

# I GIOVANI E L'IMPEGNO PER L'AMBIENTE

La salute del pianeta è uno dei temi che stanno più a cuore alle nuove generazioni. E, secondo un'indagine effettuata dall'Istituto Toniolo, i giovani sono consapevoli dell'importanza dell'impegno individuale nella tutela dell'ambiente. Ecco alcuni dati. 82% Cerca di ridurre al minimo gli sprechi (per es. di acqua, luce, cibo ecc.) 85,3% Cerca di fare la raccolta differenziata con attenzione 69,5% In genere preferisce acquistare i prodotti delle aziende che sono attente all'ambiente

Starbene.it Attualità Starbene

**Hi-tech**  
**L'APP DEI RECORD? È PER IL FITNESS (E ITALIANA)**

Training e workout diventano sempre più a portata di smartphone e tablet. Lo dimostra il fatto che, subito dopo le vacanze di Natale, la "free app" di fitness scaricabile gratuitamente con il maggior numero di download negli AppStore americani sia stata 30 Day Fitness Challenge, in grado di superare applicazioni di prodotti popolari come Netflix, Youtube e Instagram, è pensata per iOS e permette di provare gratis per 7 giorni (poi occorre pagare 4,99€ alla settimana) un training personalizzato. «Disponibile anche in italiano con il nome di 30 Days 30 Giorni in Forma, è oggi ai primi posti nella categoria Health/fitness di oltre 100 Paesi», spiega Matteo Daniele, cofondatore della Bending Spoon, impresa italiana che ha messo a punto l'app. «Fruito di 5 mesi di lavoro, abbiamo puntato sia sulla qualità del video che mostrano l'esecuzione degli esercizi e corpo libero, sia sulla grafica, per renderla intuitiva ma allo stesso tempo gradevole». **G.A.**

**Psicologia**  
**INCLINARE LA TESTA RENDE SIMPATICI**

Come entrare in sintonia con gli altri? Una nuova ricerca segna un passo avanti nella comprensione dei meccanismi che fanno scattare l'empatia. Natalia Davidovici, professoressa dell'Università della California (UCLA) negli Stati Uniti, ha dimostrato con uno studio, pubblicato sulla rivista *Perception*, che se si parla al proprio interlocutore con la testa leggermente inclinata di risulta più simpatici, alla mano e meno monotoni. La persona a cui ci si rivolge non avrà timore a guardarsi negli occhi, e se si stabilisce il contatto visivo, la comunicazione risulta più facile e spontanea.

**JAZZ IN PISTA**  
Qui sopra, Swing on snow, una rassegna musicale gratuita che si tiene all'Alpe di Siusi (SÜ)

**La scuola di cucina di Salsipaglia ha una nuova sede. Si è trasferita a Napoli**  
Collection Francesco Stone, in via Lazzarotto 3, a Milano. Un ambiente elegante e commovente, ideato su due piani, dove sono già in programma iniziative come ad esempio, Per saperne di più, [www.salsipaglia.it](http://www.salsipaglia.it)

**I GIOVANI E L'IMPEGNO PER L'AMBIENTE**

La salute del pianeta è uno dei temi che stanno più a cuore alle nuove generazioni. E, secondo un'indagine effettuata dall'Istituto Toniolo, i giovani sono consapevoli dell'importanza dell'impegno individuale nella tutela dell'ambiente. Ecco alcuni dati.

**82%** Cerca di ridurre al minimo gli sprechi (per es. di acqua, luce, cibo ecc.)

**85,3%** Cerca di fare la raccolta differenziata con attenzione

**69,5%** In genere preferisce acquistare i prodotti delle aziende che sono attente all'ambiente