

### *Newsletter gennaio 2022*

20 gennaio 2022, il Presidente Nazionale Assipan Confcommercio sig. Claudio Conti dopo molti anni alla guida dell'Associazione ha deciso di dare le dimissioni dalla carica di Presidente Nazionale Assipan. L'Associazione lo ringrazia per il lavoro svolto e i risultati raggiunti a livello sindacale a favore della categoria.

Assipan Confcommercio esprime la propria più profonda preoccupazione per il caro energia senza precedenti. Questa è una emergenza nazionale perché ha un costo insostenibile per le imprese del terziario le più colpite dalla pandemia. Su tale tema vi sono anche i risultati di uno studio sugli effetti dei rincari energetici sulle imprese del terziario realizzato da Nomisma Energia. Occorre quindi intervenire rapidamente a livello politico per ridurre il caro energia e la dipendenza di energia dall'estero.

Come si sa, il pane si abbinava e si lavora anche con la frutta, da qui qualche informazione sulle Pruneaux d'Agen IGP soprannominate "l'oro nero dell'Aquitania". Queste sono delle prugne caratterizzate da un colore nero lucido con una polpa tenera e morbida. Coltivate fin dal Medioevo e distribuite in gran parte dell'Europa occidentale dal 2002 beneficiano del marchio IGP. Le Pruneaux d'Agen IGP sono uno dei protagonisti della campagna triennale di comunicazione dell'Unione Europea che ha come obiettivo la promozione dei marchi di qualità europei DOP e IGP.

Riteniamo sia utile e interessante parlare anche del pane prodotto negli altri paesi europei tra i quali un posto primario nella tradizione panaria spetta al Portogallo. Il "Pane Rosquilha" a forma di ciambella fatto con farina bianca dalla crosta molto croccante. Il "Cantelo" è il tradizionale pane del nord del portogallo che si produce esclusivamente in occasione dei matrimoni. Croccante, dal gusto delicato questo pane ha la forma di un anello che gli sposi spezzano insieme e distribuiscono a pezzetti ai loro ospiti così da intingerli nel vino dopo il brindisi ben augurale. Il "Pane Broa" è una saporita pagnotta realizzata con una miscela di farina di mais e grano bianco dall'aspetto molto rustico ideale per accompagnare i formaggi. Il "Pane Bolo de Caco" è un pane schiacciato, dalla crosta fine da consumare il giorno stesso della preparazione poiché la bassa percentuale di mollica non permette di conservarlo soffice per alcuni giorni. Il "Pane Maia" è un tipo di pane diffuso in tutto il Portogallo prodotto con farina bianca o integrale, dal sapore delicato, con crosta dorata e la mollica morbida, è il classico pane da pasto portoghese.

Il periodo pandemico, il lockdown diretto e indiretto, l'abitudine a una vita più sedentaria sono fattori che hanno contribuito maggiormente all'aumento dei casi di obesità in Italia. Si sa ormai da tempo che l'obesità rappresenta un fattore di rischio importante per il sistema cardiovascolare con tutte le conseguenze ad esso connesse. Al fine di prevenire tali disturbi senza per questo stravolgere la propria vita, riteniamo sia utile informare su alcune poche semplici abitudini che possono aiutare a stare in forma.



1 Pesarsi in maniera regolare. 2 Organizzare la spesa in modo da acquistare realmente ciò che occorre e programmare i pasti a orari definiti. 3 Seguire una dieta varia senza far venire meno nessun apporto nutritivo, tutti gli alimenti sono utili con il giusto equilibrio, è necessario non demonizzare nulla. 4 Bere tanta acqua minimo 1.5 litri al giorno. 5 Praticare costantemente del movimento dolce.

Un piatto di pasta per dessert ? Ebbene si, gli spaghetti al pomodoro possono diventare un dolce. Il piatto a prima vista appare identico al gran classico salato e anche gli ingredienti sono gli stessi, ma la preparazione e l'aggiunta di alcuni dettagli sono gli elementi che lo trasformano in una portata ideale per il fine pasto. Infatti, la pasta è cotta in acqua dolce, il pomodoro caramellato e il basilico servito come gelato, il tutto spolverato con cocco rapè.

Riteniamo utile ricordare che ogni impresa associata o potenziale tale, che visita il sito "associaticonfcommercio.it", ha la possibilità di reperire tutte le informazioni necessarie per contattare la propria associazione. Una volta che l'utente seleziona la provincia d'interesse, appariranno tutti i contatti dell'Ascom di riferimento per facilitare il contatto tra l'impresa e l'associazione.

*Per informazioni e approfondimenti contattare i numeri sotto indicati*

**ASSIPAN - Confcommercio Imprese per l'Italia**  
**Piazza G.G. Belli, 2 – 00153 ROMA**  
**Tel. 06 5866481 – fax 06 5812750**