Verbraucherzentrale Südtirol
Centro Tutela Consumatori Utenti
Die Stimme der VerbraucherInnen
La voce dei consumatori

Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2
39100 Bolzano
Tel. 0471 975597
info@verbraucherzentrale.it

Pronto Consumatore maggio/giugno 2020

Newsletter: più informati con il Pronto Consumatore - abbonatevi gratuitamente!

Bollettino d'informazione del Centro Tutela Consumatori Utenti - supplemento al n. 33/40

La versione integrale cartacea del Pronto Consumatore viene recapitata gratuitamente via posta ai soci del CTCU oppure è disponibile in formato PDF. Le seguenti news sono un estratto.

Risanamento energetico edifici: il „bonus energia“ prorogato fino alla fine del 2021
"Cubatura in regalo" per gli interventi di risanamento energetico e per i nuovi edifici

Il Bonus Energia è stato prorogato una seconda volta dalla Giunta Provinciale fino alla fine del 2021.

Esso può essere preso in considerazione per gli edifici costruiti prima del 12/01/2005, i quali nel corso di una ristrutturazione raggiungono almeno la classe CasaClima C, ovvero quelli che ottengono un miglioramento della certificazione R. In questi casi è possibile aumentare la cubatura. L'edificio può essere ampliato del 20% del suo volume esistente e l'estensione può essere di almeno 200 m^3.

Invece per quanto riguarda l'ampliamento della cubatura nelle zone residenziali, vengono applicati numerosi altri requisiti. In futuro ci saranno alcune aree in cui il bonus energetico non potrà più trovare applicazaione o potrà essere applicato solo in parte. Ulteriori dettagli sono contenuti nel foglio informativo del Centro Tutela Consumatori e Utenti "Aumenti di cubatura - riqualificazione energetica degli edifici in Alto Adige".

„Bonus energia“ per le nuove costruzioni, ovvero per le ricostruzioni a nuovo, in seguito a demolizioni
Nel caso di nuove costruzioni, e di ricostruzioni a nuovo, in seguito a demolizione (per piú del 50%)

dell'edificio esistente, l'edificio dovrá raggiungere almeno la classe „CasaClima A Nature“ per poter beneficiare del bonus energia (aumento della cubatura del 10%).

Cambiamenti nelle prestazioni degli spazzacamini

Sono stati adeguati i prezzi, come già previsto dalla Giunta Provinciale nel 2017, ed è stata introdotta anche qualche altra novità.

Da ora in avanti, per le prestazioni degli spazzacamini, sarà addebitata all'utente una tariffa oraria massima di 52,08 euro più IVA.

Cosa significa per i consumatori?
Fino a poco tempo fa, per una casa unifamiliare media, con un impianto di riscaldamento da 34 kW e un camino lungo 12 metri, si pagavano 37,13 euro per un intervento della durata di 40 minuti, più il viaggio (5 minuti). La spesa ammonta ora a 42,97 euro.

L'aspetto positivo di questa novità: siccome la tariffa oraria è una tariffa oraria massima, sarà possibile concordare, anticipatamente, con l'artigiano anche un prezzo leggermente inferiore.

Il controllo delle emissioni continuerà tuttavia ad essere fatturato con somma forfettaria. Attualmente essa ammonta a 42,10 euro (IVA inclusa) per gli impianti con combustibili gassosi o liquidi, e a 52,77 euro (IVA inclusa) per i combustibili solidi.

Un'ulteriore novità, è data dall'annotazione nel libretto degli spazzacamini della data prevista per il prossimo intervento periodico.
Altra novità: l'utente è obbligato a informare per iscritto lo spazzacamino di qualsiasi modifica apportata al sistema di combustione.

Ulteriori informazioni sulle prestazioni degli spazzacamini sono reperibili online nel nostro opuscolo "Lo spazzacamino in Alto Adige".

Che cosa indica il valore ORAC di un alimento?

L’acronimo inglese ORAC sta per *Oxygen Radical Absorbance Capacity*, ossia la capacità di assorbimento dei radicali liberi dell'ossigeno da parte degli alimenti.

I radicali liberi si formano in seguito a infiammazioni del corpo, causate dal fumo di sigaretta, dall’esposizione ai raggi UV o da altre condizioni climatiche, altresì da sport agonistico. Nel nostro corpo essi provocano danni alle cellule e lesioni vascolari, accelerando così il processo di invecchiamento e contribuendo all’insorgere di malattie.

Gli antiossidanti sono in grado di neutralizzare i radicali liberi rendendoli inoffensivi. In tale contesto, il valore ORAC funge da unità di misura per il potenziale antiossidante di un alimento.

Il valore è riferito a 100 grammi di un alimento (µmol TE/ 100 g). Secondo le classifiche ORAC, ad esempio, la farina di semi d'uva (100.000), il cioccolato fondente (49.926), la salvia (32.004), il timo (27.426), lo zenzero (39.042), la cannella (131.420) e i chiodi di garofano (290.283) possiedono un valore ORAC molto elevato.

Tuttavia, non è ancora del tutto dimostrato se un elevato valore rilevato in laboratorio sia trasferibile 1:1 all'effetto sul corpo umano. Inoltre, i risultati delle misurazioni di diversi laboratori divergono l'uno dall'altro. Una cosa, però, è certa: non abbiamo bisogno di ricorrere agli integratori alimentari o ad esotici "superfood" per fornire al nostro corpo degli antiossidanti.

Emergenza coronavirus: sciacalli in movimento!

Avidità e frode non sembrano fermarsi nemmeno davanti ad una situazione così eccezionale

Anche se incredibile, ogni situazione pare buona per perpetrare qualche truffa. Anche se per vari mesi tutti i contatti sociali sono stati drasticamente ridotti a causa dell'emergenza coronavirus, noi del CTCU abbiamo continuato a ricevere chiamate di persone che hanno avuto la visita a casa (???) da parte di rappresentanti di alcune aziende (del Nord Italia). Alcuni di questi proponevano la vendita di mobili, altri di "sistemi di sicurezza" contro le fughe di gas; in ogni caso, entrambi molto più costosi di analoghi prodotti presenti sul mercato. In una situazione come quella che stiamo vivendo attualmente, il nostro spassionato consiglio è quello di non far entrare estranei in casa vostra; in caso di comportamenti insistenti, aggressivi o semplicementi anomali di tali soggetti non esitate a chiamare le forze di polizia.
Se invece avete già firmato un contratto, sappiate che potete recedere dal contratto entro 14 giorni dalla sua conclusione.
Nel corso di questi ultimi mesi è aumentata anche la circolazione di SMS fraudolenti, nei quali i truffatori fanno esplicito riferimento al coronavirus, per ottenere i dati di accesso di carte di credito e di conti correnti dei consumatori. Mantenete sempre la calma, anche quando si tratta di SMS e di messaggi di posta elettronica; semplicemente non reagite, poiché l'accesso online ai conti bancari e alle carte di credito „non è influenzato in alcun modo dal Coronavirus".
Circolano infine molte notizie fasulle sui social network: traete informazioni solo da fonti valide, verificate e attendibili!
Per ulteriori informazioni contattate il CTCU al numero 0471-975597.

I fiori sono le stazioni di rifornimento delle api
Pesticidi e monocolture mettono a rischio gli insetti e i loro habitat

Senza le api e gli altri impollinatori avremmo ben poco da mangiare. In occasione della giornata italiana "Stop pesticidi", il Centro Tutela Consumatori Utenti ricorda l'importanza di questi insetti. L'iniziativa è organizzata ogni anno da una rete di numerose associazioni, alleate per la tutela dell'ambiente e quest'anno si tiene il 24 maggio.

Nella zona alpina vivono circa 700 specie di api, una sola delle quali produce miele: l'ape mellifera europea. Tutte le altre sono api selvatiche, esse sono attive quasi tutto l'anno e volano anche con basse temperature e ad altitudini elevate. Non producono miele, ma impollinano l'80% delle piante selvatiche e più del 75% di quelle coltivate. La garanzia del nostro approvvigionamento alimentare dipende in gran parte da questo importante servizio „eco-sistemico".

Nonostante la loro **enorme importanza,** il 50% delle specie di api selvatiche sono a rischio di estinzione.

Cos'è d'aiuto alle api e ad altri impollinatori è consultabile:
https://www.consumer.bz.it/it/i-fiori-sono-le-stazioni-di-rifornimento-delle-api

Per un'agricoltura a favore delle api
L'iniziativa dei Cittadini Europei (ICE) "Salviamo Api e Agricoltori!" sta promuovendo a livello europeo un'agricoltura favorevole alle api e ad un ambiente sano. Lo scopo dell'iniziativa è quello di ridurre gradualmente l'impiego di pesticidi di sintesi e di sostenere le aziende agricole nella conversione agricola.
Per l'ICE si può firmare al seguente link: https://www.savebeesandfarmers.eu/ita/

Bancomat all'estero
I prelievi al di fuori della zona euro possono essere molto costosi!

I consumatori che effettuano pagamenti e prelievi all'estero con la loro carta bancomat possono incorrere in spese non preventivate. Al di fuori della zona euro (la valuta è diversa), infatti, i movimenti non sono soggetti alle condizioni più favorevoli previste per i prelevamenti nazionali e intra-euro.
Al Centro Tutela Consumatori Utenti si è rivolta una consumatrice, che aveva utilizzato il bancomat per effettuare pagamenti e prelievi al di fuori dell'Unione Europea, e successivamente si è trovata nell'estratto conto spese molto elevate. La banca aveva, infatti, addebitato alla consumatrice circa 100 euro di spese, ma la stessa non se ne era accorta al momento di effettuare le operazioni con la propria carta. Così anche nel secondo estratto conto ricevuto, dove si erano accumulati oltre 500 euro di spese e commissioni, impossibili da non notare. A seguito dell'inolto di un reclamo alla banca, questa – anche in segno di buona volontà - ha provveduto a rimborsarle una piccola quota delle spese addebitate.
La domanda della consumatrice ai consulenti del CTCU è stata questa: il resto della somma può essere formalmente contestata? La risposta è: purtroppo no, e non c'è modo di recuperarla: infatti questi costi vengono chiaramente indicati nelle condizioni contrattuali del conto corrente.
Il nostro consiglio: prima di recarsi all'estero, può essere consigliabile verificare la sicurezza e i costi dei mezzi di pagamento per il fondo viaggio.

La conservazione dei documenti

Una domanda che tutti noi ci poniamo, quando riordiniamo i documenti: posso gettare quella ricevuta, quella fattura oppure la prova di quell'avvenuto pagamento oppure li devo conservare?

Nella lista sottostante alcune indicazioni a riguardo dei termini:

- **Referti medici**: meglio per sempre
- **Bollo auto:** 3 anni oltre l'anno cui si riferisce il pagamento (consigliamo però di conservare le ricevute di pagamento per almeno 5 anni)
- **Mutui:** meglio per sempre (ai fini fiscali il termine è però fino alla fine del quinto anno successivo a quello dell'ultima detrazione)
- **Scontrini per acquisti di prodotti:** 26 mesi (sia ai fini della prova di acquisto, che per esercitare il cd. diritto di garanzia - attenzione agli scontrini su carta termica: meglio farsene una fotocopia)
- **Spese condominiali:** 5 anni
- **Estratti conto bancari:** 10 anni
- **Affitto (pagamenti):** 5 anni
- **Bollette e fatture energia elettrica, gas, rifiuti:** 5 anni (consigliamo però di conservarle per almeno 10 anni, anche perché da luglio 2016 in bolletta vi è anche l'addebito del canone Rai)
- **Abbonamenti a palestre:** 1 anno (consigliamo però almeno 5 anni)
- **Bollette telefono fisso e mobile:** 5 anni (consigliamo però di conservarle per almeno 10)
- **Assicurazioni (premi):** 1 anno dalla scadenza (nel caso in cui le quietanze, es. di polizze vita, siano state utilizzate a fini fiscali, si devono conservare per 5 anni).
- La lista completa è consultabile al link: https://www.consumer.bz.it/it/la-conservazione-dei-documenti

Grigliate: come evitare che si formino sostanze nocive?

Sulla griglia, a seguito dell'elevato calore, si possono formare sostanze cancerogene, fra queste, amine aromatiche eterocicliche e idrocarburi aromatici policiclici.

Ecco come fare per evitare che si formino:

- evitate le temperature troppo alte ed il contatto diretto dei cibi con le fiamme;
- appoggiate i cibi sulla griglia solo quando il carbone non è più in fiamma, ma arde (lo si riconosce dallo strato di cenere bianco);
- ultimate la cottura sui bordi della griglia;
- gli insaccati (speck, prosciutto, o „Leberkäse“, ecc.) non andrebbero grigliati affatto;
- evitate che grasso, liquido o condimento gocciolino sulla brace;
- molto consigliato grigliare con il calore indiretto, ad esempio nella griglia a sfera o nello „smoker“, dove il cibo non viene posato direttamente sopra la brace;
- se i cibi sono poggiati direttamente sopra la brace, è consigliabile inserire una barriera, come carta stagnola, ciotole di stagnola o carta forno;
- le ciotole in aluminio non sono adatte per la marinatura, in quanto sale e acidi dissolvono l'alluminio, che così passa al cibo;

- grigliando non si dovrebbero usare grassi sensibili al calore (olii spremuti a freddo, burro, margarina)
- parti di cibo bruciacchiate o annerite non andrebbero mangiate;

Mangiare consapevolmente: come si fa?

“Mangiare in maniera consapevole significa prestare attenzione al cibo, ai segnali e alle sensazioni del corpo, e apprezzare con tutti i sensi i pasti e gli alimenti, consapevoli del momento e del luogo in cui essi vengono consumati”, spiega Silke Raffeiner, nutrizionista presso il Centro Tutela Consumatori Utenti. In questo modo si affinano le percezioni sensoriali. Mangiare in maniera accorta aiuta anche a riconoscere i segnali del proprio corpo (fame, sazietà), e di conseguenza ad assumere cibo solamente quando si avverte davvero la fame. Inoltre aiuta a smettere di mangiare quando ci si sente sazi. Mangiare consapevolmente si può imparare. Innanzitutto, è importante prendersi del tempo ed evitare distrazioni (televisione, radio, ecc.). Per mangiare volutamente in modo più lento, si può masticare i primi due o tre bocconi più a lungo del solito. Anche se una pietanza è un piatto abituale, può essere riscoperta ogni volta: come si presenta il mio piatto, qual è il suo profumo? Mi fa bene? È utile anche porsi domande sui segnali del proprio corpo: ho fame, quanta fame ho e da cosa lo capisco? Ho veramente bisogno di mangiare in questo preciso momento o mi serve piuttosto un altro tipo di incoraggiamento o conforto? Chi in questo modo prende atto delle proprie sensazioni e conosce i propri modelli comportamentali, riesce a distinguere tra **fame fisiologica** e **fame psicologica**, e può evitare di assumere cibi in maniera incontrollata in situazioni di stress.