA SPECIALIZZATA

Iscrizione al Registro Operatori della Comunicazione n. 3575
Autorizzazione del Tribunale di Mantova n. 5/2014
Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in Abbonamento Postale
D.L. 353/2003 (convertito in Legge 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma 1, LO/BS

VUOI COLLABORARE CON NOI?
Se i tuoi campi di interesse professionale riguardano le tematiche approfondite dal nostro mensile inviaci una mail con il tuo curriculum all'indirizzo servizioclienti@gruppocastelli.com

Le scelte che fanno la differenza

Gentili lettori,
ogni giorno prendiamo decisioni che possono avere un peso sull'ambiente e sull'economia familiare.
Scegliere come utilizzare l'automobile, quali consumi ridurre, come tutelare la salute sono decisioni che, nel tempo, possono fare la differenza nell'equilibrio economico di una famiglia.
Un esempio sono le comunità energetiche, protagoniste della copertina di questo numero e dell'articolo a pag. 8. L'energia può diventare anche un terreno di collaborazione, condivisione e partecipazione. Un investimento può consentire di produrre energia rinnovabile, ridurre nel tempo i costi e generare benefici anche per gli altri membri della comunità.
Gli investimenti iniziali possono spaventare, soprattutto quando il bilancio familiare è già sottoposto a molte pressioni. Ma forse è proprio qui che occorre cambiare prospettiva: non chiedersi soltanto quanto costa una scelta oggi, ma anche quanto potrebbe costare non farla.
Vale per l'energia, ma anche per la salute, la casa, la mobilità e molti altri aspetti della vita quotidiana. Una polizza sanitaria, un intervento per migliorare l'efficienza della propria abitazione o una scelta diversa per gli spostamenti rappresentano una spesa immediata, ma possono anche essere un modo per affrontare con maggiore sicurezza il futuro.
La domanda, allora, potrebbe essere non soltanto «Quanto posso risparmiare oggi?», ma anche «Come posso tutelarmi oggi? Quali scelte posso fare per spendere meglio domani?».
Perché risparmiare non significa sempre spendere meno. A volte significa scegliere con maggiore consapevolezza, rinunciare a un vantaggio immediato per ottenere un beneficio più duraturo e capire che alcune delle decisioni più importanti per il futuro di una famiglia vengono prese proprio nella vita di tutti i giorni.

Buona lettura!

Elena Fracassi

ATTUALITÀ

La Redazione



BONUS NIDO: RIMBORSI PIÙ RAPIDI

- Da luglio 2026 i Comuni comunicheranno direttamente all'Inps l'elenco degli asili nido autorizzati presenti sul proprio territorio, con i relativi dati identificativi. In questo modo l'Istituto potrà verificare in anticipo le strutture accreditate, evitando controlli successivi sulle singole domande.
- Per le famiglie si ridurranno i tempi di istruttoria e di rimborso delle rette pagate.
- La misura si aggiunge alla semplificazione che ha reso la domanda del Bonus Nido valida per 3 anni, senza necessità di ripresentarla annualmente.

RIMBORSO DEL PEDAGGIO AUTOSTRADALE

- In caso di rallentamenti o traffico provocati dalla presenza di cantieri, è possibile ottenere il rimborso, totale o parziale, del pedaggio autostradale.
- Il cosiddetto *Cashback del pedaggio* si applica alle tratte interessate dalle condizioni previste dal servizio e l'importo del rimborso varia in relazione alla durata del rallentamento.
- La richiesta può essere effettuata anche senza registrazione, secondo le modalità indicate sul sito di Autostrade per l'Italia.





SCOPRI QUANDO POTRAI ANDARE IN PENSIONE

- Sul sito dell'Inps è disponibile una nuova versione del simulatore Pensami - PENSione A Misura, accessibile senza registrazione.
- Inserendo alcuni dati anagrafici e contributivi, l'utente può conoscere le diverse possibilità di accesso alla pensione per la propria situazione, senza i possibili importi della prestazione pensionistica.
- Sono state anche potenziate le funzioni "Scopri cosa dice il consulente" e "Approfondisci".

ESTATE 2026 PIÙ CALDA DELL'ESTATE 2003

- Secondo i dati del Cnr l'estate appena passata è stata la più calda mai registrata in Italia dal 1950 e ha superato persino il record dell'estate del 2003.
- Ad agosto la temperatura media sul territorio nazionale è stata di 25,6 gradi Celsius, superiore al record nello stesso periodo di 24,6°C raggiunti nel 2024.





PROCESSO CONTRO META: LIMITAZIONI AI SOCIAL PER UNDER 18 IN AMERICA

- L'azienda Meta di Zuckerberg ha chiuso un processo storico negli USA patteggiando un risarcimento record tra i 16,7 e i 18 miliardi di dollari. L'azienda era accusata di aver progettato algoritmi dannosi capaci di causare dipendenza patologica nei minori.
- L'accordo introduce restrizioni rivoluzionarie per gli under 18, tra cui un limite d'uso di 2 ore giornaliere e il blocco notturno forzato. Pur applicandosi solo agli Stati Uniti, la sentenza sta spingendo l'Unione Europea a richiedere misure identiche per i giovani europei.

Fondo Consap prima casa

Più tutela per le persone con disabilità

La Redazione

Comprare casa con un mutuo può essere più difficile per chi non dispone di risparmi sufficienti da offrire come garanzia alla banca. Per favorire l'accesso al credito esiste il **Fondo di garanzia per la prima casa**, gestito da Consap per conto del Ministero dell'Economia. Il Fondo offre una **garanzia pubblica alla banca** su una parte del mutuo, rendendo più agevole ottenere il finanziamento.

CONDIZIONI

Il finanziamento garantito non può superare € 250.000 e deve essere destinato all'acquisto dell'abitazione principale. L'immobile non deve inoltre rientrare nelle categorie catastali delle abitazioni di lusso. In generale, chi presenta la domanda non deve possedere altri immobili abitativi, salvo alcune eccezioni previste dalla normativa.

Il Fondo può essere richiesto in relazione a un mutuo per l'acquisto di un immobile destinato a essere abitazione principale, acquisto di un immobile con ristrutturazione e accrescimento efficienza energetica; non può essere richiesto per un mutuo per ristrutturazione senza acquisto dell'immobile.

PRINCIPALI DESTINARI DEL FONDO

Tra i principali destinatari del Fondo figurano:
- i **giovani** sotto i 36 anni;
- le **giovani coppie** sposate o conviventi da almeno 2 anni con almeno uno dei 2 under 36;
- i **nuclei monogenitoriali** con figli minori;
- gli **assegnatari** di alloggi popolari;
- le **famiglie numerose**.

La garanzia ordinaria **copre il 50% della quota capitale del mutuo**; per alcune categorie prioritarie con Isee non superiore a € 40.000, in presenza dei requisiti stabiliti dalla legge, la copertura può arrivare **all'80%**.

La garanzia del Fondo Consap può essere richiesta **fino al 31.12.2027**, salvo successive proroghe.

COME PRESENTARE LA DOMANDA

Il cittadino deve rivolgersi a una banca o a un intermediario finanziario aderente all'iniziativa e presentare la domanda contestualmente alla richiesta di mutuo.
La garanzia del Fondo Consap, infatti, non sostituisce la valutazione della banca, che conserva la propria autonomia nel decidere se concedere o meno il finanziamento.

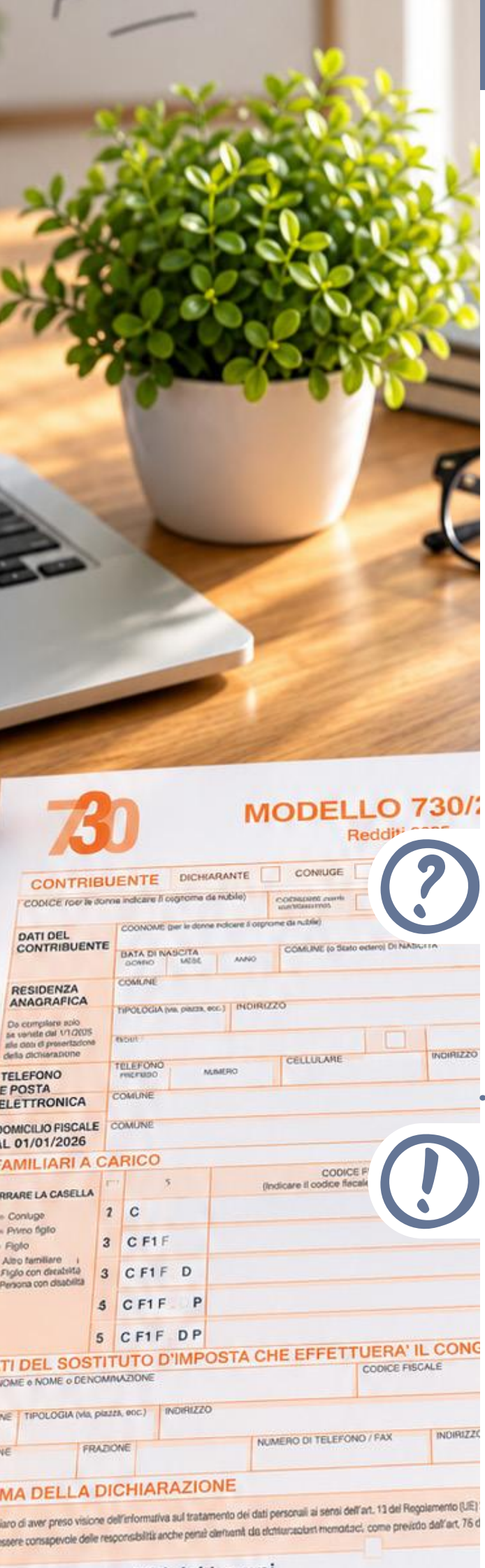
NOVITÀ 2026

Dal 3.08.2026, il Fondo si è aperto anche a nuove categorie legate alla disabilità grave. Possono infatti accedere alle misure le **persone con disabilità permanente riconosciuta ai sensi dell'art. 3, c. 3 L. 104/1992**, nonché i componenti di nuclei familiari nei quali viva da almeno 2 anni un figlio, una figlia, un fratello o una sorella del richiedente con la stessa condizione di disabilità.

Per queste nuove categorie la garanzia pubblica è pari al **50% del capitale finanziato**, ma può salire all'**80%** se il richiedente possiede un Isee non superiore a **€ 40.000 annui.**

Si tratta quindi di una misura che può facilitare il rapporto con la banca, soprattutto quando l'acquirente dispone di minori garanzie patrimoniali.





Rimborso 730 oltre € 4.000

Perchè l'Agenzia delle Entrate può fare controlli

La Redazione

Ricevere un rimborso fiscale consistente è certamente una buona notizia, ma può anche significare dover attendere più a lungo prima di ricevere il denaro. In alcuni casi, infatti, ***un rimborso superiore a € 4.000 derivante dal modello 730 può essere sottoposto a controlli preventivi dell'Agenzia delle Entrate.*** *Non significa aver commesso un errore né essere sotto accertamento: si tratta di una verifica prevista dalla legge, soprattutto in presenza di determinate situazioni.*

QUANDO PUÒ SCATTARE IL CONTROLLO

Il controllo preventivo riguarda in particolare i contribuenti che presentano il **modello 730 con modifiche rispetto ai dati già disponibili** e dai quali emerge un rimborso superiore a € 4.000. L'attenzione dell'Agenzia può concentrarsi, ad esempio, sulle modifiche apportate alla dichiarazione precompilata che incidono in modo significativo sul risultato finale.

Si pensi a chi aggiunge spese mediche non presenti nella precompilata, spese universitarie o altre detrazioni e ottiene così un credito fiscale di importo elevato.

COSA CONTROLLA L'AGENZIA

Le verifiche possono riguardare soprattutto i dati che hanno determinato il rimborso. Per esempio, possono essere esaminati:

- le spese sanitarie dichiarate;
- gli interessi passivi del mutuo;
- le spese per lavori edilizi;
- le detrazioni per familiari;
- altri dati modificati o integrati rispetto alla dichiarazione predisposta dall'Agenzia.

Un controllo può quindi servire a verificare che una spesa sia effettivamente detraibile e che l'importo indicato nella dichiarazione corrisponda alla documentazione disponibile.

IL RIMBORSO PUÒ ARRIVARE PIÙ TARDI

La conseguenza più concreta è il possibile allungamento dei tempi. Normalmente, il rimborso del 730 viene riconosciuto in busta paga dal datore di lavoro oppure nella pensione.
Se viene effettuato un controllo preventivo, invece, il contribuente potrebbe dover attendere l'esito della verifica e ricevere il rimborso direttamente dall'Agenzia delle Entrate fino a 6 mesi dopo la scadenza della presentazione del modello 730, quindi fino a marzo dell'anno successivo.

NON È UN ACCERTAMENTO FISCALE

È importante non confondere il controllo preventivo con un accertamento.
Ricevere una verifica non significa essere sospettati di evasione fiscale.
Un rimborso elevato può dipendere semplicemente da situazioni del tutto normali.
Si pensi, per esempio, a una famiglia che ha sostenuto importanti spese sanitarie durante l'anno oppure a un contribuente che recupera detrazioni per lavori effettuati sulla propria abitazione. Anche chi ha avuto trattenute Irpef elevate durante l'anno e numerose detrazioni può maturare un credito consistente.



CONSERVARE SEMPRE RICEVUTE E DOCUMENTI

La regola più semplice è conservare con cura tutta la documentazione utilizzata per compilare la dichiarazione. Fatture, ricevute, certificazioni e attestazioni possono essere indispensabili per dimostrare il diritto alle detrazioni richieste.
Per questo, soprattutto quando il rimborso è elevato o la dichiarazione presenta situazioni particolari, è opportuno affidarsi a un professionista o a un Caf.

ESEMPIO

Marco, lavoratore dipendente ha percepito nel 2025 un reddito di € 40.000 con trattenute per € 10.500.
Dalla documentazione che porta al commercialista per il 730 risultano diverse spese detraibili:
- **€ 3.000 di spese sanitarie**, dalle quali deriva una detrazione di **€ 545**;
- **€ 4.000 di interessi sul mutuo**, con una detrazione di **€ 760**;
- **€ 2.500 di spese universitarie**, con una detrazione di **€ 475**;
- **rate residue per lavori edilizi pari a 1.700**;
- altre detrazioni e crediti per circa **€ 1.200**.

- Il commercialista verifica la documentazione e inserisce nella dichiarazione anche alcune spese mediche e universitarie che non erano presenti nella precompilata. Dal calcolo emerge un **credito Irpef di € 4.680**.
- Marco pensa, quindi, di ricevere il rimborso direttamente nella busta paga.
- Qualche settimana dopo, però, il commercialista lo informa che il rimborso è stato sottoposto a controllo preventivo dall'Agenzia delle Entrate: il controllo dipende dall'importo e dalle caratteristiche della dichiarazione.
- Il commercialista può verificare lo stato della dichiarazione e, se necessario, assistere Marco nella produzione della documentazione richiesta dall'Agenzia. Marco non deve presentare una nuova dichiarazione né rinunciare al credito.
- Se il controllo conferma che le detrazioni sono corrette, l'Agenzia riconosce gli € 4.600 e provvede direttamente al rimborso, che quindi non arriva più attraverso il datore di lavoro, ma direttamente dall'Agenzia delle Entrate sul proprio conto corrente bancario o postale indicato.
- La conseguenza principale per Marco è dunque l'attesa più lunga per ottenere il denaro.
- Il controllo preventivo non significa che la dichiarazione sia irregolare e, soprattutto, non equivale a un accertamento fiscale: se la documentazione è corretta, il credito viene semplicemente pagato al termine della verifica.

Comunità energetiche in condominio

Come risparmiare in bolletta condividendo l'energia

La Redazione

Sempre più famiglie guardano con interesse alle comunità energetiche rinnovabili, una soluzione che permette di produrre e condividere energia pulita, riducendo i costi delle bollette e contribuendo alla tutela dell'ambiente. Ma come funzionano concretamente in un condominio? Chi può partecipare? E quali vantaggi possono ottenere i residenti?

COS'È UNA COMUNITÀ ENERGETICA RINNOVABILE (CER)

Una Comunità Energetica Rinnovabile (CER) è un insieme di cittadini, imprese, enti locali o attività commerciali che collaborano per produrre, consumare e condividere energia generata da fonti rinnovabili, come gli impianti fotovoltaici.
L'obiettivo è semplice: utilizzare il più possibile l'energia prodotta localmente, riducendo quella acquistata dalla rete elettrica nazionale. In questo modo si ottengono benefici economici sotto forma di minori costi in bolletta e incentivi riconosciuti dal Gestore dei Servizi Energetici (GSE).
Possono far parte della stessa comunità energetica non soltanto i condomini di uno stabile, ma anche utenze vicine, come negozi, uffici o abitazioni situate nella stessa area elettrica di riferimento.



COME NASCE UNA CER IN CONDOMINIO

1. VALUTARE LA FATTIBILITÀ DEL PROGETTO

La costituzione di una CER di autoconsumo collettivo non può partire senza un adeguato studio di fattibilità che ne determini i costi, la convenienza economica, l'impatto sui diritti altrui.

2. OTTENERE L'APPROVAZIONE DELL'ASSEMBLEA

Il progetto deve essere discusso e approvato dall'assemblea condominiale. In questa fase vengono definite le modalità di partecipazione, la ripartizione dei costi e dei benefici e le regole di funzionamento della comunità energetica.

3. QUORUM DELIBERATIVI

I pannelli fotovoltaici rientrano tra gli interventi destinati a ridurre i consumi energetici degli edifici. Di conseguenza, il condominio può deliberarne l'installazione con una **maggioranza agevolata:** serve il sì della maggioranza dei partecipanti all'assemblea che rappresenti almeno il 50% dei millesimi dell'edificio.

4. INSTALLARE L'IMPIANTO

Si procede mediante la collocazione di un impianto fotovoltaico, con annesso adeguato sistema di accumulo, sul tetto del condominio o nei parcheggi condominiali, dotato di un contatore che misura la quantità di energia prodotta e con allaccio alla rete elettrica.

5. UTILIZZO DELL'ENERGIA

L'energia prodotta alimenta i servizi condominiali (ascensore, luci scale, autoclave) mentre quella prelevata dai singoli appartamenti viene considerata "condivisa" tra i condomini che aderiscono alla comunità: ogni appartamento continua ad avere il proprio contratto di fornitura elettrica, ma beneficia di una quota dell'energia prodotta in loco, calcolata in base ai consumi reali.

COMUNITÀ ENERGETICA O AUTOCONSUMO COLLETTIVO?

Nel mondo dei condomini si sente spesso parlare anche di autoconsumo collettivo (GAC, Gruppo di autoconsumo condiviso).
In questo caso l'energia prodotta da un impianto comune viene condivisa tra più utenti dello stesso edificio. Si tratta di una soluzione più semplice rispetto alla CER e limitata al singolo condominio.

La comunità energetica, invece, può coinvolgere anche soggetti che si trovano in edifici diversi, purché appartengano alla stessa area della rete elettrica prevista dalla normativa.

In entrambi i casi l'obiettivo è identico: consumare più energia rinnovabile possibile vicino al luogo di produzione, ridurre le bollette e contribuire alla transizione energetica.



UN GRUPPO DI AUTOCONSUMO CONDIVISO PUÒ COMUNQUE SCEGLIERE DI CONVERTIRSI IN UNA CER, ALLARGANDOSI.

TUTTI I CONDOMINI DEVONO ADERIRE ALLA CER?

NO

La CER in condominio non richiede che i suoi membri siano gli stessi condomini dello stabile, ma anche persone che abitano in zone limitrofe.

Nessun condomino può essere obbligato a sottoscrivere contratti di adesione a un'associazione o a una CER. I condomini che scelgono di non aderire alla CER continueranno a pagare esclusivamente le spese per l'uso dell'energia elettrica tradizionale per le parti comuni, senza subire alcun addebito per la realizzazione dell'impianto condiviso, né ovviamente potranno accedere ai vantaggi economici generati dalla comunità. Potranno decidere di aderire alla CER in un secondo momento.



RUOLO DELL'AMMINISTRATORE DI CONDOMINIO

L'amministratore del condominio deve farsi **promotore** dell'iniziativa ed illustrare ai condomini i benefici economici e ambientali derivanti dalla condivisione dell'energia.

Assume l'incarico di **referente** nei rapporti con il GSE (Gestore Servizi Energetici), gestisce le pratiche burocratiche/amministrative e provvede alla suddivisione degli incentivi e dei costi di installazione tra i condomini aderenti.

Importante è il ruolo di **coordinatore** dei professionisti coinvolti nella costituzione della CER e nell'installazione dell'impianto.

Quella prodotta in eccesso non consumata dal condominio né condivisa viene immessa in rete elettrica e venduta, generando un ulteriore ritorno economico.

La gestione può essere affidata all'**amministratore di condominio** o a un soggetto terzo come una società di servizi energetici che si occupi dell'installazione monitoraggio e gestione dei flussi energetici (GSE).

Il GSE monitora i flussi energetici e riconosce un incentivo economico per l'energia condivisa che è più alto quanto maggiore è la quota di energia non prelevata dalla rete nazionale.

Le festività in busta paga

di Remo Redeghieri





Dal 2026 il 4 ottobre, Festa di San Francesco, diventa festività nazionale e quest'anno cade di domenica. La coincidenza con il giorno di riposo garantisce in busta paga una quota giornaliera aggiuntiva per tutti i dipendenti. Chi lavora in tale data otterrà inoltre la maggiorazione prevista dal C.C.N.L.

UNA NUOVA FESTA NAZIONALE DAL 2026

La L. 8.10.2025, n. 151, pubblicata in Gazzetta Ufficiale il 10.10.2025, ha inserito il 4 ottobre tra i giorni festivi riconosciuti dalla L. 27.05.1949, n. 260, che resta la norma di riferimento in materia. La novità è in vigore dal 1.01.2026: il 2026 è quindi il primo anno in cui il 4 ottobre va trattato, in busta paga, come tutte le altre feste nazionali, dal Capodanno al Natale.

LA REGOLA DI BASE

Per la maggior parte dei lavoratori dipendenti, cioè quelli retribuiti in misura fissa mensile, la giornata festiva non lavorata non comporta alcuna riduzione dello stipendio, ma non dà nemmeno diritto a un importo aggiuntivo: il compenso di quel giorno è già compreso nella retribuzione del mese. Diverso è il caso di chi è retribuito in relazione alle ore di lavoro prestate: qui la festività non lavorata viene pagata a parte, con la normale retribuzione giornaliera.

SE LA FESTA CADE DI DOMENICA

È il caso del 4 ottobre 2026, ed è la situazione che conviene conoscere meglio perché riguarda praticamente tutti. Quando una festività coincide con la domenica il lavoratore non perde nulla: quella giornata di festa non può essere goduta come riposo, perché la domenica è già giorno di riposo, e allora viene pagata. Spetta quindi, in aggiunta alla normale retribuzione del mese, una quota giornaliera pari a 1/26 della retribuzione mensile fissa, o comunque calcolata secondo il coefficiente previsto dal C.C.N.L. applicato. Su uno stipendio di € 1.870 lordi al mese la quota vale quasi € 72; su uno di 2.016 ne vale quasi 78. Se il riposo settimanale è collocato in un giorno diverso dalla domenica, il contratto collettivo può prevedere lo stesso trattamento anche per quella giornata.

Questa somma spetta anche a chi quel giorno resta a casa: non è il compenso di una prestazione, ma il riconoscimento di una festa che non si è potuta godere. Il 4 ottobre 2026 vale una giornata di retribuzione in più per la generalità dei lavoratori con stipendio mensile.

FESTA DI DOMENICA E FESTA IN SETTIMANA: PERCHÉ CAMBIA

Vale la pena mettere le due situazioni una accanto all'altra, perché è qui che nascono i malintesi in famiglia. Una festa che cade in un giorno feriale, poniamo un martedì, non porta nulla in più: si sta a casa e lo stipendio non si riduce, perché quella giornata è già compresa nella retribuzione mensile. Una festa che cade di domenica, al contrario, porta una quota giornaliera aggiuntiva, proprio perché il riposo ci sarebbe stato comunque e la festa non è stata goduta. Sembra un paradosso - si prende di più quando la festa cade nel giorno in cui non si lavorerebbe - ma è esattamente così che funziona, e vale la pena controllare che in busta paga la voce ci sia.

SE LA FESTA CADE DI SABATO

Nel 2026 è il caso del 25 aprile, del Ferragosto e del 26 dicembre. Per chi lavora dal lunedì al venerdì il sabato è un giorno non lavorativo, ma non è il giorno di riposo settimanale. Alcuni C.C.N.L. riconoscono comunque una quota giornaliera aggiuntiva, altri prevedono che nulla sia

dovuto. In assenza di una previsione del contratto collettivo la giurisprudenza prevalente esclude il compenso aggiuntivo, perché il trattamento della festività si intende già compreso nella retribuzione mensile. È il contratto applicato, quindi, a fare la differenza.

SE INVECE SI LAVORA

Chi presta attività lavorativa in una giornata festiva ha diritto, oltre al trattamento previsto per la festività, alla retribuzione per le ore effettivamente lavorate, con la maggiorazione fissata dal C.C.N.L. per il lavoro festivo.

DA SAPERE

In assenza di accordo tra le parti il dipendente può legittimamente rifiutarsi di lavorare nelle giornate festive.

QUANDO LE FESTE SONO DUE NELLO STESSO GIORNO

Può accadere che due ricorrenze cadano nella stessa data, ad esempio il Santo Patrono che coincide con una festa nazionale. In questo caso una delle due giornate è considerata "non goduta" e viene pagata con lo stesso criterio delle festività che cadono di domenica. Se poi la doppia festività cade proprio di domenica, entrambe le giornate sono considerate non godute.

DA SAPERE

- **Santo Patrono:** non è previsto dalla legge, ma i C.C.N.L. lo riconoscono generalmente come ulteriore festività della località in cui si svolge il lavoro.
- **Pasqua:** non è riconosciuta come giornata festiva da tutti i C.C.N.L..
- **4 novembre:** la Festa dell'Unità Nazionale non è giorno festivo e si celebra la prima domenica di novembre, ma alcuni C.C.N.L. riconoscono per quel giorno il trattamento delle festività che cadono di domenica.
- **Occhio al 2027:** l'anno prossimo tre festività cadono di domenica (25 aprile, 15 agosto e 26 dicembre) e due di sabato (1° maggio e 25 dicembre).
- **In malattia:** la festività che cade durante un periodo di malattia viene comunque retribuita per intero.
- **Se il datore non rispetta le regole:** è prevista una sanzione amministrativa da € 154 a € 929.
- **Ex festività:** San Giuseppe, Ascensione, Corpus Domini e Santi Apostoli Pietro e Paolo non sono più giorni festivi dal 1977: al loro posto spettano permessi retribuiti, in genere 32 ore annue, disciplinati dai C.C.N.L.

LA FESTA SPETTA ANCHE A CHI È ASSENTE

Il trattamento economico della festività spetta per intero anche al lavoratore assente per malattia, infortunio, maternità e congedo parentale, congedo matrimoniale, ferie, permessi o altre assenze giustificate. La festività, in altre parole, non si perde.

SE LA FESTA CADE NELLE FERIE

La festività che cade nel periodo di ferie non si consuma come giornata di ferie: molti contratti, tra cui il Terziario, prevedono che il periodo feriale si prolunghi di conseguenza. Chi è in vacanza a cavallo di una festa, quindi, non perde né la festa né un giorno di ferie.

LE FESTE DELLE ALTRE RELIGIONI

Chi appartiene a una confessione diversa da quella cattolica può fruire di giornate di riposo corrispondenti alle proprie festività religiose, senza perdita di retribuzione, oppure convertire le festività cattoliche in giornate equivalenti secondo la propria fede. Il diritto si esercita previa comunicazione al datore di lavoro e nel rispetto delle esigenze organizzative dell'azienda. Per i lavoratori ebrei, ad esempio, l'intesa recepita con la L. n. 101/1989 consente di fruire, su richiesta, delle festività ebraiche in luogo di quelle religiose nazionali.

DOVE SI VEDE IN BUSTA PAGA

Nella busta paga le festività non compaiono quasi mai in un'unica voce. Di norma si trovano una voce per la festività goduta, una per la festività "non goduta" - quella che dà diritto alla quota giornaliera aggiuntiva - e, per chi ha lavorato, la voce del lavoro festivo con la relativa maggiorazione. Confrontare queste voci con il calendario del mese è il modo più semplice per verificare che i conti tornino.

FESTIVITÀ RICONOSCIUTE IN ITALIA

Festività nazionali e religiose	Data	Nel 2026 cade di	Nel 2027 cade di
Tutte le domeniche			
Capodanno	1° gennaio	giovedì	venerdì
Epifania	6 gennaio	martedì	mercoledì
Lunedì dell'Angelo	Giornata mobile	6 aprile	29 marzo
Anniversario della Liberazione	25 aprile	sabato	**domenica**
Festa del Lavoro	1° maggio	venerdì	sabato
Festa della Repubblica	2 giugno	martedì	mercoledì
Assunzione di Maria Vergine	15 agosto	sabato	**domenica**
San Francesco	4 ottobre	**domenica**	lunedì
Ognissanti	1° novembre	**domenica**	lunedì
Immacolata Concezione	8 dicembre	martedì	mercoledì
Natale	25 dicembre	venerdì	sabato
S. Stefano	26 dicembre	sabato	**domenica**



COME SARÀ LA BUSTA PAGA DI OTTOBRE?

Il 4 ottobre 2026 cade di domenica. Ecco in anticipo che cosa comparirà, nella busta paga di ottobre che sarà pagata a novembre, per 2 lavoratori della stessa famiglia. La festa porta a entrambi una giornata di retribuzione in più, anche a chi resta a casa: a chi lavora spetta in aggiunta la maggiorazione. Negli esempi seguenti, l'Irpef è calcolata al netto delle detrazioni da lavoro dipendente ragguagliate al mese; sono escluse le addizionali regionali e comunali, che variano da Comune a Comune.

1 SEZIONE PRESENZE - OTTOBRE 2026

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S
8	8	GZ	**GR FS**	8	8	8	8	8	GZ	GR	8	8	8	8	8	GZ	GR	8	8	8	8	8	GZ	GR	8	8	8	8	8	GZ

8 = ore lavorate | GZ = giorno a zero ore | GR = giorno di riposo settimanale | FS = giorno festivo

LEI - IMPIEGATA IN STUDIO PROFESSIONALE, DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ

- C.C.N.L. Studi Professionali - retribuzione fissa mensile € 1.870,00 su 14 mensilità.
- Ottobre 2026: il 4 ottobre cade di domenica e non è lavorato.

VOCE	ORE / GIORNI	BASE	COMPETENZE
Lavoro ordinario (giorni)	26,00	71,92308	1.870,00
Festività non goduta (4 ottobre)	1,00	71,92308	71,92
Totale competenze lorde			**1.941,92**
Contributi Inps a carico della lavoratrice (9,19%)			- 178,46
Irpef netta			- 138,78
Netto in busta			**1.624,68**

Il 4 ottobre cade nel giorno di riposo settimanale: la festività non viene goduta e dà diritto a una quota giornaliera in più, pari a 1/26 della retribuzione mensile.

2 SEZIONE PRESENZE - OTTOBRE 2026

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S	D	L	M	M	G	V	S
GZ	8	8	**8 FS**	GR	8	8	GZ	8	8	8	GR	8	8	GZ	8	8	8	GR	8	8	GZ	8	8	8	GR	8	8	GZ	8	8

8 = ore lavorate | GZ = giorno a zero ore | GR = giorno di riposo settimanale | FS = giorno festivo

LUI - COMMESSO IN UN GRANDE MAGAZZINO, APERTO ANCHE LA DOMENICA

- C.C.N.L. Terziario Confcommercio - retribuzione fissa mensile € 2.016,00 su 14 mensilità.
- Riposo settimanale il lunedì: il 4 ottobre lavora 8 ore - azienda con oltre 50 dipendenti.

VOCE	ORE / GIORNI	BASE	COMPETENZE
Lavoro ordinario (giorni)	26,00	77,53846	2.016,00
Festività non goduta (4 ottobre)	1,00	77,53846	77,54
Maggiorazione lavoro festivo 30% (4 ottobre)	8,00	3,60	28,80
Totale competenze lorde			**2.122,34**
Contributi Inps a carico del lavoratore (9,49%)			- 201,41
Irpef netta			- 184,80
Imposta sostitutiva 15% sulla maggiorazione festiva			- 3,91
Netto in busta			**1.732,22**

- Anche a lui spetta la quota giornaliera per la festività non goduta.
- **In più, avendo lavorato, gli spetta la maggiorazione del 30% prevista dal C.C.N.L., omnicomprensiva e non cumulabile con altre: € 28,80 lordi, che nel 2026 scontano un'imposta sostitutiva del 15% al posto dell'Irpef. In busta restano € 22,16.**

COME DIFENDERSI DAL FISCO

Il mensile con tutti gli strumenti per gestire i rapporti con il Fisco

Il mensile online di aggiornamento e approfondimento costante per affrontare i rapporti con l'Amministrazione finanziaria.

Con tutto il patrimonio completo di modelli personalizzabili, istanze, esempi e moduli di ricorso, analisi di casi, prassi e giurisprudenza.

Tutto quello che serve per gestire il contenzioso dei tuoi clienti.

SCOPRI L'ABBONAMENTO

store.ratio.it



L'ANGOLO DELL'AVVOCATO

La Redazione

CODICE DELLA STRADA

NON È CONSENTITO L'USO DELLO SMARTPHONE CON IL SEMAFORO ROSSO

Guardare WhatsApp se si è fermi al semaforo rosso non è consentito: il divieto di utilizzare il cellulare vale anche quando l'auto è temporaneamente ferma per esigenze della circolazione (art. 173, c. 2 Codice della Strada). Chi viene sorpreso rischia una multa da 250 a 1.000 euro, 5 punti in meno sulla patente e la sospensione della patente da 15 giorni a 2 mesi. In caso di recidiva nel biennio, le sanzioni aumentano. Il semplice fatto che il veicolo sia fermo al semaforo, quindi, non consente di utilizzare liberamente lo smartphone.



DASHCAM CONSENTITA IN AUTO MA CON ATTENZIONE ALLA PRIVACY

La dashcam è una piccola videocamera installata sul parabrezza o sul cruscotto che registra ciò che accade durante la marcia. Il suo utilizzo è legale e può essere utile per documentare incidenti o comportamenti pericolosi. Occorre però evitare che l'apparecchio ostacoli la visuale o distragga chi guida. Le registrazioni possono contenere targhe e volti: la loro diffusione, soprattutto online, può comportare problemi sotto il profilo della privacy. La registrazione può essere conservata e utilizzata, quando necessario, per tutelare i propri diritti in caso di incidente.



AFFITTO

AFFITTO PAGATO IN RITARDO O DOPO 20 GIORNI

Il canone deve essere pagato entro la scadenza prevista dal contratto. Non esiste una vera e propria "tolleranza" di 20 giorni: il ritardo costituisce comunque un inadempimento e può comportare interessi sul pagamento tardivo, come stabilito nello stesso contratto.
Tuttavia, per legge, il mancato pagamento può diventare motivo di risoluzione del contratto quando sono trascorsi 20 giorni dalla scadenza.
Prima di arrivare allo sfratto, comunque, il proprietario deve seguire la procedura prevista dalla legge, inviando una diffida formale con la richiesta del pagamento entro un certo periodo.



SE L'INQUILINO PORTA VIA I MOBILI DELL'APPARTAMENTO

In un appartamento ammobiliato, mobili ed elettrodomestici messi a disposizione dal proprietario devono essere restituiti al termine dell'affitto. Se, per esempio, l'inquilino porta via il forno a microonde o una lampada già presenti nell'abitazione, può configurarsi il reato di appropriazione indebita, con obbligo di risarcire il danno.
È quindi utile allegare al contratto un inventario dettagliato degli arredi presenti, possibilmente firmato da entrambe le parti.
I mobili acquistati dall'inquilino con denaro proprio possono essere portati via alla fine del contratto.



VICINATO

A CHI SPETTANO LE SPESE DI RIPARAZIONE DI UNA STRADA PRIVATA

Le strade private non fanno parte della viabilità pubblica. Quando una strada privata serve più proprietari, le spese per la manutenzione e le riparazioni, di regola, spettano a tutti coloro che ne fanno uso, in proporzione ai rispettivi diritti o all'utilità che ne ricavano. Se la strada è in comproprietà, trovano applicazione le regole sulla comunione e le spese necessarie per la conservazione del bene sono ripartite tra i comproprietari. Diverso è il caso in cui la strada appartenga a un solo soggetto ma sia gravata da una servitù di passaggio: occorre verificare quanto previsto dal titolo e le specifiche modalità di esercizio della servitù. In assenza di accordi, possono nascere controversie sulla ripartizione dei costi. Prima di procedere a lavori rilevanti è quindi opportuno verificare atto di proprietà, eventuali servitù e regolamenti.



QUANDO IL VICINO GUARDA NEL GIARDINO

Passeggiare davanti alla casa del vicino e vedere il suo giardino non significa commettere un illecito.
La situazione cambia se una persona si ferma abitualmente a osservare a lungo ciò che accade nella proprietà e cerca deliberatamente di spiare gli abitanti, guardando oltre una siepe o una barriera.
Non esiste un diritto assoluto a impedire ogni sguardo proveniente dalla strada, ma la vita privata dell'abitazione e degli spazi ad essa collegati deve essere rispettata.
In caso di comportamenti insistenti, è opportuno parlare prima con il vicino in modo civile, evitando scontri, e conservare poi eventuali elementi utili a documentare la ripetizione degli episodi.
Se il problema persiste, si può chiedere un parere legale per valutare se vi siano gli estremi per un intervento legale e quali possono essere gli strumenti più adeguati.



DIRITTI DEL CONSUMATORE

QUANDO LE ORE DI LAVORO IN FATTURA NON TORNANO

Può accadere che, al termine di un intervento da parte di un elettricista o un idraulico, le ore di manodopera indicate in fattura risultino superiori a quelle effettivamente lavorate. Se il compenso non era stato concordato preventivamente, è possibile contestare l'importo quando non appare giustificato rispetto all'attività svolta. È consigliabile chiedere al professionista un dettaglio delle ore e degli interventi effettuati, preferibilmente per iscritto. Se la spiegazione non è soddisfacente, la contestazione della fattura può essere formalizzata con una comunicazione scritta, indicando le voci ritenute errate. In presenza di un preventivo accettato, il confronto dovrà essere effettuato anche sulla base delle condizioni concordate. Se la controversia non si risolve, può essere valutato il ricorso a un'associazione dei consumatori o, nei casi più complessi, a un legale.



QUANDO LA PROMESSA COMMERCIALE NON VIENE MANTENUTA

Può capitare che, al momento di sottoscrivere un contratto per Internet, telefono o altri servizi, l'operatore prometta uno sconto dopo il 1° anno.
Se questa promessa non viene mantenuta, è importante verificare se queste condizioni erano state effettivamente inserite nell'offerta o comunicate in modo documentabile e recuperare contratto, e-mail, messaggi, registrazioni consentite dalla legge e ogni altra comunicazione relativa all'offerta.
Poi è opportuno chiedere chiarimenti all'operatore e presentare un reclamo scritto, indicando esattamente la promozione promessa. Se la risposta non arriva o non è soddisfacente, il consumatore può ricorrere alla procedura gratuita di conciliazione tramite la piattaforma ConciliaWeb. Se viene raggiunta un'intesa, questa viene formalizzata e deve essere rispettata; in caso contrario, la controversia prosegue.



Intelligenza artificiale “fatta in casa”

Come installare un chatbot AI sul tuo PC, gratis e senza account

di **Cristian Zuliani**

Chi ha detto che per usare l’intelligenza artificiale serve per forza un abbonamento e una connessione Internet sempre accesa? Con un programma gratuito chiamato LM Studio, chiunque abbia un PC può avere il proprio “ChatGPT personale” installato in casa: risponde offline e non manda nulla in giro per il web.
Oggi per un uso privato siamo pieni di strumenti gratuiti di intelligenza artificiale che possiamo utilizzare. Pensiamo a Google nella ricerca nella sua homepage, poi ci sono tutti i servizi come ChatGpt, Claude e Perplexity che permettono di scrivere delle domande gratuite.

PERCHÉ UN’AI “IN CASA”

Chatbot come ChatGPT o Claude sono comodi, ma hanno 2 caratteristiche che possono non piacere: serve un account e, soprattutto nelle versioni gratuite, le conversazioni passano dai server dell’azienda che li gestisce.
Se scrivete a un chatbot informazioni personali (es.: un dubbio su un documento di famiglia, una domanda delicata, i compiti di vostro figlio) quei dati comunque escono da casa vostra. Un’alternativa, per chi non ha paura di installare un programma e digitare qualche comando, è far girare l’intelligenza artificiale direttamente sul proprio computer. **Nessun account, nessun abbonamento, nessuna connessione necessaria una volta scaricato: tutto resta sul vostro disco.**



COSA SERVE E PERCHÉ FARE ATTENZIONE

Non serve un supercomputer, ma vale la pena sapere che le caratteristiche del computer influenzano parecchio i risultati: più il PC è potente, più le risposte arrivano veloci e viceversa. Per iniziare una configurazione base è:
- un PC Windows, Mac o Linux di non più di 4-5 anni;
- **almeno 8 GB di RAM** (con 16 GB si è più comodi, soprattutto se si vogliono usare i modelli più capaci);
- qualche GB di spazio libero sul disco, per scaricare il modello;
- LM Studio un software gratuito che ti permette di scaricare e far girare un’intelligenza artificiale (tipo ChatGPT) direttamente sul tuo computer;
- circa 15 minuti di pazienza.

Il fattore che fa davvero la differenza è la scheda video (GPU).
LM Studio funziona comunque anche senza una scheda grafica dedicata, usando solo il processore (CPU) del computer - ma in quel caso le risposte arrivano più lentamente, parola per parola, un po’ come vedere qualcuno digitare in tempo reale. Se il PC ha invece una scheda video dedicata, il modello sfrutta quella potenza aggiuntiva e le risposte diventano quasi immediate.

COSA ASPETTARSI (E COSA NO)

Un’AI installata in locale su un PC domestico non avrà la stessa scioltezza dei grandi chatbot in cloud, che girano su server enormi: le risposte possono essere più lente o meno raffinate, soprattutto sui modelli più piccoli. È perfetta per esperimenti, per capire come funziona davvero l’intelligenza artificiale, per riassumere testi o rispondere a domande semplici senza far uscire nulla da casa; è meno adatta a compiti complessi o creativi. Avere il modello sul proprio computer comporta un limite concreto, le capacità dell’LLM dipendono dalle risorse disponibili.

PER CHI È (DAVVERO) QUESTA SOLUZIONE

Non è un progetto per chi vuole solo “usare” l’AI nel modo più comodo possibile; per quello restano più pratici i chatbot online gratuiti. È invece perfetta per chi:
- ha voglia di capire come funziona la tecnologia “sotto il cofano”;
- tiene particolarmente alla riservatezza dei propri dati;
- vuole un assistente sempre disponibile anche senza connessione Internet;
- si diverte a smanettare con un nuovo programma.

LO STRUMENTO: LM STUDIO

Il programma ideale per un neofita è LM Studio, che fornisce anche una semplice interfaccia grafica.
È gratuito, esiste per Windows, Mac e Linux, e nasconde tutta la parte complicata dietro pochi comandi.

Come funziona?

1.

Scaricare LM Studio

Si va sul sito www.lmstudio.ai, si clicca sul tasto Download ben visibile al centro del sito, automaticamente partirà il download. L'installazione è semplice: accetto, avanti, installa, chiudi.



2.

Avviare il programma

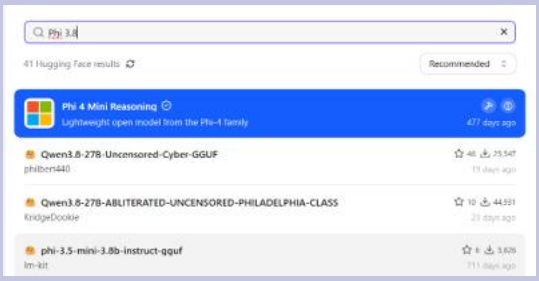
Cliccato su chiudi si avvierà in automatico il programma che fornirà una breve guida introduttiva. Conclusa saremo quasi pronti.



3.

Trovare il modello giusto e scaricarlo

Nei servizi a pagamento tutto è pronto all'uso, quando invece vogliamo mettere una versione sul nostro pc dobbiamo stare attenti a scaricare il modello adatto al nostro sistema, altrimenti rischiamo di avere errori o dover aspettare molto tempo prima di avere un risultato.
Per trovare i sistemi più adatti dobbiamo tenere sottomano alcune caratteristiche del nostro pc: CPU - RAM - GPU (se presente) - spazio HARD DISK. Recuperate queste informazioni abbiamo 2 strade, la prima chiedere alla rete (es. Ai Mode di Google) o cercare sui vari siti che fanno da motore di ricerca di llm da scaricare (es.: https://runthisllm.com/, possiamo cercare il modello in base alle caratteristiche o partendo dal modello che vogliamo usare cercare il pc adatto). Trovato il modello clicchiamo sul tasto Settings in basso a sinistra della barra, successivamente Explorer, nella barra al centro cerchiamo il modello, clicchiamo e infine su Download. Possiamo scaricare più di un modello, non c'è un limite, se non quello dello spazio del pc. Finito il download vedremo un tasto Use in new chat.

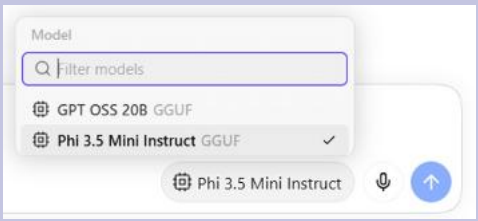




4.

Uso

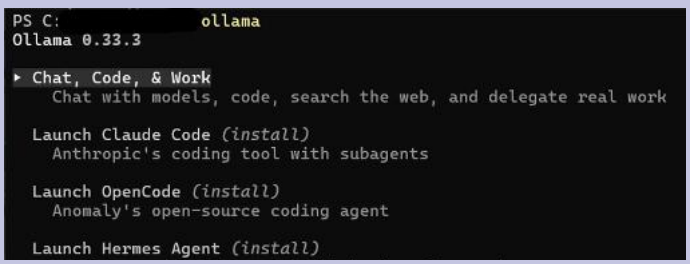
All'interno della chat possiamo verificare e selezionare i modelli disponibili. Una volta selezionato potremo iniziare ad utilizzare la chat: ci basterà fare una domanda o scrivere del testo. All'invio potrebbe presentarsi un rallentamento dovuto al caricamento del modello; non bisogna preoccuparsi, occorre dare il tempo al pc di finire la prima lavorazione.





Per chi preferisce usare il terminale...

Per chi volesse cimentarsi in qualcosa di più "nerd" potrebbe utilizzare sistemi tramite linea di comando, in quel caso può spostarsi su sistemi come **Ollama**, che guida l'utente all'uso di terminale, questa modalità richiede qualche accortezza in più dovuta al fatto che non c'è una grafica intuitiva; tutto si svolge da terminale tramite riga di comando.



Polizza sanitaria

Come funziona davvero quando ne hai bisogno

di **Damiano Gervasi**



Dopo aver scelto di tutelare la propria salute con una polizza sanitaria, arriva la domanda più concreta: come funziona?

Non tutte le polizze sono uguali: garanzie, limiti e modalità di utilizzo dipendono sempre dalle condizioni previste dal contratto. Esistono però alcuni meccanismi ricorrenti che è utile conoscere.

Uno dei principali riguarda il **rimborso delle spese mediche**. Immaginiamo, ad esempio, di dover effettuare una risonanza magnetica in una struttura privata. Se la prestazione rientra tra quelle assicurate, il cliente può sostenerne il costo e successivamente presentare alla compagnia la documentazione richiesta per ottenere il rimborso, nei limiti previsti dalla propria polizza.

Un'altra possibilità è l'**assistenza diretta**. Se prevista dal contratto, l'assicurato può rivolgersi a strutture o medici appartenenti alla rete convenzionata e, seguendo la procedura prevista e previa autorizzazione, il costo coperto viene sostenuto direttamente dalla compagnia. In questo modo l'assicurato può evitare di anticipare l'intera spesa, fermo restando eventuali importi a suo carico previsti dal contratto.

COME CAPIRE LA PROPRIA ASSICURAZIONE

La **franchigia** è un importo prestabilito che rimane a carico dell'assicurato; lo **scoperto** è invece generalmente espresso in percentuale.
Per esempio, con una prestazione da € 400 e uno scoperto del 25%, il rimborso sarà di € 300 e i restanti € 100 rimarranno a carico dell'assicurato.
Altro elemento fondamentale è il **massimale**, cioè il limite massimo entro il quale opera la copertura secondo quanto stabilito dal contratto. Non basta quindi sapere quali prestazioni sono comprese: bisogna verificare anche quanto viene rimborsato e a quali condizioni.
Una polizza sanitaria può comprendere esigenze molto diverse: visite specialistiche, esami diagnostici, ricoveri, interventi chirurgici e altre prestazioni previste dal contratto. Anche le modalità di accesso, i limiti e le esclusioni possono cambiare sensibilmente da una soluzione all'altra.
Infine, è importante conoscere i **periodi di carenza**. Nelle polizze sanitarie, nella sezione malattia può essere previsto un periodo iniziale durante il quale determinate prestazioni non sono ancora coperte. Anche le eventuali patologie preesistenti devono essere valutate secondo quanto stabilito dalle condizioni assicurative.

Per questo una buona polizza sanitaria non si giudica solamente dal prezzo. Bisogna capire cosa copre, quanto rimborsa, cosa rimane a proprio carico e come utilizzarla concretamente. Conoscere la propria copertura prima di averne bisogno è il modo migliore per evitare sorprese proprio nel momento in cui la salute richiede tutta la nostra attenzione.

ESEMPIO

È soprattutto quando le cifre aumentano che si comprende concretamente l'importanza di questo meccanismo. Immaginiamo un **intervento chirurgico dal costo di € 15.000**. Se effettuato presso una struttura convenzionata e in regime di assistenza diretta, quando previsto dalla propria polizza, la compagnia può provvedere direttamente al pagamento delle spese coperte: l'assicurato non deve quindi anticipare € 15.000.
Se invece si sceglie una struttura non convenzionata, quando il contratto consente il regime rimborsuale, il funzionamento può essere differente: l'assicurato anticipa la spesa e successivamente presenta la documentazione alla compagnia per ottenere il rimborso, nei limiti del massimale e al netto di eventuali franchigie o scoperti.

ASSICARE
Assicura la tua salute.

Il piano sanitario che si prende cura di te e dei tuoi cari con soluzioni modulabili a sostegno delle tue esigenze.

È un prodotto creato da Cooperazione Salute società di mutuo soccorso
Promosso da ASSICURA AGENZIA
In collaborazione con BANCA MALATESTIANA CREDITO COOPERATIVO ITALIANO
www.bancamalatestiana.it



La TV ingrassa?

Quando è accesa e ci mangi davanti, sì

di **Paolo Pigozzi**



A volte è la solitudine, a volte semplicemente l'abitudine. Pranzare o cenare davanti alla TV accesa è per molti una consuetudine, ma non sembra proprio che questa abitudine ci faccia bene.

È ormai ampiamente dimostrato che mangiare davanti al piccolo schermo riduce l'interesse per almeno 2 fondamentali aspetti della nutrizione: da un lato l'attenzione per la quantità e la qualità del cibo e dall'altro la masticazione accurata. Con l'immediata conseguenza che aumentano inconsapevolmente le calorie introdotte, mentre il numero delle masticazioni cala drammaticamente verso lo zero. Non è difficile immaginare le ripercussioni sull'organismo.

I ricercatori della School of Psychology dell'Università di Birmingham hanno scoperto che la TV accesa davanti al piatto influenza anche la memoria di ciò che è stato consumato durante il pasto. Non si tratta di una banalità o di una questione sulla quale scherzare ("non mi ricordo niente, nemmeno quello che ho mangiato a pranzo!"). Siamo invece di fronte ad un ricordo prezioso perché, è stato provato, tende a regolare l'introduzione di cibo nel pasto successivo. Infatti, chi aveva mangiato davanti ad un video di 10 minuti, nello spuntino successivo tendeva a consumare un numero di biscotti maggiore rispetto a chi aveva consumato il pasto senza distrazioni, oltre a ricordare meno vivamente le caratteristiche e i sapori degli alimenti.

Non sfugge a nessuno che questo meccanismo perverso possa aprire la strada all'aumento eccessivo di peso e a tutte le patologie che vi sono collegate. Certo, non da solo. Ma non è un buon motivo per sottovalutare questa abitudine, tanto dannosa quanto diffusa. Tra l'altro, il pane integrale di buona qualità, lievitato lungamente con pasta madre, oppure un piatto di saporito riso integrale per essere apprezzati nelle loro infinite sfumature organolettiche e per trarne il massimo beneficio per la nostra salute dovrebbero essere masticati a lungo. Meglio a TV spenta.

BUONO A SAPERSI



I **nutrienti** sono le sostanze contenute negli alimenti e che, assorbite attraverso l'intestino, hanno un ruolo nel metabolismo e nel mantenimento delle diverse funzionalità dell'organismo. Si tratta di acqua, proteine, carboidrati, lipidi, minerali e vitamine.

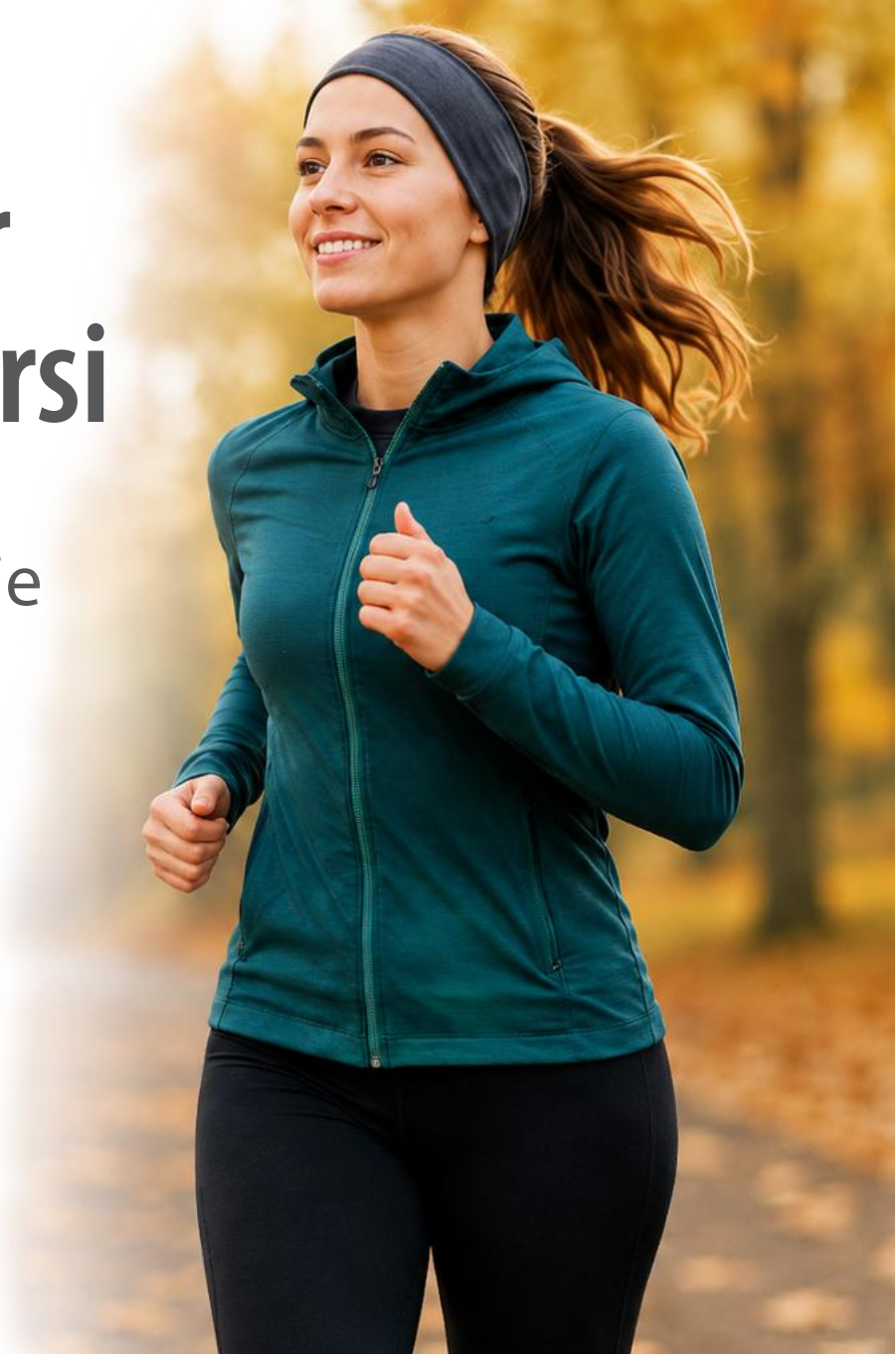
Nutraceutico è invece un termine che deriva dall'unione delle parole "nutriente" e "farmaceutico".
Nutraceutico si riferisce dunque a un'ampia gamma di sostanze biologiche presenti negli alimenti, sostanze che hanno caratteristiche preventive, terapeutiche e protettive e che stanno al limite tra l'alimento ed il farmaco. Nutraceutici sono polifenoli, flavonoidi e carotenoidi presenti in frutti rossi, tè, pomodori e dotati di forti proprietà antiossidanti; gli omega-3 contenuti nelle noci e nei pesci come salmone e pesce azzurro, che sostengono la funzionalità cardiovascolare e riducono i processi infiammatori; i fitosteroli dei cereali integrali, dei legumi e della frutta a guscio, che moderano il colesterolo nel sangue. La nostra dieta mediterranea è basata su alimenti (cereali integrali, legumi, frutta, verdure, semi, ecc.) particolarmente ricchi di nutraceutici con azione antiossidante, antitrombotica, neuroprotettiva ed anticancro. Il termine nutraceutico fu coniato nel 1989 dal medico e farmacologo statunitense Stephen L. De Felice (1936-2025), figlio di immigrati italiani.



Muoversi per non ammalarsi

Sport per rafforzare le difese immunitarie in autunno

di Elisa Pastorio



Con l'arrivo dell'autunno, dei primi freddi e dell'accorciarsi delle giornate, il primo istinto è spesso quello di rallentare. Anche gli allenamenti o la camminata serale finiscono facilmente in secondo piano, complice il buio che arriva prima e la tentazione di rimandare a domani. Eppure, è proprio in questa stagione che il movimento gioca un ruolo fondamentale. La scienza dello sport è infatti concorde nell'affermare che chi si allena con regolarità si ammala meno frequentemente di raffreddori e influenze rispetto a chi resta sedentario. Attenzione però: anche esagerare può ritorcersi contro di noi, ed è un aspetto che vale la pena conoscere meglio!

COSA SUCCEDE AL CORPO QUANDO CI ALLENIAMO?

L'allenamento è percepito dal corpo come un piccolo stress e questo determina il rilascio di particolari ormoni, tra cui adrenalina e cortisolo, e di citochine proinfiammatorie che stimolano l'attivazione del sistema immunitario, che risponde aumentando temporaneamente i livelli di globuli bianchi in circolazione. Subito dopo uno sforzo fisico, si instaura quindi, una finestra temporale caratterizzata da un temporaneo abbassamento delle difese immunitarie e di conseguenza una possibile maggior vulnerabilità alle infezioni. Con un'attività moderata la durata di questa finestra dura pochissimo; se l'allenamento è invece troppo intenso, prolungato o svolto al freddo, quella finestra si allunga e il rischio di ammalarsi aumenta notevolmente.

L'EFFETTO PROTETTIVO NEL LUNGO PERIODO

Questa risposta proinfiammatoria acuta post-esercizio è in realtà funzionale a una successiva risposta antiinfiammatoria cronica che si instaura nei soggetti moderatamente attivi.

Chi si allena con costanza, a intensità moderata, sviluppa infatti una maggiore capacità di produrre sostanze antinfiammatorie, da cui ne derivano un innalzamento delle difese immunitarie, una maggior immuno-protezione e un generale abbassamento dei livelli di infiammazione dell'organismo con conseguente minore probabilità di sviluppare alcune patologie cronico degenerative.

Questo effetto antinfiammatorio non riguarda solo le vie respiratorie, ma coinvolge l'intero organismo.

CERVELLO

Il movimento favorisce l'aumento della sopravvivenza dei neuroni e stimola la crescita di nuovi neuroni e nuove sinapsi, con riflessi positivi sull'umore e sulla lucidità mentale.

MUSCOLI

L'attività stimola sostanze che, pur essendo pro-infiammatorie nell'immediato, innescano la risposta protettiva a lungo termine

TESSUTO ADIPOSO

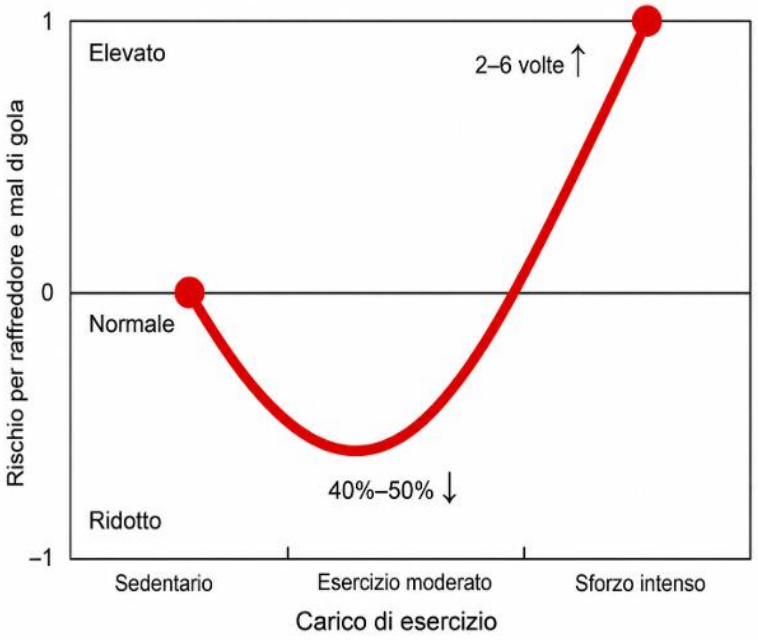
L'esercizio favorisce il rilascio di ormoni che migliorano la sensibilità all'insulina, riducendo il rischio di diabete di tipo 2.

LA REGOLA DELLA "CURVA A J"

Per farci comprendere meglio questa relazione tra volume di attività fisica e il rischio di sviluppare infezioni respiratorie acute, gli studiosi di immunologia dell'esercizio l'hanno raffigurata nell'emblematica "curva di Nieman".

Da questa immagine si evince molto bene che chi non si muove ha un rischio "normale" di infezioni respiratorie, chi si allena con moderazione e costanza può ridurre i giorni di malattia da raffreddore fino al 25-50% rispetto a chi resta sedentario, mentre chi si sottopone a sforzi molto prolungati e intensi, come le gare di maratona o ultramaratona, mostra invece un'incidenza di infezioni respiratorie più elevata.

Il segreto, quindi, non è "più è meglio", ma trovare la giusta dose.



ALLENARSI QUANDO NON SI STA BENE... SÌ O NO?

Con l'arrivo dell'autunno può capitare di trovarsi davanti a un dubbio molto comune: se abbiamo un po' di raffreddore, dobbiamo rinunciare all'allenamento oppure possiamo continuare a muoverci? La risposta dipende soprattutto dai sintomi e dalle condizioni generali.

In caso di un **lieve raffreddore, senza febbre e senza particolare stanchezza**, non è necessariamente vietato fare attività fisica. È però opportuno ridurre l'intensità e la durata dell'allenamento, preferendo per esempio una camminata, una pedalata tranquilla o un'attività leggera al posto di una sessione impegnativa. Il corpo va ascoltato: se durante l'attività i sintomi peggiorano o compare una sensazione di debolezza, è meglio fermarsi.



In caso di **raffreddore/mal di gola intenso e con la presenza di febbre**, invece, l'allenamento va sospeso. La febbre è infatti un segnale che l'organismo sta affrontando un'infezione e, in questa situazione, aggiungere lo stress di un allenamento non rappresenta una strategia intelligente. Meglio concedersi riposo, bere a sufficienza e lasciare al corpo il tempo necessario per recuperare. Una volta superata la fase acuta, non è opportuno recuperare in pochi giorni gli allenamenti saltati. La ripresa dovrebbe essere graduale, aumentando progressivamente durata e intensità in base a come ci si sente.



CONSIGLI PRATICI

QUANTO MUOVERSI

Almeno 150-300 minuti a settimana di attività moderata (camminata veloce, bici, nuoto), circa 20-30 minuti ogni giorno.

COSTANZA, NON EROISMO

Meglio 25 minuti quotidiani che un'unica sessione estenuante nel fine settimana.

ASCOLTARE I SINTOMI

Con lieve raffreddore o starnuti va bene muoversi leggermente; con febbre, tosse profonda o forte stanchezza, meglio fermarsi.

RECUPERO

Alternare i giorni di attività più intensa con una giornata di riposo o movimento leggero.

VESTIRSI A STRATI PER L'APERTO

Evitare il freddo eccessivo e il sudore che si raffredda addosso.

ATTIVITÀ ALL'APERTO SÌ, MA CON BUON SENSO

Nelle giornate più fredde o ventose meglio scegliere le ore centrali della giornata e riscaldarsi bene prima di partire.

In questo periodo, con il calo delle temperature e delle ore di luce, il sistema immunitario è già sotto una leggera pressione e circolano più virus respiratori. Un'attività fisica regolare, in questo contesto, non è solo prevenzione contro i malanni di stagione, ma anche un modo efficace per contrastare la stanchezza e il calo dell'umore tipici del cambio di stagione. Non resta quindi che rimboccarsi le maniche e MUOVERSI!

Funghi prataioli e pioppini

Gustosi e saporiti

di Maria Rosa Macchiella



I funghi sono organismi appartenenti ad uno specifico Regno, non sono vegetali, come si pensava un tempo, in quanto non possiedono linfa, non effettuano la fotosintesi e si riproducono tramite spore. É molto importante sapere riconoscere i funghi commestibili da quelli tossici.

I **porcini** e i **finferli** sono gustosi funghi di montagna, mentre nelle pianure ci sono i chiodini, i pioppini, le bortolane e pochi altri; nell'incertezza del riconoscimento, meglio affidarsi ai funghi coltivati anziché raccoglierli in campagna.
I funghi **pioppini**, il cui nome scientifico è *Cyclocybe aegerita*, crescono sui tronchi dei pioppi e di altri alberi, così come i chiodini, *Armillariella mellea* come pure le bortolane, *Pleurotus ostreatus*. Li troviamo nelle campagne, dalla primavera fino all'autunno inoltrato.
I **prataioli** sono chiamati anche champignon, il loro nome scientifico è *Agaricus bisporus*, sono funghi molto compatti e di colore bianco, alcune varietà hanno il cappello brunastro.

PROPRIETÀ

I funghi possiedono ottime qualità dal punto di vista nutrizionale. Sono ipocalorici, contengono fibre, acqua, proteine, vitamine D e del gruppo B, sali minerali, selenio, potassio, fosforo e rame, adenosina, vasodilatatore, beta-glucani con grande effetto antinfiammatorio, antidolorifico, antibiotico ad ampio spettro e protettivo del sistema immunitario. Inoltre, troviamo il chitosano, un polisaccaride, e la lovastatina, che riducono l'assorbimento del colesterolo e dei grassi in genere. Tutti i funghi, anche se commestibili, contengono la chitina, polisaccaride che non viene digerito, ma tutti gli altri loro componenti sono molto digeribili.

Per chi soffre di colite o di colon irritabile, è consigliabile consumare funghi in quantità limitata e non troppo frequentemente, per evitare problemi intestinali e preservare così la salute dell'apparato digerente.

CONSIGLI IN CUCINA



I funghi, anche se sono da sempre uno dei cibi simbolo dell'autunno, da mangiare magari con la polenta, sono alimenti con preziosi valori nutrizionali sempre reperibili in ogni stagione. Si possono cucinare anche funghi misti, i loro sapori si mescolano creando un gustoso contorno. Quelli coltivati sono generalmente più teneri rispetto a quelli presenti in natura, più compatti.

Per evitare che risultino pesanti, in generale, è consigliabile non consumare funghi crudi, se raccolti in campagna. Dal punto di vista sanitario gli champignon coltivati possono essere invece consumati anche crudi, ma non in quantità molto elevate.

Per garantire sicurezza alimentare e preservarne le proprietà nutrizionali è bene che i funghi siano cotti adeguatamente. Il metodo migliore è una bollitura per 10 minuti circa con eliminazione dell'acqua di cottura e poi possono essere cucinati come si preferisce. Per insaporirli è consigliato aggiungere aglio e prezzemolo, si otterrà così un'esaltazione del loro gusto.

Possono essere consumati come saporito contorno oppure come condimento per la pasta.
Una volta cucinati è bene consumarli entro un paio di giorni per evitare che possano deteriorarsi. In alternativa si possono congelare e consumare in un secondo tempo. Si trovano anche i funghi essiccati che prima di essere cucinati devono essere fatti ammollare in acqua. Una classica zuppa di funghi si può preparare con brodo vegetale: patate, cipolle, aglio e una manciata di funghi, secchi o freschi. Un po' di crostini tostati e un filo di olio evo completeranno questo ottimo comfort food.

1. Risotto con funghi

Un primo gustoso e saporito, perfetto per ogni stagione.

Tempo
30 minuti

Quantità
4 persone

Difficoltà
Facile

Preparazione

Per prima cosa preparare il brodo vegetale e tenerlo in caldo. Poi tritare l'aglio e metterlo in un tegame con alcuni cucchiai di olio extravergine di oliva. Lavare i funghi e tagliarli in pezzi non troppo piccoli. Aggiungerli nel tegame e farli cuocere per 5-6 minuti. Intanto tritare finemente la cipolla e farla appassire, con alcuni cucchiai di olio extravergine, in un altro tegame antiaderente. Aggiungervi il riso e tostarlo alcuni minuti, unire un mestolo di brodo vegetale caldo e sfumarlo. Dopo 5 minuti di cottura del riso, unire i funghi e continuare la cottura aggiungendo poco alla volta. Terminare la cottura mescolando con un cucchiaio di legno, il risotto deve essere morbido. A pochi minuti dal termine cottura, aggiungere la noce di burro e mantecare bene mescolando. Spolverizzare con formaggio grattugiato e servire il risotto caldo. Si può aggiungere, a piacere, un po' di prezzemolo tritato al termine. Il brodo vegetale può essere anche acquistato già pronto.

Ingredienti

- *360 g di riso*
- *400 g di funghi misti*
- *1 cipolla media*
- *1 spicchio di aglio*
- *1 noce di burro*
- *Formaggio grana,*
- *Olio evo, sale, pepe q.b.*
- *½ litro di brodo vegetale (con cipolla, carota e sedano)*
- *Prezzemolo (facoltativo)*



2. Funghi trifolati

Un ottimo contorno, appetitoso e gustoso.

Tempo
30 minuti

Quantità
4 persone

Difficoltà
Facile

Preparazione

Pulire i funghi champignon (o chiodini, pioppini o altri): se sono sporchi di terra lavarli velocemente, tagliarli a fettine non troppo sottili e disporli su un canovaccio per asciugarli. Nel frattempo, in un tegame con 2 o 3 cucchiai di olio evo, rosolare uno spicchio di aglio e mezza cipolla tritata, per alcuni minuti a fuoco basso. Aggiungervi i funghi e cuocerli per 10 minuti mescolando di tanto in tanto con un cucchiaio di legno. Salare e aggiungere il prezzemolo tritato, mescolare di nuovo e proseguire la cottura un paio di minuti. Spegnere, lasciare riposare per alcuni minuti e saranno pronti per essere gustati, caldi e saporiti. Si possono anche conservare in freezer e poi scongelare in frigo oppure a fuoco basso in padella.

Ingredienti

- *600 g di funghi champignon*
- *Mezza cipolla*
- *1 spicchio di aglio*
- *1 ciuffo di prezzemolo*
- *Olio evo q.b.*
- *Sale q.b.*



Prodotti alla spina

Perchè sceglierli

di **Valentina Vitali**

Vi siete mai chiesti, al supermercato, durante la difficile scelta dei detersivi migliori da mettere nel carrello, quanto del costo scritto sul cartellino equivale davvero al prodotto che volete acquistare? Non si pensa quasi mai infatti che il prezzo dei vari prodotti non corrisponde solo alle materie prime e alla filiera produttiva, ma include anche il marketing (poiché le aziende si fanno pubblicità in tv o su altri mezzi), il packaging (sia per i materiali che per la ricerca del migliore design del flacone che appare quasi sempre colorato e con etichette accattivanti) e il rincaro dovuto al marchio per le imprese più famose. In sostanza per il 40-50% del costo non si sta pagando il prodotto che effettivamente si deve usare, ma la pubblicità e un imballaggio che in breve si trasforma in un rifiuto inutile. Conviene davvero?



Esiste un'ottima alternativa decisamente più sostenibile, senza rinunciare alla qualità: i detersivi alla spina.

RISPARMIO ECONOMICO

Il primo vantaggio consiste proprio in un **risparmio economico** dal momento che arrivando in negozio con un contenitore vuoto si tagliano i costi di packaging.
Si ricorda che dal 2027 dovrebbe entrare in vigore la Plastic Tax, un'imposta fissa di 45 centesimi ogni kg di plastica vergine contenuta nei manufatti con singolo impiego, quindi, è probabile che ci sarà un ulteriore piccolo rincaro.

RIDUZIONE RIFIUTI PLASTICI

Allo stesso tempo **si riduce drasticamente la quantità di rifiuti plastici** perché i flaconi possono essere riutilizzati molte volte; si tratta di un'azione importante, considerando che in Italia ogni cittadino produce in 5 giorni circa 1 kg di rifiuti di plastica, un materiale che impiega secoli o millenni apparentemente per decomporsi, ma in realtà per ridursi in microplastiche altamente inquinanti. Altrettanto impattante è **l'estrazione e la lavorazione della plastica**, ma se la richiesta di nuovi imballaggi diminuisce anche questa parte della filiera ridurrà il proprio carico sull'ambiente. In genere poi i detersivi alla spina sono **più ecologici, con sostanze naturali** quindi migliori da un punto di vista ambientale.

RIDUZIONE EMISSIONI

Un altro elemento da considerare è la **riduzione delle emissioni di gas climalteranti rilasciati durante il trasporto dei prodotti ai punti vendita.** È molto più efficiente portare alcuni grandi contenitori piuttosto che tanti piccoli flaconi; quindi, se lo spazio occupato dall'imballaggio è meno i trasferimenti sono ottimizzati. Ovviamente questo vale poi anche per il singolo cliente che, se desidera evitare di usare l'auto e allo stesso tempo non riesce a trasportare pesanti e ingombranti contenitori, può scegliere una quantità di prodotto minore rispetto a quella standard.



ALTRI PRODOTTI "SFUSI"

I detersivi per la lavatrice non sono gli unici ad essere venduti alla spina, si possono trovare anche quelli per i piatti, i detergenti per la persona e molti alimenti; questi ultimi sono in grado di garantire particolari vantaggi oltre a quelli connessi alla riduzione di packaging. Sono quasi sempre dei prodotti locali e biologici, quindi acquistarli significa sostenere le attività del territorio ed evitare gli impatti ambientali legati a grandi trasporti; scegliendoli inoltre si minimizzano gli sprechi alimentari poiché si compra solo ciò che si consuma realmente, svincolandosi da confezioni troppo grandi o che rimangono aperte per troppo tempo portando al deterioramento dei prodotti. Inoltre, si può decidere di usare sempre contenitori in vetro, riducendo l'uso della plastica ma anche la diffusione negli alimenti delle microplastiche per il normale deterioramento delle confezioni.

PROVARE PER CREDERE!

Il giardino si prepara all'inverno



di Chiara Gregori

Ottobre è uno dei mesi più affascinanti per chi ama il giardino. Le temperature diventano più fresche, la luce si fa più morbida e alberi, arbusti e piante perenni regalano un'esplosione di colori che va dal giallo dorato al rosso intenso. Questo è il periodo ideale per dedicarsi alla manutenzione e preparare il verde ad affrontare l'inverno. Alcuni semplici interventi permettono infatti di proteggere le piante dal freddo e di favorire una ripartenza sana e rigogliosa nella primavera successiva.

LE PROTAGONISTE DEL MESE

Tra le piante che continuano a regalare colore troviamo le **dalie**, che fioriscono fino alle prime gelate con grandi corolle dalle tonalità vivaci. I **crisantemi**, simbolo dell'autunno, impreziosiscono aiuole e terrazzi con fioriture abbondanti disponibili in numerosi colori e forme. Non mancano gli **aster**, conosciuti come "margherite d'autunno", che con i loro piccoli fiori viola, rosa e bianchi attirano ancora api e altri insetti impollinatori. Anche le graminacee ornamentali, come il **pennisetum**, diventano protagoniste: le loro eleganti spighe piumose donano movimento e leggerezza al giardino e mantengono un notevole valore decorativo anche durante l'inverno.

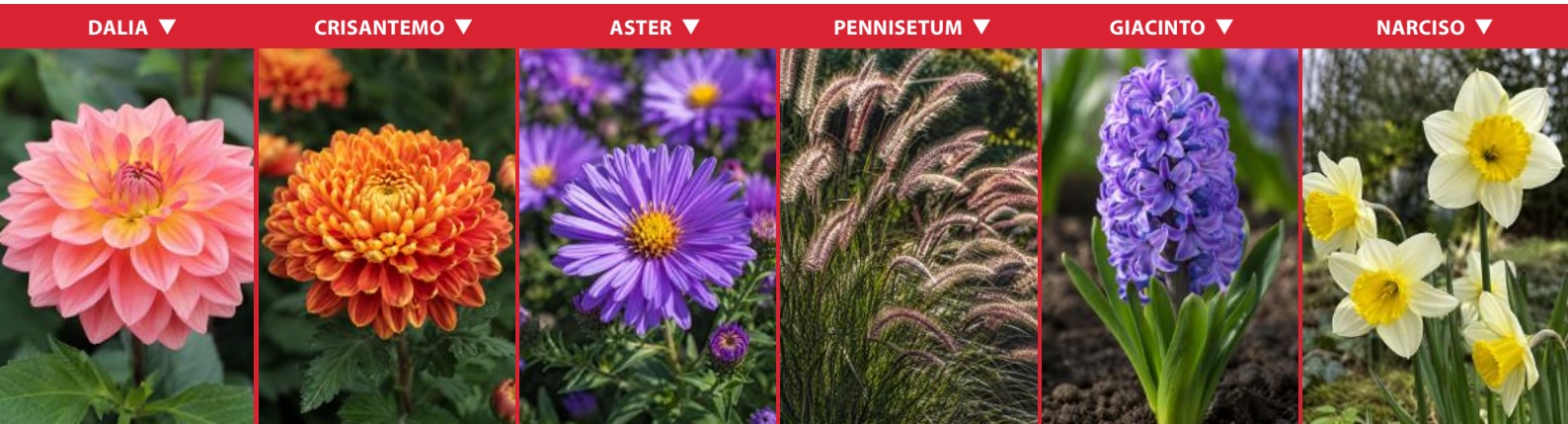
I LAVORI DA FARE A OTTOBRE

Con l'arrivo dell'autunno avanzato è importante eliminare fiori appassiti, foglie secche e rami danneggiati, mantenendo il giardino ordinato e riducendo il rischio di malattie fungine. Il prato merita un ultimo taglio stagionale, lasciando però l'erba leggermente più alta rispetto ai mesi estivi per proteggerla dalle basse temperature. Ottobre è inoltre il momento giusto per distribuire compost o concime organico, migliorando la fertilità del terreno. Una pacciamatura con corteccia o foglie secche aiuta a proteggere le radici dal gelo, conserva l'umidità e limita la crescita delle infestanti. Le piante coltivate in vaso più sensibili al freddo possono essere spostate in posizioni riparate oppure protette con tessuto non tessuto, così da affrontare meglio i mesi invernali.

PENSARE GIÀ ALLA PRIMAVERA

Anche se l'inverno è alle porte, ottobre è il mese perfetto per progettare la stagione successiva. È questo il periodo ideale per mettere a dimora i bulbi a fioritura primaverile, come tulipani, narcisi, giacinti e crocus. Piantati ora, svilupperanno l'apparato radicale durante l'inverno e regaleranno splendide fioriture nei primi mesi dell'anno.

Pianta	Cosa fare a ottobre	Perchè è importante
Dalie	Eliminare i fiori appassiti e proteggere i tuberi dopo le prime gelate	Prolunga la fioritura e preserva i tuberi dal gelo
Crisantemi	Annaffiare con moderazione ed eliminare i fiori secchi	Mantiene la pianta sana e prolunga la fioritura
Aster	Rimuovere le infiorescenze appassite	Favorisce una pianta ordinata e riduce il rischio di malattie
Pennisetum	Lasciare le spighe e rimandare la potatura a fine inverno	Protegge la pianta e mantiene il valore ornamentale
Tulipani, Narcisi, Giacinti e Crocus	Mettere a dimora i bulbi	Permette una fioritura ricca e precoce in primavera





Inizio a farmi l'orto!

Protezioni per basse temperature

di **Dario Zanella**

Con l'arrivo del mese di ottobre, la bella stagione volge al termine e ci si appresta ad affrontare il periodo invernale. Chi desidera proseguire con le coltivazioni allo scopo di allungare il più possibile il ciclo di alcuni ortaggi tipicamente estivi o per anticipare la messa in coltivazione alla fine dell'inverno, deve necessariamente adottare delle soluzioni tecniche per proteggere gli ortaggi che altrimenti in situazioni di basse temperature non potrebbero svilupparsi. Anche gli hobbisti hanno a disposizione diverse soluzioni a cominciare dal **telo in tessuto non tessuto (TNT)**. È il sistema più semplice ed economico: si appoggia sulle colture il TNT che protegge le colture in maniera limitata, per gelate di scarsa entità, al massimo 1°-2° sotto lo zero. Esistono in commercio diverse tipologie di TNT, i più diffusi per gli hobbisti sono il **telo con grammatura 17 gr/mq**, più leggero da utilizzare per favorire la germinazione dopo la semina o nella stagione autunnale o primaverile, quando le temperature non sono ancora eccessivamente basse; o la grammatura 30 gr/mq, più pesante, utile quando le temperature diventano più rigide.

Il TNT ha il pregio di proteggere le piccole piantine dal freddo; essendo permeabile consente il passaggio sia di acqua che di aria, pertanto non soffoca le piantine, in quanto può avvenire la traspirazione, e permette il passaggio della luce, elemento fondamentale per la fotosintesi. Inoltre, ha il vantaggio di essere leggero e di sollevarsi con la crescita delle piantine, evitando il loro schiacciamento. Una volta che le condizioni climatiche si saranno stabilizzate, i teli TNT possono essere facilmente rimossi.

PROTEZIONE PER LE ALTE TEMPERATURE

Negli ultimi anni la crisi climatica in atto sta costringendo gli orticoltori ad adottare dei sistemi di protezione delle piante anche dalle alte temperature. Ecco che il telo TNT essendo di colore bianco steso sopra le colture può riflettere la luce e quindi dare sollievo alle piante sottostanti, così come aiuta stendere teli ombreggianti sulle strutture dei tunnel o serre.

Per attuare una difesa più efficace anche alle basse temperature, soprattutto nelle zone con clima più rigido, risulta più opportuno adottare la protezione con **tunnel in materiale plastico**. Esistono in commercio diversi tipi di tunnel, di diverse misure dai più bassi localizzati sulla fila, larghi e alti qualche centinaio di cm fino a tunnel ad altezze più consistenti ad altezza uomo. La copertura dei tunnel avviene con teli plastici in diversi materiali quali PE, PVC o EVA.

Il PE è il più utilizzato ed economico; è importante accertarsi che sia resistente ai raggi UV per una maggiore durata nel tempo.

Ultima soluzione sono le **serre con strutture in tubolare metallico**, ben ancorate al terreno anche con plinti di cemento, coperte con teli in materiale plastico come sopra elencati o con lastre rigide in Policarbonato PC. Naturalmente le serre risultano essere delle strutture importanti con un costo più elevato. Se si intendono installare dei tunnel o delle serre è necessario attuare una corretta gestione. L'accortezza principale, valida per entrambe, è quella di arieggiare durante le ore centrali della giornata nel caso si verificassero degli innalzamenti di temperatura causati da giornate intensamente soleggiate. L'arieggiamento si pratica aprendo le testate o le aperture laterali e ha lo scopo di controllare le temperature all'interno della struttura, ma anche di evitare la formazione di acqua di condensa, che cadendo sulle foglie degli ortaggi, può essere causa di sviluppo di malattie e marciumi. Con i tunnel e le serre esiste anche la possibilità di installare all'interno dei sistemi di produzione di calore. Il riscaldamento consente di controllare la temperatura interna in modo certo e corretto per tutto il tempo, inoltre può risolvere le problematiche di condensa sopra descritte, nonché allungare o anticipare i cicli di produzione degli ortaggi.

Naturalmente non tutti gli ortaggi sono adatti alla coltivazione invernale in serra, perché vengono a mancare le ore di luce che dovrebbe essere integrata con sistemi luminosi appositi. I più adatti alle coltivazioni invernali protette, sono gli ortaggi a foglia nonché i finocchi e poco altro.



Il calendario dell'orto

I lavori di ottobre

di Dario Zanella

SEMINE E TRAPIANTI MESE DI OTTOBRE

Semina diretta in aiuola

Cicorie (da taglio, selvatica di campo); Cime di rapa; Fave; Lattughe da taglio e da cespo (varietà autunno-invernali); Ravanelli; Spinacio; Valerianella; Cipolla bianca a giorno corto (diretta in contenitore per produzione di piantine)

Trapianto diretto in aiuola

Seconda metà del mese

Aglio; Cipolla a giorno corto (piantine o bulbi da interrare); Fragole (piantine con pane di terra)

Ottobre annuncia l'autunno. Tale mese è caratterizzato da un andamento climatico molto variabile, dove possono verificarsi sia frequenti piogge che scarse precipitazioni con temperature diurne ancora gradevoli. Nel mese continuano le raccolte degli ortaggi estivi finché garantiscono la produzione: pomodori, peperoni, melanzane, fagioli, ecc. Se eseguita la semina tardiva, nel corso del mese è possibile raccogliere delle ottime **zucche**, specialmente le varietà a frutto più piccolo come: Delica, Hokkaido (Red e Green). Una buona accortezza: prima di consumarle è bene lasciarle a riposo sotto un porticato ben ventilato e illuminato per una ventina di giorni, in modo che possano asciugarsi dall'acqua di vegetazione al fine di ottenere una polpa più soda e più dolce, nonché di avere frutti che si conservano più a lungo. I restanti ortaggi raccolti possono essere trasformati per essere conservati più a lungo e consumati nella stagione invernale.

Oltre agli ultimi ortaggi estivi, nel corrente mese è possibile iniziare a raccogliere i **primi ortaggi autunnali** come: cavoli, radicchi e finocchi. È possibile, inoltre, eseguire le ultime semine dirette e gli ultimi trapianti al fine di ottenere gli ultimi ortaggi prima della stagione invernale.

Nei primi giorni del mese è ancora possibile eseguire la **scarducciatura dei carciofi**. Tale pratica consiste nell'eliminare alcuni carducci dalla ceppaia per ottenere nuove carciofaie semplicemente trapiantandoli a dimora, osservando le distanze corrette: 50-60 cm sulla fila, 1 m tra le file. Dalla metà del mese è possibile iniziare le operazioni di messa in bianco di alcuni ortaggi invernali quali: cardi, indivie, radicchi legando le foglie con degli elastici.

Per i **finocchi** basta effettuare una rincalzatura che consiste nel coprire i grumoli con della terra presente nell'interfila. Dalla seconda metà del mese, è possibile effettuare la **piantumazione di aglio e cipolle**. Dopo aver preparato il terreno con una leggera lavorazione è possibile eseguire la messa a dimora degli spicchi d'aglio. Le distanze da adottare sono: 10 cm sulla fila e 20 cm tra le file. Per le cipolle esistono 2 alternative: l'acquisto dei bulbilli o delle piantine con pane di terra da trapiantare alla distanza di 150 cm sulla fila e 25 cm tra le file.

Consultando il quaderno di campagna, per le **aiuole** dove non sono previste coltivazioni invernali è possibile eseguire dei lavori di preparazione. Si inizia con la pulizia delle aiuole dai residui ed erbe presenti. A questo punto si effettua una concimazione di fondo con letame ben maturo (4 kg/mq) o compost (5 kg/mq) o stallatico, quindi, si cerca di interrare il concime arieggiando con una forca a denti larghi evitando la vanga. È consigliabile coprire le aiuole con un telo o della paglia al fine di evitare il compattamento e il dilavamento provocato dalle precipitazioni. Seconda alternativa, si esegue una leggera lavorazione superficiale e quindi la semina di un miscuglio di erbaio da sovescio che garantirà la copertura del terreno ostacolando le infestanti e interrando i residui si andrà ad arricchire il terreno di sostanza organica.

FRUTTETO

Il mese di ottobre è riservato alla raccolta dei frutti quali: mele, pere, agrumi e dalla seconda metà del mese i kiwi e le mele cotogne. È necessario in questo periodo sospendere completamente le irrigazioni. Nel mese di ottobre non sono previste particolari lavorazioni, è però il momento ideale per verificare se ci sono piante che necessitano di essere sostituite perché malate o poco produttive. Appena asportate è necessario distribuire della calce al fine di disinfettare il terreno da eventuali agenti patogeni (operazione da eseguire in sicurezza indossando protezioni individuali come guanti e occhiali), nel caso si voglia ripiantare un nuovo albero da frutto, possibile dal mese di novembre.

Buoni ortaggi!



CURIOSITÀ

Forse non sapevi che...

La Redazione

PICCOLA GUIDA PER NON FARSI COLPIRE DA UN FULMINE

L'avvenimento del titolo è l'esempio tipico per indicare una cosa molto poco probabile. Ma possiamo abbassare ulteriormente il rischio. Innanzitutto, è bene sapere che un temporale può scaricare i suoi fulmini anche a chilometri di distanza, in una zona dove non ha ancora cominciato a piovere. Una semplice regola: se si sente il **tuono**, la tempesta è già a portata di un fulmine. In mancanza di edifici a far da scudo, **l'automobile ben chiusa è sicura**, in quanto funziona da perfetta *gabbia di Faraday*. L'acqua è il primo rischio da evitare: mare, laghi e piscine conducono l'elettricità con estrema facilità, rendendo urgente uscire e **allontanarsi da vasche e rive**. Un altro pericolo è la corrente di terra e l'effetto "rimbalzo": se un fulmine colpisce un albero o un traliccio o qualsiasi oggetto alto e appuntito nelle vicinanze, la scossa si propaga sul terreno, o rimbalza, colpendo un secondo bersaglio distante anche decine di metri. Per questo, bisognerebbe non stare in gruppo, ma distanziarsi, per non creare effetti a catena. Se ci si trova allo scoperto, la posizione migliore da assumere è **accovacciarsi a palla**, con piedi uniti e testa bassa, senza mai sdraiarsi a terra.





CAMION USA E CAMION EU: TROVA LE DIFFERENZE

Viaggiando per le strade del mondo o guardando un film, salta subito all'occhio: i giganteschi camion americani sfoggiano un lungo **muso prominente**, mentre i tir europei hanno il frontale del tutto piatto. Questa differenza non è una scelta di stile, ma il risultato di normative differenti e ragioni di praticità. In Europa, la legge fissa un **limite massimo di lunghezza** totale per l'intero veicolo (compreso di motrice e rimorchio); per non rubare spazio prezioso al carico, i costruttori posizionano la cabina direttamente sopra al motore. Negli Stati Uniti, invece, i vincoli riguardano quasi esclusivamente la lunghezza del solo semirimorchio. I produttori americani possono così allungare la motrice, alloggiando **motori più grandi** e creando confortevoli "cabine notte". Il muso piatto europeo, inoltre, garantisce un **raggio di sterzata** inferiore, ideale per le strade storiche e mediamente più strette del nostro continente.



UNA LUNGHISSIMA TRASVOLATA

A luglio 2026, 75.000 appassionati hanno seguito sulla piattaforma Flightradar24 - un servizio online di tracciamento pubblico dei voli aerei - la traiettoria di un avvenimento aeronautico speciale: il **collaudo del nuovo Airbus** A350-1000ULR della compagnia Qantas. L'aereo è decollato da Tolosa e atterrato a Melbourne dopo 19 ore e 12 minuti di volo ininterrotto per oltre 17.000 km con a bordo solo piloti e ingegneri collaudatori per effettuare test e verifiche. Pochi giorni dopo, ha effettuato il viaggio di ritorno, proseguendo verso est e completando quindi il giro del mondo, **restando in volo senza scalo per oltre 24 ore** e battendo quindi un **record di autonomia**. Fino ad oggi, i collegamenti commerciali no-stop più lunghi del mondo (come il Singapore-New York) si fermavano a circa 15.300 chilometri e 18 ore di volo. Questa nuova tecnologia, dotata di un serbatoio centrale supplementare da 20.000 litri, permetterà di abbattere una barriera geografica dell'aviazione commerciale: collegare direttamente Sydney con Londra e New York a partire dal 2027.



POLPASTRELLI RUGOSI BAGNATI

Fin da bambini notiamo che dopo docce o bagni prolungati, la **pelle dei polpastrelli di mani e piedi** si copre di curiose rughe. Il fenomeno non sembra essere una semplice reazione passiva data dall'assorbimento di acqua per osmosi attraverso la pelle, ma la conseguenza di una risposta attiva e involontaria guidata dal nostro sistema nervoso autonomo, il che lascia presupporre agli scienziati che sia una caratteristica vantaggiosa selezionata durante l'evoluzione. In particolare, l'acqua fa restringere i vasi sanguigni sottostanti, creando avvallamenti sulla superficie cutanea. Ma quale sarebbe la sua funzione evolutiva? Le pieghe agirebbero esattamente come le scanalature degli pneumatici sotto la pioggia: drenano l'acqua per garantire una **presa più salda su oggetti bagnati** o superfici scivolose. Alcuni test di abilità nel maneggiare delle biglie in recipienti d'acqua tra persone con o senza la presenza delle "rughe da ammollo" hanno registrato una significativa maggiore abilità ed efficacia. Probabilmente un'eredità dei nostri antenati che vivevano lungo coste acquatiche, forse utile per **raccogliere cibo in mare** o nei corsi d'acqua o muoversi in sicurezza sulle rocce umide.

GUARDANDO IL FONDO DI UNA BOTTIGLIA

Spesso il fondo delle bottiglie in plastica di acqua frizzante o bevande gassate non è piatto, ma presenta cinque vistose **sagome a forma di petalo**. Questo design, chiamato in gergo tecnico "fondo petaloide", non è una scelta estetica ma un accorgimento ingegneristico. Le bevande gassate contengono **anidride carbonica disciolta** che esercita una forte pressione verso l'esterno, arrivando a spingere con una forza notevole sulle pareti della bottiglia. Un fondo piatto renderebbe instabile la bottiglia deformandola verso l'esterno. La struttura a cinque punte distribuisce uniformemente le sollecitazioni interne, assorbendo la pressione senza deformarsi e garantendo una **base solida ed equilibrio** su qualsiasi superficie. Inoltre, questo profilo aumenta la resistenza dell'imballaggio a urti e cadute accidentali durante il trasporto.





STATUE GRECHE COLORATE

Siamo abituati ad associare la scultura greca e romana al **bianco solenne del marmo**. Eppure, nell'antichità quelle opere avevano un aspetto completamente diverso: erano perlopiù **sgargianti e vivacemente colorate**. Nel corso dei secoli, i pigmenti naturali si sono degradati per via del tempo e dell'erosione, oppure i loro resti sono stati involontariamente rimossi durante le operazioni di pulizia e restauro eseguite in epoca moderna. Dalla riscoperta e fascinazione rinascimentale per "l'antico", a Michelangelo e fino alla sublimazione di Antonio Canova ai primi dell'Ottocento, la riproposizione della scultura classica era associata alla **purezza del bianco**. In realtà, osservando alcune statue nei musei archeologici ci si accorge di qualche **traccia di pigmento** e le moderne analisi scientifiche con luce ultravioletta e spettrometria hanno ricostruito i colori originali ricchi di rosso, blu, giallo e oro. Il risultato, per i nostri gusti contemporanei, appare quasi kitsch ed eccessivo. Ma per greci e romani, la pittura serviva a dare vita al marmo, rendendo le statue realistiche, espressive e ben visibili da lontano quando apposte sugli alti frontoni dei templi.

IL SORPRENDENTE KOALA

Soffice e pigro, il koala è tra i marsupiali più affascinanti del pianeta. Il suo nome scientifico, *Phascolarctos cinereus*, significa orso grigio con il marsupio, anche se non ha alcuna parentela con gli orsi, e vive, come è noto, in una specifica area dell'Australia. La sua vita si svolge quasi interamente sugli **alberi di eucalipto**, da cui ricava sia il nutrimento sia l'idratazione: il termine "koala", proveniente da un'antica lingua aborigena, significa infatti "colui che non beve". Questa dieta a base di foglie e germogli d'eucalipto è però estremamente **povera di calorie e tossica** per la maggior parte dei mammiferi. Per digerirla, il koala possiede un apparato digerente altamente specializzato e necessita di dormire fino a 18-20 ore al giorno per conservare le energie. Tra le sue caratteristiche fisiche più sorprendenti spiccano le mani, dotate ciascuna di **due pollici opponibili** per aderire saldamente ai rami e di **impronte digitali** incredibilmente simili a quelle umane. Infine, questi animali perlopiù silenziosi e immobili comunicano con versi inaspettatamente acuti e striduli e saltuariamente – lotte tra maschi per il territorio e madri in difesa dei cuccioli - sanno essere anche improvvisamente aggressivi.



Trasporti

GPL o metano

Quando trasformare l'auto conviene

La Redazione

L'aumento del costo della benzina riporta l'attenzione sulle alternative più economiche per muoversi. Per chi possiede un'auto ancora in buone condizioni, la conversione a GPL o metano può ridurre la spesa per il carburante, con un vantaggio anche sul piano ambientale. Prima di procedere, tuttavia, occorre valutare costi, percorrenze, autonomia e disponibilità dei distributori.



IL RISPARMIO PARTE DAL PIENO

Il primo motivo per prendere in considerazione la trasformazione è **economico**.

Il GPL viene venduto a un prezzo al litro nettamente inferiore rispetto alla benzina; il metano viene invece normalmente commercializzato a chilogrammo. I prezzi effettivi variano nel tempo e da un distributore all'altro, ma il divario con la benzina può rendere interessanti entrambe le soluzioni per chi utilizza frequentemente l'auto.
Non basta, tuttavia, confrontare il prezzo esposto alla pompa.
Per stabilire quanto si risparmia occorre considerare anche il consumo della vettura con il nuovo carburante, il costo dell'impianto e i chilometri percorsi ogni anno.

Per esempio, **chi percorre 20.000 km all'anno avrà maggiori possibilità di recuperare il costo della trasformazione rispetto a chi utilizza l'auto soltanto per 5.000-6.000 km.** Il calcolo dovrebbe quindi essere effettuato prima dell'intervento, sulla base dei consumi reali della propria automobile.

GPL O METANO: QUALE SCEGLIERE?

GPL	METANO
Rappresenta generalmente la soluzione più pratica.	Può essere interessante soprattutto per chi percorre molti chilometri e dispone di distributori facilmente raggiungibili.
La rete dei distributori è più diffusa.	Il carburante presenta caratteristiche ambientali favorevoli.
Gli impianti sono disponibili per numerosi modelli di automobile.	La rete di rifornimento è meno capillare e la disponibilità degli impianti deve essere verificata con maggiore attenzione.
Il serbatoio può inoltre essere spesso collocato nel vano della ruota di scorta, limitando la perdita di spazio nel bagagliaio.	

La scelta, quindi, non dovrebbe essere basata esclusivamente sul prezzo del carburante: un risparmio teorico perde gran parte della sua utilità se il distributore più vicino richiede una deviazione quotidiana o se durante i viaggi è difficile trovare punti di rifornimento.



SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE

Il vantaggio economico non è l'unico elemento da considerare. GPL e metano consentono, rispetto alla benzina, di ridurre alcune emissioni prodotte dalla combustione.

Il metano è un carburante gassoso che presenta generalmente un vantaggio per le emissioni di CO_2, mentre anche il GPL (gas naturale compresso) può offrire un miglioramento rispetto alla benzina sotto diversi profili emissivi. Nessuno dei 2 carburanti, tuttavia, può essere considerato a emissioni zero: si tratta comunque di combustibili di origine fossile.

Per valutare la sostenibilità della trasformazione occorre considerare anche un altro aspetto: se l'auto esistente è ancora efficiente e può essere utilizzata per molti anni, convertirla può consentire di rimandare la sostituzione con un'altra vettura, evitando nell'immediato le risorse necessarie per produrre un nuovo veicolo.

IL CONTO DA FARE PRIMA DELLA TRASFORMAZIONE

La convenienza non dipende soltanto dal prezzo del carburante. Il costo dell'impianto deve essere rapportato ai chilometri percorsi ogni anno e al periodo per il quale si prevede di mantenere l'automobile.

Chi utilizza l'auto prevalentemente per brevi tragitti e percorre pochi chilometri potrebbe non recuperare rapidamente l'investimento. Per chi invece percorre 15.000, 20.000 o più chilometri all'anno, il risparmio sul carburante può diventare significativo in termini economici.

Prima di decidere è inoltre opportuno verificare la compatibilità del motore, chiedere un preventivo completo a un installatore qualificato e controllare la disponibilità dei distributori di GPL o metano nella propria zona.
L'installazione deve essere eseguita a regola d'arte per evitare problemi con l'originario motore a benzina.

In definitiva, **non esiste una scelta migliore in assoluto**.

Il GPL tende a essere la soluzione più semplice e versatile per l'uso quotidiano; il metano può offrire un profilo ambientale più favorevole e un incentivo maggiore, ma richiede di verificare con particolare attenzione la disponibilità dei rifornimenti.

In entrambi i casi, la trasformazione ha più senso quando l'auto è ancora in buone condizioni e si prevede di utilizzarla per diversi anni.

SPAZIO, MANUTENZIONE E DOCUMENTI







1. L'installazione **aggiunge bombole e componenti** che occupano spazio e aumentano il peso della vettura.
Nel caso del GPL, il serbatoio può spesso essere collocato nel vano normalmente destinato alla ruota di scorta; per il metano le bombole possono avere un impatto maggiore sull'organizzazione degli spazi.

2. Il serbatoio GPL va sostituito ogni 10 anni, mentre le bombole di metano richiedono una revisione periodica ogni 4/5 anni. In generale il GPL e il metano necessitano di manutenzione ordinaria più frequente e accurata rispetto alle auto a benzina (es.: controllo e sostituzione filtri e candele ogni 15.000/20.000 km).

3. Dopo la trasformazione, inoltre, la **documentazione** del veicolo deve essere aggiornata a seguito degli adempimenti previsti.

CONTRIBUTO 2026 PER CONVERSIONE GPL E METANO

Nel 2026 è disponibile un contributo statale per la trasformazione a GPL o metano delle autovetture già circolanti. Il contributo Ecobonus-Retrofit 2026 è pari a **€ 400 per un nuovo impianto GPL e sale a € 800 per un impianto a metano.**

Possono accedere persone fisiche e giuridiche, con alcune esclusioni, per autovetture di categoria M1 con classe ambientale non inferiore a Euro 3, non già alimentate a GPL, metano o doppia alimentazione. L'impianto deve essere nuovo, omologato e installato secondo le condizioni previste dalla misura.

L'acquisto dell'impianto deve rientrare nel periodo previsto, **dal 26.06 al 31.12.2026**. Il contributo viene **richiesto dall'istallatore** accreditato sulla piattaforma del Mimit ed è poi riconosciuto direttamente in **fattura come sconto** sul prezzo dell'impianto.

Dozza (Emilia-Romagna)

La Redazione



Dozza è un borgo premiato con il riconoscimento della Bandiera Arancione, marchio di qualità, turistico ambientale del Touring Club Italiano. Fa anche parte dei Borghi più belli d'Italia.

STORIA E CULTURA

Dozza, Comune della città metropolitana di Bologna, si trova sulle colline a sud ovest di Imola. Il nome potrebbe derivare dalla presenza di un antico acquedotto che accumulava l'acqua dal Monte del Re.
Abitato dai Galli e poi dai Romani, il borgo fu cinto di mura dai Bolognesi sul finire dell'anno Mille. Per la sua posizione strategica tra Bologna e la Romagna, Dozza fu a lungo contesa tra diversi poteri e famiglie signorili. Nel XIII secolo nacque la Rocca, più volte distrutta, ricostruita e fortificata. Una tappa decisiva fu il dominio di Caterina Sforza, che alla fine del Quattrocento promosse importanti lavori difensivi, dando alla fortezza gran parte del suo aspetto attuale. Dal Cinquecento la Rocca divenne progressivamente residenza signorile delle famiglie Campeggi e Malvezzi-Campeggi, fino all'acquisto da parte del Comune nel 1960.

COSA VEDERE

Dozza conserva l'impianto di un antico borgo medievale. Al culmine dell'abitato sorge la **Rocca Sforzesca**, oggi casa-museo con arredi storici, dipinti, prigioni e collezioni dedicate al Muro Dipinto. All'interno della torre maggiore si trova un monumentale drago alto 4 metri, guardiano della fantasia e creatività e omaggio a una leggenda del luogo. Meritano una visita anche la **chiesa di Santa Maria Assunta in Piscina**, che conserva opere d'arte sacra, il Rivellino e la **Tana del Drago**, Associazione italiana Studi Tolkieniani, un luogo unico in Italia con l'esposizione di opere d'arte, libri, giochi, oggetti artigianali ispirati all'opera di J.R.R. Tolkien.

TREKKING

Un percorso per tutti è il **Sentiero del Vino**, un'escursione lunga circa 6,5 km che si snoda tra vigneti e cantine e presenta lungo il tragitto angoli panoramici e bacheche informative su flora e fauna. Più impegnative una **variante del Cammino di Sant'Antonio** che propone un giro ad anello di circa 18 km fino alla Pieve di S. Andrea e al Monte del Re, e una tappa della suggestiva **Via dei Gessi e dei Calanchi**. Si segnala poi come trekking urbano **la passeggiata degli artisti** che si sviluppa lungo via Anastasia e segue le antiche mura, offrendo scorci panoramici sul borgo, sui vigneti e sulle colline circostanti.

[Foto credit: www.bigstockphoto.com]



Murales



Murales

Sono soprattutto gli **enormi e colorati murales** a rendere Dozza uno dei borghi più riconoscibili dell'Emilia Romagna.
Dal 1960 la Biennale del Muro Dipinto invita artisti a trasformare intere facciate delle case in opere permanenti, creando una galleria d'arte a cielo aperto percorribile liberamente tra vicoli, porte e piazze. Nel corso dei decenni hanno partecipato oltre 200 pittori, lasciando opere pensate in rapporto con l'architettura medioevale e il paesaggio del borgo.
La prossima edizione della Biennale si terrà a settembre 2027.

CARTA D'IDENTITÀ

Comune: Dozza
Regione: Emilia-Romagna
Provincia: Città metropolitana di Bologna
Abitanti: circa 6.500
Altitudine: 190 m s.l.m
Distanze: Castel San Pietro Terme: 6 km - Imola: 7 km
Castel Guelfo di Bologna: 9 km -
Bologna: 28 km

INFORMAZIONI

Dozza
https://www.fondazionedozza.it/

COME ARRIVARE

Auto: A1, uscita Firenze Impruneta, Superstrada Firenze-Siena, uscita Poggibonsi Nord
Aereo: Aeroporto di Pisa o Firenze
Treno: Stazione di Poggibonsi

SAGRE E FESTE

A Dozza l'arte e la cucina si contendono gli eventi che animano il paese. Ad anni alterni si tengono 2 manifestazioni molto attese: la **Biennale del Muro Dipinto**, manifestazione che rende il borgo una galleria d'arte a cielo aperto e **Fantastika**, biennale d'illustrazione fantastica.
Nell'ambito enogastronomico si segnalano a settembre la **Festa delle Arzdore e Dozza in Festa** dedicata a tutta la cucina tipica del borgo e la **Festa del Vino** a maggio.
Molto sentite anche le manifestazioni più popolari come la **Festa dei Re Magi** con la rappresentazione vivente dell'episodio legato alla natività e il carnevale dedicato alle sfrappole (dolci tipici del periodo).



Rocca sforzesca



Vicolo

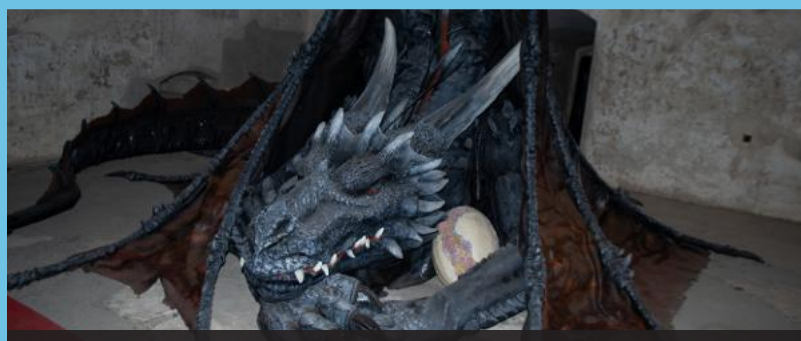




▲ Scorci ▲

MONUMENTI E LUOGHI DI INTERESSE

- Rocca sforzesca
- Chiesa di Santa Maria Assunta in Piscina
- Rivellino
- Santuario della Madonna del Calanco
- Chiesa dell'Assunzione di Maria Vergine
- Palazzo Comunale
- Tana del Drago



Il Drago di Dozza ▲

Castrato alla griglia ▼



Piadina con squacquerone ▼



CIBI E PRODOTTI TIPICI

A Dozza si possono mangiare tutti i piatti tipici della cucina bolognese ed emiliana come le lasagne verdi con ragù, tagliatelle e ravioli al ragù con pasta fatta in casa, il castrato di Romagna alla griglia e la piadina con formaggio squacquerone.
Per gli amanti del vino, Dozza ospita, nelle cantine della Rocca Sforzesca, l'Enoteca Regionale dell'Emilia-Romagna con più di 1.000 etichette di vini: ci sono 15 vini tipici regionali, e i vini DOP, come Romagna Albana DOCG e Romagna Sangiovese DOC.



Turismo responsabile

Orto botanico di Bologna (Emilia-Romagna)

Un antico orto botanico in centro

La Redazione

STORIA

Fondato nel 1568 dal naturalista Ulisse Aldrovandi, l'orto botanico di Bologna è uno tra i più antichi orti botanici in Italia e nel mondo. L'Orto botanico di Bologna nasce per la coltivazione delle piante officinali e per formare gli universitari bolognesi di Medicina nella conoscenza diretta delle piante alle base della preparazione dei medicinali. Fu trasferito diverse volte e trovò la sua sede attuale nel 1803. Oggi l'orto è inserito nel Sistema museale di Ateneo - Unibo.

STRUTTURA

L'orto botanico si sviluppa su una superficie rettangolare di circa 2 ettari. A nord e a sud della struttura sono collocati due giardini boscosi; nel giardino posteriore si trova anche **l'orto dei Semplici**. Nella zona centrale, invece, sono presenti zone umide e laghetti per le piante acquatiche sia italiane sia tropicali. Ci sono poi all'interno dell'orto botanico **4 serre**: 2 tropicali con la collezione di Bromeliaceae, orchidee e piante alimentari e 2 che ospitano una vasta collezione di piante succulente provenienti da America, Africa e Isole Canarie. Una piccola serra è dedicata alle piante carnivore. Recentemente è stato creato **il giardino roccioso** che ricrea le condizioni per rare specie italiane autoctone capaci di resistere a condizioni climatiche estreme; esempi sono la stella apina, l'assenzio lucido, la linajola e vari tipi di campanule.

SPECIE

L'orto ospita oltre 5.000 piante, che rappresentano circa 1.200 specie diverse.
Tra gli esemplari più interessanti a livello botanico si segnala la presenza di un grande esemplare di Ginkgo, una Metasequoia, una conifera ritenuta estinta e riscoperta solo a metà Novecento in Cina, e il Noce Cenerino, alto 32 metri con una circonferenza del tronco di oltre 5 metri, originario del Nord America e inserito per le sue caratteristiche nella lista degli Alberi Monumentali d'Italia.
Altri alberi storici presenti nell'orto botanico di Bologna sono una Farnia, quercia che richiama gli estesi boschi che una volta coprivano la pianura padana, e un Platano comune di grandi dimensioni situato nella zona bosco-parco.
Numerosi sono anche gli esemplari di piante autoctone emiliane soprattutto nelle aree che ricreano gli ambienti dell'appennino bolognese come Pioppi bianchi, Salice rosso, Corniolo sanguinello e Sambuco, e le rose spontanee della Provincia di Bologna, coltivate in una serie di piccole aiuole vicine al cancello di ingresso dell'orto.
Varia è poi la collezione delle epifite, piante erbacee che generalmente si insediano sulle chiome degli alberi e che in serra vengono coltivate su corteccia di sughero o di pino. Tra le piante particolari ospitate in serra meritano attenzione la *Welwitschia mirabilis*, fossile vivente che si trova in natura nel deserto del Namib e l'albero del Neem.

[Foto credit: https://www.bigstockphoto.com]

INFORMAZIONI UTILI

L'orto botanico di Bologna è visitabile tutto l'anno con orari differenti a seconda del periodo primaverile/estivo e di quello autunnale/invernale. L'ingresso è gratuito.
Durante l'anno vengono spesso organizzate mostre didattiche di vario tema.
Nel museo dell'orto botanico di Bologna è conservato l'erbario storico dell'Università di Bologna che, con circa 130.000 esemplari di piante essiccate, è una delle collezioni più importanti d'Italia.



Le Serre



Albero del Neem



Welwitschia mirabilis



Bromeliaceae



Ginkgo



Sambuco



Linajola

CARTA D'IDENTITÀ

Ingresso: Via Irnerio n. 42, Bologna
Regione: Emilia-Romagna
Provincia: Bologna

CONTATTI

Orto Botanico di Bologna
Via Irnerio n. 42, Bologna
E-mail: sma.ortoerbario@unibo.it
Tel: (+39) 051 2091309
https://ortobotanico1545.it/

COME ARRIVARE

Auto: Parcheggio Piazza VIII Agosto + 10 minuti a piedi
Treno: Stazione di Bologna
Autobus: Linee 36, 37, 20, 21 e 32 (fermate Irnerio o Porta San Donato)

SCADENZARIO

Sintesi delle principali scadenze fiscali e amministrative riguardanti le famiglie e i singoli cittadini

La Redazione

OTTOBRE 2026

GIOVEDÌ 15

PERIODO DI TOLLERANZA AUTUNNALE PER PNEUMATICI INVERNALI

Da questa data si può iniziare a far montare in anticipo gli pneumatici invernali senza rischiare sanzioni, evitando anche le possibili code nelle officine meccaniche. Non è un obbligo anticipato né una proroga.



NOVEMBRE 2026

LUNEDÌ 2

SCADENZA PRESENTAZIONE TELEMATICA MODELLO REDDITI

Entro questa data i contribuenti interessati possono presentare telematicamente il modello Redditi, direttamente tramite i servizi dell'Agenzia delle Entrate o con l'assistenza di CAF e professionisti abilitati.



LUNEDÌ 2

CONTRATTI D'AFFITTO - SCADENZA REGISTRAZIONE E PAGAMENTO IMPOSTA DI REGISTRO PER I NUOVI CONTRATTI, RINNOVI E ANNUALITÀ

Termine per registrare nuovi contratti di locazione di immobili con decorrenza dal 1.10.2026 e per pagare la relativa imposta. L'imposta è da versare anche per i rinnovi e le annualità successive di contratti d'affitto con la medesima decorrenza, in caso di opzione per il pagamento annuale.





RATIO-AI

La tradizione e le soluzioni operative di Sistema Ratio potenziate dall'intelligenza artificiale

Risposte affidabili, basate sul patrimonio editoriale di Sistema Ratio, verificato e aggiornato

Ratio-AI restituisce in modo chiaro le fonti editoriali e normative utilizzate per la risposta

Motore AI proprietario, ottimizzato sui contenuti di Sistema Ratio

Prova Ratio-AI
Richiedi qui una demo

Le caratteristiche e le funzionalità di Ratio-AI

Linguaggio semplice e naturale
Ratio-AI ti risponde velocemente

Fonti documentali in evidenza
Sempre accessibili e correlate alla risposta

Versione App e accesso multiplo
Disponibile da 2 utenti contemporanei e da mobile

Analisi documenti caricati
Un agente AI analizza, valuta, interagisce e contestualizza i documenti caricati

Creazione guidata e-mail
Procedura per ottenere un testo formattato e pronto da copiare, incollare e inviare

Creazione formulari
Generazione automatica su input dell'utente di modelli e documenti compilabili

Stampa ed esporta le conversazioni
Funzioni rapide per stampare domande, risposte e fonti

Cronologia conversazioni
Sempre disponibile l'archivio delle interrogazioni effettuate

Suggerimenti mirati
Spunti e opportunità di approfondimento sulla base delle tue ricerche

L'IA creata dai professionisti per i professionisti

Fondazione Senza Frontiere - ETS







www.senzafrontiere.com

Fondazione Senza Frontiere da sempre è parte integrante del nostro Gruppo.

Scopri i progetti per la tutela della natura
e il sostegno dell'istruzione, in tutto il mondo.