

UAW

A black and white close-up portrait of Alessandro Cattaneo, a man with dark hair, smiling slightly. He is wearing a dark sweater over a light-colored collared shirt. The background is out of focus, showing what appears to be an industrial or construction setting with scaffolding and structural elements.

N.1 - ANNO I - OTTOBRE 2009 - FREE PRESS

Intervista ad

**ALESSANDRO
CATTANEO**



OSTERIA BAR-CONE



Vino, vivande e musica dal vivo

Nello splendido Barcone dragasabbia ristrutturato dello Sporting Ponte Becca, completamente condizionato è possibile gustare specialità locali con una splendida vista sul fiume.



FESTE DI LAUREA - COMPLEANNI
CENE AZIENDALI - FESTE PRIVATE



Aperti a mezzogiorno dal martedì alla domenica.
MARTEDI' - MERCOLEDI' - VENERDI' - SABATO
aperti anche a cena.



Osteria Bar-cone - LINAROLO (PV) - località Ponte della Becca
informazioni: 0382.485197 - cell. 347.0812850
su internet: www.sportingbecca.com



EDITORIALE

di Fabio Lunghi

Benvenuto!!! Quello che hai in mano e che stai leggendo si chiama "UAU". E' un nuovo free press che troverai in tutti i punti più importanti di Pavia. Da tanto tempo era un nostro piccolo sogno. Ed eccoci qua. Di cosa si occupa UAU? Non sto qua a spiegartelo basta che inizi a sfogliarlo, Basta leggerlo tutto. Questione di pochi minuti. Poi non buttarlo, portalo a casa oppure riappoggialo dove l'hai trovato così qualcun altro potrà leggerlo. E leggendolo, anche lui saprà che se vuole dire la sua opinione, se vuole raccontare una sua esperienza, se vuole diventare protagonista ci può contattare. E un giorno quando aprirà questo magazine e vedrà una sua foto, un suo racconto, un suo articolo, un suo amico, una sua ex...o semplicemente leggerà un articolo che lo emoziona o lo appassiona...allora quel giorno per un istante tornerà bambino ed esclamerà: UAU!!!

UAU a cura di Alessandro e Riccardo Cavenaghi,
Centro Stampa STAR
Direttore Responsabile: Lorenzo Meazza
Direttore Editoriale: Fabio Lunghi
Caporedattore: Daniele Detti
Grafica e Fotografia: Stefano Marabelli
Relazioni con il pubblico: Daniele Detti
Collaboratori: Fiorenzo Detti, Alessandro Sacchi, Marco Vailati,
Paolo Redio, Roberto Monti



UAU è un mensile a distribuzione gratuita – 5000 copie
Autorizzazione del Tribunale di Pavia n° 708 rilasciata in data: 28/09/2009
Redazione: Via Vigentina, 9 Editore: Centro Stampa Star; Via Vigentina, 9
Stampa: Centro Stampa Star, Via Vigentina, 9.
Informazioni: uaumagazine@gmail.com

E' vietata la riproduzione anche parziale di testi, immagini e loghi.
UAU è coperto da ©, Tutti i diritti riservati.

INTERVISTA AD ALESSANDRO CATTANEO

di Marco Vailati



Signor Sindaco... innanzitutto complimenti perché di questi tempi, si sa, non è facile per un giovane arrivare a ricoprire ruoli importanti nella politica. Ci dica cosa vuol dire essere un ragazzo di 30 anni alla guida di una città...

"Innanzitutto vuol dire che devi darmi del tu - scherza Cattaneo mentre sorseggia un caffè freddo shakerato nel suo ufficio a palazzo Mezza-barba, in uno dei pochi mo-

menti liberi -. E' vero, non io ma le statistiche dicono che nell'Italia di oggi si punta difficilmente su un giovane: detto questo, il fatto che in tanti mi abbiano dato fiducia fa capire che quando c'è un progetto serio e un giovane che ci mette impegno e voglia di fare, i risultati arrivano e anche l'idea di una politica ostile ai giovani viene smentita. Certo, può essere che in un primo momento il fatto di essere giovani sia uno svantaggio, ma se un giovane dimostra di valere non viene sottovalutato. Essere giovane certamente vuol dire avere tanti fari puntati addosso, poi sta al "giovane" di turno dimostrare il proprio valore".

Tu, personalmente, essendo uno dei sindaci più giovani d'Italia, hai incontrato delle difficoltà in questa prima fase di lavoro?

"No, per due motivi: innanzitutto ho un'esperienza di dieci anni di politica amministrativa nei quartieri, un'ottima palestra, e poi posso contare su un grande gioco di squadra. Nella politica, come in qualsiasi altra attività,





il lavoro di squadra è fondamentale, è la base di tutto: da soli si fa poca strada”.

Passiamo a Pavia: di cosa ha davvero bisogno questa città?

“Di riscoprire se stessa, di capire che ha potenzialità enormi, di svegliarsi da un torpore che, purtroppo, va avanti da troppi anni. E' un lavoro che va portato avanti sotto tanti aspetti: il lavoro, le politiche giovanili, la vocazione turistica, la vivacità della città e tanto altro. Per riuscirci, è necessario partire dalle piccole cose: durante l'ultimo Festival dei Saperi, per esempio, abbiamo dato voce a tantissime realtà culturali e ricreative della città che hanno proposto

PROFILO

- Alessandro Cattaneo, nato a Pavia il 12 giugno del 1979.

- Sposato con Marcella, conosciuta sui banchi del liceo scientifico Taramelli per il quale è stato rappresentante d' istituto, in seguito membro della consulta provinciale degli studenti.

- Laureato a pieni voti in Ingegneria Elettronica, presso l'Università di Pavia.

- Nel 2001 è eletto Consigliere Circoscrizionale nel quartiere Pavia Ovest, dove ha lavorato per quasi dieci anni, come coordinatore delle Commissioni Territorio, Sport e Cultura.

- Dal 2005 segretario pavese di Forza Italia Giovani e nel luglio 2007, eletto segretario cittadino dapprima di Forza Italia a Pavia, quindi del Popolo della Libertà. Lavora a Milano presso una multinazionale dell'energia.

- E' stato proclamato Sindaco dalla Commissione Elettorale Centrale e insediato a Palazzo Mezzabarba il 12 giugno 2009.

- E' il Sindaco più giovane della storia di Pavia.

idee interessantissime, segno che i pavesi hanno grande voglia di fare. Oppure penso all'estetica di Pavia: la nostra è una città splendida, una delle più belle d'Italia, tra le primissime se la paragoniamo alle città d'arte medio-piccole. Non è possibile, per esempio, che tanti turisti visitino la Certosa e tornino subito in pullman a Milano: Pavia deve riscoprire la propria vocazione turistica, deve tornare a essere una città viva e vissuta. Pavia, in sostanza, deve tornare ad entusias-marsi pensando a se stessa”.

Una città viva e vissuta, hai detto: i giovani, in effetti, chiedono spazi e si lamentano da tempo per una Pavia un po' “addormentata”...

“Ho sempre detto che Pavia è una città per tutti, quindi anche e soprattutto per i giovani. Basti pensare che a Pavia studiano più di 25.000 ragazzi che provengono da tutta Italia, ma le esigenze di cui parliamo valgono anche per i giovani che frequentano le scuole superiori e per quelli che lavorano. Anche in questo caso, si deve partire dalle piccole cose, coinvolgendo come stiamo facendo i gestori dei bar e dei locali notturni, per trovare soluzioni che fanno il bene di Pavia. Voglio però dire una cosa: ho 30 anni, sono giovane



e amo divertirmi con i miei amici, stare in compagnia e tirar tardi quando posso, ma se bevo una birra davanti a un locale, quando l'ho finita butto la bottiglia nel cestino dei rifiuti. E' una piccola cosa, un esempio che faccio per dire che la città torna a essere viva con la collaborazione di tutti: impariamo a rispettare di più Pavia e ne avremo solo vantaggi”.

Hai sempre detto in campagna elettorale che l'ascolto dei cittadini è il miglior modo per capire le necessità della città. Cosa vuol dire, in concreto, ascoltare la città?

“Vuol dire fare politica con la P maiuscola, ovvero vivendo tra i cittadini e non chiudendosi nelle stanze dei bottoni. Tante, troppe volte la politica si chiude in se stessa ed è proprio per questo che il cittadino non crede più nella po-



litica, perché la sento come un qualcosa lontano da sé. Il politico, l'amministratore deve essere invece un costante punto di riferimento per i cittadini, i quali devono sapere dove trovarlo, come potergli parlare. Da parte mia, in questa prima fase, ho deciso di incontrare tutti, senza alcun filtro e credo sia il modo migliore per capire la città. Parlo tutti i giorni con tanti pavesi e ognuno, per i motivi più diversi, mi insegna qualcosa. Mi piace, inoltre, vivere la mia città il più possibile. Non è sempre facile, perché gli impegni sono tanti, però appena posso mi piace stare in mezzo ai miei concittadini: la politica, secondo me, si fa tra la gente, nelle piazze, osservando e chiacchierando con tutti".



Da quando ti sei insediato al Mezzabarba sono passati poco più di 3 mesi: non sono tanti, ma cosa siete già riusciti a fare concretamente?

"Tre mesi non sono tanti ma se si lavora con dinamismo e concretezza sono sufficienti per ottenere già buoni risultati. La riqualificazione del sottopasso di piazza Minerva è un esempio lampante: era un grave problema per la città sotto tanti aspetti, dal degrado all'insicurezza, per metterlo a nuovo ci è bastato un mese. Adesso, è proprio questo che intendo quando dico che i risultati si ottengono tutti insieme, tocca anche ai pavesi rispettarlo, utilizzarlo e renderlo vissuto. Durante l'estate abbiamo dato vita a tanti eventi culturali e di svago totalmente gratuiti e rivolti a tutti, dalle famiglie ai più giovani, abbiamo inaugurato nuovi parcheggi gratuiti, abbiamo provveduto alla riorganizzazione interna della macchina amministrativa... Siamo una squadra di giunta giovane, con tanta voglia di fare e questo è un ottimo punto di partenza: abbiamo obiettivi ambiziosi e siamo certi di raggiungerli".



**SCEGLI
CHI SA DISTINGUERSI !**

In fatto di **stampa**, non andare a caso.
Scegli un partner **sicuro** ed **affidabile**.

Il nostro menù:

biglietti da visita, carta da lettere, buste;
modulistica comm.le e moduli continui;
libri, volantini, cartoline, manifesti;
nascita, nozze, inviti personalizzati;
calendari ed agende personalizzate;
vetrofanie, adesivi, decorazione auto e furgoni.

Vieni a trovarci, siamo a Pavia, in via Vigentina 9
(Area parcheggio Trony, SuperDi)
oppure contattaci per un preventivo senza impegno!

Tel. 0382.560051 • Fax 0382.565644 • E-mail: info@csstar.it

STAR CENTRO
STARS STAMPA

il partner ideale per ogni esigenza di stampa.

2 DISCOTECHES 106 FARMACIE

di Alessandro Sacchi



"Ne parlavamo tanto tanti anni fa, di quanto è paranoica questa città, della sua gente delle sue manie, due discoteche centosei farmacie". Così cantava Max Pezzali nella canzone "con un deca" tratta dal primo album dell'artista pavese "hanno ucciso l'uomo ragno" che risale all'anno 1992.

Da allora sono passati 17 anni, i tempi, le mode e gli stili di vita dei giovani sono cambiati, eppure di quella frase e di quella canzone qualcosa rimane ancora. Rimane il fatto indiscusso che a Pavia le persone hanno sempre folli e assurde convinzioni. Un esempio siamo noi giovani. Sì proprio noi, perché ancora oggi nel 2009 abbiamo la quasi assoluta certezza che questa città faccia "schifo" e che non ci sia mai niente per divertirsi; ovvio non generalizzo. Effettivamente Pavia non ha mai brillato nel campo degli intrattenimenti giovanili, questo è vero, più che altro è sempre stata lanciata come città d'arte, ma dagli anni '90 ad oggi di acqua sotto i ponti ne è passata e di cose ne sono cambiate parec-

chie. Prendete il titolo di questo articolo per esempio; è assolutamente contrario rispetto all'attuale situazione della "movida" notturna pavese; ma l'ho scelto appositamente perché sapevo benissimo che avrebbe suscitato interesse proprio per la sua contraddizione. Infatti nonostante negli ultimi anni le discoteche a Pavia siano aumentate di numero e siano



stati aperti nuovi locali che oltre ad offrire il classico servizio bar, uniscono musica ed intrattenimento, le persone continuano costantemente a credere che questa città, o meglio questo "paesone", non possa offrire niente di entusiasmante e di alternativo.

Di certo Pavia non è Milano e quindi non si può pretendere che la vita sia così vivace come quella delle grandi metropoli, ma certo non si può neanche affermare che in città non ci sia niente per divertirsi, le occasioni ci sono, basta trovarle e saperle sfruttare.

Molti dicono: - d'estate ci si annoia perché non c'è mai niente di nuovo da fare - Da questi mi dissocio e rispondo che ciò che dicono ha un fondo di verità, ma dico anche loro che si tratta del periodo estivo dove tutti escono ogni sera ed è effettivamente difficile organizzare qualche cosa di diverso per ogni giorno della settimana. Durante questo periodo le discoteche ci sono, i bar sono sempre aperti e in più quest'anno sono state inaugurate numerose nuove attività in zone dove prima non vi era niente.

Per quanto riguarda il periodo autunno/inverno 2009/2010 al quale ci stiamo avvicinando, non mancheranno i soliti appuntamenti con i numerosi locali nati negli ultimi



anni e che hanno raccolto un notevole successo. In conclusione dico a chi ha letto queste parole che io ho 20 anni e non voglio essere di certo etichettato come anti-giovane; semplicemente messo a disposizione la mia esperienza di vita pavese x dimostrare che in questa città spesso sottovalutata dai giovani, ci sono molte occasioni da poter sfruttare per divertirsi e che è solo l'ottusità delle persone che non permette di immergersi a fondo nella realtà che si ha di fronte. Allora dico a tutti voi: svegliatevi, uscite, gridate, proponete!

Provate per una volta a far divertire e vi prometto...vi divertirete! A Pavia.



L'isola dei sapori

...il paninaro delle notti pavesi...



**ECCEZIONALE
OFFERTA**
AUTUNNO - INVERNO
2010

**MI TROVI
NEL PIAZZALE
DI BLOCKBUSTER**

info

Lorenzo 339.8088170

OGNI

martedì giovedì domenica
dalle ore 01.00

PANINO + BIBITA = 5 EURO

SPECIALI SCONTI PER STUDENTI!!!

NON SOLO PANINI:

CREPES NUTELLA, PIADINE, TOAST, PATATINE FRITTE

INTERVISTA



**DJ
MAJEK**

Matteo **Nome**

Sette **Cognome**

Deejay Majek **Nome d'arte**

20 **Età**

5 anni **Da quanto tempo sei dj**

Mulino delle frega **Dove hai suonato la prima volta**

Rise up – Yves Larock **Una canzone che hai suonato quella sera**

I know want me - Pitbull **La canzone più ballata dell'estate 2009**

I gotta feeling - Black eyed peas **La canzone che si ballerà nell'inverno 2010**

Sicuro Pavia ma anche a Milano **Dove ti vedremo suonare questo inverno**

In for the kill – La roux **Una canzone che ti piace particolarmente**

Si **Fidanzato**

Si **Innamorato**

2001 **Quando tuo primo bacio**

Studio **Oltre al dj cosa fai nella vita**

Meglio soli che mal accompagnati **Il tuo proverbio**

Vivi e lascia vivere **Una tua frase di vita**

Simpatico **Un aggettivo che descriva al meglio Claudio**

Un saluto a tutti quelli che lavorano **Saluta una persona importante**

con me, al royal club e a Edd che Ringrazio per l'intervista

Un saluto a tutti i miei fans **Saluta i tuoi fans**

DJ CLAUDIO P.

Nome Claudio

Cognome Perotti

Nome d'arte DeeJay Claudio P.

Età 34

Da quanto tempo sei dj 20 anni

Dove hai suonato la prima volta Comis club

Una canzone che hai suonato quella sera Barbie Girl - Aqua

La canzone più ballata dell'estate 2009 La la song - Bob Siclair

La canzone che si ballerà nell'inverno 2010 I gotta feeling - Black Eyed Peas

Dove ti vedremo suonare questo inverno E' un mistero

Una canzone che ti piace particolarmente Nell'aria - M. Bella

Fidanzato No, Single

Innamorato No

Quando tuo primo bacio 1989

Oltre al dj cosa fai nella vita Impiegato - Ragioniere

Il tuo proverbio Chi la fa l'aspetti

Una tua frase di vita Va bene così...

Un aggettivo che descriva al meglio Matteo Umile

Saluta una persona importante Un saluto a tutti coloro che lavorano con me e mi vogliono bene

Saluta i tuoi fans Ciao a tutti i miei Fans



il segreto di
facebook
 di Fabio Lunghi

Mi ricordo nel Luglio del 2008, quando mi sono iscritto su Facebook. All'inizio non volevo. Ero già stato iscritto in altri Social Network e non volevo ricominciare in un altro sito del genere. Poi, due amici, mi hanno convinto. Me ne parlavano bene, dicevano di provare che c'era un sacco di gente. Continuavano a dirmelo. Insistevano, allora mi sono iscritto. Era vero, lì c'erano tutti, lì tutti

si stavano iscrivendo. Nel giro di un mese era il boom. Ricordo per strada, quando incontravi un amico, dopo averlo salutato gli chiedevi "tu ci sei su Facebook?" oppure quasi sempre prima di lasciarsi "ci vediamo su Facebook!!!". Adesso basta, è passato un anno da allora, ed essere su Facebook è "obbligatorio" non si chiede più. E' scontato. Adesso si che ci sono tutti e tutti sono abituati ad esserci. Oggi a poco più di un anno di distanza dal suo avvento nella mia vita, è cambiata la mia concezione di internet. Usare internet vuol dire usare principalmente Facebook. Penso che per molti sia così.

Provate a chiedervi cosa sarebbe per voi internet senza Facebook? Oppure se vi obbligassero a scegliere, Facebook o internet in generale? Cosa scegliereste? Facebook, tutta la vita. Documentandosi un po' è possibile reperire molti dati che confermano l'aumento esponenziale di persone di ogni età che fruiscono del network, anche se nessuno è attendibile al 100% in quanto il fenomeno

Per saperne di più..

**ISCRIVITI AL GRUPPO
 I SEGRETI DI
 FACEBOOK**



PAVIA

C.so Strada Nuova 7
Tel. 038225181

www.jeansstar.com
info@jeansstar.com

è in continua espansione. I media ne parlano, bene o male che sia, l'importante è che se ne parli. Così su Facebook ci si trova tutti ma proprio tutti. Viene spontaneo chiedersi il perchè del suo enorme successo. Qual è, dunque, il segreto di Facebook? Perchè milioni di persone, me compreso, sentono il bisogno di condividere foto, chattare, esprimere le proprie idee iscrivendosi ai gruppi, dichiararsi fan di questo o quel prodotto? Cosa gli economisti non riescono ancora a capire, al punto da non aver senso per loro, è cosa motivi i membri a contribuire con il loro tempo e capitale intellettuale (idee, abilità, conoscenze..) nelle comunità web 2.0, per la maggior parte a gratis. Una comprensione delle motivazioni profonde aiuterebbe a capire il motivo per cui si partecipa in una comunità. In questo articolo non troverai queste risposte, ma rifletti attentamente su queste domande, per le risposte c'è tempo...le scriveremo nei numeri successivi. Ma sei tu che usi Facebook o lui che usa te? Lo stai usando in modo

costruttivo o distruttivo? Il tuo profilo rispecchia quello che sei? Fatti un po' di domande, non vivere Facebook in modo passivo, scopri qual è il segreto di Facebook. Forse il segreto sono i tuoi amici. Che ti spiano tutto il giorno. Mah... Noi forse un'idea ce la siamo fatta, ma te la diremo prossimamente... nei prossimi numeri. Intanto leggi, partecipa, tagga, informati, chiedi, rifletti...non spiare e basta!!!

Ci vediamo su Facebook.

IL SABATO

SALA 1 HOUSE COMMERCIALE
DJ STEEVE & DANY DETTI

SALA 2 HIP HOP R&B

ANIMAZIONE VENERE PRODUCTION (MI)



WINTERSEASON 2009-2010

NOTTE

di Pavia

...locale rivisitato in chiave SoleLuna Style...
...NUOVO privè CiaoBuonasera...

INFO&RESERVATION / 333.4952897 / 338.7113853

MULINO DELLA FREGA / Via Vittorio Emanuele, 2 / Lardirago PV

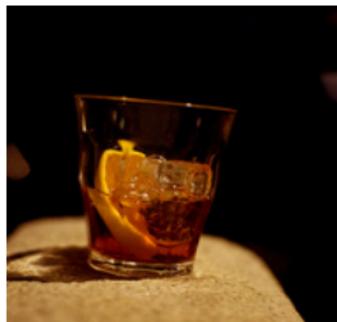


NON BERTI LA VITA di Fiorenzo Detti

Delegato dell'Associazione Italiana Sommelier di Milano

La gioventù è uno dei valori più cari che abbiamo, non perdiamola per la leggerezza di una sera oppure per troppa ignoranza. L'alcol questo "nemico" dei giovani, impariamo a conoscerlo meglio, sapendo quando un buon bicchiere di vino oppure un buon cocktail potrà donarci piacere, euforia, amicizia o allegria e non un dispiacere per noi e per gli altri. Anche nella Sacra Bibbia, Gesù

parla del vino, istituì l'Eucaristia quando, durante l'Ultima Cena, distribuì agli apostoli il pane e il vino e ordinò di ripetere quel gesto "in memoria di me". L'alcol fa parte della storia dell'uomo, nell'antichità oltre al vino, si bevevano fermentati ottenuti dai cereali, dal latte, dalla frutta e dal miele. Imparando a conoscerlo meglio, sapremo come non abusarne, trasmettendo queste conoscenze anche ai nostri amici. Dall'estate del 2002 l'articolo 186 del codice della strada fissa il limite di tasso alcolico a 0,50 g/l. Il tasso alcolico corrisponde alla quantità di alcol contenuto nell'organismo di una persona e si quantifica in grammi di alcol puro per chilogrammo di sangue. Le violazioni sono severamente punite con multe salatissime, ritiro della patente e anche confisca del mezzo e arresto per i casi più gravi. Il tasso alcolico dipende da quanto alcol ha assunto un individuo, dalle modalità di assunzione, del sesso della persona, del peso corporeo e dal momento. Alcuni ricercatori affermano che molte pe sone provenienti dai paesi asi-





atici, hanno più difficoltà nel metabolizzare l'alcol, soprattutto quando assumono bevande a loro poco note, come vino o distillati. Spesso a tavola basta un bicchiere di vino per renderli euforici. Nello stomaco una parte dell'alcol è assorbita dalla mucosa che attraverso i vasi capillari lo trasmette direttamente al fegato dove viene elaborato. L'assorbimento è rallentato quando lo stomaco è pieno, allora la maggior parte dell'alcol passa attraverso l'intestino prima di entrare nei vasi sanguigni. Una piccola parte viene espulsa attraverso i polmoni (2,5%) e un'altra con le urine (2,5%) tutto il resto passa attraverso il fegato. La velocità di assorbimento varia

Consigli e curiosità

Se ci fermano per un controllo e il nostro tasso alcolico è di poco superiore a 0,50 g/l per legge possiamo chiedere di rifare la prova dopo mezz'ora, oppure richiedere di fare un'analisi del sangue, guadagneremo sicuramente un po di tempo. Teniamoci sempre in macchina qualche grissino o cracker che ci aiuteranno nell'assorbimento. Sull'etichetta di alcune bottiglie di birra viene riportato anche il grado saccharometrico o grado "Plato" che non è la gradazione alcolica della bevanda. Troverete per legge anche il grado alcolico sempre espresso in percentuale (esempio: Alcol 8% vol.) vuol dire che in quella bevanda l'8% del contenuto è composto da alcol etilico. Molti medicinali possono rendere più rapido l'assorbimento dell'alcol oppure aumentarne gli effetti; chi assume psicofarmaci o tranquillanti NON deve bere alcolici, per altri medicinali è meglio consultare attentamente le istruzioni.

in funzione del grado alcolico della bevanda e il contenuto dello stomaco. Nell'assumere alcol a digiuno avremo un effetto, dopo mangiato ne avremo un altro. Il tasso di alcolemia diminuisce anche del 30% se la bevanda alcolica è consumata nel corso di un pasto. Lo 0,50 g/l è considerata la soglia massima in cui una persona ha perfetta conoscenza di sé con reazioni psicomotorie efficaci, riflessi pronti e lucidità mentale. Si commette reato se ci si mette alla guida di un automezzo con un tasso alcolico superiore a questo limite. A parità di alcol assunto (di solito) le donne

si "ubriacano" prima, proprio a causa di un diverso metabolismo che modifica l'assorbimento nello stomaco e per la differenza di peso che in genere è più contenuto rispetto a quello degli uomini. Ci saremo anche chiesti come mai se si parla di tasso alcolico nel sangue, la prova in strada viene fatta con un etilometro che "misura" l'alito? Questo è possibile perché c'è una precisa proporzionalità tra la concentrazione di alcol nel sangue, nell'urina e nell'alito. Esempio: Un tasso alcolico nel sangue di 0,80 g/l è pari a una concentrazione di 1.07 g/l nell'urina e di circa 0,37 g/l nell'alito.



Fiorenzo Detti

Calcolo del tasso alcolico:

Sono diverse le formule che ci aiutano con una certa approssimazione a conoscere la percentuale di alcol contenuta nel nostro organismo dopo aver ingerito una sostanza alcolica. Una delle più usate è la formula studiata dallo svedese Erik M.P. Widmark. Per fare questo bisogna essere in possesso di alcuni elementi che sono fondamentali per il calcolo:

- a) gradazione alcolica della bevanda assunta (%)
- b) quantità in millilitri di bevanda alcolica bevuta
- c) calcolo in grammi dell'alcol bevuto
- d) il peso in kg della persona
- e) il sesso della persona (uomo/donna)
- f) coefficiente Widmark che indica il rapporto tra sangue e peso corporeo.

Per utilizzare questa formula bisogna conoscere la percentuale di alcol ingerita espressa in grammi. Un litro di alcol puro pesa poco meno di 0,800 grammi (un litro di acqua pesa 1.000 grammi). Le bevande alcoliche sono composte essenzialmente da acqua e alcol etilico (etanolo) che viene sempre indicato sull'etichetta in percentuale volumetrica. *Esempio: Il 13% volume di alcol contenuto in una bottiglia di vino da 750 ml avrà un peso di 78 grammi. (gradazione alcolica del vino 13% = 130 ml/litro X il suo peso specifico 0,800 : 1000 X 750 che è il contenuto della nostra bottiglia = 78 grammi)*

Formula Widmark per il calcolo del tasso alcolico

Quantità in peso dell'alcol ingerito X 1,055 (peso specifico del sangue)

Peso della persona X coefficiente Widmark (Uomo 0,73 – Donna 0,66)

L'alcol si diluisce in tutti i liquidi del corpo, che costituiscono circa il 73% del peso complessivo di una persona. Il tasso alcolico calcolato vale per circa un'ora dal momento dell'assunzione, diminuisce di circa lo 0,05 ogni venti minuti. (0,15 ogni ora) i tempi di assunzione, come detto in precedenza sono diversi in funzione della persona, del momento e della bevanda alcolica bevuta.

Peso in grammi dell'alcol contenuto in alcune bevande più consumate.

bicchiere con 4 cl. di distillato liscio con 43% vol. di alcol (whisky, grappa, ecc.)

g/alc.12,8

bicchiere con 15 cl. di vino con 12% vol. di alcol (bianco o rosso, spumante ecc.)

g/alc.14,4

bicchiere con 8 cl. di vino liquoroso con 20% vol. di alcol (porto, marsala, ecc.)

g/alc.12,8

birra media da 50 cl. con 5% vol. di alcol (beck's, menabrea, heineken ecc.)

g/alc.20,0

birra doppio malto da 33 cl. con 8% di alcol (ceres, lutece, cimay ecc.)

g/alc.21,2

Cuba libre con 60 grammi di rum al 40% vol. di alcol

g/alc.19,2

g/alc.20,6

(questi quantitativi di alcol valgono per quasi tutti i cocktail o long drink alcolici)

Il quantitativo in grammi dell'alcol contenuto nelle bevande sopra riportate potrete utilizzarlo per il calcolo del vostro tasso alcolico con la formula di Widmark, per maggior sicurezza sarebbe meglio fare una prova prima di mettersi alla guida di un veicolo utilizzando accessori più precisi oggi disponibili in molti locali di mescolata.

Prima di darvi appuntamento al prossimo numero dove conosceremo meglio questo nostro "amico/nemico" parlando della storia dell'alcol e da quali materie prime si ottiene, vorrei ricordarvi che è sempre valido il "chi guida non beve" ma anche per gli altri lo slogan è "bevete con moderazione e consapevolezza" oppure "beviamo meno, beviamo meglio", è sempre la qualità che paga, non la quantità.

Picchi

VINI & SPUMANTI



dal 27 settembre 2009

“L'autunno tra i vigneti”

Un Wine Tour per avvicinare i giovani al vino. Un viaggio, alla scoperta di un prodotto di qualità, tra i colori dei vigneti e il profumo della cantina. Una curiosa alternativa alla vostra domenica, in cui potrete degustare i nostri vini accompagnati da piatti tipici presso l'agriturismo adiacente alla cantina. Il tutto arricchito da un caldo ambiente familiare.

COCCOLE

e
La Stanza dei Segreti

Presentano la Nuova Collezione Clienti e Invece
Gi Piaci baroque dalle 10-12.30 e dalle 16-19.30
C.so Garibaldi 7 Pavia

Ritaglia il coupon
Del 10%
riceverai uno sconto

www.coccolepavia.com



Tony Motorsport
di Antonio Fingueria
Via Pastrengo, 34
27100 PAVIA

ELABORAZIONE
RIPARAZIONE
AUTO E MOTO



27100 Pavia • Via Pastrengo, 34 • tel. 0382.576623
p. iva 02309460182 • cod. fisc. FNGNTN77A17E815F

www.aislombardia.it

AIS lombardia

Associazione Italiana Sommeliers

Corsi di formazione per aspiranti SOMMELIERS
in tutta la Lombardia.



BERGAMO
BRESCIA
COMO
CREMONA
LECCO
LODI
MANTOVA
MILANO
MONZA/BRIANZA
PAVIA
SONDRIO
VARESE

Quando il vero artefice della comunicazione del vino è il sommelier



Via Panfilo Castaldi, 4 - 20124 MILANO - Tel. +39 02.29010107 - email: sede@aislombardia.it

L'ANGOLO HI-TECH

di Daniele Detti

iPhone
3G S



Benvenuti nell'angolo dedicato alle nuove tecnologie, uno spazio che "UAU" seguirà con costanza, interpretando da vicino le nuove tendenze in fatto di HI-TECH, settore in continua evoluzione...Ho deciso, grazie anche alla collaborazione degli esperti in materia di "PYG - Play Your Game" di dedicare il primo numero del nostro magazine agli amanti della telefonia mobile che da qualche tem-

po, con l'arrivo dei nuovi "telefoni" (ormai è riduttivo chiamarli così) touch screen, hanno di che sbizzarrirsi! Ma che piaccia o meno, nonostante l'avvento di numerosi smartphone più o meno veloci, tecnologici e personalizzabili, nessuno ha cambiato il settore della telefonia come è successo nel caso dell'IPHONE e, per entrare nel dettaglio, del nuovo IPHONE 3G S, disponibile nelle versioni da 16 e 32 Gb; cerchiamo ora di analizzare in breve quello che è stato definito come il più veloce iPhone di sempre. La prima cosa che balza all'occhio, infatti, è la sua velocità (la sigla S sta per "speed") nel lanciare applicazioni; anche le pagine web si visualizzano in un attimo e gli allegati si aprono più velocemente. Prestazioni potenziate e grafica 3D accelerata rendono ogni gioco più coinvolgente. iPhone 3G S è fino a due volte più veloce e reattivo, grazie anche al nuovo processore, che può toccare gli 833 MHz di frequenza e offrire all'incirca la potenza di un Pentium! Il tipo di rivestimento dello schermo è più scorrevole,

VALUTAZIONE

PRESTAZIONI 9

Maggiore velocità

DESIGN: 8

Resta sempre eccellente

FUNZIONI 9

poche ma rilevanti novità

VOTO GLOBALE 9

piacevole da utilizzare e meno soggetto alle "ditate" (è infatti oleorepellente) La nuova fotocamera da 3 megapixel e soprattutto la funzione di autofocus con "Tap to Focus" offrono una qualità degli scatti superiore rispetto a quella ottenibile con iPhone 2G e 3G, e finalmente è possibile anche eseguire video ed effettuare l'editing dall'iPhone per poi caricarli direttamente su Youtube! Un'altra novità, anche se secondaria, è l'integrazione di una bussola digitale, un bel gadget ma che forse in pochi troveranno utile, data anche la miriade di software, tra utility e giochi che sono disponibili sull'AppStore. Disponibile anche la funzione di controllo vocale, mediante la quale iPhone riconosce il nome dei contatti e i titoli delle canzoni, consentendo così di effettuare telefonate o riprodurre musica. Interessante la novità del Copia/Incolla disponibile anche nella versione 3G, sbloccabile aggiornando il telefono al sistema operativo 3.0, aggiornamento che permetterà anche l'invio e la ricezione di MMS, la piena compatibilità del Bluetooth (in precedenza limitata solo al profilo auricolare) l'utilizzo della tastiera anche in orizzontale, per una maggiore velocità durante la digitazione e la funzione di ricerca Spotlight.

SPECIFICHE TECNICHE

Dimensioni e peso

115,5 x 62,1 x 12,3mm

135 grammi

Colore

Bianco o Nero

Capacità

Flash Drive 16Gb o 32 Gb

Fotocamera

3.0 megapixel con possibilità di registrare video.

Controllo Vocale

gestisce le chiamate e la riproduzione dei brani.

Connessioni

UMTS/HSDPA

GSM/EDGE

Wi-Fi (802.11b/g)

Bluetooth 2.1 + EDR

Localizzatore GPS

Sensori

Accelerometro

Sensore di prossimità

Sensore luce ambientale

Display

Multi-Touch 3.5" e risoluzione di 480x320 pixel a 163ppi

Autonomia

5h in 3G, 12h in 2G, 9h in WiFi, 30h di musica e 10 h di video, 300 h in standby

Via del Comune 5
Tel. 0382.26527
Pavia



Nuova Apertura



STUDIO GRAFICO



**VENDITA
ASSEMBLAGGIO
ASSISTENZA PC / MAC**



TELEFONIA & TECHNOLOGY



WIND **vodafone**

SPECIALE

HALLOWEEN NIGHT

Il 31 ottobre è una delle feste più attese dell'anno, la festa di Halloween. Lo scorso anno il gruppo **Sole Luna** ha organizzato un eccezionale evento completamente a tema che si è svolto nella chiesa sconsacrata di Belgioioso. "Orrore nella Cattedrale" è stato sicuramente l'evento più "cool" organizzato a Pavia nel 2008. Basta pensare agli ingredienti della serata: la notte di Halloween, una chiesa sconsacrata come location, a 300 secondi da Pavia centro, la musica, l'animazione, e tanta tanta gente vestita a tema. Non capita spesso a Pavia di partecipare a feste così particolari. E' per questo che anche quest'anno il gruppo **SoleLuna** ha deciso di regalarci di nuovo questa serata. Con la promessa di stupirvi, di farvi divertire e di farvi emozionare. E allora se posso darvi un consiglio non perdetevi questo grande evento e iniziate a pensare come travestirvi. lo mi vesto da prete...



E' UN EVENTO



INFO & PRENOTAZIONI SERVIZIO NAVETTA

333.4952897

338.7113853

348.4936504

a domicilio

su prenotazione

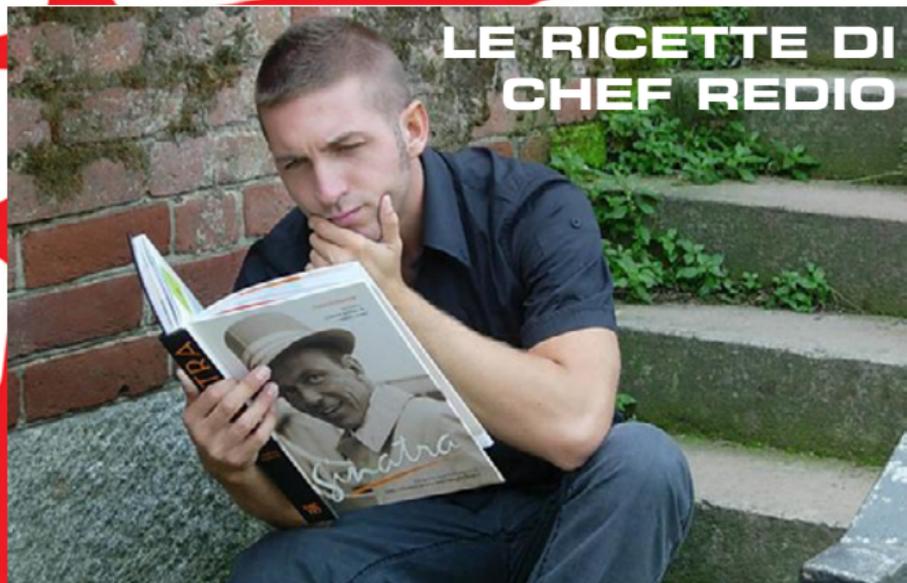
info: 348.4936504

a 4 KM da Pavia Loc. Belgioioso

presso la Chiesa sconsacrata (già Chiesa dei Frati)

sala polifunzionale V. Trespi - Via Dante, 9 - 27011 Belgioioso (PV)

LE RICETTE DI CHEF REDIO



MINESTRA DI CAVOLO AL LATTE

Ingredienti:

- 1 cavolo**
- 1 litro di latte**
- 2 tuorli d'uovo**
- burro**
- formaggio grattugiato**
- sale e amore quanto basta**

Tagliare le foglie di cavolo in piccole striscio-line. Siate precisi se possibile, non una grande e una minuscola come al solito... Mettere a stufare con del burro e lasciare per qualche minuto a fuoco molto basso..no..più basso... Aggiungere quindi mezzo litro circa di acqua calda salata e lasciar cuocere a fuoco basso per circa un'ora. In quei 60 minuti evitare di addormentarsi o attaccarsi a internet come lobotomizzati... Dopodiché aggiungere ancora il latte bollente, lasciar levare il bollore, quindi

aggiungere i tuorli alla minestra non sul fuoco se no è un casino, rovinerete tutto... Servire infine eventualmente accompagnando con del formaggio grattugiato con energia senza però arrivare a sudare. La vostra minestra ora è pronta. In bocca al lupo per i commenti e le facce degli ospiti.

INFORMAZIONI

**INGREDIENTI PER
4 persone**

**TEMPO DI COTTURA
70 min**

**DIFFICOLTÀ
Ricetta Facile**



1° Mega Party
facebook
PAVIA

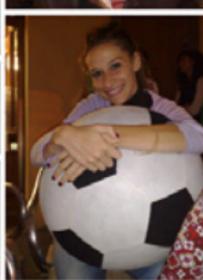


SABATO 31 GENNAIO 09

che mondo sarebbe senza Dali?
10 Kg di NUTELLA per TUTTI



I ♥ Dali



FESTADELLA DONNA



BLUE VENICE
SATELLOREO
RE
DANCE
RECEPTIONS
Canada
SARATO 08 MARZO 2008
SARATO 13 DICEMBRE 2008



**DA 5 ANNI CI DIVERTIAMO A FARVI DIVERTIRE
WE ARE ROYAL**



ONE PHOTO ONE STORY

L'ISPIRAZIONE di Roberto Monti

Vi ho sfinito. Ce l'ho fatta!
Non vedete come vi ho ridotto nel tempo,
avanti anche un bambino capirebbe che siete
quasi allo stremo delle forze.
Tu, vecchia scrittrice, non hai più forze.
Sei esile, scippata dalla tua linfa vitale intenta
a scrivere quella storia che forse leggeranno
o che forse scarteranno.
Probabilmente non hai nemmeno in mente

dove ti porterò e quali conclusioni trarrai prima dell'ultimo punto sull'ultimo foglio.

A proposito, un pezzo di carta straccia buono solo a far da tovaglia in una dozzinale paninoteca.

Proprio su di essa avete deciso di esaurire le vostre ultime cartucce.

Sapete benissimo che io sono ancora qui, vi sto parlando e vi sto ispirando la vostra prossima fine.

Anche tu penna, hai finito di scrivere. Il tuo inchiostro è all'ultima goccia.

Spera di farti trascinare pesantemente dalla mano della tua compagna fino al punto in cui dovrei condurvi, sarebbe un dispiacere perdervi proprio ora.

Un saluto a... RICU

Il nostro inviato da
Valencia
Ti aspettiamo a Pavia!

UAU

NEW FREE PRESS IN PAVIA

LO TROVI

IN TUTTE LE PIU' IMPORTANTI ATTIVITA' COMMERCIALI
E NEI PUNTI DI INTERESSE DELLA CITTA'

SEMPRE PRESENTE IN ELEVATO n° DI COPIE PRESSO:



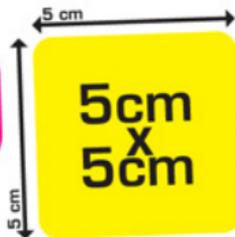
IL PORTICHETTO



VUOI FARTI NOTARE?
VUOI PUBBLICIZZARE LA TUA ATTIVITA'?

CONTATTACI

A PARTIRE DA
25€
+ IVA



Alessandro 393.4077404
Fabio 347.1021960
Daniele 328.8432505
Stefano 339.6353193

uaumagazine@gmail.com

UAU

UAU magazine a distribuzione gratuita in oltre 80 punti di Pavia e limitrofi. E' vietata la riproduzione anche parziale di testi, grafiche, immagini e spazi pubblicitari. Alcune immagini e testi riprodotti sono utilizzati al solo scopo informativo e mantengono i copyright © dei rispettivi detentori. UAU non si assume alcuna responsabilità sull'eventuale modifica degli eventi pubblicati.

THANKS TO...

UAU è un sogno che si realizza, perciò vogliamo ringraziare tutte le persone che hanno reso possibile la sua realizzazione. Il primo è Lorenzo Meazza che pur conoscendoci da pochissimo tempo, ha accettato con entusiasmo l'incarico di direttore, anche lui insegue un sogno; gli auguriamo che si realizzi! Grazie a Marco Bianchi, il primo a Pavia a lanciare un progetto di magazine free press, il geniale "Bella li", oggi "Wait" e vanta una distribuzione a livello nazionale. Grazie a lui per tutti i preziosi consigli che ci ha dato. Perché insieme abbiamo parlato molto di questo progetto. Grazie per l'entusiasmo e la sincerità. Grazie a chi ci ha aiutato per la realizzazione di questo primo numero, per le idee, le interviste, le opinioni, le critiche, i consigli, le grafiche e gli sponsor. Grazie al Sindaco di Pavia Alessandro Cattaneo per la grande disponibilità dimostrata e per essere sempre pronto ad ascoltarci ed ascoltare le nostre idee. Grazie all' Assessore al Commercio Pietro Trivi, per tutti i consigli e la disponibilità nei nostri confronti. Grazie a Marco Vailati per aver svolto con professionalità l'intervista al Sindaco, per averci seguito nei primi passi di questo progetto, speriamo che possa andare avanti una collaborazione. Grazie a Fiorenzo Detti, per noi è stata molto importante la sua autorevole opinione, un ringraziamento anche ad AIS Lombardia, per la sponsorizzazione. Grazie ad Alessandro Sacchi per l'aiuto fornito con alcune grafiche; a Claudio Perotti e Matteo Sette per la simpatica intervista. Un ringraziamento a tutti coloro che ci hanno sponsorizzato, credendo in noi, a partire dal gruppo Sole Luna, amici prima di tutto e che dimostrano sempre grande professionalità nel lavoro e grande disponibilità. Grazie anche a Gabriele Picchi, titolare della giovane e prestigiosa azienda vinicola "Picchi" di Casteggio, agli amici dello Sporting Ponte della Becca, a Silvio di Jeans Star che è sempre il primo a dirci di sì, a Coccole, a Tony Motorsport il nostro meccanico di fiducia ed agli amici di PYG. Grazie di cuore anche ad Alessandro Calvi, il campione di nuoto che tiene alta l'immagine di Pavia nel mondo e che ci ha portato a chiudere uno sponsor importante. Grazie a quelle persone e sono tante, che incontrandole per strada si sono dimostrate entusiaste del progetto, ci viene in mente Maurizio Vallati per le collaborazioni future, Paolo Redio che ci ha contattato per inserire le sue ricette, il suo oroscopo e le sue interviste, Davide Passantino che dal prossimo numero curerà una rubrica. In definitiva grazie di cuore a tutti coloro che si sono impegnati in modo completamente gratuito a contribuire con le proprie idee, storie, conoscenze e capacità. E lo hanno fatto con tanto entusiasmo. Tantissimo.




Jaked[®]

**E' italiano il costume
più veloce al mondo!**

(Montpellier: 20"94, record mondiale 50 stile libero)

info@jaked.it

www.jaked.it

sponsor tecnico Federazione Italiana Nuoto