

ARTICOLI, TEMA DEL MESE...

Il disegno del Testo Unico dell'apprendistato

Con il Testo Unico approvato in Consiglio dei Ministri lo scorso 28 luglio, l'apprendistato si appresta a diventare il canale privilegiato di ingresso dei giovani nel lavoro...

articolo tratto da Informazione n°2 La Rivista è on line all'indirizzo: www.lavoro.gov.it/lavoro/europalavoro

Apprendistato, ecco come cambia

Si è concluso, con il via libera da parte della giunta, il percorso di approvazione del regolamento di esecuzione della legge regionale sull'apprendistato...

Per l'apprendistato professionalizzante, il regolamento prevede che la formazione pubblica sia erogata attraverso voucher individuali, che i lavoratori possono spendere...

Il monte ore viene stabilito sulla base della qualifica o del titolo di studio del lavoratore. In pratica, posto che la durata complessiva della formazione per le competenze di base è di 120 ore...

La giunta ha poi deciso di fissare lo standard delle competenze base che ciascun apprendista deve conseguire: riguardano la sicurezza e la disciplina del rapporto di lavoro...

Con la Dgr 609 del 10.7.2012 la Giunta Regionale ha inoltre approvato gli "Indirizzi per la regolamentazione dell'Apprendistato per la Qualifica e per il Diploma Professionale ai sensi del Regolamento 47/R del 2003 e s.m.i."

Fonte: www.giovanisi.it

PROFESSIONI

Cosa fare per diventare tatuatore o piercer

Il regolamento di attuazione costituisce l'anno zero per le figure professionali di tatuatori e piercer. Coloro che esercitavano tale attività prima all'entrata in vigore del regolamento devono conseguire il riconoscimento della qualifica professionale...

Chi vuole intraprendere l'attività deve essere in possesso della qualifica professionale di tecnico qualificato in tatuaggio o piercing, qualifica che si ottiene frequentando corsi della durata di 600 ore secondo gli standard minimi previsti dagli allegati I e L del regolamento...

Requisiti igienico sanitari I requisiti igienico sanitari e le procedure per l'esecuzione di tatuaggi e piercing sono definiti nelle linee guida approvate con decreto del dirigente n.1328 del 30 marzo 2009

- Linee guida per la pulizia dei pavimenti, delle pareti e degli arredi e la manutenzione degli impianti di ventilazione
Linee guida per il trattamento delle mani e della pelle delle unghie
Informativa inerente i rischi legati all'esecuzione dei trattamenti di tatuaggio e sulle precauzioni da tenere dopo l'effettuazione degli stessi
Informativa inerente i rischi legati all'esecuzione dei trattamenti di piercing e sulle precauzioni da tenere dopo l'effettuazione degli stessi

Riferimenti legislativi: Testo coordinato del d.p.g.r. 2 ottobre 2007, n. 47/R "Regolamento di attuazione della legge regionale - 31 maggio 2004, n. 28 (Disciplina delle attività di estetica e di tatuaggio e piercing)"

Fonte: www.regione.toscana.it

SALUTE E CUCINA NATURALE

Le proprietà dell'uva

L'uva regneta il corpo e regolarizza l'intestino. Ecco tutte le proprietà di uva bianca, uva nera, uva rosata e uva passa o uvetta

L'uva Tra gli alleati della tua salute e della tua bellezza spicca per le sue benefiche proprietà l'uva, un vero concentrato di sostanze preziose che regalano benessere. Si tratta del frutto della vite costituito da bacche (acini) più o meno piccole, rotonde o oblunghe, riunite in grappoli. In base al colore si identificano uve bianche, nere o rosate; secondo l'impiego, si hanno uve da tavola, uve da vino o uve da essiccare (varietà senza semi).

Seguici e scopri come utilizzarla per usufruire al meglio delle sue azioni benefiche...

I contenuti preziosi dell'uva

L'uva è molto ricca di zuccheri direttamente assimilabili (glucosio, levulosio, mannosio); contiene vitamine organici, sali minerali (potassio, ferro, fosforo, calcio, manganese, magnesio, iodio, silicio, cloro, sodio), vitamine A, del gruppo B e C, tannini (nella buccia). Difeso. Occorre però ricordare che la composizione e il gusto dell'uva variano molto secondo la zona di produzione, le condizioni climatiche e la varietà.

L'uva in cucina

Si consuma come frutto fresco, in macedonia o ridotta in succo; con l'uva fresca molto matura si prepara il vincolato, mosto stracotto fino a diventare dolcissimo, utilizzato per preparare alcuni dolci tradizionali. Dai semi (vinaccioli) dell'uva si ricava un olio ricco di acidi grassi benefici per la salute se usato a crudo.

L'uva è ricca di proprietà salutari

È indicata in caso di anemia e affaticamento, uricemia e gotta, artrite, vene varicose, iperazotemia, malattie della pelle. L'uva ha proprietà antiossidanti e anticancerogene, dovute soprattutto al contenuto di polifenoli e di resveratrolo, presente nella buccia dell'uva nera; ha inoltre proprietà antivirali, grazie al contenuto di acido tannico e di fenolo, in grado di contrastare il virus dell'herpes simplex (applicazioni di succo d'uva o di mosto sulle labbra affette da herpes ne velocizzano la guarigione). L'uva Risultata anche particolarmente utile in caso di stitichezza. Gli acini ridotti in pure, applicati sulla pelle del viso e collo, hanno un'azione astringente e rivitalizzante. Chi soffre di disturbi digestivi, dovrebbe mangiare gli acini d'uva senza buccia e semi. Deve essere consumata con moderazione in caso di diabete e obesità.

L'ampeloterapia: la cura dell'uva disintossicante e ringiovanente

La cura dell'uva, detta ampeloterapia (dal greco ampelos, vite), consiste nel consumare uva delle varietà da vino e da matura, come unico alimento giornaliero. Per ottenere i migliori risultati, bisognerebbe recarsi nei luoghi di raccolta dell'uva e utilizzarla senza le manipolazioni a cui viene sottoposta prima di essere posta in commercio. Si inizia con un consumo giornaliero di 0,5 kg e si arriva fino a 2-2,5 kg al giorno, secondo il grado di tolleranza. La prima rivista in Italia che insegna a curarsi con l'ampeloterapia. Scritta da medici, dietologi, naturopati, nutrizionisti e cuochi, con tantissime ricette facili e gustose svela come trasformare ogni piatto in un toccasana per la tua salute. Dedicata a chi vuole prendersi cura di sé senza rinunciare ai piaceri della buona tavola.

ACQUISTA

Se la quantità di uva ingerita è eccessiva, si possono avere perdita di appetito e acidità di stomaco. Durante la cura dell'uva, si consiglia di bere una tisana calda ogni sera, rilassante o depurativa. Nel corso della giornata bere acqua minerale naturale in quantità moderata. La uva può essere protratta per alcuni giorni; con il controllo di un medico o di un terapeuta di fiducia può durare fino a tre settimane. È indicata per disintossicare e ringiovanire l'organismo ed è utile in caso di artrite, ritenzione dei liquidi, gotta, stitichezza e disturbi digestivi. Uva passa: una delizia per il palato che cura il mal di gola. L'uva passa, detta anche uvetta, è l'uva essiccata mediante esposizione al sole o a getti di aria calda. È particolarmente ricca di zuccheri, e quindi molto più calorica dell'uva fresca; inoltre è ricca di calcio, ferro, fosforo, potassio e vitamina A. È utile in caso di magrezza, anemia, bronchite e laringite (il decotto, preparato con 2 cucchiaini di uvetta per una tazza di acqua in ebollizione; lasciare sobbollire per qualche minuto). In cucina si impiega per la preparazione di dolci, aggiunta alla pasta del pane o alla frutta cotta; entra anche nella preparazione di numerosi piatti, come il baccalà al pomodoro, l'uvetta di cipolle pugliese, le carote ai pinoli e uvetta, le zucchine ripiene all'orientale. Prima dell'uso l'uvetta deve essere ammorbida in acqua tiepida oppure in vini liquorosi, liquori diluiti o latte.

Articolo tratto da www.riza.it

LA CUCINA LA CIACCIA

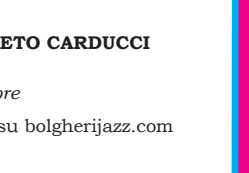
Ingredienti: Per la pasta da pane: 400 gr di farina 0 220 ml di acqua circa (quanta ne prende la farina, l'impasto vede avere la consistenza della pasta per il pane) 8 gr di lievito di birra 1/2 cucchiaino di malto Per il condimento: 3 cucchiaini di olio evo 3/4 cucchiaini di zucchero 100 ml di uva precedentemente ammollata in acqua Per la decorazione: 50 gr di uvetta 2 cucchiaini di zucchero 2 cucchiaini di olio evo

Sciogliere il lievito e il malto nell'acqua, far riposare qualche minuto. Impastare con la farina e far lievitare fino al raddoppio. Prendere ora l'impasto e, dividerlo l'impasto in due parti e far riposare pochi minuti. Nel frattempo unger bene due teglie di 30 x 35 cm. A questo punto, unger l'impasto con le mani leggermente unte di olio, decorare con l'uvetta, lo zucchero e l'olio. Accendere il forno a 220° ventilato e infornare non appena raggiunge la temperatura, fino a completa doratura.

Articolo tratto da www.ancececanella.blogspot.com

LETTURE... per il rientro

Alchimia emotiva è il frutto di 20 anni di ricerche e pratica psicologica, in cui si fondono le ultime scoperte delle neuroscienze e della terapia cognitivista con gli antichi insegnamenti del buddhismo. Al centro c'è la piena coscienza, un'attenzione prolungata e concentrata della mente stessa che non viene distratta da pensieri e sentimenti, ma al contrario osserva, con costanza i movimenti di pensiero e sentimenti e riesce a modificare la struttura stessa del nostro cervello. Il caldo fuoco della piena coscienza potrà dissolvere le nubi delle emozioni e rivelare a noi stessi la nostra intima natura.



In una Bologna notturna viene compiuto un omicidio: la vittima è stata derubata e uccisa con una modalità inusuale: avvelenamento da cloroformio. L'ispettore Basilica intuisce che la responsabilità è da collegarsi a una baby gang di latinos e italiani e subito coinvolge La Guerrera come sospetto spiccato in grado di addentrarlo nella comunità ispano-americana di questa città. Scritta da medici, dietologi, naturopati, nutrizionisti e cuochi, con tantissime ricette facili e gustose svela come trasformare ogni piatto in un toccasana per la tua salute. Dedicata a chi vuole prendersi cura di sé senza rinunciare ai piaceri della buona tavola.



Recensioni tratta da www.ibs.it

EVENTI, MANIFESTAZIONI, FESTE E SAGRE

COMUNE DI ROSIGNANO MARITTIMO

VADA 2 settembre Corsa Ciclistica esordienti Coppa Bar Sport Vada 8/9 settembre Mercato in piazza (tombola e concertino) Piazza Garibaldi 9 settembre Festa del Frate - Pizza Party Viale Italia 9 settembre Raduno Fiat 500 Piazza Garibaldi Contatti organizzatori: Pro Loco Vada - Piazza Garibaldi, 94 Telefono: 0586 788373 email: prolocovada@tin.it

MARINA DI CASTAGNETO DONORATICO 1 settembre dalle ore 17.00 viale Italia Mercatino dell'artigianato 2 settembre ore 21.30 viale Italia Teatro dei Brutini 7 settembre dalle ore 17.00 viale Italia Mercatino "Fatto a mano"

MERCATO DI CAMPAGNA AMICA

Il mercato ha frequenza settimanale. Si tiene al venerdì e raggruppa produttori del territorio provinciale. Presso CENTRO NAUTICO VADA

DONORATICO 4 settembre 21.00 via Aurelia Notte Rosa Spettacolo "Mt Live", Mercatini, Discoteca e Musica Latino, Animazione con Panna 12 settembre ore 21.00 Campo sportivo Bagicalupo "Partita di calcio" organizzata da Misericordia Castagneto 30 Agosto Lo Sbaracco Commercianti di Donoratico Parco le sughere 6/9 settembre Arci caccia a Tavola 2a edizione 15/16 settembre Festa della Birra 28/30 settembre Sagra del Fungo e mostra micologica org. Gruppo Micologico Bolettus

SPORT ED ESCURSIONI

GUARDISTALLO 9 settembre 1/2 giornata Passeggiatalaboratorio per bambini e famiglie 1/2 giornata Riserva Naturale di Berignone. Percorso di Arte- Natura per tutti Divertente passeggiata artistica nel bosco per grandi e piccoli sperimentando linguaggi diversi per esprimere sensazioni ed emozioni derivate dall'esperienza diretta con la Natura Ritrovo: Volterra Piazza Martiri della Libertà ore 14,30 in collaborazione con Gianni Gronchi, esperto di Didattica dell'Arte domenica 23 settembre Escursione e visita Museo delle Miniere 1 giorno Riserva Naturale Monterufoli-Caselli. La ferrovia mineraria del Ritasso ed il Museo delle Miniere di Montecatini V.C. Rocce, minerali, miniere abbandonate e storia mineraria sono tra i protagonisti delle escursione che conduce ai ponti fantasma sul torrente Ritasso ed al Museo delle Miniere di Montecatini V.C. Ritrovo. Casino di Terra parcheggio bar Big Roof ore 9.00 Pranzo al sacco a carico dei partecipanti in collaborazione con Museo delle Miniere di Montecatini V.C. domenica 30 settembre Escursione 1 giorno Dalle Balze di Volterra a Montecatini V.C. Inedita attraversata dalle Balze e dalle crete volterranne fin sul poggio di Montecatini V.C. immersi in un affascinante ed unico paesaggio collinare. L'escursione richiede un certo impegno a causa della lunghezza. Ritrovo: Volterra presso parcheggio delle Balze ore 9.00 Pranzo al sacco a carico dei partecipanti Numero massimo partecipanti 25 Servizio navetta per il ritorno in collaborazione con Museo delle Miniere di Montecatini V.C. INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI: Per qualunque informazione è per prenotazioni rivolgersi a: Consorzio Turistico Volterra Valdicecina Valdera tel. 0588 86099 ore 9.00/13.00 e 14.00/19.00

POMARANZE, VOLTERRA, MONTECATINI V.C.

dal 7 giugno all' 11 OTTOBRE Ogni Giovedì pomeriggio dalle ore 16 alle ore 19.30 IL CALORE E L'ENERGIA DELLA TERRA Il Museo di Larderello e la geotermia Programma Ore 16,00 ritrovo dei partecipanti al museo di Larderello e visita guidata con apertura dimostrativa di un soffione direttamente al pozzo di estrazione. Un Museo completamente rinnovato, una straordinaria cronistoria tra l'uomo ed i fenomeni geotermici partendo dagli utilizzi della ricerca nella produzione di energia elettrica fino allo sviluppo industriale e alla sfida odierna delle energie alternative. Ore 17,30 trasferimento alle manifestazioni geotermiche di Sasso Pisano. Fumarole e putizze, sorgenti di acque caldissime tra getti di vapore e pozze di acque gorgoglianti, formano un suggestivo ambiente naturale paragonato ad un luogo infernale. Ore 19,00 aperitivo di saluto al borgo di Sasso Pisano con prodotti della Comunità del cibo pulito di Slow Food Evento a cura della Cooperativa Idealcoop in collaborazione con l'Associazione La Fumarola di Sasso Pisano

MUSICA TEATRO E SPETTACOLI COMUNE DI ROSIGNANO MARITTIMO CASTIGLIONCELLO 1 settembre ore 21.30 CORO POLIFONICO RODOLFO DEL CORONA DI QUA E DI LA' DEL MARE Direttore Luca Stornello Biglietto unico 10,00 Info e prenotazioni: Armunia Castello Pasquini Piazza della Vittoria, Castiglioncello Tel. 0586 754202 759021 www.armunia.eu COMUNE DI CASTAGNETO CARDUCCI BOLGHERI 31 agosto, 1 e 2 settembre BOLGHERI JAZZ Programma dettagliato di bolgherijazz.com

MOSTRE E MUSEI COMUNE DI ROSIGNANO MARITTIMO CASTIGLIONCELLO Dal 22 luglio al 30 settembre 2012 presso le sale del Castello Pasquini di Castiglioncello. Villeggiatura e vacanze nel cinema italiano (1949 - 2011) Orario: dalle 12 luglio al 9 settembre dalle ore 17:00 alle ore 24:00 chiuso il lunedì, aperto a ferragosto dall'11 al 30 settembre dalle ore 09:00 alle ore 19:00 chiuso il lunedì ingresso gratuito Info: U.O. Attività Culturali Comune di Rosignano Marittimo 0586 724395 - 724496 www.comune.rosignano.livorno.it Centro per l'arte Diego Martelli 0586 759012 (in orario mostra)

