

Vuoi andare negli USA? Per il visto si dovranno fornire anche i dati dei social network

Facebook, Twitter, Instagram...i social network fanno sempre più parte della nostra vita. E raccontano molto di noi, attraverso l'ormai consolidata e irresistibile abitudine di postare stati d'animo, video e foto delle nostre vacanze, di quello che mangiamo, di quello che guardiamo, della musica che ascoltiamo, delle persone che frequentiamo.



Al punto che questi dati, che, ricordiamolo, nel momento in cui li “condividiamo”, appartengono al web, sono da tempo “sfruttati” dagli **esperti di marketing** per analizzare i nostri gusti e inviarci offerte personalizzate, ma anche a potenziali **datori di lavoro** che vogliono farsi un'idea di chi siamo e se siamo affidabili o adatti per il ruolo o la mansione a cui ci candidiamo.



Ora, però, fornire i dati dei social network: il nostro nome o nickname, indirizzo, telefono che compaiono sui nostri social, secondo quanto sostiene la BBC, sarà **obbligatorio** per quasi tutti coloro che **richiedono un visto per gli Stati Uniti**. Le nuove regole sarebbero state previste dal Dipartimento di Stato, e per un **periodo retroattivo di cinque anni**. Il provvedimento potrebbe riguardare **circa 14,7 milioni di persone all'anno**.



Se fino a oggi quelle che erano considerate “verifiche aggiuntive” erano richieste solo per i richiedenti un visto per gli USA provenienti da paesi in cui erano presenti gruppi terroristici o che avevano visitato paesi facenti parte di una “black list”, da ora in poi dovranno fornire i dati dei social network anche chi richiede di entrare negli Stati Uniti **per motivi di lavoro o di studio**. Ne sono invece **esenti** coloro che richiedono un **visto diplomatico**.



La misura, ha dichiarato il **Dipartimento di Stato americano**, si è resa necessaria per migliorare l'iter di verifica a protezione dei cittadini USA e, nello stesso tempo, **sostenere i viaggi legittimi** negli Stati Uniti. Un motivo in più per pensarci davvero bene, prima di postare qualcosa sui social. Soprattutto se si ha intenzione di programmare un soggiorno negli USA.

Classifica mondiale: nella top ten dei paesi più sani, l'Italia è al primo posto

Michael Bloomberg, ex-sindaco di New York, oltre ad essere uno degli uomini più ricchi del mondo è anche molto impegnato nella promozione di uno stile di vita sano ed equilibrato.



Website: tinto|graphy // instagram: [@tintography](https://www.instagram.com/tintography)

Il suo modello è proprio **l'Italia**, il Belpaese, che nonostante le difficoltà economiche nelle quali grava ormai da anni, risulta essere il più sano del mondo grazie alla **dieta mediterranea**, considerata patrimonio immateriale dall'UNESCO.

Bloomberg è anche sponsor della **John Hopkins di Washington**, una delle più importanti università di studi medici, ed è recentemente stato nominato ambasciatore dell'Oms

(Organizzazione Mondiale della Sanità) per le malattie non trasmissibili.

Il vantaggio principale dei cittadini italiani è quello di poter facilmente godere di **cibi sani e freschi**, come la frutta, il pesce, i buoni formaggi e la carne, elementi cardini della dieta nostrana: così sottolinea **Adam Drewnowski** dall'Università di Washington, citato dallo studio dello stesso Bloomberg, secondo cui sarebbe proprio il cibo made in Italy il toccasana che ha valso all'Italia questo primato importante.



La classifica è stata stilata in base ad alcuni **parametri**: aspettative di vita, alcune cause di morte (pressione alta, alcool, glicemia), malnutrizione (non solo nel senso di mancanza di cibo, ma anche come scorretta abitudine alimentare), uso di acqua potabile ed emissioni di gas-serra.

1. **Italia**
2. Islanda
3. Svizzera
4. Singapore
5. Australia
6. Spagna

7. Giappone
8. Svezia
9. Israele
10. Lussemburgo

Eccoli i dieci paesi più sani del mondo. classifica in cui gli Stati Uniti d'America occupano solo il 34esimo posto.

Il **numero dei fumatori in Italia è calato** dal 2013, così come quello dei consumatori di alcol che dal 2014 sembra aver subito una lieve contrazione. Diminuisce inoltre la percentuale dei bambini in sovrappeso (si passa dal 12% al 9% circa) mentre è incrementato il numero di chi pratica **sport** in modo continuativo. A preoccupare è invece la quantità di soldi destinata alla prevenzione, al di sotto degli standard: Lazio e Sicilia registrano il livello più basso.

Come ogni classifica può risultare discutibile dal momento che i criteri utilizzati non sempre sono universali, ma è certo che una corretta alimentazione, un adeguato numero di ore spese all'aria aperta e una vita non sedentaria siano fattori fondamentali per perseguire un obiettivo importante come il prolungamento dell'aspettativa di vita di ciascuno.

Per fare un esempio, un bambino italiano ha davanti a sé un'**aspettativa di vita di 80 anni**, di contro ai 52 di un bambino del Sierra Leone, che occupa gli ultimi posti.



A crescere non è solo l'aspettativa di vita ma anche **l'età media**: oltre un italiano su cinque ha 65 anni, pari al 10% della popolazione.

Il **Ministro della Salute Lorenzin**, riconoscendo il merito al servizio sanitario pubblico, sostiene come questo sia un traguardo importante ma sempre da consolidare. "E' un dovere potenziare il sistema", afferma la Lorenzin.

Come in ogni cosa, però, esiste il **rovescio della medaglia** che l'agenzia di Bloomberg non ha mancato di evidenziare: i mali maggiori dell'Italia restano la disoccupazione, il deficit pubblico e la crescita stagnante da anni. Eppure, noi italiani siamo più in forma di canadesi, inglesi ed americani, che per altri motivi (ben meno importanti della salute) paiono stare meglio di noi.



Tutti questi elementi hanno reso l'Italia un modello da seguire, **un Paese dove è bello vivere**, non solo perché restiamo la Nazione che vanta il **maggior numero di siti UNESCO al mondo**, ma soprattutto perché abbiamo davanti a noi tanti anni durante i quali possiamo godere appieno ed in salute di queste meraviglie.

ALLA SCOPERTA DELL'AMERICA CENTRALE

OLTRE A FAR PARLARE DI SE' PER GLI AVVENIMENTI DI PANAMA CITY, IL CENTRO AMERICA E' UNA TERRA TUTTA DA SCOPRIRE CON ETNIE COME QUELLE DEI KUNA, CHE VIVONO STANZIATI A SAN BLAS E IN ALTRE DIVERSE AREE DEL TERRITORIO PANAMENSE.

La **Avenida Central**, ampia strada pedonale che collega **Casco Antiguo** ai quartieri di Calidonia e La Exposition, arriva a Plaza Cinco de Mayo dominata dall'edificio neoclassico che era l'antica stazione ferroviaria. Qui vale la visita il **Museo de Cencias Naturales** (tel. 0501.4125; orario: lun-dom 9-16; ingresso: €0,75, ridotto: €0,19), il museo di scienze naturali. E a proposito, in città da non mancare una visita al **Parque Natural Metropolitano** (Avenida Juan Pablo II, tel. 0232.5552, www.parquemropolitano.org; orario: lun-ven 8-17, sab 8-13; ingresso: €3, ridotto €1,50), uno spazio di 232 ettari ricoperto di foresta tropicale, l'unica di tutta l'America Centrale e Meridionale a essere inserita in un contesto urbano. Qui sono ospite 284 specie di uccelli. Il parco offre due sentieri principali percorribili a piedi, il *Sentiero della Natura* e il *Sentiero del Callicebo* che si congiungono fino a formare un unico grande circuito.

Un'altra tappa si può fare a **Plaza de la Indipendencia**, un grande spazio su cui prospettano le residenze aristocratiche spagnole ed edifici francesi del XIX secolo. All'angolo tra Calle 7 Este e Avenida Central si erge maestosa la **Catedral Metropolitana** dalla ricca facciata con la sezione centrale in parte moresca e in parte in stile barocco fiorito. I due campanili che la fiancheggiano sono rifiniti in madreperla. Di fronte si trova la **Casa de la Municipalidad**; al secondo piano dell'edificio si trova il **Museo de Historia de Panamá** (Calle 6 Oeste, Palacio Municipal, tel. 0501.4128; orario : lun-ven 9-16; ingresso: €0,75, ridotto: €0,19) che racconta la storia della città, dall'arrivo del fondatore Balboa al 1977.

Vale la visita anche al **Museo Interoceanico** (Plaza de la Indipendencia, tel.0211.1649, www.museodelcanal.com; orario mar-dom 9-17; ingresso:€1,51, ridotto: €0,56) che racconta la storia del canale e della Panamá Railroad, e ospita modellini di navi tra cui quelli della Ancòn, la prima nave a percorrere il canale. Su Plaza Bolivar, Tranquilla e appartata, si affacciano bar, caffè e il **Palacio Bolivar** (tel.0511.4100; orario: mar-dom 9.20-16; ingressi; €0,75,

ridotto: €0,19): al suo interno c'è la copia della spada cerimoniale di Bolivar, tempestata di 1.374 diamanti. Dal centro storico partono le escursioni che portano alla scoperta della Canal Zone, l'area che costeggia il canale di collegamento dell'Oceani Atlantico con l'Oceano Pacifico. Panamá Tours (tel. 0226.8917, www.pmatoutrs.net) offre un tour di cinque ore con navigazione sul canale a partire da €105 inclusi guida, pranzo con acqua e bevande soft e transfer in autobus. Gli amanti della natura e del birdwatching non debbono mancare una visita al **Summit Botanical Gardens & Zoo** (www.summitpanama.org; orario: lun-ven 9-16:30 san e dom 9-17; ingresso €1, 0-12 anni gratuito) che offrono sentieri segnalati dove si possono vedere giaguari, tapiri, pappagalli, lontre e l'aquila arpia.

L'ETNIA KUNA

Si compone di 60 mila unità principalmente stanziate sull'arcipelago di **San Blas** e in parte nella foresta tropicale umida. Il governo panamense riconosce le autorità dei Kuna e nel 1938 fu istituita la Comarca di San Blas o Comarca Kuna Yala. Nel 1953, fu approvata la Carta Organica Kuna che stabilisce le autorità della Comarca. I Kuna sono dediti a caccia, pesca e lavorazione del legno e vivono in capanne di paglia e canne, costituite dalla Nega Tumat (casa grande, ossia la camera da letto) e dalla Soenga, una stanza che funge da cucina. Le feste e le cerimonie dei Kuna si tengono alla InaNega, la costruzione comunale. Le antiche tradizioni si tramandano nei rituali sottolineati da strumenti musicali autoctoni come il flauto e il nasisi (una sorta di maracas). (www.panamaviaggi.com)



Per chi volesse tornare a scoprire la storia che gira intorno a Panamá, vi consigliamo di leggere questo articolo:

UN PONTE D'ACQUA TRA ATLANTICO E PACIFICO

UN PONTE D'ACQUA TRA ATLANTICO E PACIFICO

AD AGOSTO 2014 IL FAMOSO CANALE HA COMPIUTO UN SECOLO. E IL PROSSIMO 26 GIUGNO VERRÀ INAUGURATO IL NUOVO TRATTO CHE PERMETTERÀ IL PASSAGGIO DI NAVI PIÙ GRANDI COSÌ, IL PICCOLO STATO DELL'AMERICA CENTRALE RITORNA A FAR PARLARE DI SÈ DOPO L'AFFAIRE PANAMA PAPERS. MA PANAMA MERITA DI ESSERE AL CENTRO DELL'ATTENZIONE PER TUTTO CIÒ CHE DI BELLO OFFRE: NATURA SELVAGGIA, SPLENDIDE ARCHITETTURE E ANTICHE TRADIZIONI ANCORA VIVE, COME QUELLE DEI KUNA, L'ETNIA CHE VIVE STANZIATA A SAN BLAS E IN ALTRE DIVERSE AREE DEL TERRITORIO PANAMENSE. OGGI COME IERI

A primavera il paese è stato al centro dell'attenzione del mondo intero per via dell'affaire ribattezzato **Panamà Papers** usato per indicare i milioni di documenti che proverebbero la presenza su territorio panamense di fondi segreti appartenenti a personaggi famosi di tutto il mondo. E ora torna a far parlare di sè perchè il prossimo 26 giugno sarà inaugurato il nuovo tratto con cui il famoso canale raddoppia permettendo il passaggio di navi più grandi e il raddoppiamento anche delle entrate del piccolo stato. E questa novità ci ripropone prepotentemente un luogo davvero meraviglioso al punto che, nel 2015, è stato indicato da una classifica redatta da Skyscanner al secondo posto fra le destinazioni di tendenza.



E in effetti **Panamà** offre al visitatore una natura lussureggiante e le antiche tradizioni dei **Kuna**, l'etnia che vive in diverse aree del paese. A identificare Panamá nella realtà è **Panamà City**, la sua capitale, fondata il 15 agosto 1519 dal governatore spagnolo Pedro Arias de Àvila. Per lungo tempo contesa fra Stati Uniti e Colombia per la sua posizione favorevole e per la florida economia incrementata dai pedaggi che le navi debbono pagare per navigare lungo gli 80 chilometri del canale (per 150 anni la città prosperò infatti come punto di transito dell'oro e dell'argento che gli spagnoli estraevano dalle miniere del Perù e inviavano in Europa), Panamá City è l'unica capitale dell'America Centrale ad affacciarsi sul Pacifico. E la città si scopre a partire dal **Casco Antiguo**, il suo cuore storico, dichiarato UNESCO *Patrimonio dell'Umanità*, per la presenza e mescolanza degli stili architettonici degli edifici tutt'ora esistenti. Il quartiere, da anni oggetto di importanti interventi di restauri e recupero, conserva vecchi palazzi con balconi in ferro battuto che prospettano su stradine strette e vecchie costruzioni che denotano le antiche influenze francesi e spagnole.

La zona culmina nei resti di **Panamà Viejo** (tel: 0226.8915, www.panama-viejo.org; orario: mar-dom 8:30-16:30; ingresso: €4,55, ridotto €3.80), il cuore antico della città rasa al

suolo dal pirata Morgan nel 1671. La caratteristica del quartiere coloniale è rappresentato dalle case lussuose che sfilano a fianco di case povere. La zona ha ospitato l'annuale *Festival del Cinema Italiano a Panamá*, quest'anno svoltosi dal 7 al 13 aprile, con la proiezioni di almeno 70 film. Questa edizione ha reso omaggio a Lucia Bosè con la proiezione di alcuni dei suoi film più famosi. Nel Casco Antiguo, ma anche nella zona del Canale, sono stati girati tutti gli esterni del film *Il Sarto di Panama*, del 2001, diretto da John Boorman e tratto dall'omonimo romanzo di John Le Carrè. Per saperne di più sull'area val la pena fare una visita al **Museo del Sitio de Panamá Viejo** (Avenida 6 Sur, tel. 00226.9917; orario: mar-dom 9-17; ingresso €3) interessante perchè propone un modello in scala di Panamá Viejo prima del 1671 e una piccola raccolta di manufatti dell'epoca coloniale. Nella stessa via, nei pressi di **Plaza Mayor**, cuore della città antica, vale una sosta il **Mercado Nacional de Artesanias** (Avenida 6 Sur; orario: 9-18), allestito dietro il primo gruppo di rovine che si incontra provenendo dalla capitale. Qui i Kuna vendono i loro manufatti.