



LALIGURIA DELLE CODE

I BUS DEL MARE PER AGGIRARE L'ISOLAMENTO

MAURIZIO DONELLI

I problemi legati alla mobilità in Liguria, sia verso Levante che in direzione Ponente, sembrano insormontabili. Chi in questi giorni, soprattutto il sabato e la domenica, decide di andare a farsi un bagno, a meno che non si sposti in moto deve affrontare percorsi pieni di incognite. Le autostrade, infatti, sono disseminate di cantieri continui che generano code esasperanti. E l'Aurelia è ancor peggio: stretta e costellata di semafori, triplica il tempo degli spostamenti. I treni? Auguri... Situazione scoraggiante, che perdura da decenni. Passati invano nella speranza che qualcuno si industriasse a scegliere, tra binari e asfalto la terza via. Immensa, sgombra e decisamente piacevole: il mare.

Immaginiamo bus galleggianti, tipo quelli di Venezia, che salpano da Genova in una e nell'altra direzione. In via sperimentale, inizialmente, solo nei fine settimana. Immaginiamo di poter pagare un biglietto a seconda della destinazione che vogliamo raggiungere (per esempio Sori, Recco o Camogli a Levante; Arenzano, Varazze o Spotorno a Ponente). Immaginiamo di navigare stando sul ponte a prendere il sole e a goderci il paesaggio, arrivando a destinazione senza stress e senza la preoccupazione di trovare parcheggio. Fantastico, no? Un servizio di questo tipo, esteso tutto l'anno, consentirebbe a molti genovesi di trasferirsi a vivere in Riviera per raggiungere serenamente ogni mattina l'ufficio il posto di lavoro liberando dalle auto le strade cittadine. Una soluzione decisamente sostenibile. E certamente realizzabile. Servono solo un po' di visione e volontà politica. Giuseppe Pericu, amabile sindaco di Genova dal 1997 al 2007, durante il suo mandato convocò a Palazzo Ducale un incontro tra imprenditori genovesi, giornalisti e esperti di comunicazione per raccogliere idee sullo sviluppo della città. Era presente anche un importante armatore locale al quale proponemmo l'idea della quale avete letto finora. Ci aspettavamo due tipi di risposte: "È una soluzione assurda!" oppure "È l'uovo di Colombo!". Invece lui, dopo una brevissima riflessione, arrivò alla più genovese delle conclusioni, in piena zona "Maniman", per capirci. Infatti, a mezza via tra tra pessimismo e fastidio, sospirò: "Vabbè... ma se poi c'è mare?". —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

GAZA, COLPITA LA CHIESA CATTOLICA SCUSE DI ISRAELE. IL PAPA: BASTA ARMI

LAURENCE FIGÀ-TALAMANCA / PAGINA 2



CRESCERE L'INCHIESTA SULL'ESPANSIONE URBANISTICA, NEL FASCICOLO 74 NOMI

Sala indagato ma resiste

Milano, l'opposizione chiede le dimissioni del sindaco. Meloni: «Decida lui». Solidarietà di Schlein

Cresce l'inchiesta sullo sviluppo urbanistico di Milano. Migliaia i documenti sequestrati dalla finanza: riguardano gli iter autorizzativi dei progetti sospetti. Gli indagati sono saliti a 74, e tra loro anche il sindaco. Sala si è detto esterrefatto per averlo saputo dai giornali, respinge le accuse e non sembra intenzionato a dimettersi. L'opposizione in consiglio comunale protesta. Da Schlein arriva un messaggio di solidarietà, e la premier Meloni dice: «Decida lui, in base alla capacità di guidare la città. Non ci sono automatismi».

SERVIZI / PAGINE 4 E 5

LA MAMMA DELL'IMPERIESE PRIVITERA, MORTO A 19 ANNI DURANTE UNA GARA

«Il mio Samuele ucciso da un dosso Il ciclismo non si deve fermare»



Monica Fissore con il figlio Samuele Privitera, morto in gara LOREDANA DEMER / PAGINA 8

INDUSTRIA E AMBIENTE

Silvia Campese e Gilda Ferrari / PAGINA 7

Ex Ilva, Urso sblocca i forni a Taranto No degli enti locali

Il ministero ha approvato l'Autorizzazione ambientale che sblocca la produzione a Taranto, con 470 prescrizioni, in attesa che venga approvato il piano di decarbonizzazione. Il parere negativo degli enti locali non ha fermato il via libera.

GENOVA

Coluccia e Palmesino / PAGINE 14 E 15

Dall'Imu al Palasport Salis e centrodestra già ai ferri corti

Cresce la tensione politica a Genova. Via libera alla manovra di bilancio, ma il centrodestra protesta e chiede un confronto in aula sull'aumento dell'aliquota Imu per le abitazioni a canone concordato. La giunta annuncia lo stop temporaneo alle licenze di negozi nel Palasport.

ILLIGURE INVESTITO IN BICI

Valerio Arrichiello / PAGINA 9

Manfredi: «Samu felice di fare questo sport Il rischio zero non c'è»



POGACAR TRIONFA AL TOUR E GLI DEDICA LA VITTORIA RICOSTRUITA LA DINAMICA L'ARTICOLO / PAGINE 8 E 9

«Samu amava questo sport, era felice». Samuele Manfredi era una promessa del ciclismo quando fu investito in allenamento e finì in coma. Ora racconta l'amico scomparso.

RITORNO A GENOVA

Tananai: «La corsa al successo? Meglio la sincerità»

Claudio Cabona / PAGINA 30

Un romantico casinista. A volte leggero come una piuma, altre profondo come il mare, quello che si troverà davanti venerdì 25 luglio alle 21 quando al Porto Antico di Genova, in un appuntamento targato Balena festival, sarà protagonista di un concerto. Tananai, in questi anni, ha portato aria fresca dentro il pop d'autore.



IL NUTRIZIONISTA

Dieta mediterranea il guru Sorrentino sdogana il cous cous

Guido Filippi / PAGINA 33

«Anche il poke e il cous cous sono piatti salutari». Il guru della dieta mediterranea Nicola Sorrentino, nutrizionista e autore di numerosi libri, allarga gli orizzonti della nostra tavola: «Con gli anni abbiamo scoperto moltissimi cibi interessanti». Ma il suo primo consiglio è quello di bere acqua prima dei pasti.



BUONGIORNO

Gabriele Albertini è un sindaco del quale si ha un eccellente ricordo perché nel 1997, quando fu eletto, Milano era una città depressa, paralizzata, spaventata dalla sua ombra. La grande inchiesta Mani Pulite aveva demolito tutto: una classe dirigente, il titolo di capitale morale, il decennio dell'opulenza, il futuro accolto col sole in fronte. Albertini riportò un po' di buon umore, di intraprendenza, di coraggio e cioè di milanesità. Quando se ne andò, nel 2006, la città era ripartita, s'erano avviati cantieri per decine di miliardi, a terra e sottoterra: edifici, viabilità, nuove linee della metropolitana. Si poteva pensare allora, negli anni delle manette, e ancora oggi, con le nuove retate, che Milano sia una città dedicata al supremo ladrocinio. Oppure si può pensare che sia dedicata all'evoluzione come Roma, nella sua in-

Sindaco e più sindaco

MATTIA FELTRI

guagliabile bellezza, lo è alla conservazione. E la conservazione non ha fretta, ha tempo per vidimazioni e convalide, l'evoluzione invece ne ha sempre, è velocità e inventiva e si scontra con la burocrazia, la costellazione di norme, gli infiniti codici procedurali. Albertini si vanta, comprensibilmente, di avere conciliato i due mondi: opere, opere, e nemmeno un avviso di garanzia. Oggi ricorda la collaborazione fra comune e procura, il cui capo, Francesco Saverio Borrelli, gli diceva se il tal imprenditore era indagato o no — un collega suo ci avrebbe potuto intuire tre o quattro reati — e dunque se era consigliabile o no farlo lavorare. Insomma, la dottrina, quasi eversiva ma senz'altro efficace, è che, per non finire inquisito, il sindaco deve lasciar fare il sindaco all'inquisitore.

80 1945 2025 coop AZIONI PER LA SOCIETÀ Da 80 anni supportiamo la crescita del nostro territorio, mettendo al primo posto l'etica e la sostenibilità Scopri tutte le iniziative su www.liguria.coop.it

80 1945 2025 coop AZIONI PER LA SOCIETÀ Da 80 anni supportiamo la crescita del nostro territorio, mettendo al primo posto l'etica e la sostenibilità Scopri tutte le iniziative su www.liguria.coop.it



Nicola Sorrentino, specialista in Scienze dell'alimentazione, domani a Santa Margherita con il suo ultimo libro

«La dieta mediterranea oggi è globale anche cous cous e poke sono salutari»

L'INTERVISTA

Guido Filippi

«**D**iffidate dalle diete porta a porta, da tutto quello che gira sui siti e da chi vi promette di perdere cinque chili in una settimana». Il professor Nicola Sorrentino, specialista in Scienze dell'alimentazione, nutrizionista e guru nazionale della dietologia, presenterà domani alle 19, a Villa Durazzo, a Santa Margherita, il suo ultimo libro "La mia dieta mediterranea. La madre di tutte le diete, sana e sostenibile con i cibi di tutto il mondo".

«Partiamo da un concetto chiave: la dieta mediterranea non è un modo di dire, è un corretto stile di vita. Fa mangiare in modo corretto, per stare bene e allungare la vita, non per mettersi in costume al mare. Seguire una dieta non significa sognare un piatto di spaghetti e non poterli mangiare, ma semplicemente rendere meno elaborati tutti i piatti della cultura mediterranea. Non è la pasta che fa male e fa ingrassare, ma quello che mettiamo come condimento. Bisogna usare ingredienti semplici, non fritti: le cotture sono fondamentali per le calorie».

Molte diete di moda sono pericolose?

«Certamente, ricordiamoci che con il cibo ci si cura. Radio, televisioni e soprattutto siti non fanno altro che disinformare l'opinione pubblica su un argomento serio: non si fa altro che millantare ricerche scientifiche che non esistono. Certo è facile perdere qualche chilo prendendo farmaci e facendo iniezioni ma fanno malissimo e diventano un business, mentre la



NICOLA SORRENTINO
NUTRIZIONISTA

L'acqua fa dimagrire: bere prima di mangiare alza il tasso metabolico e tampona la fame

dieta mediterranea allunga la vita».

Secondo lei c'è solo la dieta mediterranea?

«Sono stato uno dei primi dietologi in Italia, 45 anni fa. Sono direttore scientifico dell'Università Iulm Food Academy di Milano e ho scritto una ventina di libri. La dieta mediterranea è patrimonio dell'umanità dal 2010, è uno stile di vita nel mondo, non è spuntata da un giorno all'altro, tanto per fare quattrini come succede spesso. E con gli anni è cambiata».

In che senso?

«Con gli anni sono cambiate molte cose e abbiamo scoperto tantissimi cibi, a partire dai frutti esotici: ora è globalizzata e quindi anche l'alimentazione è cambiata. Un po' di anni fa non sapevamo nemmeno cosa fossero il sushi e il sashimi, c'era solo il pesce dei nostri mari e lo stesso discorso vale per alcuni frutti esotici. Il cous cous e la poke sono



La dieta mediterranea, ormai sempre più globalizzata, non è solo un regime alimentare, ma uno stile di vita

piatti salutari»

Può dare alcuni consigli?

«Leggo che la nostra amata pizza si può mangiare solo una volta alla settimana: non è vero. Se è semplice, poco condita, con il pomo-

doro o le verdure, si può mangiare anche tutti i giorni. Lo stesso discorso vale per il gelato, sempre con moderazione. E mi raccomando tanta acqua sempre».

In che senso?

«L'acqua fa dimagrire: bere due bicchieri di acqua fresca prima di mangiare, mette in moto un meccanismo, la termogenesi che porta la temperatura da 10 a 37 gradi. Alza il tasso metabolico e tampona la fame. Ah, dimenticavo, non è vero che l'acqua gassata fa male: è uno dei tanti falsi miti che vanno sfatati».

Quali?

«Uno su tutti. Tantissime persone a pranzo mangiano un'insalata nicoise e dicono: con questa siamo a posto. Vorrei vedere: contiene mozzarella, olive, tonno, mais, cubetti di prosciutto, formaggio e altro. Equivale a tre piatti di pasta, non sto esagerando. Poi dicono che non digeriscono, vorrei vedere».

Può dare qualche consiglio per seguire bene la dieta mediterranea?

«La prima cosa è: in questo periodo bevete tanta tanta acqua per tenere idratato il vostro corpo. A pranzo consiglio un piatto di pasta con verdure alternato a pesce con le scaglie, carni bianche e tanta verdura. Ovviamente va bene la frutta, ma senza abusare perché contiene zuccheri».

E i dolci? Meglio non pensarci?

«Eh sì, contengono zuccheri raffinati e grassi saturi e quindi è meglio girarci alla larga. Sono consentiti due quadretti di cioccolato fondente o un gelato al cioccolato fondente, ma piccolo. E comunque un dolcetto ogni tanto non succede nulla: è la quantità che fa male».

Pausa. «C'è una cosa fondamentale che va oltre ogni dieta; l'attività fisica è fondamentale: non c'è corretta alimentazione senza movimento».

«Il Premio valorizza un'idea di scienza che non si chiude nei laboratori, ma si racconta con parole capaci di coinvolgere, ispirare, generare consapevolezza - commenta Roberto Di Lenarda, rettore dell'Università di Trieste e presidente della giuria - È anche attraverso la buona divulgazione che si costruisce una cittadinanza informata e partecipe dei grandi cambiamenti del nostro tempo».

«C'è una cosa fondamentale che va oltre ogni dieta; l'attività fisica è fondamentale: non c'è corretta alimentazione senza movimento».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

IL PREMIO LETTERARIO



La finale a Trieste a settembre

Lo sguardo della scienza sul futuro in 5 saggi

«L'algoritmo bipede» (Egea) di Martina Ardizzi; «Geopolitica dell'intelligenza artificiale» (Feltrinelli) di Alessandro Aresu; «Il computer impossibile» (Raffaello Cortina) di Giuliano Benenti, Giulio Casati e Simone Montanero; «Geopolitica dello Spazio» (Saggiatore) di Emilio Cozzi e «L'intelligenza creata» (Hoepli) di Alfio Quarteroni. È la cinquina dei libri selezionati dalla giuria del terzo Premio Trieste Next - Science book of the year, promosso da ItalyPost e Comune di Trieste. Il libro vincitore sarà premiato il 28 settembre nell'ambito del XIV Trieste Next. I cinque saggi raccontano la metamorfosi del presente e disegnano il futuro dando spazio soprattutto alla letteratura scientifica.

«Il Premio valorizza un'idea di scienza che non si chiude nei laboratori, ma si racconta con parole capaci di coinvolgere, ispirare, generare consapevolezza - commenta Roberto Di Lenarda, rettore dell'Università di Trieste e presidente della giuria - È anche attraverso la buona divulgazione che si costruisce una cittadinanza informata e partecipe dei grandi cambiamenti del nostro tempo».

I dati del Rapporto Annuale Federculture 2025, premiate le città d'arte

La cultura è il motore del turismo italiano Oltre 60 milioni di visitatori nei musei

LASTORIA

La cultura traina il turismo italiano. È quanto emerge dal 21° Rapporto Annuale Federculture 2025. Impresa cultura: la spesa dei viaggiatori stranieri in Italia ha raggiunto i **54 miliardi** nel 2024. Premiate le città d'arte che coprono il 56,4% del totale spesa vacanze. In generale cresce la fruizione di teatri, concerti e musei, che registrano il record di **60,8 milioni** di visitatori (+5,4% rispetto al 2023 e +11% rispetto al

2019), per un valore di introiti lordi pari a 382mln di euro, +21,7% rispetto al 2023. Valori mai registrati in precedenza e superiori anche se confrontati con gli ottimi numeri del 2019. In crescita anche le presenze nei siti archeologici e monumenti che vendono aumentare i visitatori del +4,4% sul 2023 e del +10,7% rispetto al 2019. In aumento anche i fruitori dei teatri dell'1,6% rispetto al 2023, e del 6,6% rispetto al 2019. Una vera e propria stagione di boom per i concerti che segnano un +14,5% sull'ultimo anno e

+20% sul quinquennio. A restare in sofferenza, invece, il cinema che, nonostante nel 2024 la fruizione sia cresciuta del +11,7% sul 2023, resta ancora ad un -9% rispetto al livello pre-covid al 2019.

Tra i siti statali a far la parte del leone in termini di visitatori e introiti sono i musei autonomi che nel 2024 hanno accolto 44,7 milioni di visitatori e realizzato 316mln di introiti lordi. Spicca il dato del Colosseo che è storicamente il sito più visitato d'Italia e che nel 2024 vede aumentare i propri visitatori del 20% sul

2023 e del 93,4% rispetto al 2019, praticamente un raddoppio.

A dimostrarsi interessati alle attività culturali sono i giovani tra i 6 e i 24 anni, i cui livelli di adesione sono superiori al 10% rispetto alle medie della popolazione nel suo complesso. «La cultura rappresenta l'identità e la coesione nazionale, un vero e proprio "welfare culturale" fondamentale per la società e il Paese, che va sostenuto e fatto crescere - è il commento del presidente di Federculture Andrea Canclato - per questo abbiamo chiesto il taglio dell'Iva



Folla di turisti in via Garibaldi a Genova in occasione dei Rolli BALOSTRO

per le opere d'arte dal 22 al 5%». In crescita anche il mecenatismo: ammontano a 1,08mld, al 30 aprile, le erogazioni dell'art bonus negli ultimi dieci anni, la misura che ha permesso a imprese e privati di contribuire al sostegno del patrimonio culturale, ottenendo in cambio un credito d'imposta pari la

65%. Generosità che proviene non solo dai privati. Le aziende hanno contribuito con più di 12mila erogazioni mediamente attestata sui 41.000 euro per un totale di oltre mezzo miliardo di euro, con le erogazioni annuali passate da 50,5 mln a 80mln. —

R. C.