

Di corsa al lavoro con la scrivania tapis roulant

VANESSA CAPPELLA



EFFICACE

Mantiene in forma e aumenta l'attenzione e la produttività. Walkstation è stata ideata da James Levine, endocrinologo presso la Mayo Clinic, negli Stati Uniti

Obesità, problemi circolatori e pigrizia fanno rima con sedentarietà, e ben lo sanno le persone costrette alla scrivania per lavoro.

Una soluzione però esiste già da alcuni anni e in America sta già rivelando le sue potenzialità in ambito aziendale. Il suo nome è Walkstation e si tratta di una scrivania molto particolare, dotata di un tapis roulant: il concetto di fondo è che alcune attività, come rispondere al telefono, leggere e scrivere e-

mail, possono essere svolte tranquillamente camminando. Il sistema è stato ideato da James Levine, endocrinologo presso la Mayo Clinic, e per aziende come la Salo di Minneapolis si è rivelato un investimento degno di nota. Questa compagnia di consulenza finanziaria si è infatti dotata di dodici postazioni sulle quali i dipendenti salgono e scendono a seconda delle necessità e del lavoro da svolgere: la velocità non è eccessiva e si aggira intorno ai 2 o 3 chilometri all'ora.

Il modo migliore in cui vengono utilizzate le walkstation è durante le riunioni: camminando e parlando, infatti, i briefing risultano generalmente più brevi, più produttivi e sicuramente meno noiosi. In poche parole, con questo sistema è difficile che qualcuno possa schiacciare un pisolino mentre gli altri discutono. E perché non unire anche giochi ricreativi, come ping pong, tennis e squash, durante gli intervalli di tempo? La Salo non si esime dalle possibilità di creare dinamicità all'interno dell'ambiente aziendale e i risultati non si sono fatti certo attendere.

Come rivela la NPR, secondo i dati emersi da una sperimentazione durata sei mesi su diciotto dipendenti dell'azienda, con tre ore di camminata al giorno tutti i partecipanti hanno registrato dimagrimento, diminuzione del colesterolo totale e di una media del 37 per cento dei trigliceridi nel sangue. «Un risultato notevole. Non abbiamo avuto neanche bisogno di andare in palestra. Siamo andati a lavorare!», ha commentato soddisfatto Craig Dexheimer, che della Salo è direttore operativo e amministrativo e che grazie a questo metodo ha perso in totale 25 chili. E la produttività aziendale è tutt'altro che compromessa: la dinamicità ha infatti portato, nei sei mesi di sperimentazione, alle entrate più alte mai registrate dall'azienda.

Non tutte le attività possono essere svolte camminando, ma comunque, per la Salo, la workstation si è rivelata una buona idea per un concetto diverso di lavoro in azienda.



L'Artico si scioglie e si apre una scorciatoia per le petroliere

VANESSA CAPPELLA



CIRCOLO POLARE
La nave Ob River si fa largo fra i ghiacci dell'oceano Artico

Complice lo scioglimento dei ghiacci, l'Artico si sta trasformando in un crocevia chiave per i trasporti marittimi. Tanto che, per la prima volta, addirittura nella rotta di una nave cisterna è stato contemplato il passaggio artico, con un notevole risparmio in termini di tempo e di denaro. Come rivela la *BBC*, la scorciatoia permetterà alla nave *Ob River* di arrivare in Giappone dalla Norvegia con ben venti giorni in anticipo rispetto a quanto impiegato seguendo la rotta tradizionale, risparmiando di conseguenza il 40 per cento del carburante. Una cifra notevole, resa appunto possibile dai recenti record di riscaldamento dell'Artico.

Nel 2012, infatti, l'estensione dei ghiacci è arrivata a 3,41 milioni di chilometri quadrati, toccando così il picco più

basso dall'inizio delle rilevazioni satellitari. Se a livello globale il dato è altamente preoccupante, d'altra parte c'è chi pensa a come sfruttare in modo vantaggioso il cambiamento. La nuova rotta della *Ob River*, che trasporta gas liquido naturale, è infatti frutto di uno studio approfondito che dura da oltre un anno. Costruita nel 2007 con uno scafo rafforzato, questa nave cisterna di proprietà della compagnia greca *Dynagas* può trasportare 150mila metri cubici di gas ed è stata noleggiata dal gigante russo dell'energia *Gazprom*. Dopo aver preso il 7 novembre il proprio carico di gas a *Hammerfest*, nel nord della Norvegia, è iniziato il suo viaggio attraverso il Mare di Barents, accompagnata per un lungo tratto da un rompighiaccio russo a propulsione nucleare. L'approdo in Giappone è previsto per i primi giorni di dicembre.

«È un'avventura straordinariamente interessante. L'equipaggio ha visto gli orsi polari durante il viaggio», ha affermato *Tony Lauritzen*, direttore commerciale di *Dynagas*. «Abbiamo studiato a lungo molti dati di osservazione: c'è un trend notevole secondo il quale le condizioni glaciali stanno diventando sempre più favorevoli a una rotta di transito. È possibile raggiungere così un mercato altamente proficuo risparmiando il 40 per cento della distanza, che equivale al 40 per cento in meno di carburante».

E il mercato che più può trarne vantaggio è quello del gas naturale. L'impianto di *Hammerfest* è stato sviluppato pensando soprattutto alla richiesta di gas metano da parte degli Stati Uniti. Tuttavia, la domanda maggiore di export si è sviluppata nel corso del tempo dal Giappone, che, dopo il disastro di Fukushima, ha dimostrato un maggiore interesse nei confronti delle energie alternative. Gas in primis. «La rivoluzione del metano ha capovolto il mercato e a questo si aggiunge il rapido scioglimento del ghiaccio polare», afferma *Gunner Sander*, consulente senior



presso il Norwegian Polar Institute ed esperto sull'impatto economico dei cambiamenti climatici dell'Artico. «L'elemento più importante riguarda l'esportazione delle risorse dalla regione artica, non solo il fatto che sia possibile attraversarne il mare».

Sono alte le probabilità che il traffico marittimo sulle rotte artiche cresca rapidamente, nonostante secondo Sander sia necessario valutare varie prospettive. Di certo c'è che il viaggio di Ob River non rimarrà l'unico nel suo genere.

