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

Telegram di consumadëures lugio/agost 2023

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

L "Register publich nuef dla oposizions " – Basta cun la cherdedes de retlam zebidres!

L register nuef dla oposizions (Registro pubblico delle opposizioni – RPO) ie atif. L'iscrizion tl register (https://registrodelleopposizioni.it/) ti dà la puscibltà ai zitadins y ala zitadines de fermé cherdedes de retlam nia dejidredes al telefon fis y sun l fonin y de schivé che l vënie metù papieresc de retlam ti castli dala posta.

Cun l'iscrizion a chësc servisc vëniel anulà duta l'apurvazions a retlames dates ju dant. Na ezezion ie l'aziendes de refurnimënt (chël uel dì l'aziendes cun chëles che Ëis cuntrac curënc, p.ej. tl ciamp dla telefonia y dl'energia) coche nce apurvazions nueves dates do l'iscrizion tl register.
Operadëures naziunei y da oradecà muessa śën se scrì ite tl RPO y cunfrunté uni mëns y al plu tert dan mëter a jì campanies de publizità la listes di numeri de telefon dla persones scrites ite.

Chi che ie bele scrit ite tl register publich dla oposizions ma che giapa mo for cherdedes de retlam
fej bon a renuvé si registrazion. L'iscrizion possa unì desdita te uni mumënt.
Cherdedes de retlam de operadëures che ne se tën nia al register RPO possa unì denunziedes tres l pruzedimënt online dl garant per la prutezion di dac (https://servizi.gpdp.it/diritti/s/compilazione-tel-indesiderate).

L instà ie tlo y limpea nce l ciaut

Canche l vën n drë ciaut dedora vel na cësa o n cuatier bel frësch or. La ZCS dà cunsëies per fé a na moda che la cësa o l cuatier ne se sciaude nia su de massa:

- Arië de nuet: mo miec iel sce n l fej la segonda pert dla nuet, canche l ie plu frësch
- Via per l di: tenì vieresc y portes stlutes
- Schivé de gaujé ciaut, p.ej. cujinan ëures alalongia
- Nce n ventiladëur possa vester de utl
- Cialé che i raies de surëdl ne tome nia sun la scipes, stlujan p.ej. terles, rollos, marchises y nsci inant.

Nce cun l aiut de folies contra l surëdl, che vën metudes su dedoravia sun i vieresc, vëniel smendrì la forza di raies de surëdl che vën ite ti locai. Tl miëur di caji se sparanien cun chësta soluzion a bon marcià n njin de tlimatisazion y i cosć per la lectrisc che chësc adurvëssa. Ma l ie da tenì cont che la folies contra l surëdl scurea n pue ju i locai y che les nfluenzea nce negativamënter la nuzeda dl'energia dl surëdl ti mënsc da d'inviern.

Fajan calculazions model à la fundazion Warentest relevà l'efizienza de folies contra l surëdl. L resultat: cun vel' folies se lascia l gran ciaut cun plu che 26° arbassé dl 76%.
De plu cunsëies de utl n cont dl sté zënza temperatures massa autes ie da liejer tla brosciura "D'instà fiers – sté al frësch" sun la plata web dla ZCS:
https://www.consumer.bz.it/de/heisser-sommer-kuehles-wohnen

Ce sortes de basilich iel pa?

Autramënter de coche n miena, ne à l basilich nia si urigin tla Talia. La majera pert dla sortes de basilich nuzedes per cujiné vën bonamënter dal'India, veluna dai raions tropics dl'Africa. N cunësc plu che 60 sortes salveres de basilich y truepa sortes ncrujedes, dantaldut la sort Ocimum basilicum, y cultivazions che vën zidledes.

La sort de basilich da pleces vërdes plu cunesciuda ie l **basilich genovesc** che ie caraterisà da n tof sterch de na mescedanza de anes, gofer y pever.
De gran pleces vërdes à nce l **basilich napulitan**. Tipiches ie si pleces nturtidledes y si tof y sëur da negules y pever.
L **basilich da mont** tën miec la temperatures plu basses che l basilich genovesc. L possa unì tlupà nchin giut ora per l auton.
L **basilich da siena grech** à de pitla pleces vërdes cun n aroma da gofer sterch. Tla Grecia vëniel metù sun i curnijons di vieresc y pra la portes per scunjaré la mosces.

L **basilich da siena y chël african** crësc plu aut y lerch che l basilich genovesc y si stindli devënta da lën. L forma na sdredia de flëures che tira adalerch eves da miel y salveres. L tof y la sëur ie caraterisedes da gofer y anes.
La **sortes de basilich dala pleces cuecenes** à pleces de purpura nchin defin viuletes y les ie perchël nce scialdi decuratives. Si sëur ie n generel plu antia y sciorfa che l basilich genovesc.

Deplù sortes ie descrites sot a https://www.consumer.bz.it/de/welche-basilikumsorten-gibt-es.

Na firma fej retlam per na plura culetiva contra na banca locala – ZCS: Metëde verda a sotscrì!

Ultimamënter iel pra la ZCS unì a se nfurmé de plu cunsumadëures a chëi/chëles che l ti ie ruvà a cësa n nvit per posta. Te chësc nvit fovel scrit de n'ancunteda pra chëla che l dassova unì prejentà na plura culetiva ("class action") di aziuneres contra na banca locala. La cossa particulera: la persones fova propi, tan che dutes aziuneres de chësta banca y se sentiva a rejon adressedes da chësc nvit.

La lëtra ie de na firma (y nia de na urganisazion non-profit o de n'assoziazion de cunsumadëures coche jagà da vel' aziuneres). N pratica fej tlo a chësta maniera zachei na plura per avëi nstës **vel' sort de profit**.
Tla legislazion taliana se stizen pra **la plures culetives** perdrët sun l prinzip che l ie urganisazions non-profit a fé la plura y l ie defati n indesc de de tel urganisazions te chël che l ie tl mumënt tl Südtirol mé scrit ite la ZCS. Ajache, pernan che na plura culetiva vën azeteda dala sunieria de cumpetënza, vëniel giaurì **n register publich curespundënt** te chël che la personens tuchedes possa se scrì ite **debant y zënza l aiut de n sustëni giuridich**.

Sce n cajo che la persones tuchedes ulëssa savëi coche ch'sta firma ie ruveda permez ai dac, posseles adurvé l formuler curespundënt ufiziel dl garant per la prutezion di dac: https://www.garanteprivacy.it/garante/document?ID=9038275.
L servisc de cunsulënza ie a despusizion per duta la persones che n à de bujën, nce per valuté ghiranzes eventueles ti cunfrunc dla pertes locales.

Possen pa tò ju cun suzes fajan na dieta asvelta?

Dietes asveltes mpermët de pierder truep pëis te curt tëmp tulan ite scialdi puecia calories. Danz ne ie cie che l corp pierd per prim pra na tel dieta nia gras ma l'ega nmagasineda tl corp. Te n segondo mumënt vëniel spinà la ressserves de carboidrac y proteines (la massa musculera) y permò per ultim vëniel atacà la resserves de gras. Pervia che l corp se adatea ala fam y pierd massa musculera adrovel

tla cundizion de paussa nce manco energia che no dan la dieta asvelta y chël resta nsci mo n pez do la fin dla dieta. Sce n sëurantòl pona inò la vedla usanzes d'alimentazion avanea l pëis dl corp suvënz inò drët aslune. Chësc fenomén ie cunesciù coche fazion jojo.

N possa schivé ch'sta fazion jojo cialan de pierder pëis plu bel plan a a na maniera plu mujela. Per tò ju mez kilo de gras al'ena iel de bujën de sparanië ite plu o manco 3.500 kilokalories al'ena, donca n 500 kilokalories al di. Da ti dé la preferënza iel a maiadives pueres de energia y riches de fibres y sustanzes de nurimënt coche l ie l cajo pra verdura, versura, fruc da cosi, blava ntegrela y prodoc da lat cun n cuntenut bas de gras. I grasc vën mé maiei cun moderazion. Da renunzië defin iel a maiadives cunscidredes bombes caloriches (dëuciaries, patatines...) y a buandes che cuntën zucher. Oradechël vëniel cunsià de fé plu ativitá fisica. Se muan deplù porten pro a pierder pëis mantenian purempò la massa musculera. Sce l garata, do l tëmp dla dieta y la fasa de perduda de pëis, de ntegré tla vita da uni di chësta usanzes nueves, aran na gran probabltà che l pëis vënie mantenì.

Possen pa aromatisé nstësc l ajëi?

Cun craitles de verzon y ierbes salveres, flëures, fruc, versura y sëures possen nstësc aromatisé l ajëi. De bujën iel mé de n bon ajëi de vin o de mëiles cun na perzentuela de śaira dal cinch al diesc percënt, n cuntenidëur de scipa cun na gran giauridura da pudëi stlù, l cuncier che dà la sëur o l aroma y tëmp. L cuntenidëur dassëssa dant unì cuet ora o lavà cun ega fiersa. Sun n liter d'ajëi vëniel almanco 100 g de fruc frësc (vel' rezeta cunsiëia nchin a 250 g) o 100 g de craitles frësces o da 15 g a 20 g de ierbes sëces o flëures. La njontes frësces vën lavedes sciche l toca y suiedes lesiermënter cun na peza. De majeri fruc vën taiei te de mëndri toc, ciariejes vën adurvedes zënza osc y zënza stindli.

Do che l ie unì fat chësta preperazions mplenëscen l cuntenidëur de scipa cun i cuncieres aromatics y jeta sëuravia l ajëi. I cuncieres dassëssa vester curii defin cun l ajëi. Pona stlujen l cuntenidëur cun l cuiertl y l mët te na luegia al scur y frësch per l lascé iló a tré da doi a cater enes. Do chësc tëmp scolen l ajëi tres n chëul te chël che l ie cuncià ora na peza da cësadafuech nëta o n filter dal café y n l jeta te bozes cuetes ora. Stlut ju sciche l toca y tenì su te na luegia frëscia y scura se tën l ajëi aromatisà per n sies mënsc, tl frigo per feter n ann.
De bona ideies n cont dl'aromatisazion ie da liejer sot a https://www.consumer.bz.it/de.

Aumënt dla premia dl'asseguraziondl auto – ce fé?

Mi asseguraziondl auto ie aumenteda de 40 euro scebën che ne é gaujà degun nzidënt. Daussa pa l'asseguraziofé chësc?
L'assegurazions possa determiné coche les uel la tarifes per l'asseguraziondl auto. Les possa

dezider da n ann al auter de auzé o mudé la premies. Tl cunfront cun l ann passà iel tl ciamp dl'assegurazions di auti n media unì cunstatà n aumënt dla premies dl **20%**.

Purempò ne iel nia dit che n muessa azeté mé nsci l aumënt. **I/La cunsumadëures possa se ativé y crì n'auternativa plu a bon marcià.**

N dassëssa n chësc cont se **damandé de plu ufiertes** – ma l ie danz for da mëter verda che les cuntënie la medema prestazions. Chi che se ntopa cun l Internet possa se nuzé **di preventivadëures de cunfront tla rë**: www.preventivass.it ie l preventivadëur debant dl'autorità de verdia dl'assegurazions y ora de chësc iel mo n valgun pitadëures privac.

N basa ala ufiertes possa i/la cunsumadëures se fé na sëuraududa y tò na dezijion n cont dla ufierta che ti uega l plu. **Mudé ne ie nia cumplicà** ajache tl ciamp dl'assegurazions di auti ne iel nia plu de bujën de na desdita.

Cunsëi: nce la premies dl'assegurazions possa unì marciadedes, perchël possel se paië sce n damanda, n ucajion de na cunversazion privata, n arbassamënt dl priesc.

Trafich y priejes auc: la soluzion LightRide nueva

Chi che furnea ncantëur cun l auto ie uni di dan doi problems: l gran trafich y ila spëises autes. Ma canche son fërmes te na lingia se ntendons suvënz che tla majera pert di auti iel mé sentà la persona che furnea. L'app LightRide svilupeda da Sergio Fedele de Maran mira perchël a urganisé cun efizienza persones che furnea tl medemo tëmp tla medema direzion, a na maniera che l posse furné te un n auto almanco doi persones. La LightRide ie bele unida testeda tla Emilia Romagna y mira a smendrì l trafich sun streda y l mpaziamënt dl'aria ma nce la spëises de viac y l bujën d'avëi nstësc n auto.

L majer festide de chi che damanda de pudëi furné pea ie chël che l furnadëur/la furnadëura che à mpermetù de tò pea zachei ne vën tl ultimo mumënt nia – magari nce mé per na ntraunida banala. Per schivé che l suzede chësc pieta l'App-LightRide la puscibltà de fé na dumanda de prëscia per pudëi furné pea che fej pië via na nutizia a d'autri/d'autra furnadëures; chisc/chëstes possa pona nce sëurantò viages per ti judé a viagiadëures che adrova n passaje, sce i/les furnea chëla trassa.

I/La furnadëures, dal'autra pert, possa dé su na "nutizia" che pieta automaticamënter n viac mé n cër dis dl'ena o p.ej. mé per l sëul viac de jita; i/les possa ënghe mé respuender a nutizies singules o nce mé a nutizies de prëscia, che cumporta n majer cost per l viagiadëur/la viagiadëura.

Per se scrì ite pra la LightRide iel de bujën de giapé n nvit da na persona che ie bele nuzadëura dl servisc o p.ej. da Vosc datëur de lëur che à na cunvenzion cun LightRide. Coche ZCS ratons che l'app debant LightRide-App sibe na bona cossa. Fajan na scansion dl code QR tlo dessot pudëis Ve registré cun nosc nvit y giaudëi nce nchin ala fin dl ann 2023 dl abunamënt premium debant che Ve lascia fé

nutizies de prëscia. Chësta azion possa unì fata nchin ai 31 d'agost.

De plu nfurmazions sot a: https://www.lightride.it/?referente=lightride%40consumer.bz.it

Cherta da cumpré ite per maidives

Sustëni nuef per families te na situazion economica ria
Dërt al ISEE de nchin 15.000

De lugio vëniel metù a jì na mesura nueva per sustenì families te na situazion economica ria: l se trata de na cherta per cumpré ite maiadives.

La families nteressedes (cun almanco trëi cumëmbri de familia), che ova dl 2022 n valor ISEE sot a 15.000, vën nfurmedes de chësta rejon. La rejon de giapé chësc sustëni vën verificheda automaticamënter cun l unì a se l dé dla cundizions y l ne ie nia plu de bujën de fé mo na dumanda aposta (analogamënter ala pruzedura pra l bonus soziel per l'energia). La cherta vën pona data ora dala posta taliana tres Postepay.

Tres la cherta giapa la families na soma unica de 382,50 euro, tla forma de na cherta debit da ciarië. Chi che n à la rejon possa jì a se tò la cherta pra i ufizies dla posta cumpetënc – aldò de cie che dij i media do i 18 de lugio dl 2023. La chertes ie atives automaticamënter; per ne pierder nia l cuntribut muessel unì fat na prima compra nchin ai 15 de setëmber dl 2023.

Stlutes ora dal cuntribut ie families che giapa bele l assëni de zitadinanza o l NASPI, o l sustëni per la persones dejocupedes o chëles che giaudësc de d'autra mesures de sustëni soziel da pert dl Stat.