

Telegram di consumadëures luglio/agosto 2020

Newsletter

Wenn Sie im KonsumentInnenschutz auf dem Laufenden sein wollen, abonnieren Sie kostenlos das Verbrauchertelegramm als Newsletter.

Possiblez nöies de retüda por les "polizes d'assuraziun dormientes"

Dai 15.06.2020 ai 15.09.2020 pól gní fat domanda ala Consap (Concessionaria servizi assicurativi pubblici) por ciafé en pert derevers les premies di "contrac d'assuraziun sólo vita dormientes". Chësc reverda en chësc iade **i contrac d'assuraziun sólo vita tomá en prescrizion dan dal 1. de jená dl 2012.**

Les posiziuns d'assuraziun dormientes é contrac che é gnüs; insciö por dí; desmentié: al é contrac d'assuraziun sólo vita olache la persona assurada s'á desmentié da incassé le capital che ti spetâ canche ai é tomá o ince contrac d'assuraziun sólo vita olache la persona assurada é morta y les personnes che èrpa n'a nia fat avaréi so dërt da ciafé le capital.

Le termo cina chël che al pô gní ghiré le capital é atualmënter **de 10 agn.** Por i contrac olache la scadënsa o la mort dla persona assurada é stada danter i 28.10.2007 y i 19.10.2010 vëgnel indere appliché n termo de prescrizion de duì agn.

Do che le termo de prescrizion é tomé mëss la sozieté d'assuraziun trasferí le capital madorí sól fonds statal dles "posiziuns dormientes".

Ségn á la Consap stabilí na finestra de tëmp te chéra che al pô gní damané por certes polizes d'assuraziun sólo vita na retüda parziala tla mosöra de alplü le 50% dl capital trasferí al fonds.

Informaziuns plü avisa sön la domanda y sön i criters de retüda é da ciafé online sot a:

<https://www.consumer.bz.it/de/weitere-auszahlungen-bei-schlafenden-versicherungspositionen>

A ci él pa da mëta averda sce an á n'alergia al latex?

Söporjö le 2% dla popolaziun totala, mo dal 10 al 17% dl personal sanitär á n'alergia al latex natural. Chësc material vëgn dal sùch latejin dl lëgn da cauciuch (*Hevea brasiliensis*). "Le latex é da ciafé te milesc de ogec", dij Silke Raffeiner, l'esperta d'alimentaziun dla Zentrala di consumadus dl Südtirol, "por les porsones alergiches él dër ri da schivé completamënter le contat impara." Le latex é por ejempl danterater te flastri, te manëces da tó n iade su y te manëces da puzené, te produc medics (p.ej. te n cateter), te ciuci, produc de tesciam (p.ej. tl lastich de cialzines, guant da dessot), palons, gumi de auti y madroc.

L'alergia dla sort che vëgn fora atira vëgn gaujada da de plü proteines tl latex natural. Nia ma le contat diret cun le latex mo ince dër de pices particoles che é tl'aria pó fá gní fora l'alergia. Bele do da püç menüt ciafon na reaziun alergica sön la pel (urticaria), na tos irritanta, i slefs inflá, an á dificoltés da trá le fle o ciafa na strüssia alergica, tl caje estrem pón ince ciafé problems ala zircolaziun dl sanch y an pó cinamai avëi n scioch anafilatich. Al é ince n'alergia dla sort tardia: sostanzes suplementares che vëgn injuntades al latex natural fej gní fora do da de plü ores o dis ezems y beca. Le 30 cina 40 % dles porsones interessades svilupëia n'alergia incrujada y á na reaziun nia ma al latex natural mo ince ales bananes y a d'atri fruct, dantadöt esotics, a val' sorts de nusc, a soni, poia, pomodori, peperuns y selarí.

Co fejon pa da mantigní la salata frësca plü dî che ara vá?

Les consumadësses y i consumadus che n'á nia n urt mëss avëi la possibilité da mantigní la salata frësca por n valgûgn dis te frescara. Le miú vára sce an se tègn a chisc conséis:

Do che an á cumpré salata desson possibilmënter la trasporté atira a ciasa. Dailó dessel gní tut demez dötes les perts rosses. "La salata tègn plü dî y ne vëgn nia atira flacia sce ara vëgn metüda te contignidus da stlüje o fata ia te folia, te n sföi de cëra de ês, te na peza da ciasadafüch tömia o almanco te n pü' de papier y spo metüda te frescara", sá da dí Silke Raffeiner, l'esperta d'alimentaziun dla Zentrala di consumadus dl Südtirol. Al é da mëte averda che la salata ne vëgnes nia fraciada. Insciö resta la salata frësca ince por de plü dis. Baldi cun la dorada dla conservaziun ne n'éra nia ma manco crocanta mo al n'é gnanca plü tan de vitamines laite. Por che al romagnes tröpes vitamines y sostanzes minerales tla salata ne desson nia la lascé a bagné, an dess la taié sö impormó do che an l'á lavada y ara dess gní fata jö püch denanco la mangé.

Ci é pa important pro boandes por le sport?

Al é na gran domanda de boandes por le sport. Sce an ti crëi a espertes y esperc de alimentaziun sportiva spo él indere da ciafé sön le marcé ma püç de chisc produc cun na composiziun otimala. Te boandes por le sport kommerziales n'él sovënz nia ma carboidrac y sostanzes minerales mo ince vitamines, aromesc y zücri che ne mëss nia ester.

"Les sostanzes d'importanza é pordërt ma püces: ega, sostanzes minerales y carboidrac", alza fora Silke Raffeiner, l'esperta d'alimentaziun dla Zentrala di consumadus dl Südtirol. La composiziun otimala dla boanda depënn spo dal momënt olache ara vëgn tuta ite (dan, tratan o do l'ativité fisica).

Por le sport de condiziun ó chësc concretamënter dí: tl caje de sforc cörc (da 30 a 60 menüt) vëgnel aconsié na boanda a basa de carboidrac, tl caje de sforc plü lunc (da öna cina döes ores) na boanda a

basa de carboidrac y eletrolic. Por garantí che l'ega y les sostanzes nudritives vëgnes tutes sö aslöm dess les boandes por le sport tutes ite tratan le sforz fisich ester ipotoniches o isotoniches. Por fá snel da se regeneré do da n sforz fisich lunch vëgnel aconsié na boanda a basa de carboidrac, proteines y eletrolic cun n contignü de zücri relativamënter alt.

"Les boandes por le sport che corespogn a chëstes racomanaziuns pón se fá instësc te na manira scëmpla, debota y zënza dé fora massa scioldi" dij l'esperta d'alimentaziun dla ZCS.

Sön www.consumer.bz.it/de él da ciafé la rezeta por na boanda sportiva fata instësc.

Corona-lockdown

Chertes y abonamënc por sport, cultura, cursc ...: damanede sägn la retüda

Le prinzip fondamental é: che che á paié n sorvisc y ne l'á nia ciafé, á le dërt da ciafé derevers ci che é gnü paié ite. Chësc vel p.ej. por n abonamënt te palestra o te nodadoia, na cherta sajonala o a punc te n raiun dai schi, n'iscriziun a n curs o ince na cherta por n concert, sce an ne á nia plü podü s'anuzé de chisc sorvisc deache al é gnü decreté da stlüje döt.

L'aplicaziun de chësc prinzip é gnüda confermada indô danü tl "**decreto rilancio**"; insciö él gnü confermé le dërt dles consumadësses y di consumadus a na retüda parziala dles prestaziuns che ara ne é nia jüda da d'anuzé. Cun le medemo decret ti él ince gnü dé ai gesturs le dërt da ti pité a süa clientela n **voucher**, chël ó dí n bon, impede la retüda dla soma corespognënta.

Cun la converjiun dl decret lege "Rilancio" (publiché ai 18 de messé dl 2020 tla Gasëta ofiziala) él spo gnü stabilí che la domanda de retüda dles somes mëss gní fata anter 30 dis. **Chësc ó dí: por les prestaziuns bele desdites mëssel gní damané la retüda cina ai 18 d'agost dl 2020, zënza perdon chësc dërt.** I gesturs á spo 30 dis de tëmp por pité la retüda di scioldi o fá n bon.

Respostes a demandes che vëgn fates gonot y lëtres model é da ciafé sot a:

<https://www.consumer.bz.it/de/covid>

Vára da "fossené" vitamina D tratan la sajun cialda?

Por la sanité di osc ne vára nia da fá a manco dla vitamina D. Ara regolëia le metabolism dl calzium y dl fosfat y stimolëia ti baroc l'assunziun de calzium dal'alimentaziun.

Chiló da nos é l'iradiaziun de sorëdl da merz a otoper sterscia assá por conzede n bun refornimënt de vitamina D formada da nosc corp. Por chësc ne n'ól gnanca ester bagns de sorëdl ezessifs: al basta sté regolarmënter da 15 a 25 menüt a sorëdl o ince jí a spazier tl'aria frësca. "Al vëgn praticamënter aconsié da sté te sorëdl cun le müs, les mans y i brac da duí cina trëi iadi all'edema y ma por n tëmp cört zënza mëte sö crema da sorëdl" sá da dí Silke Raffeiner, l'esperta d'alimentaziun dla ZCS. La pel é bona da prodüje vitamina D ince danmisdé o söl tert domisdé y cinamai te ambria.

Deache la vitamina D é liposolubla (che desfej le gras) y pó gní imagazinada tl fié, tl gras dl corp y tla muscolatöra, vára da ciaré danfora da "fossené" assá vitamina D da d'aisciöda y d'isté ston alaleria y spo da nen gní fora impara tratan döt l'invern.

La formaziun de vitamina D tres le corp instës é tan importanta deache cun l'alimentaziun vára ma da curí na picia pert dl bojëgn, ma incér le 10 cina 20%. Al é ma pük alimënc che contëgn vitamina D: ara

se trata dantadöt de pësc de mer grasc sciöche salmun y ringia, le ghel dl ü, le fié y i fonguns salvari.

Mangé tröpa verzöra y ordöra podess daidé cuntra l'astma

L'astma é na maratia cronica che provochëia l'inflamaziun y le restrenjimënt dles vies dl fle. Che che á chësc problem se stënta sovënz da trá le fle, á le fle cört y la tos.

N articul scientifich nü (Alwarith et al.: The role of nutrition in asthma prevention and treatment, Nutrition Reviews 2020, Vol. 0(0):1–11), publiché dan da püch dal Physicians Committee for Responsible Medicine ("Comité medich por na medejina responsabla") di Stac Unis d'America, sintetisëia la situaziun atuala dl'inrescida por ci che reverda les corelaziuns danter alimentaziun y astma: n'aliemtaziun dantadöt vegetala fata de tröpa ordöra, verzöra, produc integrail y frûc da cose y püc produc da lat y produc che vëgn dai tiers podess smendrí sides la probabilité da svilupé l'astma pro i mituns y ince pro les porsones adultes, che ince la gravité di sintoms sce an á bele chësta maratia. Pro les porsones che á astma y fej na dieta de chësta sort pél che la funziun di fiá blanc miorëies y che ares ne ais nia plü bria da té tan de medejines.

"Na spëisa dantadöt vegetala á na faziun che arfera l'inflamaziun, les sostanzes da balast pó avëi indiretamënter (tres na mudaziun dla flora dl barot) n influs positif sön le sistem imunitar y les sostanzes vegetales secundares desvalies á bonamënter na faziun de proteziun", spliga Silke Raffeiner, l'esperta d'alimentaziun dla ZCS.

La sconanza dl clima scomëncia tla vita da vigni de: i consëis dl mëis dla ZCS:

Le 2020 é l'ann dla sconanza dl clima. La Zentrala di consumadus dl Südtirol (ZCS) dá vigni mëis consëis de chësc vers, deache la sconanza dl clima scomëncia da de pices cosses.

La sconanza dl clima n'é mai ciamó stada tan importante co sëgn deache les mudaziuns climatiches vá inant zënza s'archité - ince tl Südtirol. Vignun y vignöna de nos pó dé so contribut personal por sconé le clima.

Le consëi por la sconanza dl clima dla ZCS:

Cuncé impede trá demez y sconé insciö l'ambiënt

Da fá n produt vëgnel adoré energia y al vëgn consumé ressurses. Implü él ince le trasport cina pro le consumadú y n de o l'ater süa desmandrada che adora energia.

Bele canche an cumpra n produt desson porchël se damané sce an á veramënter debojëgn de chël produt. Sce n injiun ne vá nia plü indortöra o s'á rot, desson naota porvé da le cuncé. Le sciuré demez adora energia y gaujëia refodam.

Consëi: Te n valgëgn comuns dl Südtirol vëgnel pité i insciödic "Repair Cafès" olache injins y ogec da defet pó gní cunciá. Ince tl cheder de d'atres aziuns da pert dles organisaziuns plü desvalies vëgnel cuncé produc y ogec o ai vëgn adorá por d'atri fins. Chësta é sconanza climatica ativa!

Etichetaziun de alimënc: l'Europa dij de sce al'indicaziun dla provegnëenza pro jambun y cern

frëida fac cun cern de porcel

La Comisciun europeica n'á fat degöna obieziun al decret présenté dala Talia sön l'oblianza d'indicaziun dla progegnëza dla cern de porcel trasformada, sciöche por ejëmpl jambun y d'atra cern frëida. Al scomenciamënt de messé él tomé le termo por n'obieziun y chësc ó dí che les desposiziuns talianes nöies é gönües azetades.

De dezember dl 2019 â la Talia lascé alsavëi da orëi mëte sö sön n tru esperimental (cina ai 31.12.2021), aladô dl Regolamënt dl'UE 1169/11, l'oblianza d'indicaziun dla progegnëza dla cern de porcel adorada sciöche ingrediënt (p.ej. te cern frëida, taiessö, cëis rová).

Aladô dl'assoziazion taliana di paurs "Coldiretti" vëgn la cern, pro 3 sön 4 jambuns venüs tla Talia, da foradecá, dantadöt dales gran mazaries dl'Europa dl nord. Chësc é ince gönü desmostré, aladô de Coldiretti, dan da püch tl caje Thönnies, n fornidú de cern dl Nordrhein-Westfalen che reforñesc ince le Südtirol cun cern y che á fat sensaziun porvia dl gran numer de colaboradus resultá positif al Covid 19. Ci messará pa tl dagní dé dant i produturs te na manira legibla sön les etichëtes?

Paisc de nasciüda: (paisc olache le tier é nasciü)

Paisc de zidlamënt: (paisc olache le tier é gönü zidlé)

Paisc de maza: (paisc olache le tier é gönü tut ia)

Fontana: <https://www.mise.gov.it/index.php/it/per-i-media/notizie/it/198-notizie-stampa/2041252-etichetta-mipaaf-mise-e-salute-al-via-origine-obbligatoria-per-carni-suine-trasformate>:

De plü detais y informaziuns é a desposiziun sön nostra plata internet.