

beneasapersi

ERBORISTERIA
Strenne di Natale
"tutta natura"
in erboristeria

L'aria di Natale è fatta di suoni, luci, profumi, colori, sapori, speranze... ma anche della voglia di rinnovare il "patto" di affetto e di amore con i nostri cari...



e creme da barba ed elisir a base di mirto, menta, alloro e timo, senza dimenticare il gusto di rinfrescare la pelle dopo la rasatura con fluidi e balsami dopobarba alla freschissima fragranza di Vetiver...

Per chi ama le antiche tradizioni, per questo Natale ci sono due grandi novità: dal salice omaroso e amante del fresco, dall'aromatizzato e protetto fino marino e dalla paglia e giganti querce...

associazioni

SPI C.G.I.L. Sindacato Pensionati
Dicembre 2004: un anno di lotte

Siamo alla fine dell'anno, è tempo di bilanci. Se dovessimo fare il bilancio dell'attività del Governo dovremmo dire che almeno per noi è senz'altro negativo...



Mariella e Franco

LA NATURA DEI BIMBI
Il Natale

La nascita è un inizio, una risorsa, uno sbocciare, un'apertura a qualcosa di totalmente indefinito. Tante cose nascono, ogni giorno, intorno a noi: può nascere un fiore o un filo d'erba...



Elisa Giulio

E forse la magia del Natale sta proprio in questo enorme rituale collettivo di nascita/riuscita: puntuale come tutti i riti sta lì a scandire il nostro tempo...

Preparazione alla Nascita: un momento di confronto, di informazione e di crescita. Aperto alle mamme e ai papà che sempre più sono coinvolti in questo importante evento della famiglia.

Ginnastica Dolce in Acqua: per le mamme lasciarsi cullare dall'acqua, aiuta a condividere l'esperienza che il loro bambino sta vivendo.

Dopo Parto: incontri per mamme e bambini dove confrontarsi e parlare insieme di tutti i piccoli problemi riguardanti i primi mesi di vita dei bimbi.

Percorso nel mondo della Salute: un viaggio nel mondo delle medicine naturali per conoscerle meglio, e scegliere la terapia più adatta a ciascuno.

Massaggio del Bambino: il massaggio è un mezzo per comunicare con il proprio bambino rafforzando il legame genitore - bambino per aiutarlo a scaricare le tensioni e a dare sollievo durante le coliche gassose...

Ginnastica Dolce in Gravidanza: è un'occasione per imparare ad ascoltare i cambiamenti del corpo in attesa, a prepararsi al parto in modo attivo e consapevole...

CODACONS TOSCANA
"Non ingoiate il rospo!"

"Anatocismo: cos'è? Posso riavere indietro i miei soldi dalla banca?" Cara Codacons, ho letto della recente sentenza della Cassazione a Sezioni Unite sul fatto che è possibile chiedere indietro alla Banca gli interessi anatocistici...

Come è noto, in qualsiasi genere di finanziamento - sia esso, per esempio, un mutuo o un prestito personale - sulla somma prestata (detta capitale) vengono addebitati degli interessi che vengono pagati unitamente alla restituzione del capitale. L'anatocismo (o capitalizzazione degli interessi) consiste nella somma degli interessi con il capitale che, a sua volta, si accresce e sul quale vengono conteggiati nuovi interessi...

L'anatocismo era considerato, fino a poco tempo fa, del tutto lecito, nonostante l'art. 1283 del Codice Civile prevedeva dei limiti ben precisi per la sua applicazione: "in mancanza di usi contrari, gli interessi scaduti possono produrre interessi solo dal giorno della domanda giudiziale o per effetto di convenzione posteriore alla loro scadenza, e sempre che si tratti di interessi dovuti almeno per sei mesi".

PARRUCCHIERE
Caduta: che fare?

Cresce il numero di quanti lamentano una periodica, eccessiva perdita di capelli, ma il fenomeno, di sé, in alcuni periodi dell'anno - che cominciano con il passaggio delle stagioni - è assolutamente normale anche se per qualche motivo questo avvenga è ancora scientificamente poco chiaro.

Anagen. Nascita e sviluppo del capello, in media questa fase dura 3 anni. Catagen. È la fase in cui il follicolo si prepara al distacco del capello, restringendosi fino a 1/3 del normale diametro. Dura all'incirca 3 settimane.

Telogen. È l'ultima fase, quando il capello si stacca dal follicolo e lascia spazio allo sviluppo del nuovo capello, si conclude in 3-4 mesi. Accanto alla caduta fisiologica e stagionale si registrano anche perdite cosiddette "fuori stagione".

Quel che è certo è che la calvizie ereditaria è un problema comune ed interessa il 50% degli uomini ed il 30% delle donne oltre i 40 anni. Esiste una predisposizione indotta dagli ormoni androgeni, che colpisce individualmente i capelli, lo stress fisico provocato da cure mediche, farmacologiche, operazioni, l'alopecia androgenetica o trasmissione genetica fatta eccezione per cadute che possono essere messe in relazione al patrimonio genico (alopecia androgenetica).

Stefano

EMERTOSCANA cooperativa sociale - onlus
... I consigli dell'infermiere...

"Meno brucia più fa bene!" Il titolo provocatorio di questo articolo fa riferimento ad un vecchio detto popolare secondo il quale il bruciore provocato dall'alcool denaturato messo su una ferita sarebbe sinonimo di efficacia: "più brucia più fa bene!".



medicare le piccole ferite e le escoriazioni, con la ferma convinzione che "se brucia vuol dire che sta disinfettando". In realtà l'alcool denaturato al 70% non è il prodotto più indicato per medicare le ferite dove l'integrità della pelle è stata compromessa; infatti la sua attività battericida è assai limitata se non associata ad altre soluzioni antisettiche ed inoltre irrita e danneggia i tessuti organici esposti al contatto.

Per la disinfezione delle piccole ferite ed escoriazioni, facilmente riscontrabili nella vita domestica, esiste tutta una serie di composti facilmente reperibili in commercio, dei quali ne consiglio tre in particolare:

Il primo è l'Acqua ossigenata al 3% (10 volumi); essa rientra nella categoria degli agenti ossidanti. Particolarmente efficace contro il bacillo del tetano e utile per la pulizia della ferita prima della disinfezione. Un'altra soluzione antisettica efficace è rappresentata dallo iodopovidone; quest'ultimo è un composto che sfrutta la proprietà battericida dello iodio. Esso è ben riconoscibile per il suo colore ambrato o marrone ed ha un'efficacia sufficientemente prolungata, ma è controindicato per quelle persone affette da ipertiroidismo o allergici allo iodio.

Alessandro Chimenti

Inviatale domande, dubbi o perplessità. Risponderemo nel prossimo numero. EMERTOSCANA cooperativa sociale - ONLUS - viale Talenti, 154 Firenze tel/fax 055-7399016 e-mail: info@emertoscana.it

Spi-Cgil Via Bezuolli, 24 - Firenze tel. 055732283

dott.ssa Silvia Bartolini Presidente Codacons Toscana Codacons Toscana v.le F. Talenti tel/fax 055.739884 Il Codacons Toscana è aperto al pubblico dal lunedì ai giovedì dalle 16 alle 18, il venerdì dalle 17.30 alle 19.30