

## VIVERE INSIEME

**D**i certo è uno degli acquisti che tutti, e anche più volte, fanno nella vita, anche perché, per motivi di igiene e di benessere, una sostituzione andrebbe fatta almeno ogni dieci anni. Stiamo parlando di due elementi indispensabili che ci assicurano un buon sonno: il cuscino e il materasso. Ma, al momento di comprarli, non è facile fare la scelta più corretta. Sul mercato, ricordano ad *Altroconsumo* ([www.altroconsumo.it](http://www.altroconsumo.it)) esistono molti tipi di materassi e la scelta va fatta in base ad alcuni parametri (peso, posizione del sonno preferita, temperatura ambientale) e al comfort generale. Se dormi in posizione supina, stesa sulla schiena, o hai qualche chilo di troppo, un materasso più rigido che dia il giusto sostegno alla colonna è la scelta migliore. Se, invece, dormi sul fianco, puoi optare per un materasso meno rigido. Chi è di corporatura esile ha invece bisogno di un materasso più flessibile. E se a dividersi il letto matrimoniale sono due persone di peso molto diverso può es-

sere consigliato optare per due materassi singoli con differenti gradi di rigidità.

◆ **L'importanza dei materiali** I materassi in lattice offrono, in genere, un sostegno abbastanza rigido ma, al contempo, sono molto flessibili e si adattano ai contorni del corpo. Sono ideali per chi si muove molto nel sonno e per chi soffre di allergie respiratorie e asma, mentre sono sconsigliati per chi ha un'allergia specifica proprio al lattice. I materassi in *memory foam*, un tipo particolare di poliuretano in grado di prendere la forma del cor-

po, sono adatti per le persone esili, freddolose e a chi vive in climi rigidi. Sono un po' più leggeri e maneggevoli. Infine i materassi a molle, tradizionali, vanno bene per tutti i pesi. L'aggiunta di uno strato di *memory* in superficie conferisce loro maggior comfort e calore.

◆ **È giusto provarlo** Non esiste il materasso perfetto, ma quello adatto alla singola persona. Per questo, al momento dell'acquisto, è fondamentale provarlo. Quindi non aver timore a sdraiarti sul materasso e ad ascoltare le sensazioni che avver-

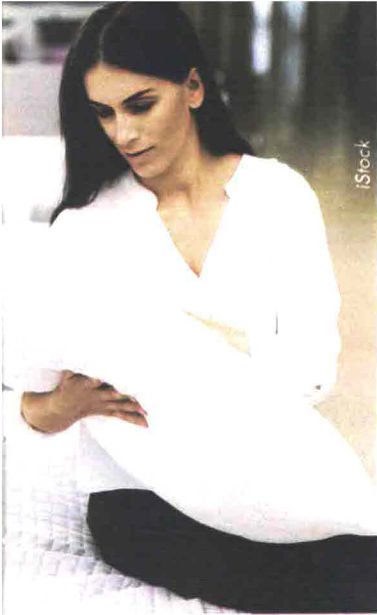
ti per qualche minuto. Una volta distesa, consigliano al *Consorzio produttori italiani materassi di qualità* (numero verde 800373740, [www.consoziomaterassi.it](http://www.consoziomaterassi.it)), inserisci un braccio sotto il tuo corpo: se passa con difficoltà è possibile che il materasso sia troppo morbido, viceversa troppo duro.

◆ **Indispensabile confronto** Risparmiare è importante e puoi farlo visitando e confrontando più offerte di negozi, centri commerciali e specializzati. Oppure ordinando il materasso online o con le vendite televisive

## GUIDA ALL'ACQUISTO

# GLI AMICI DEL BUON RIPOSO

Materasso e cuscini devono essere di ottima qualità affinché il sonno sia davvero ristoratore. Per questo vale forse la pena spendere qualcosa in più



(in questo caso fai attenzione alle spese di consegna e ai tassi sulle rate). Un buon materasso, sottolineano al Consorzio, non può costare troppo poco. Un modello base di buona qualità a molle biconiche può costare dai 200-300 euro per il singolo a 400-600 euro per il matrimoniale, mentre quelli con le nuove schiume in poliuretano, lattice, micromolle, tessuti naturali, microfibre e uno spessore importante (30 centimetri) possono costare rispettivamente da 400-500 fino a 800-1.000 euro e anche di più. Tieni

presente che, se stai ristrutturando casa, la spesa per il materasso può essere inserita nel bonus mobili e che i materassi a uso terapeutico (per esempio antidecubito) sono detraibili dalle tasse.

◆ **C'è guanciaie e guanciaie** La larghezza non dovrebbe essere inferiore a quella delle spalle. Il cuscino basso (10 cm) va bene per chi dorme a pancia in giù e per i bimbi. Quello medio (12-13 cm) per chi dorme supino. Infine il cuscino medio-alto (15 cm) è ideale per chi dorme sul fianco. I prezzi vanno da pochi euro a oltre 100. Quanto all'imbottitura, i guanciali in piuma non sono ideali per chi ha una corporatura robusta, si muove molto nel sonno o è allergico. I guanciali in lattice sono adatti a chi dorme sul fianco o per chi è alto e ha una corporatura robusta. Infine i cuscini sintetici sono più adatti alle persone esili, ai bambini e a chi dorme a pancia in giù, mentre quelli *memory foam* sono perfetti per chi dorme su un fianco e per chi ha una corporatura robusta.

Guido Sirtori

### GLI AMICI DEL BUON RIPOSO

Molissimi le cuscini devono essere di ottima qualità. Per questo vale la pena spendere qualcosa in più.

La polverizzazione è la causa di molte allergie. Per questo è importante scegliere cuscini in piuma di qualità, con un alto grado di purificazione. I cuscini in lattice sono ideali per chi ha una corporatura robusta, si muove molto nel sonno o è allergico. I cuscini sintetici sono più adatti alle persone esili, ai bambini e a chi dorme a pancia in giù, mentre quelli *memory foam* sono perfetti per chi dorme su un fianco e per chi ha una corporatura robusta.

### OPPORTUNITÀ DI LAVORO

340 posti di lavoro in contropartita.

Il Consorzio ha individuato 340 posti di lavoro in contropartita per i soci del Consorzio. I posti sono distribuiti in diverse categorie: 100 per il settore produttivo, 100 per il settore commerciale e 140 per il settore amministrativo. I posti sono destinati ai soci del Consorzio che hanno una qualifica professionale o un'esperienza lavorativa di almeno 5 anni.

064170