

# cooperazione tra **consumatori**

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA  
ANNO XXII • APRILE 2015

**postatarget**  
magazine  
DC0054234  
NAZ/62/2008  
Posteitaliane

Prodotti alimentari

**LE NUOVE  
ETICHETTE**

Fa' la cosa giusta

**BUONI PROPOSITI**

La colonia estiva

**VACANZE  
IN COMPAGNIA**

Primavera

**AIUOLE, ORTI  
E GIARDINI**



blinitti  
educa  
rovesci  
2° incontro nazionale sull'educazione  
rovereto (tn) 28/29/30 settembre 2014



**ROVERETO, 18 E 19 APRILE**

**L'EDUCAZIONE CI STA A CUORE**  
**Torna Educa, il Festival dell'educazione**

Due intense giornate dedicate al tema  
"Desiderio e conflitto": incontri, spettacoli,  
eventi ai quali tutti sono invitati a partecipare,  
perché l'educazione è responsabilità di tutti



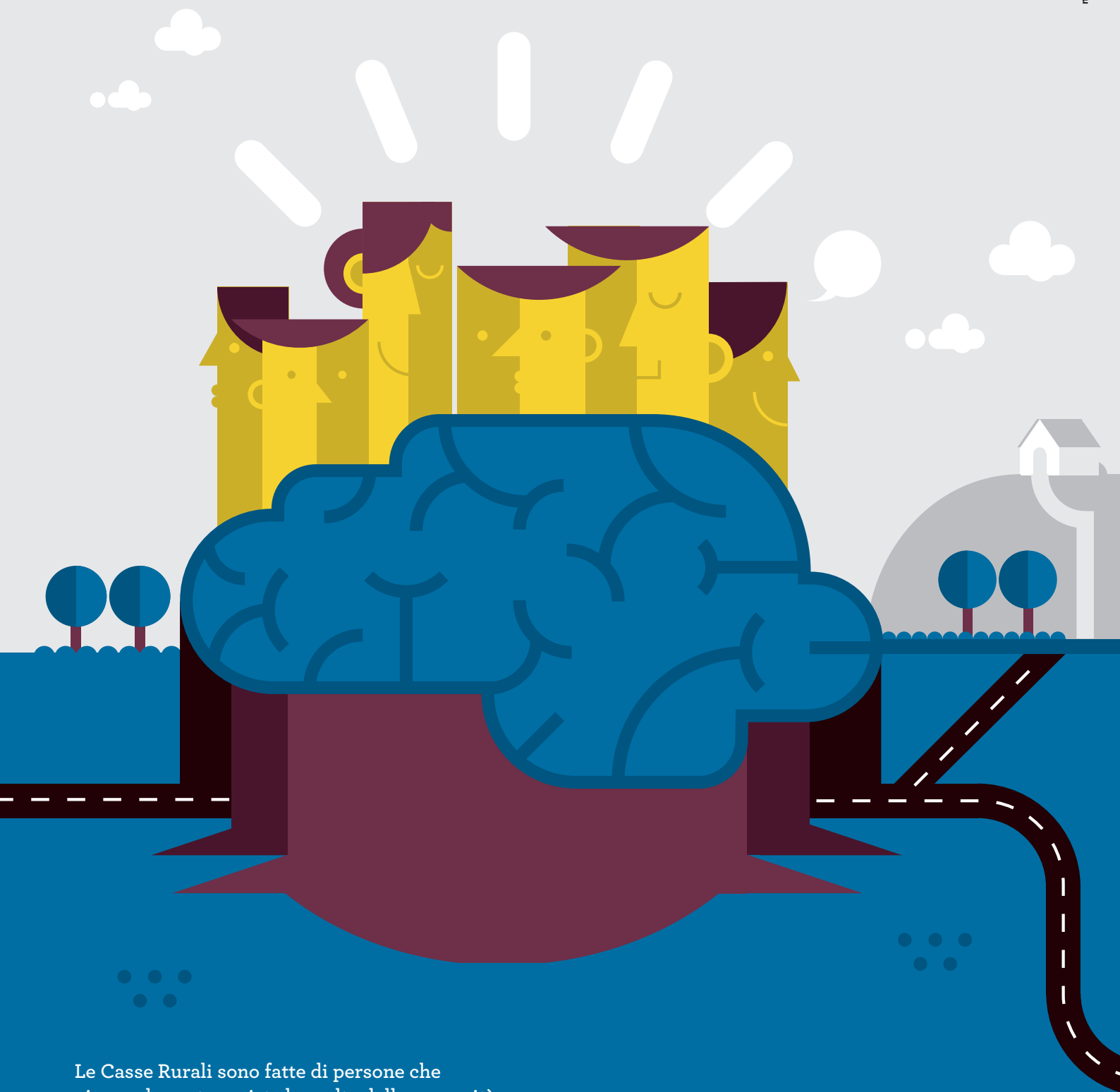
**TRENTINO A TEATRO. STAGIONE TEATRALE  
2014-2015:** PER I POSSESSORI DI CARTA IN  
COOPERAZIONE INGRESSI E ABBONAMENTI  
A TARIFFA RIDOTTA O SCONTATA IN MOLTI  
TEATRI IN TUTTO IL TRENTINO



**MUSEI TRENTINI. CON CARTA IN COOPERAZIONE**  
AL: MART, CASTELLO BUONCONSIGLIO, SASS  
TRIDENTUM, MUSEO RETICO, MUSEO DELLE  
PALAFITTE, MUSEO USI COSTUMI GENTE TRENTINA,  
MUSEO TRIDENTINO SCIENZE NATURALI



Ogni Cassa Rurale è fatta delle tue idee.  
Ecco perché sei parte di noi.

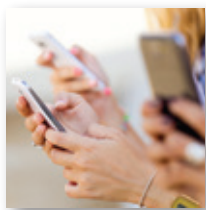


Le Casse Rurali sono fatte di persone che vivono da protagoniste le scelte della comunità. È anche grazie ai **Soci** come te se ogni giorno lavoriamo per costruire il bene comune.

Scopriilo su [ParteDiNoi.it](http://ParteDiNoi.it)



Casse Rurali  
Trentine



# 21

## ■ Educazione digitale

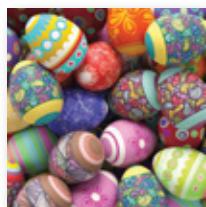
Di fronte a fenomeno che non si può più considerare marginale o solo tecnico, serve un salto di qualità che rimetta al centro la questione della responsabilità educativa. A partire dai genitori e dalla scuola



# 27

## ■ In vacanza si diventa grandi

I soggiorni estivi studiati per i ragazzi delle elementari e medie sono una ineguagliabile occasione per ampliare i propri orizzonti e crescere in allegria



# 31

## ■ Il buon augurio dell'uovo

Come sono nate le uova di Pasqua. Dalle uova sode ai gioielli di Fabergé, i simboli antichi di rinascita della primavera



# 35

## ■ Tutto quanto serve per orti e giardini

Sono molti i negozi della Cooperazione di Consumo Trentina che dedicano uno spazio alle forniture per orto e giardino, con tante offerte di primavera

# sommario

<b>Primo piano</b>	6	Prodotti alimentari <b>Quel che ci dice l'etichetta...</b> di Dario Guidi
<b>Cooperazione di consumo</b>	12	La Raccolta Punti Sinfonia <b>Insieme ai punti, raccogliere vantaggi</b>
<b>Cooperazione</b>	14	Cari soci... fate i "buoni scuola" <b>E ora facciamo diventar "buoni" i punti</b>
<b>Società</b>	15	L'educazione mi sta a cuore <b>18 e 19 aprile: a Rovereto torna Educa, il Festival dell'educazione</b> di Silvia De Vogli
<b>Educazione e famiglia</b>	17	<b>Papà ti faccio una domanda: di cosa dobbiamo avere paura?</b> a cura di Alessandra Cavallin
<b>Fa' la cosa giusta</b>	18	Consumi e stili di vita <b>Buoni propositi di metà anno</b>
<b>Cooperazione sociale</b>	20	"Aiutiamo chi aiuta" <b>Un aiuto a chi si prende cura</b>
<b>Etica dello sviluppo</b>	21	<b>Educazione digitale. I nostri figli, la rete e noi</b> di Alberto Conci
<b>Ambiente</b>	22	Lo stambecco <b>Il relitto glaciale che arricchisce la nostra biodiversità</b> di Maddalena Di Tolla Deflorian
<b>Cultura</b>	24	Stagione 2014-2015 <b>Trentino a teatro: gli spettacoli di aprile</b>
<b>Tempo libero</b>	24	CID Centro Internazionale della Danza <b>La bellezza della diversità</b>
	27	Cooperativa AERAT <b>In vacanza si diventa grandi</b>
<b>Prodotto coop</b>	29	Vivi verde <b>Cosmesi sì, ma naturale</b>
<b>Tradizioni</b>	31	Come sono nate le uova di Pasqua <b>Il buon augurio dell'uovo</b>
<b>Mangiare</b>	32	<b>Tutti i colori della farina</b>
<b>Coltivare</b>	34	Le aiuole fiorite della primavera <b>Geometrie di colori in giardino</b> di Iris Fontanari
	35	Nei negozi della Cooperazione di Consumo <b>Tutto quanto serve per orti e giardini</b>

# rubriche

<b>Cooperazione di consumo</b>	10	Notizie e appuntamenti
<b>Libri: le recensioni del mese</b>	26	a cura di Franco Sandri
<b>Mangiare e bere.</b>	33	Ricette. Pizze, torte, e focacce

Vivere in rete

► Sempre web!

# SempreWeb!

**ACQUISTA UNA INTERNET KEY  
E ATTIVA UNA SIM COOPVOCE,  
CON WEB 30 ORE, PER TE UN MESE  
DI TRAFFICO INTERNET GRATIS!**

► **Chiavetta  
Internet 21.6  
Huawei E3131**



Scopri le offerte CoopVoce su  
[www.coopvoce.it](http://www.coopvoce.it)

**coop voce**

Comunicare è semplice.

Per tutti i dettagli sulla promozione e sull'offerta CoopVoce consulta il materiale a punto vendita o sul sito [www.coopvoce.it](http://www.coopvoce.it)

**CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE**

**PROVINCIA DI TRENTO:** AVIO P.zza Roma, 5 • BORGIO VALSUGANA Corso Vicenza, 4 • CALDONAZZO Via Marconi, 28 • CARANO Via Nazionale, 18 • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperì, 2 • MALÈ Via 4 Novembre • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MOENA Strada De Prealon, 26 • PERGINE Piazza Gavazzi, 6 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Piazzale Mimosa • ROVERETO Millenium Center - Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31 - P.zza N. Sauro, 19/A • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TIONE DI TRENTO Via F. Filzi, 16 • TRANSACQUA Viale Piave, 75 • TRENTO Big Center - P.zza G. Cantore, 30 - Via Brigata Acqui, 2 - Via Solteri, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Madonna Bianca - Via C. Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - P.zza Lodron, 28 • TUENNO P.zza Alpini, 24 • VEZZANO Via Roma, 45 • VILLALAGARINA Via 25 Aprile, 50

**PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18 • **PROVINCIA DI BELLUNO:** AGORDO Via Insurrezione, 18 • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11



ANNO XXII - APRILE 2015

Mensile della Cooperazione  
di consumo trentina  
casella postale 770 - 38121 Trento

Aut. Trib. di Trento n. 829 del 6-7-1994

**Direttore responsabile**  
Giuseppe Ciaghi

**Responsabile editoriale**  
Cristina Galassi  
Per informazioni, richieste e commenti  
tel. 0461 920858  
lunedì-venerdì, ore 9,30-11,30  
e-mail: cristina.galassi@libero.it

**Comitato di redazione**  
Giuseppe Ciaghi, Alberto Conci,  
Egidio Formilan, Cristina Galassi,  
Walter Liber, Michela Luise,  
Klaudia Resch, Franco Sandri,  
Tullio Waldner

**Hanno collaborato**  
Alessandra Cavallin,  
Alberto Conci, Silvia De Vogli,  
Maddalena Di Tollola Deflorian,  
Iris Fontanari, Cristina Galassi,  
Dario Guidi, Dario Pedrotti,  
Franco Sandri.

**Editore**  
Sait, Consorzio delle cooperative  
di consumo trentine società cooperativa  
**Per informazioni**  
ufficio.soci@sait.tn.it  
tel. 0461.808641

**Impaginazione**  
Scripta sc

**Stampa**  
a cura di Scripta sc  
con utilizzo di carta certificata TCF,  
priva di sbiancanti ottici e  
certificata FSC®, proveniente da fonti  
gestite in maniera responsabile



Questo numero è stato chiuso  
in tipografia il 13-3-2015  
La tiratura del numero di marzo 2015  
di "Cooperazione tra Consumatori"  
è stata di 118.849 copie

# editoriale

di Giuseppe Ciaghi

## I nostri auguri di Buona Pasqua a tutti voi

L'antica saggezza contadina insegnava che una pianta andava sostenuta da giovane, per poi crescere bene. Il concetto si può applicare anche al regno animale, e pure all'uomo. Se un bambino viene accolto e cresciuto con sani principi, "educato", è facile che da adulto abbia comportamenti coerenti con gli insegnamenti e gli esempi ricevuti e porti un contributo positivo nell'ambiente e al tessuto sociale in cui si troverà a vivere. Di qui l'importanza fondamentale dell'educazione della gioventù, che non va demandata solo a determinati soggetti (famiglia, scuola, associazioni...) ma della quale dobbiamo sentirci tutti responsabili, soprattutto nel nostro modo di agire, per il modello di vita che rappresentiamo davanti agli occhi assetati di conoscenza e di aspirazioni delle nuove generazioni, spesso in conflitto tra il desiderio e la realtà che li condiziona. In un momento difficile come l'attuale, dove i valori del vivere civile sono spesso messi in discussione, diventa imprescindibile partire da essi per ricreare una società migliore, per uscire dalla corruzione in cui siamo impelagati e indicare delle motivazioni ideali in cui credere e per i quali val la pena di spendersi. Di buon augurio in questo contesto è il ritorno a Rovereto di "Educa", manifestazione di grande spessore culturale con ospiti di straordinaria levatura, scientifica e morale, e una grande partecipazione di persone appassionate dell'argomento, che sabato e domenica 18 e 19 aprile affronterà il tema nei campi più disparati. Sponsorizzata dal Comune della Quercia, ha trovato sostegno e collaborazione nella PAT, nell'Università di Trento e nel mondo della nostra Cooperazione con particolare impegno dei settori che riguardano il sociale. Già nel numero scorso della rivista Alberto Conci ne aveva anticipato alcuni aspetti, puntualizzati e inseriti nel contesto organizzativo illustrato nelle pagine che seguono. Altre pagine di questo fascicolo vengono dedicate alla primavera, alla lavorazione degli orti, di cui ci parla anche un bel libro recensito da Franco Sandri nella sua rubrica, alle nuove etichette Coop - una sforzo notevole per render sempre più coscienti i consumatori dei prodotti messi in commercio - a quanto succede nel mondo delle nostre Famiglie cooperative, alle consuete sezioni dedicate all'ambiente, alla cucina, alle piante e a tante altre notizie di sicuro interesse per i nostri lettori, stando almeno ai suggerimenti e agli apprezzamenti che spesso ci giungono....e dei quali ringraziamo, di cuore.



### Data di scadenza

Su ogni singola porzione (e non più solo sulla confezione esterna) deve essere riportata la data di scadenza. La data di congelamento deve essere indicata su carne, preparazioni a base di carne e sui prodotti non trasformati congelati a base di pesce.

### Tabella nutrizionale

Negli alimenti confezionati deve essere presente una tabella nutrizionale obbligatoria con sette elementi (energia, grassi, acidi grassi saturi, carboidrati, zuccheri, proteine e sale) riferiti a 100 g o 100 ml di prodotto, che potrà essere affiancata dai dati riferiti ad una singola porzione o unità di consumo. Per sostanze come il colesterolo è vietata l'indicazione. La norma prevede invece che pos-

**D**a dicembre 2014, più un'appendice relativa alle carni che partirà dal prossimo mese di aprile, è entrato in vigore il nuovo regolamento della Commissione europea (il 1169/2011) relativo alle etichette dei prodotti alimentari. Anche se non sempre noi consumatori dedichiamo tutto il tempo che sarebbe necessario a leggere le informazioni riportate sulle confezioni, resta il fatto che le etichette sono fondamentali alleate proprio di chi acquista. Sono una luce che si accende su cosa c'è dentro a quel che stiamo comprando, di cosa è fatto, dove è stato prodotto, quali sono i suoi valori nutrizionali, eccetera eccetera. E questa luce può essere più o meno intensa, più o meno velata da ombre, ovvero da omissioni o scorciatoie che, a volte, i produttori usano per aggirare qualche dettaglio sui loro prodotti.

Da questo punto di vista il regolamento dell'Unione Europea segna sicuramente un passo avanti che aumenta la trasparenza. Anche se, realtà come ad esempio Coop, ciò che il regolamento Ue impone oggi lo facevano già da diverso tempo. Comunque, proprio per aiutarvi quando andate a fare la spesa, ecco un riassunto dei punti più importanti previsti dalla nuova normativa sulle etichette.

### Scritte più leggibili sulle etichette

Per la prima volta è stata definita la dimensione minima dei caratteri tipografici delle

## Prodotti alimentari

# Quel che ci dice l'etichetta...

Ecco tutte le novità previste dalla nuova normativa europea sui prodotti alimentari e l'impegno di Coop per garantire la massima informazione ai consumatori

di Dario Guidi

etichette, che devono essere di almeno 1,2 mm (0,9 mm per le confezioni più piccole). Quando la superficie della confezione è inferiore a 10 cm quadrati è sufficiente riportare la denominazione dell'alimento, l'elenco degli allergeni, il peso netto e il Tmc o la data di scadenza. L'elenco degli ingredienti può essere indicato anche con altre modalità (ad esempio negli stand di vendita) e deve comunque essere sempre disponibile su richiesta del consumatore.

sano essere aggiunte informazioni volontarie (es. per le fibre, nella tabella o gli Omega 3, nel campo visivo). Per i prodotti a marchio Coop questa è una cosa già presente da anni.

### Allergeni

Le sostanze che provocano allergie o intolleranze (come ad esempio contenenti glutine, sedano, crostacei, anidride solforosa, arachidi, frutta a guscio, uova, pesce, soia, latte e prodotti a base di latte, eccetera) devono essere evidenziate graficamente nella lista degli ingredienti. Anche mense, ristoranti e le attività di somministrazione di alimenti e bevande dovranno comunicare specificamente gli allergeni, tramite adeguati supporti (menù, cartello, lavagna o registro), accessibili e visibili alla clientela. Sui prodotti a marchio Coop è da tempo presente una frase volontaria che specifica la possibile presenza di alcune di queste sostanze.

## COOP: "TEMI SU CUI SIAMO DA ANNI" E SULLE MATERIE PRIME DICIAMO TUTTO

“Per quanto riguarda il mondo dei prodotti a marchio Coop, le modifiche e i vincoli introdotti dal regolamento europeo sull'etichettatura, che pur riteniamo segnino un passo avanti per l'insieme del mercato, non rappresentano per noi una novità. Si tratta di cose che già facevamo e di informazioni che erano presenti sui nostri prodotti, dalla tabella nutrizionale alle indicazioni sul tipo di oli e grassi utilizzati oppure sulla presenza di potenziali allergeni. Certo il regolamento Ue contiene precisazioni, specifiche tecniche, ma nel merito dei contenuti importanti per il consumatore la sostanza è quella che ho detto. E ovviamente su aspetti del regolamento che

stanno giustamente suscitando critiche, come l'indicazione dello stabilimento di produzione, che ora diventa facoltativa, noi continueremo a indicarla in una forma completa e trasparente”. Parola di **Domenico Brisigotti, direttore del prodotto a marchio di Coop Italia**. Ma nel ragionamento di Brisigotti e nell'impegno di Coop c'è molto di più di quanto non sia presente nelle normative attuali: “Per noi la trasparenza è un aspetto fondamentale. Dare informazioni complete, chiare e il più possibile esaustive ai consumatori è un impegno su cui lavoriamo da anni. Per questo, anche alla luce del fatto che l'etichetta è uno spazio limitato che non può contenere fisicamente più di tante indicazioni, pena il diventare qualcosa di

### Origine per carni suine, ovi-caprine e pollame

Dal mese di aprile 2015 dovranno essere indicate in etichetta luogo di allevamento e di macellazione di carni diverse da quella bovina (dopo l'emergenza mucca pazza è da anni già previsto l'obbligo di indicare questi elementi per i bovini).

### Altre indicazioni sull'origine

L'informazione sull'origine del prodotto è obbligatoria anche quando la sua omissione possa indurre in errore il consumatore, ovvero quando il paese o il luogo di provenienza di un alimento non sia lo stesso del suo ingrediente primario. Una precisazione utile a ostacolare il fenomeno dell'Italian sounding, ossia alimenti presentati come made in Italy ma fabbricati altrove. Su diversi prodotti Coop indica volontariamente la provenienza di questo ingrediente primario (es. 100% di latte italiano per un formaggio).

### Scompare la scritta "oli vegetali"

Non si potrà più utilizzare la dicitura generica di "oli vegetali" dietro cui ci può essere l'utilizzo di grassi tropicali (come olio di palma, di cocco o di cotone). Va quindi indicata con precisione l'origine vegetale specifica dell'olio usato nella lista ingredienti. Così, "olio di palma" od "olio di cocco" dovranno essere elencati in etichetta in modo trasparente. Inoltre, se gli oli o i grassi adoperati sono stati idrogenati, è obbligatorio apporre la dicitura "totalmente o parzialmente idrogenato", a seconda dei casi. Sui prodotti a marchio Coop l'indicazione dell'origine botanica degli oli è una cosa già presente da tempo.

### Responsabile etichettatura

Va indicata la sede "dell'operatore alimentare responsabile delle informazioni sul prodotto", cioè dell'operatore con il cui nome o ragione sociale è commercializzato il prodotto (cioè Coop per i prodotti a marchio). Dovrà essere indicato in modo completo con anche l'indirizzo completo di numero civico.

illeggibile, noi abbiamo portato avanti, già dal 2013, un impegno che ci mette all'avanguardia, grazie anche alle possibilità offerte dal Web e da Internet cui un numero sempre più alto di consumatori ha accesso costante. Alludo al nostro progetto sulle origini ([www.cooporigini.it](http://www.cooporigini.it)). Si tratta di un sito attraverso il quale tutti possono andare a scoprire, prodotto per prodotto (ne abbiamo inseriti più di 1.400), da dove vengono i suoi ingredienti principali. Basta inserire il nome o il suo codice Ean e si ha la risposta. Siamo stati i primi in Europa a fare una cosa del genere e ritengo davvero sia un passo avanti importante perché certo è importante sapere, come ci deve dire l'etichetta, dov'è lo stabilimento e chi è responsabile della produzione, ma la cosa fondamentale è sapere quali sono gli ingredienti e da dove vengono".

## ECCO COSA TROVI NELLE ETICHETTE DEI PRODOTTI COOP

QUANTITÀ MEDIA	PER 100g	Per porzione (150g)
Energia	kj 119 kcal 29	kj 179 kcal 43
Grassi di cui acidi grassi saturi	g 0,4 g 0,0	g 0,6 g 0,0
Carboidrati di cui: zuccheri	g 2,3 g 2,3	g 3,5 g 3,4
Fibre	g 4,1	g 6,2
Proteine	g 1,9	g 2,9
Salé	g 0,00	g 0,00

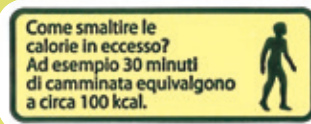
La nuova tabella nutrizionale con i dati per l'intera confezione e per porzione. ad es. la specifica dei dati sui grassi monoinsaturi e polinsaturi è una aggiunta volontaria, così come quella degli omega 3 che però, per le norme ue, non possono stare nella tabella

Prodotto per COOP Italia S.C., Casalecchio di Reno (BO), Via Del lavoro 6-8 da Orogel Soc. Coop. Agricola, Cesena (FC), Via Dismano 2830

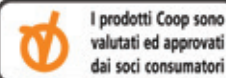
Così Coop indica di essere responsabile dell'etichettatura, ma nel contempo mantiene l'indicazione completa sul produttore con tanto di indirizzo dello stabilimento



Ecco il logo relativo alla certificazione SA8000 contro ogni tipo di sfruttamento



Questo logo indica quanto movimento è necessario fare per smaltire le calorie assunte



Questo logo indica che il prodotto è stato testato e approvato da parte dei soci



Questa è l'indicazione relativa al corretto smaltimento dell'imballaggio dei prodotti



il numero verde di Coop Italia a cui chiedere informazioni su tutti i prodotti a marchio

**BISCOTTI FROLLINI AI CEREALI BIOLOGICI**  
 Ingredienti: fiocchi di avena\* 35,9%, farina di frumento integrale\* 35,5% (farina di frumento\* 29,6%, cruschetto di frumento\* 5,9%), olio di semi di girasole\*, zucchero di canna\*, sciroppo di glucosio da mais\*, agenti lievitanti (carbonati di ammonio, carbonati di sodio), estratto di malto d'orzo\*, sale. **Può contenere tracce di soia, latte, uovo, frutta a guscio.**  
 \*biologici.

Prodotto per Coop Italia S.C., Casalecchio di Reno (BO), Via Del Lavoro 6-8 da Gandola Biscotti, Rudiano (BS), Via Lavoro e Industria 1041.

La lista degli ingredienti nella quale sono evidenziati in neretto le sostanze che possono produrre allergie. alla fine Coop aggiunge volontariamente anche l'indicazione su possibili tracce di altre sostanze



Questa è l'indicazione relativa alla corretta conservazione di prodotti surgelati nel congelatore

### La questione della sede dello stabilimento

L'indicazione della sede legale del produttore, però, non va confusa con quella dello stabilimento di produzione, prima obbligatoria per la legge italiana (la 109 del 1992) ma che ora diventa facoltativa e sarà ancora disponibile con l'unica accor-

tezza di non ingenerare confusione nel consumatore. Coop ha deciso di mantenere sulle proprie etichette la presenza





dell'informazione sullo stabilimento nonché il riferimento volontario al produttore.

**Pesce**

In etichetta (per il pesce la normativa sulle etichette dipende dal regolamento 1379 del 2013) dovrà comparire sia il nome scientifico del pesce che quello commerciale, l'indicazione dettagliata del luogo di pesca, il tipo di attrezzi di pesca utilizzati per la cattura e se il prodotto è stato scongelato. Poi rimane

l'obbligo di indicare se pescato in mare, in acque dolci o allevato.

**Surgelati**

In caso di carne, preparazioni a base di carne, prodotti non trasformati a base di pesce congelati occorre indicare la data di congelamento. Invece, nel caso di alimenti che sono stati congelati prima della vendita e sono venduti scongelati, la denominazione dell'alimento deve essere accompagnata dalla dicitura "scongelato".

**Preparati a base di carne e pesce**

Per quanto concerne i prodotti e le preparazioni a base di carne sottoforma di tagli (anche da arrosto), fette, porzioni di carne o carcasse, la denominazione dell'alimento comprende l'indicazione della presenza di acqua aggiunta se quest'ultima

rappresenta più del 5% del peso del prodotto finito. Un'analoga disposizione si applica anche ai prodotti della pesca e ai prodotti preparati della



## “Le norme sulle etichette? Un topolino con alcune virtù”

Intervista a Dario Dongo: “Alcuni passi avanti ci sono stati, come per gli oli vegetali, ma c'è ancora troppa confusione tra le legislazioni dei diversi paesi membri. E per tutelare il made in Italy serve molto di più”

**A** Dario Dongo, docente universitario, fondatore di [www.greatitalianfoodtrade.it](http://www.greatitalianfoodtrade.it) (portale in 8 lingue dedicato a promuovere la cultura alimentare italiana nel mondo) e autore dell'ebook “L'Etichetta” (disponibile su [www.iffattoalimentare.it](http://www.iffattoalimentare.it)), abbiamo chiesto un giudizio generale sulla nuova normativa europea relativa alle etichette.

“L'elefante ha partorito un topolino - esordisce Dongo - nel senso che, dopo dieci anni di lavori preparatori, il legislatore europeo non è stato in grado di andare oltre una lieve revisione della precedente 'direttiva etichettatura' e di quella relativa all'etichettatura nutrizionale. Il topolino ha comunque alcune virtù: anzitutto è definita un'altezza minima dei caratteri delle informazioni obbligatorie in etichetta, così non avremo più bisogno della lente d'ingrandimento per fare la spesa; viene finalmente fatta luce sulla natura specifica degli oli e grassi vegetali utilizzati. Si svela perciò il diffuso utilizzo di palma contro il quale

abbiamo lanciato una petizione su Change.org (il Fatto Alimentare e Great Italian Food Trade) che in meno di due mesi ha raccolto centomila firme. Vale la pena aggiungere, al proposito, che Coop Italia è stato il primo gruppo a rispondere al nostro appello verso la riformulazione dei prodotti, in ottica di sostenibilità e salute. Infine, ma non da ultimo, sono stati fatti alcuni passi avanti sul fronte dell'indicazione d'origine. Così, a partire dal 1° aprile 2015 avremo anche la possibilità di conoscere l'origine (Paese di nascita, allevamento e macellazione) delle carni di origine suina, avicola, ovina e caprina”.

**Quali sono i punti critici su cui lavorare per migliorare la normativa attuale?**

Bisogna anzitutto riordinare il sistema europeo delle regole, affollato di normative di settore che spesso si sovrappongono a quelle generali. Ci troviamo perciò in un vero ginepraio la cui conoscenza e comprensione da parte dei consumatori, ma anche delle autorità di controllo e degli operatori di settore, è a dir poco problematica. Per le stesse ragioni, bisogna mettere un freno alla legislazione concorrente dei Paesi membri, i quali grazie al nuovo regolamento possono liberamente aggiungere notizie obbligatorie in etichetta, col duplice effetto di complicare la vita alle piccole imprese e confondere i consumatori. Un esempio per tutti, i simboli nutrizionali in Nord Europa: Svezia, Finlandia Norvegia e Danimarca applicano una “serratura verde” su prodotti che rispondano a determinate caratteristiche, l'Olanda usa invece un simbolo dalla forma di “smile” sulla base

di criteri diversi, il Regno Unito i semaforini in ragione di algoritmi ulteriori. Se questo è il Mercato interno, siamo fritti!

**Anche alla luce dell'evoluzione tecnologica come sarà l'etichetta del futuro?**

C'è da sperare che almeno parte delle informazioni potrà venire trasferita su un “databar” leggibile con strumenti ottici disponibili a scaffale, come già avviene da Ikea su alcune merci non alimentari, ovvero con smartphone. Ciò faciliterebbe la lettura delle notizie davvero essenziali - come la denominazione di vendita, la lista ingredienti, il termine di durabilità, la quantità - e perciò semplificherebbe la vita ai consumatori che non abbiano voglia di perdersi tra mille diciture. Gli standard internazionali sono già avanti e l'Italia è uno dei pionieri in tal senso, grazie a GS1-Italy (Indicod-ECR) che lo scorso anno ha soffiato la 40a candelina sul codice a barre. A livello normativo le premesse ci sono, basterebbe decidere di darvi applicazione con un provvedimento della Commissione europea in accordo con gli Stati membri.

**Quanto e come i consumatori davvero leggono le etichette?**

Posso soltanto esprimere una sensazione personale che trae spunto dai feedback dei nostri lettori, e dai rapporti con le associazioni dei consumatori. L'impressione è quella che l'attenzione dei consumatori italiani verso le etichette alimentari, e in particolare verso la lista degli ingredienti, sia effettivamente aumentata nel corso degli ultimi anni. Un segno positivo nella direzione del consumo consapevole.

**L'etichetta in che misura serve a tutelare il made in Italy?**

Purtroppo la nuova etichetta non tutela per nulla il made in Italy, anzi lo confonde deliberatamente con il ‘Made wherever’. Il governo italiano infatti ha fatto decadere la norma nazionale che già dal 1992 aveva prescritto l'indicazione della sede dello stabilimento sulle etichette dei prodotti italiani. Un vero peccato, anzi peggio.



pesca interi o sottoforma di tagli, fette, porzioni e filetti.

**Sostituzione ingredienti normalmente attesi**

Per gli alimenti che contengono ingredienti sostitutivi diversi da quelli che il consumatore si attende, gli ingredienti sostitutivi devono essere resi ben visibili a fianco del nome del prodotto, in caratteri simili a quelle del nome legale dell'alimento (es. se al posto di cacao si usa burro di arachidi).

**Insaccati**

Per i salumi insaccati va indicato chiaramente se il budello non è commestibile.

**Caffeina**

Nelle bevande ed "energy drinks" contenenti un tenore di caffeina superiore ai 150 mg/l va riportata in etichetta la scritta "Tenore elevato di caffeina" con l'aggiunta (nello stesso campo visivo) dell'avvertenza: "Non raccomandato per bambini e donne in gravidanza o nel periodo di allattamento".

**Vendite via web**

Un'altra novità riguarda per la prima volta la vendita di alimenti sul web. I consumatori dovranno disporre di tutte le informazioni obbligatorie per legge (come nome dell'alimento, lista ingredienti, allergeni, quantità netta, ecc.) prima della conclusione dell'acquisto, ad eccezione della data di scadenza o simili, che invece potranno essere fornite insieme alla consegna dell'alimento.

**Prodotti esentati**

Esistono alcune tipologie di prodotti esonerati dagli obblighi di etichettatura nutrizionale che abbiamo sin qui descritto. Si tratta dei prodotti ortofrutticicoli freschi, le farine, le acque, aromi, spezie, erbe, dolcificanti, gomme da masticare, integratori alimentari, ecc.

Sono altresì esclusi dall'obbligo di etichetta nutrizionale i prodotti preincartati (gli alimenti porzionati dai reparti interni del supermercato, per intenderci) e quelli contenuti in confezioni piccole, con superficie inferiore ai 25 centimetri quadrati.

**ANTEPRIMA**

**Al via in aprile i corsi di cucina dedicati ai soci**

**Dolce e salato**

Un invito a mettere le mani in pasta e cimentarsi con torte dolci o salate, pizze e focacce: è il primo dei nuovi Corsi di cucina itineranti a tema della Cooperazione di Consumo Trentina.

Il corso dedicato a pizze e torte inizierà il suo tour in aprile, per proseguire con le sue tappe anche nel mese di maggio; l'annuncio e tutte le informazioni utili per partecipare al corso si troveranno nei negozi in tempo utile per iscriversi.

Il costo d'iscrizione per tutti i soci è di 25 euro a serata, oppure 2000 punti della raccolta Sinfonia; la quota comprende tutto quanto serve per preparare le ricette in

programma, che permetteranno di sperimentare le tortiere e i vari tipi stampi da forno previsti in premio con i punti della raccolta Sinfonia; il corso dura circa 2 ore e mezza e sarà condotto da un noto cuoco. (c.g.)

**Tutte le informazioni si trovano su**

[www.laspesainfamiglia.coop/](http://www.laspesainfamiglia.coop/)  
oppure Ufficio Soci, 0461.808641



**Milano, 1° maggio-31 ottobre 2015**

**Expo, biglietto speciale per la scuola  
E per i soci: - 30%**



Oltre ai biglietti "speciali" per i soci, che danno una riduzione del 30% sui prezzi stabiliti da Expo, Coop offre anche i biglietti per le scuole "in bundle", cioè in abbinata biglietto+pranzo a un prezzo molto vantaggioso: 16 euro. Il biglietto dà la possibilità di consumare il pasto nella piazza attrezzata antistante il supermercato del futuro.

L'offerta è riservata ai gruppi scolastici di almeno 15 studenti provenienti dall'Italia delle scuole dell'infanzia, primarie, secondarie di primo e

di secondo grado. Il biglietto scuola dà diritto alle seguenti gratuità: 1 accompagnatore maggiorenne (insegnante/educatore) ogni 12 studenti; 1 accompagnatore maggiorenne (insegnante/educatore) per ogni studente disabile.

Per acquistare il biglietto basta seguire tutte le istruzioni su

<http://www.e-coop.it/web/guest/expo-2015-visite-didattiche#sthash.RzBZDnXu.dpuf>

Su <http://www.e-coop.it/web/guest/expo-2015>, invece, i soci della Cooperazione di Consumo Trentina, come quelli di Coop, possono acquistare i biglietti d'ingresso (fino a 15) con una riduzione del 30% sul biglietto intero: un biglietto speciale, in quanto Coop è partner dell'Esposizione, alla quale partecipa collaborando all'ideazione e allestimento del padiglione tematico "Il supermercato del futuro".

I biglietti sono divisi in quattro tipologie che corrispondono a prezzi diversi (Adulto, Bambino, Senior, Studente) e si possono acquistare on line inserendo il codice completo indicato sul retro della Carta In Cooperazione, come si vede in questa immagine (c.g.)



È davvero bello il legame che unisce il socio alla sua Famiglia Cooperativa, al suo negozio. Lo ripetiamo spesso, perché è una delle caratteristiche fondamentali dei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina, ma è giusto testimoniare ed esserne orgogliosi ogni volta, come in questo caso, che descrive con immediatezza il vissuto di una socia della Famiglia Cooperativa Castelli d'Anania.



## Famiglia Cooperativa Castelli d'Anania Le commesse, cuore della Cooperativa

È dedicata alle commesse di Rallo la poesia che una socia ha scritto per ringraziarle in occasione del loro primo anno di lavoro alla Cooperativa Castelli d'Anania

La socia di Rallo ha voluto infatti esprimere il suo sentimento di ammirazione e gratitudine nei confronti delle commesse e ha scelto di farlo in occasione del primo anno trascorso (lo scorso 5 febbraio) dal cambio del personale della Famiglia Cooperativa di Rallo.

Si tratta di un testo in versi dialettali (giunto a noi manoscritto) che tocca il tema del lavoro nella cooperativa, nel passato e oggi, evidenziando ("Ma la roba più bela, seo cala che è stà? Doi brave commesse"), insieme al prezioso servizio assicurato dal negozio, il ruolo della commessa, con la sua capacità di stabilire una relazione con le persone che fanno la spesa.

Parole in versi che illustrano e sintetizzano bene cosa significa essere Famiglia Cooperativa, soggetto sociale ed economico, protagonista della storia di tante comunità trentine, un tempo come oggi, in un rapporto che esiste da decenni e si rinnova quotidianamente, e non solo nelle oltre 200 località dove i negozi della Famiglia Cooperativa sono rimasti unici pubblici esercizi, irrinunciabili punti di riferimento per chi vive nei piccoli centri.

La Famiglia Cooperativa Castelli d'Anania ha oggi 2150 soci ed è nata nel 2002 dall'unione delle Famiglie cooperative Anania, Rallo, Romallo e Monte Pin; ha la sua sede a Tuenno e negozi a Bresimo, Cis, Cles, Cunevo, Mione, Mocenigo, Preghena, Rallo, Revò, Romallo, Marcena, Terres, Varollo dove lavorano 41 persone; la sua presidente è Graziella Berti, il direttore Giuseppe Piffer. (c.galassi)

Si avvicina finalmente il momento dell'anno in cui è possibile tornare a dedicarsi alle cure dell'orto e del giardino: i primi lavori, le prime semine che presto daranno raccolto, le ripuliture, i nuovi progetti per rendere più bello il giardino. Una passione che dà grandi soddisfazioni e che è sempre più condivisa, anche da chi ha soltanto qualche vaso sul balcone. Per rispondere a questa abitudine, che in fondo così nuova non è, la Famiglia Cooperativa di Cimone ha deciso da qualche tempo di offrire un servizio ad hoc, come accade anche in molte altre Famiglie Cooperative.

Nel negozio di Cimone è stato infatti allestito uno "SPAZIO FERRAMENTA" presso il quale è possibile acquistare utensili di vario genere (per le attività agricole e il giardinaggio, il bricolage, le piccole riparazioni meccaniche ecc.); in più, attraverso un nutrito catalogo, è possibile ordinare qualsiasi articolo in base alle proprie esigenze e riceverlo in pochi giorni.



### Le commesse della Cooperativa

Canche gevi chindes ani  
L'è tanto en pez, amo' stì ani,  
son nada a laorar a la Cooperativa  
eri contenta e tutta giuliva  
Alor se cogneva laorar al'antica  
Senza comodità, e con tanta fatica.  
Se pesava el zucer e ancia el caffè  
Se feva i conti a man, robe da no tornar  
pù en drè.  
Se gheva la sbalanza cò la lanceta  
e i conti se cogneva far, putost ed freta.  
Ge voleva saver ben a memoria le tabeline  
perché no gera la calcolatrice  
che rendeva la vita ed poc più felice!  
Ades tut è cambià  
e tutta la ciasa i ha rebaltà  
I l'ha fatta su, moderna e nova  
e i l'ha emplenida tutta de roba bona.  
Robe de marca, prodotti bio

perché tutti nentie, a proveder io  
Colombe, ciambelle e panettoni  
che servia e se abinia a tut le stagioni.  
I mà fat ancia aver en ciaret, cò le rodele,  
perché a portar la borsa,  
no le se straca, stè pore putele.  
Lè na filiale de chela da Trien  
e fin ades me par che nan propi ben  
Castelli d'Anania i l'ha ciamada  
vista la zona, en do che la è stada fondada  
Ma la roba più bela, seo cala che è stà?  
Doi brave commesse i m'ha mandà  
Gentili, beline, e sempre carine,  
premuose eeindaffaradte assai  
Semper io a metter la roba, su en tei scaffai  
El bancon l'è tut net, i vedri slusenti,  
gen cì tut a posto... avanti clienti!  
La verdura lè frescia, apena arivada  
Su cà nova sbalanza la va po' pesada  
Cialcià giust i botoni, però coi guantoni,  
e santerà for el bigliet

che el v'è tacià subit, su en tel saciet.  
Ancoi en d'è, l'è tut enzita, mecanizà  
E col compiuter el cont se farà  
Cò la Rurale l'è colegà  
...e ala fin del mes... se pagerà!  
Per el paes l'è molto importante  
Che ge sia 'na botega, daverta e accogliente  
Cò' le so offerte de roba, assai conveniente!  
En zì, le v'è le femle, la so spesa a far,  
e con e 'sta scusa, le se ferma a ciacular!  
L'è en punto d'incontro  
Dè riferimento, de associazioni  
Tegnì su en pè dalla Cooperazione!  
Care commesse, de voi sen contenti  
E, né pur avanti, semper en zì,  
cò la promessa che noi, tornan cì  
tutti i d'è!!!

Per Alessandra e Grazia per il loro primo anno di lavoro da commesse alla Cooperativa Castelli d'Anania di Rallo - 6 febbraio 2015

## FAMIGLIA COOPERATIVA DI CIMONE

# Nuovi servizi: lo spazio per orti e giardini e la consegna a domicilio gratuita



Ma questo è soltanto un esempio delle novità che la Famiglia Cooperativa di Cimone ha recentemente introdotto, accostando ai tradizionali servizi tipici delle cooperative di consumo anche servizi orientati al "sociale" e alla comunità, come quello di consegna a domicilio.

La Famiglia Cooperativa opera infatti all'interno del Comune di Cimone, che è distribuito su ben **11 frazioni**: per sopperire ai problemi di spostamento dalle frazioni verso Cimone degli anziani e delle persone con difficoltà, la Cooperativa ha deciso di offrire un servizio di **CONSEGNA A DOMICILIO attivo già dalle 6.30 del mattino** e pronto a consegnare a chi ne fa richiesta beni alimentari di prima necessità (tra cui ad esempio il pane fresco) e **FARMACI** senza alcun onere a carico dell'utenza. Una sensibilità, da parte della Famiglia Cooperativa,

A Cimone uno spazio dedicato alle forniture per orto e giardino e un prezioso servizio di consegna a domicilio di beni alimentari di prima necessità e di farmaci

che si ritrova anche nella scelta di **SOSTENERE LE ASSOCIAZIONI del territorio, prevedendo per esse uno sconto del 10% sulla spesa effettuata** e collaborando in prima persona (solitamente il Direttore Simone Frizzi) all'organizzazione delle attività svolte nelle giornate domenicali.

Tanto impegno è premiato dal senso di appartenenza dei soci, sempre più numerosi (negli ultimi anni sono diventati 160, a fronte dei 721 abitanti che vivono nel Comune), dalla loro partecipazione, a testimonianza della fiducia riposta nella Cooperativa, nelle persone che vi lavorano: il Direttore, il personale (Simonetta e Cristina, premiata nel 2014 per i suoi 31 anni di servizio) e tutto il Consiglio di Amministrazione.

Alla base di queste scelte e dei risultati raggiunti c'è la capacità della Famiglia Cooperativa di stare al passo coi tempi, a cominciare dal Consiglio di Amministrazione. Il CdA, a partire dal 2012, è stato infatti rinnovato per buona parte, (il Presidente, Diego Zanotelli, e il Direttore compresi): oggi include tre presenze femminili e, in termini anagrafici, è relativamente giovane, visto che l'età massima delle persone che lo compongono non supera i 57 anni di età. (c.g.)



**È** fissata per il 19 aprile la Giornata Nazionale Raccolta Occhiali Usati, un'occasione per ricordare l'iniziativa che il Lions Club promuove dal 2010 in tutta Italia. Grazie a questo progetto gli occhiali usati, ma in buono stato, vengono raccolti e spediti al centro nazionale che, in collaborazione con alcune aziende del settore, li pulisce e ripara, li cataloga e quindi li spedisce dove se ne ha più bisogno. I Lions sono attivi nella raccolta di occhiali usati da decenni e fanno parte del progetto Vision 2020 che ha l'obiettivo di contribuire ad eliminare la cecità evitabile e curabile entro l'anno 2020; il progetto Vision è promosso dall'Organizzazione Mondiale della Sanità e

THE INTERNATIONAL ASSOCIATION OF LIONS CLUB  
CENTRO ITALIANO LIONS PER LA RACCOLTA DEGLI OCCHIALI USATI

**Raccolta di occhiali usati**

A te non servono più, ma possono aiutare qualcuno a riacquistare la vista

Consegna i tuoi occhiali in questo punto vendita, i Lions Clubs si occuperanno di pulirli, catalogarli e consegnarli a milioni di persone che in Africa, nell'America del Sud, in India e nell'Est europeo non vedono, semplicemente perché non sono in grado economicamente di acquistare un paio di occhiali.

FAMIGLIA COOPERATIVA DI CIMONE | coop | LIBERTY | coop

## 19 aprile, Giornata Nazionale Raccolta Occhiali Usati

Nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina

dall'Agenzia Internazionale per la Prevenzione della Cecità (IAPB) e coinvolge più di 20 Organizzazioni Non Governative internazionali che si occupano della cura della vista e della prevenzione e cura della cecità. La Cooperazione di Consumo Trentina ha aderito al progetto da subito: **i punti vendita della Cooperazione di Consumo sono infatti in Trentino il luogo dove portare gli occhiali usati già dal 2010.** Nella edizione 2010/2011 nei

negozi della Cooperazione di Consumo Trentina sono state raccolte quasi 3700 paia di occhiali, nel 2012/2013 quasi 5100 paia, nel 2013/2014 quasi 2100.

**Non c'è scadenza per donare i vostri occhiali usati:** i negozi della Cooperazione di Consumo Trentina sono sempre pronti a raccogliervi per poi consegnarli all'azienda che li farà avere a chi ne ha bisogno. Con i vostri vecchi occhiali qualcuno nel mondo potrà riacquistare la vista. (c.g.)



Qui a sinistra, la foto classificatasi prima e, qui sopra e più in basso, altri due esempi delle foto arrivate tra le prime quindici.

## Famiglia Cooperativa Valle del Chiese

# “Scatta e vinci”: creatività premiata

Nelle scorse settimane, sono stati premiati alcuni dei vincitori del concorso “Scatta e vinci”, legato alla raccolta punti Carta Canta, al quale i soci della Cooperazione di Consumo Trentina hanno potuto partecipare, dal 9 giugno a 14 settembre 2011, ritirando un premio tra quelli indicati sul catalogo della raccolta punti Carta Canta, e quindi scattandogli una fotografia, da caricare sul sito dedicato [www.concorsoincooperazione.it](http://www.concorsoincooperazione.it): a quel punto non restava che invitare amici e parenti a entrare sul sito e votare la foto.

Tra le 30 foto che hanno ricevuto più voti, la giuria ne ha selezionate 15, e tra queste quella di Manuela Mazzacchi, socia della **Famiglia Cooperativa Valle del Chiese**, si è classificata prima ed ha vinto il “premio speciale per l’originalità”: sua la foto davvero bella e originale dei bicchieri “stesi al sole”.

La Famiglia Cooperativa Valle del Chiese ha pensato quindi di organizzare, nel suo negozio di Pieve di Bono, una piccola festa, per consegnare a Manuela Mazzacchi il premio più con-

A Pieve di Bono, in Famiglia Cooperativa, una piccola festa per consegnare il premio alla vincitrice del concorso fotografico “Scatta e vinci”



sistente del concorso, un buono spesa da 500 euro da spendere presso la Cooperativa; gli altri vincitori della zona sono stati premiati con un buono spesa da 50 euro; alla festa hanno partecipato, tra gli altri, il presidente Michele Pernisi, il direttore Carlo Gualdi e altri rappresentanti della Famiglia Cooperativa.

Ecco infine l’elenco completo degli autori delle foto vincitrici (classifica della giuria): Manuela Mazzacchi; Elena Carli; Luisa Girardi; Viola Gabriella; Giuliana Tognolli; Anna Marzatico; Giorgio Cont; Antonio Florindo Balestra; Arianna Boninsegna; Marcella Carutti; Anna Bugna; Tiziana Bordato; Lino Bugnella; Anna Marzatico; Franco Mattevi; Anna Marzatico (tutte le foto sono su [www.concorsoincooperazione.it](http://www.concorsoincooperazione.it)). (c.g.)



Due momenti della piccola festa organizzata a Pieve di Bono dalla Famiglia Cooperativa Valle del Chiese per premiare i vincitori di zona.



**C**’è tempo ancora fino al 30 settembre 2015 per cogliere gli speciali sconti e vantaggi che la raccolta punti Sinfonia, legata a Carta In Cooperazione, offre ai soci della Cooperazione di Consumo Trentina.

Sinfonia infatti è molto più di una raccolta punti, è un’iniziativa che assicura al socio vantaggi particolari, in quanto assicura sconti e premia con i punti non solo facendo la spesa nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina, ma anche in altre occasioni. E poi con i punti si può tornare, semplicemente, a fare la spesa, oppure si possono scegliere premi o si può partecipare ad iniziative di solidarietà che la Cooperazione di Consumo Trentina sostiene da tempo.

### Un sistema di sconti e vantaggi

Con Sinfonia la Cooperazione di Consumo Trentina si è proposta di offrire al socio possibilità di risparmio e vantaggi anche in altre occasioni oltre a quelle della spesa, valorizzando al massimo le tante risorse che fanno parte della comunità, in un circuito di alleanze che genera per i soci occasioni di risparmio, sconti, punti bonus e servizi.

Con Sinfonia, usando la propria Carta In Cooperazione, si raccolgono punti pranzando nei ristoranti Risto3, o acquistando una polizza assicurativa Assicura (Casse Rurali Trentine) oppure scegliendo i prodotti e servizi di Acustica Trentina o anche le automobili di Dorigoni. Ma poi con i punti Sinfonia è anche possibile ad esempio associarsi a Cooperazione Salute, oppure avere uno sconto sulle polizze Assicom.

Ecco qualche dettaglio in più (tutte le informazioni su [www.laspesainfamiglia.coop](http://www.laspesainfamiglia.coop), oppure tel. 0461.808641). (c.galassi)




**DA RISTO 3** prima si pranza e poi si fa la spesa. Ogni 5 euro spesi nei ristoranti Risto 3 si riceve infatti un **bollino** da applicare sulla tessera raccolta bollini; una volta completata (50 bollini) la tessera si trasforma in **250 punti** che, caricati sulla propria Carta In Cooperazione, possono essere usati nei negozi Famiglia Cooperativa o Coop Trentino.

Info ristoranti: [www.risto3.it](http://www.risto3.it)



**Casse Rurali Trentine**

AS **Si** Home

**Si** curo

AS **Si** You

**TUTTE LE CASSE RURALI TRENTINE**, in collaborazione con Assicura Agenzia, offrono ai soci titolari della Carta In Cooperazione la possibilità di sottoscrivere una polizza che tutela gli intestatari di un rapporto bancario e il loro nucleo familiare in caso di infortunio offrendo **800 punti** per ogni polizza stipulata e lo **sconto del 10%** sul premio di ogni polizza multirischi casa e famiglia.

La Raccolta Punti Sinfonia

## Insieme ai punti... raccogliere vantaggi

Punti e vantaggi mentre si fa la spesa, ma non solo: fino al 30 settembre 2015 ci sono tante occasioni da cogliere grazie al circuito di alleanze creato da Sinfonia per assicurare ai soci occasioni di risparmio, sconti, punti bonus e servizi

**ŠKODA**



**SEAT**



**DORIGONI** S.p.A., la concessionaria di autoveicoli e officina autorizzata Seat e Skoda per il Trentino offre ai soci possessori di Carta in Cooperazione migliaia di punti Sinfonia per ciascun modello della gamma Seat e Skoda acquistato. Qualche esempio:

15mila punti per Citigo, 23mila per la gamma Ibiza, 30mila per Yeti, 40mila per Alhambra.

Info: tel. 0461.412741, [www.dorigoni.com](http://www.dorigoni.com), via Maccani 154 Trento

Apparecchi Acustici dal 1978  
**ACUSTICA TRENTINA**  
innanzitutto persone

**ACUSTICA TRENTINA** riconosce 1 punto per ogni euro speso per l'acquisto di un **apparecchio acustico** (i punti verranno caricati automaticamente sulla Carta In Cooperazione entro 10 giorni dall'acquisto).

Acustica Trentina vanta oltre 35 anni di presenza sul territorio regionale ed offre tante soluzioni, anche economiche, per risolvere i problemi di udito, e tanti servizi, perché pone sempre al centro la persona, cercando di capirne i problemi per affrontarli in modo semplice e naturale, utilizzando metodi e tecnologie che aiutano a migliorare la qualità della vita ed il rapporto con gli altri.

Info: tel. 0461.913320, 800-274067, [www.acusticatrentina.com](http://www.acusticatrentina.com), viale Verona 31/2 Trento

**assicom**

**ASSICOM** riconosce ai soci del movimento cooperativo uno **sconto del 30%** sul valore di Cattolica&Auto, la polizza assicurativa creata su misura per ogni automobilista e motociclista, o per chi possiede un veicolo commerciale, ma in più, con 1000 punti accumulati Sinfonia, offre al socio un **ulteriore sconto del 10%** sul valore delle polizze, da sommare a quello già riconosciuto. Assicom è un'agenzia assicurativa mandataria di Cattolica, una tra le più grandi Compagnie di Assicurazione Italiane.

Info: tel. 0461.822321, [info@assicom-trento.it](mailto:info@assicom-trento.it), via Brennero 35 Trento



**Cooperazione Salute**  
Società di mutuo soccorso



**COOPERAZIONE SALUTE**, offre ai soci della Cooperazione di Consumo la possibilità di associarsi utilizzando i punti accumulati con Sinfonia su Carta In Cooperazione: bastano **1500 punti**. Associazione si ha diritto ad accedere ad una rete di strutture sanitarie, odontoiatriche e socio-sanitarie-assistenziali di qualità, presso le quali beneficiare di un tariffario agevolato e predefinito. Cooperazione Salute è la società di mutuo soccorso del movimento cooperativo trentino che svolge attività assistenziale in ambito sanitario a favore dei propri soci e dei loro familiari, in forma integrativa e complementare al Servizio Sanitario nazionale e provinciale. È una società senza scopo di lucro, il cui obiettivo è quello di consentire ai soci le migliori condizioni di accesso alle cure sanitarie, odontoiatriche e socio-sanitarie-assistenziali.

Info: tel. 0461.1788990, [www.cooperazione Salute.it](http://www.cooperazione Salute.it), via Segantini 23 Trento



## Cari soci... fate i "buoni scuola" E ora facciamo diventar "buoni" i punti

**"Grazie!!! Gli alunni e gli insegnanti della scuola primaria di Mione di Rumo ringraziano tutti coloro che finora hanno collaborato per fornirci di Buoni Scuola della Famiglie Cooperative per avere materiale didattico.**

**Grazie ai vostri buoni, oggi abbiamo ordinato una videocamera e un microscopio che resteranno in dotazione alla scuola di Mione, per un totale di 41.000 punti!!!**

**La raccolta dei buoni continua e prossimamente vi faremo sapere come procede e quali materiali scolastici intendiamo ancora ordinare.**

**Vi ringraziamo tantissimo per la collaborazione"**

È il messaggio di ringraziamento dell'Associazione Cooperativa Scolastica "En sogno smarrito", della scuola primaria di Rumo, che è stato affisso appunto nella scuola primaria "Odoardo Focherini e Maria Marchesi" di

Sono ben 302 le scuole che hanno aderito al progetto. In molte hanno già chiesto e ritirato i premi, e tutte aspettano nuovi "buoni scuola": vuoi offrire un buono anche tu?

Mione di Rumo. È la testimonianza diretta del forte apprezzamento da parte delle scuole di questa iniziativa della Cooperazione di Consumo, avviata lo scorso 15 settembre e che proseguirà fino al 30 settembre.

"Cari Soci fate i buoni... scuola!", come ormai tutti sanno, è nata per offrire un aiuto concreto alla scuola, fornendo materiale didattico, attrezzature informatiche e multimediali a tutte le scuole primarie e secondarie di primo grado, pubbliche, private e paritarie, che vogliono partecipare all'iniziativa.

Il progetto coinvolge in prima persona i soci della Cooperazione di Consumo Trentina che possono scegliere di utilizzare i punti accumulati automaticamente con la Carta In Cooperazione facendo la spesa (con la raccolta Sinfonia, un punto elettronico per ogni euro di spesa: il totale dei punti accumulati è sempre segnalato in fondo allo scontrino della vostra spesa), per contribuire

ad acquistare materiale didattico per una scuola da loro prescelta. **Raggiunti i 500 punti il socio può richiedere in negozio il "Buono Scuola"** da consegnare alla propria scuola, che a sua volta potrà trasformarlo in strumenti per la propria attività didattica, da scegliere nel catalogo online ([www.incooperazioneperlascuola.it](http://www.incooperazioneperlascuola.it)).

### 302 SCUOLE

Ad oggi sono 302 le scuole che hanno scelto di aderire al progetto, iscrivendosi al sito [www.incooperazioneperlascuola.it](http://www.incooperazioneperlascuola.it): da Alleghe (in provincia di Belluno) a Zuco (Trento), passando per Trodena

**FAMIGLIA COOPERATIVA** presenta:

**Cari Soci fate i buoni... scuola!**

fino al 30 settembre 2015

**CI AIUTI A RACCOLGERE TANTI BUONI SCUOLA? COSÌ POSSIAMO RICEVERE GRATIS UTILISSIMI MATERIALI DIDATTICI!**

Scopri come su [www.incooperazioneperlascuola.it](http://www.incooperazioneperlascuola.it)

In accordo con: Cooperazione Trentina, Provincia Autonoma di Trento, Casse Rurali Trentine, Famiglie Cooperative, Libertà, Konsum, Coop.

(Bolzano) e Bagolino (Brescia): l'elenco completo è su [www.incooperazioneperlascuola.it](http://www.incooperazioneperlascuola.it).

**6700 i buoni-scuola** (ognuno da 500 punti) ritirati dai soci per consegnarli alla scuola di loro interesse; **150 gli ordini** di materiali didattici che le scuole hanno fatto e per i quali hanno ricevuto i materiali richiesti: strumenti importanti come la videocamera e il microscopio di cui racconta la scuola di Mione di Rumo, ma anche calcolatrici e materiali come colle di ogni tipo, gessetti, carta, cartone, cartoncini, cartelle, pennarelli, pastelli, compassi, nastri adesivi, buste, penne, colori a tempera, gessi, carta crespata. (c.galassi)

Nella foto in alto, alcuni esempi dei premi che è possibile donare alle scuole con l'iniziativa "Cari Soci fate i buoni... scuola!". Vuoi offrire anche tu un buono da 500 punti alla tua scuola? È facile: chiedilo nel tuo negozio

È un'iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a TRENTO, valida in tutti i supermercati che espongono il materiale promozionale. Regolamento disponibile nei negozi aderenti.

**buono scuola da 500 punti**

**PORTAMI A SCUOLA**

Raccogli i Buoni Scuola fino al **30 settembre 2015** ed assegnali alla tua scuola entro il **31 ottobre 2015**. Grazie ai Buoni raccolti, la tua Scuola potrà ricevere gratuitamente materiali didattici e attrezzature informatiche e multimediali utili per l'attività scolastica. I Buoni Scuola dovranno essere utilizzati dalle scuole entro il **30 novembre 2015**.

PN2AXL

In accordo con: Cooperazione Trentina, Provincia Autonoma di Trento, Casse Rurali Trentine, Famiglie Cooperative, Libertà, Konsum, Coop.

**D**opo due anni di pausa torna ad aprile Educa, la manifestazione che mette al centro dell'attenzione collettiva l'educazione, con passione e responsabilità, con speranza nel futuro e consapevolezza della complessità. Nonostante la crisi e il calo delle risorse pubbliche e dalle disponibilità dei diversi attori, la Provincia autonoma di Trento, l'Università degli Studi di Trento e il Comune di Rovereto



però contenute nella quantità: **due giorni (il sabato e la domenica)** con un numero minore di appuntamenti rispetto agli anni scorsi per evitare l'effetto disorientante o eccessivamente specialistico. La continuità nel cambiamento è simboleggiata dalla rivisitazione del logo, che mantiene i tratti del "gufo" simbolo di saggezza, inglobandoli in un cuore, componenti entrambe fondamentali dell'educazione.



Desiderio e conflitto

## L'educazione mi sta a cuore 18 e 19 aprile: a Rovereto torna Educa, il Festival dell'educazione

di Silvia De Vogli

Con tema "Desiderio e conflitto", due intense giornate d'incontri, spettacoli, eventi ai quali tutti sono invitati a partecipare: perché l'educazione è responsabilità di tutti

### LA CAMPAGNA DI SENSIBILIZZAZIONE

Tra le novità anche la campagna di partecipazione e sensibilizzazione "L'educazione mi sta a cuore". Lanciata da Educa attraverso il sito ([www.educaonline.it](http://www.educaonline.it)) e i social network (Facebook e Twitter), la campagna culminerà il **18 aprile** con un momento di testimonianza collettiva a Rovereto. Tutti invitati - da soli o insieme alla famiglia, agli amici, a scuola o al lavoro, o in qualsiasi altro gruppo anche virtuale della propria quotidianità - ad indossare, esporre, pubblicare un cuore (quello proposto dalla campagna stessa, ma anche ideato in modo creativo) per dire con entusiasmo che **l'educazione riguarda tutti ed è passione per il futuro.**

reto hanno infatti rinnovato per altri cinque anni il Protocollo d'intesa che li impegna a realizzare Educa in collaborazione con il consorzio Con. Solida e il supporto di Cooperazione Trentina e del consorzio nazionale della cooperazione sociale CGM.

Il rinnovo dell'impegno nasce dalla convinzione che l'educazione sia strategica per la crescita umana, sociale e relazionale, ma sia anche leva per lo sviluppo economico e l'aumento della competitività del territorio. Viene così confermato l'obiettivo di un progetto culturale nato nel 2008 che aveva nel tempo registrato una crescente adesione da parte delle organizzazioni e dei cittadini: più di 200 gli enti che negli anni hanno contribuito al programma dell'evento e 20000 le presenze registrate nell'ultima edizione.

### LE NOVITÀ DELLA VI EDIZIONE

Se è confermato l'intento culturale originario, non mancano però le novità nate dall'ascolto delle opinioni dei partecipanti alle varie edizioni e delle altre organizzazioni che hanno nel tempo contribuito alla manifestazione; novità finalizzate soprattutto a **promuovere la partecipazione** e che esplicheranno i loro effetti in particolare a partire dal prossimo anno. **Innanzitutto cambia il periodo dell'evento che sarà aprile e non più l'ultimo fine settimana di settembre;** questo per facilitare le scuole consentendo loro sia di programmare più agevolmente la partecipazione all'evento, sia di elaborare contributi da portare all'interno del festival.

Partendo dall'idea che l'educazione è responsabilità di tutti, si continuerà, e in modo ancora più forte, a puntare sulla multidisciplinarietà degli ospiti e sulla pluralità dei linguaggi, valorizzando in particolare quelli artistici e culturali. Continuerà l'impegno delle organizzazioni promotrici a mantenere alte la qualità e l'intensità delle proposte, che saranno



### IL TEMA

"Desiderio e Conflitto" sono spinte che appartengono alla vita di ogni persona, elementi che muovono il mondo. Ma qual è la direzione di questi movimenti? Le agende mediatiche e politiche sembrano mostrare il desiderio solo come vuota ricerca del nuovo o appagamento immediato di piccoli capricci, e il conflitto come mancanza di sintonia con se stessi, segno di





chiusura all'altro e di uno sgretolamento della comunità.

Per il Comitato promotore di Educa (di cui fanno parte Remo Job, direttore del Dipartimento di Psicologia e Scienze Cognitive dell'Università di Trento, Giovanna Sirotti, assessore alla Cultura del Comune di Rovereto e Roberto Ceccato, responsabile del Servizio Infanzia e Istruzione del primo grado Provincia autonoma di Trento), **la dialettica dei sentimenti e delle emozioni muove il mondo**: "Sta a ciascuno di noi educare e educarci, perché la direzione di questo moto dia espressione piena alle nostre potenzialità e ai nostri talenti. Noi crediamo che sia possibile, in una prospettiva educativa, riconoscere e costruire nelle relazioni un desiderio come pulsione verso il futuro e verso l'altro; una chiave per comprendere e condividere; un veicolo per l'autonomia con valenza

generativa. Mentre il conflitto può essere partenza per nuovi percorsi di ricerca e di maturazione, nuove forme di convivenza, nuovo sapere. Il desiderio prefigura scenari da raggiungere e richiede realismo e consapevolezza; il conflitto è momento di transizione e di sviluppo talvolta inevitabile, di cui si accetta la responsabilità in funzione del proprio ruolo, verso nuovi equilibri. La relazione educativa (nella famiglia, nella scuola, nelle associazioni, nei gruppi piccoli e grandi) si nutre di desiderio e lo genera, affronta i conflitti e ricerca soluzioni realistiche e raggiungibili, che a loro volta generano desiderio".

#### ALCUNE ANTICIPAZIONI

"Desiderio e Conflitto" sono elementi che attraverseranno tutti gli appuntamenti di Educa dove si proverà a riflettere su alcune possibili declinazioni. Si parlerà ad esempio di **maternità e paternità** come esperienze della vita generate e alimentate dal desiderio, ma anche attraversate dal conflitto; dei **maestri "di scuola e di vita"** che sono tali proprio quando sanno instillare desiderio e dare strumenti per rendere il conflitto generativo; della **scuola** come un luogo da rendere "desiderato" per chi lo abita quotidianamente; del ruolo di **religione e scienza** nell'incontro tra culture, della responsabilità di chi narra i **conflitti e le guerre**; della possibilità e degli strumenti per **litigare bene, del lavoro**, come dimensione per soddisfare le proprie aspirazioni ma anche come terreno di possibili crisi e conflitti sociali e generazionali.

#### GLI OSPITI

Nella convinzione che l'educazione non sia proprietà di nessuno, ma responsabilità di tutti, Educa ha sempre coinvolto non solo gli esperti del "settore" (pedagogisti, accademici e ricercatori), ma anche uomini e donne dell'economia, dello spettacolo e della cultura e delle istituzioni.

Tra gli ospiti che parteciperanno a questa VI edizione: il teologo **Vito Mancuso** che ha recentemente pubblicato "Io amo. Piccola filosofia dell'amore"; il filosofo della scienza, matematico ed epistemologo Giulio Giorello; i pedagogisti **Gustavo Pietropoli Charmet**, **Piorgiorgio Reggio** (autore tra l'altro di "Lo schiaffo di don Milani. Il mito educativo di Barbiana") e **Daniele Novara** fondatore del Centro Psicopedagogico per la Pace e la gestione dei conflitti, istituto orientato alla formazione e ai processi di apprendimento nelle situazioni di conflittualità; **Ivo Lizzola** professore di Pedagogia sociale e della marginalità all'Università di Bergamo, autore di "La paternità oggi. Tra



fragilità e testimonianza"; il filosofo don **Marcello Farina** che ha appena pubblicato "Da tutti si può imparare. Maestre e maestri della mia vita"; la giornalista e scrittrice **Cristina De Stefano** che ha curato la prima biografia autorizzata di Oriana Fallaci; l'illustratrice e scrittrice **Arianna Papini**, il giornalista **Riccardo Bonacina** direttore di Vita nonprofit; l'esperto di politiche educative e sociali **Marco Rossi Doria** e molti altri ancora.

#### GLI SPETTACOLI

Un'altra caratteristica fondante di Educa è stata sempre

quella di usare linguaggi diversificati: quindi non solo quelli tipici della divulgazione scientifica, ma anche quelli dell'arte. **Anche in questa edizione non mancheranno perciò mostre, incontri con gli autori e illustratori, letture e spettacoli.** Tra questi, **"Verso la luna"**, una produzione dedicata ai bambini dai 6 ai 10 anni del Teatro Telaio di Brescia: due topolini vedono la luna, si accorgono di quanto è bella e decidono di andarla a trovare: "perché la luna è lontana ma, se ci credi davvero, può anche finire che ci balli sopra per un po'".

Sabato sera sarà in scena invece l'autore, attore e regista teatrale **Marco Baliani** con **Tracce**, una rappresentazione ispirata all'omonima raccolta di aforismi e parabole di Ernst Bloch e il cui filo conduttore è rappresentato da quattro parole: "Stupore", "Incantamento", "Infanzia" e "Racconto". Domenica pomeriggio sarà invece la volta di **"Un giorno da pecora live show!"** di e con **Claudio Sabelli Fioretti** e **Giorgio Lauro**, musiche e canzoni eseguite dal vivo da Rachele Brancatisano e Alessandra Machella regia immagini e video di Andrea Corbo. La trasmissione culto di Radio2 che sta girando l'Italia con uno spettacolo dal vivo porterà a Educa il format che ha cambiato la storia della radio; i due conduttori sottoporranò quelle che loro definiscono "inutili domande" a diversi ospiti che rimarranno fino all'ultimo momento segreti; mostreranno i filmati più scioccanti della storia della trasmissione, e sottoporranò i malcapitati ospiti ad alcune prove che testeranno la loro pazienza.

Sarà Parte a parlare di guerra grazie alla mostra **"Confini e conflitti. Border and Battles"** allestita presso Palazzo Alberti Poja che in occasione di Educa proporrà visite guidate e laboratori per bambini e adulti appositamente pensati per il festival.

educa

Info: [www.educaonline.it](http://www.educaonline.it)

**l'educazione  
MI STA A**



**La campagna  
di partecipazione  
e sensibilizzazione**

**Appuntamento  
il 18 aprile**

Educa ha lanciato, attraverso il sito [www.educaonline.it](http://www.educaonline.it) e i social network

Facebook e Twitter, la campagna di partecipazione e sensibilizzazione

**"L'educazione mi sta a cuore"**, che invita tutti ad indossare, esporre, pubblicare un cuore (quello della campagna stessa, oppure ideato in modo creativo) per dire con entusiasmo che **l'educazione riguarda tutti ed è passione per il futuro.** La campagna culminerà il **18 aprile** con una testimonianza collettiva a Rovereto.





lo esperti, ma più in generale lettori, grandi e piccoli. Un libro in sé ha un valore relativo; è piuttosto nella relazione tra le persone che ne parlano, che se lo scambiano o che lo consigliano che acquisisce veramente significato. Per un editore, come per una libreria mettersi nella posizione di suggerire spunti diversi su temi complessi, caldi e attuali è una missione, nella misura del rispetto della molteplicità dei punti di vista ovviamente, ma con la consapevolezza di avere comunque una propria linea

2015) in cui un pensatore agnostico e un teologo musulmano dimostrano che se si ascolta veramente l'altro rispettandone la diversità, il dialogo può diventare la chiave di lettura per comprendere il passato e interpretare il presente. I temi toccati sono importanti: conflitto israeliano-palestinese, il fondamentalismo,

**F**in dalla sua fondazione, nel 1984, la casa editrice e Centro studi Erickson (nata e cresciuta a Trento da due imprenditori trentini, Dario Ianes e Fabio Folgheraiter) ha sempre cercato nelle sue scelte editoriali e formative di interrogarsi sul presente, seguendo le tracce segnate dai cambiamenti sociali, ponendosi e ponendo domande soprattutto al mondo dell'educazione, nei suoi molteplici interlocutori: scuola, famiglia, servizi sociali. Poco più di tre anni fa Erickson ha voluto radicarsi ancor più nel territorio trentino aprendo una libreria negli spazi stessi della casa editrice, con l'idea di creare un luogo che potesse rappresentare la sua ricerca in campo educativo e allo stesso tempo aprire lo sguardo al confronto e all'esperienza altrui, in un contatto sempre più diretto con le persone, non so-

**Cercare insieme le risposte**

## Papà ti faccio una domanda: di cosa dobbiamo avere paura?

**Avere paura fa parte del gioco. Non avere sempre una risposta anche. Non farci carico di cercarne una insieme, no**

a cura di **Alessandra Cavallin\***

di pensiero. In questa pagina abbiamo scelto di toccare un tema molto attuale e di non semplice approccio, perché tocca la sfera della paura. Non la paura sana, quella che ci fa reagire in caso di pericolo e che può salvarci la vita, bensì quella paura suggerita dalla visione della violenza, che si trasforma in un sentimento cupo e che può sfociare nell'intolleranza e nella negazione dell'altro. Cosa rispondereste per esempio ad un bambino che vi chiede a bruciapelo di spiegargli che cos'è l'Isis? O che cos'è l'Islam? Sapreste distinguere per esempio tra integralismo, fanatismo, violenza, terrorismo, arabi, musulmani, Stato islamico? Sapreste farlo con un linguaggio onesto? Non è facile per nessuno orientarsi tra le distinzioni storiche e religiose della fede e della cultura islamica, figuriamoci cosa può significare saperlo spiegare ad un bambino. I testi che seguono non sono letture leggere, va detto, ma sono scritti da riconosciuti intellettuali, capaci di usare un linguaggio sano e non violento. Può valere la pena tentare. Tahar Ben Jelloun, francese di origine musulmana, in *È questo l'Islam che fa paura* (Bompiani, 2015) racconta attraverso un dialogo con la figlia (formula cara all'autore, ricordiamo *Il ragzismo spiegato a mia figlia*) la natura dell'Islam e lo sdegno dei musulmani non fondamentalisti davanti alle stragi, riflettendo sulle responsabilità usando "l'arma più affilata di tutte: l'intelligenza". Sempre in formula di conversazione è il secondo libro, *Il pericolo delle idee* di Edgar Morin e Tariq Ramadan (Erickson,

l'antisemitismo, l'islamofobia, i diritti delle donne. Infine di Amos Oz (autore israeliano di romanzi, saggi e libri per bambini) suggeriamo *Contro il fanatismo* (Feltrinelli, 2015), un testo scritto oltre dieci anni fa ma che si

dimostra più che mai attuale, che racconta come il fanatismo venga prima di qualsiasi ideologia o credo, prima di qualsiasi stato o sistema politico e come esso sia una componente sempre presente nella natura umana, come un gene del male. Avvertimento: in questi testi non si troverà un decalogo delle cose giuste da dire ai propri figli. La causa non è solo nella complessità della risposta, ma soprattutto nella complessità della domanda e di

colui che ce la pone. Un bambino è innanzitutto una persona diversa da noi, che in un modo o nell'altro ha già una sua idea su certe cose, e che ripone comunque in noi adulti una grande fiducia. Non perché siamo onniscenti, ma perché insieme a lui siamo nel mondo. Avere paura fa parte del gioco. Non avere sempre una risposta anche. Non farci carico di cercarne una insieme, no.

\* La Libreria Erickson

### GLI APPUNTAMENTI DI APRILE

**giovedì 9 aprile**, ore 18-19.30

**La matematica prende il volo con il metodo analogico!** Incontro gratuito rivolto a genitori e insegnanti con il maestro **Camillo Bortolato**, autore di molti testi (tra cui *La linea del 20*, *del 100 e del 1000*) e ideatore del metodo analogico, utile a casa e a scuola per affrontare la matematica senza paura.

**martedì 14 aprile**, ore 18-19.30

**Sos esami in vista!** Incontro gratuito rivolto a genitori, studenti e insegnanti sul metodo di studio per prepararsi agli esami di 3<sup>a</sup> media. Condotta da Silvia Andrich e Massimo Turrini, psicologi dell'apprendimento e autori del testo *Sos esame di terza media* (Erickson 2015).

**sabato 18 aprile**, ore 10.30, età 2-3 anni

**Storie che fanno la differenza.** Lettura animata per bambini e genitori intorno al tema delle diversità culturali. A cura delle Fabuline.

**giovedì 23 aprile**, ore 17.15, età 3<sup>a</sup> e 4<sup>a</sup> elementare

**Mitmach Deutsch - Mach Mit!** Tema: i movimenti. Lettura e laboratorio in lingua tedesca che avvicina alla lingua straniera attraverso l'esperienza e il gioco. A cura delle Fabuline.

La Libreria Erickson, Via del Pioppeto 24, Gardolo. I laboratori sono gratuiti, con prenotazione obbligatoria telefonando allo 0461-993963.





## Sportello assicurativo

Indirizzate le vostre domande a:  
**Cooperazione tra consumatori**  
 C.P. 770 - 38100 Trento

### Polizza cristalli SI FA PRESTO A DIRE CRISTALLI

**Vorrei sapere cosa copre e cosa no una polizza cristalli di un'automobile e se gli specchietti sono esclusi**

La polizza cristalli è una garanzia accessoria che si può stipulare insieme a un'assicurazione rc auto e che rimborsa le spese di sostituzione e riparazione dei cristalli del veicolo, in caso di rottura accidentale o a causa di terzi durante la circolazione.

Per cristalli, secondo l'interpretazione più comune delle compagnie assicurative, si considerano: il parabrezza anteriore, il lunotto posteriore, i vetri degli sportelli e delle fiancate laterali; alcune assicurazioni rimborsano anche il cristallo del tetto panoramico, mentre sono normalmente esclusi i danni ai gruppi ottici (fari) e agli specchietti retrovisori.

**Prima di stipulare una polizza cristalli è importante leggere attentamente le esclusioni previste dalla polizza**, poiché spesso vengono esclusi i rimborsi per le rigature, segnature, screpolature e simili, più tutti gli eventuali danni causati ad altre parti dell'autovettura dalla rottura dei cristalli (ad esempio se la rottura del parabrezza provoca danni agli interni del veicolo, questi ultimi non vengono rimborsati dall'assicurazione cristalli).

I danni subiti a causa di collisioni con altri veicoli, ribaltamenti o uscite di strada, normalmente non vengono coperti dalla polizza cristalli, ma **solo da un'assicurazione kasko**.

Il parabrezza in caso di danni lievi e non troppo estesi può essere riparato, mentre i finestrini laterali e il lunotto posteriore devono essere necessariamente sostituiti in caso di danni o scheggiature.

**Secondo le più importanti aziende specializzate, la riparazione del parabrezza è possibile e consigliabile se:** la dimensione del danno è ridotta e non supera i 2,5 cm di diametro, la lesione al cristallo è situata ad oltre 6 cm dal bordo, la scheggiatura non si trova sulla visuale del conducente. Le scheggiature vengono riparate con l'utilizzo di una resina speciale, che una volta indurita, ripulita e lucidata ha la stessa consistenza e aspetto del cristallo. Il costo di una riparazione va dai 50 ai 90 euro, mentre le spese per la sostituzione dipendono dal modello della vettura (da poco più di 100 euro fino ad oltre 1000).

**I massimali (cifra economica massima indennizzabile dall'assicuratore) sono già stabiliti dalle assicurazioni e non variano in base al tipo di autovettura, ma dipendono dalle compagnie;** la maggior parte delle volte il massimale è fisso, e anche il prezzo della copertura cristalli solitamente non varia. Con poche decine di euro è possibile inserire in polizza la garanzia accessoria dei cristalli, ma alcune compagnie assicurative offrono la possibilità di stipulare l'assicurazione cristalli solo all'interno di una copertura furto e incendio.

**Alla polizza cristalli spesso è associata una franchigia** (cioè una parte di spesa a carico dell'assicurato) e una società di riparazioni convenzionata scelta dalla compagnia; in caso di riparazione o sostituzione del cristallo presso un centro convenzionato con la compagnia assicurativa, la franchigia generalmente non viene applicata, discorso opposto in caso i lavori vengano effettuati presso una diversa società; i centri convenzionati di solito sono consultabili all'interno delle condizioni generali di assicurazione. (a.c.)

**A**bbiamo aperto l'anno di questa rubrica con i buoni propositi per il 2015, ma avevamo promesso di ritornarci, per dare nuovi spunti a chi ci ha preso gusto, o una nuova possibilità a chi di cominciare ad inizio anno non se l'è sentita, ma adesso avrebbe voglia di provare. E non pensiate che sia inutile spendere energie per un cambiamento apparentemente poco significativo. È solo l'aver sperimentato concretamente di essere in grado di cambiare una cosa piccola, che ci dà la forza e il coraggio per provarci con quelle più grandi.

A gennaio vi avevamo suggerito di provare ad aumentare l'autoproduzione degli alimenti, di impegnarvi a ridurre la vostra produzione di rifiuti domestici, di mettere sotto controllo i vostri consumi elettrici e di iniziare a ragionare su cosa faccia la vostra banca con i vostri risparmi. Per i prossimi mesi vi proponiamo di provare a concentrarvi su quattro nuovi argomenti: spostamenti, frutta e verdura, viaggi e abbigliamento.

### Maggio: frutta e verdura

**Obiettivo: consumare meno petrolio.** Quando mangiamo frutta e verdura, nel nostro piatto c'è molto più petrolio di quello che potremmo immaginare: serve benzina per portarle dal campo a casa nostra, serve petrolio per produrre i concimi con cui vengono coltivate, serve gasolio per riscaldare le serre dove producono i pomodori in gennaio e per raffreddare le celle

**N**el 2009 il Parco di Paneveggio Pale di San Martino ha promosso un progetto di conservazione della biodiversità e avviato un piccolo allevamento di pecore Lamon, razza a rischio d'estinzione, allevata sin dai tempi antichi in Trentino; fra gli obiettivi del progetto c'era anche l'avvio di una piccola filiera locale della lana; nel 2013 si è giunti alla produzione di lana, che è stata lavata e lavorata

**assicom**  
 agenzia di assicurazioni

Per i Soci della Cooperazione  
 di Consumo Trentina  
**SCONTO fino al 30%**  
 su assicurazioni auto - moto - camper

**PARTNER ASSICURATIVO DEL CONSORZIO SAIT DAL 1982**  
 38122 Trento - Via Brennero, 35 - Tel. 0461 822321 - info@assicom-trento.it

Lo sconto è calcolato sulla tariffa base RCA della soc. Cattolica di assicurazione e può variare rispettando le condizioni tariffarie rese pubbliche a norma di legge. Rivolgiti all'agenzia Assicom o consulta il sito [www.cattolica.it](http://www.cattolica.it) per visionare la nota informativa e le condizioni generali di assicurazione.



frigo, dove conservano le mele fino a giugno.

**Frutta e verdura di stagione, e provenienti dalla nostra provincia, sono sempre gli alimenti più "virtuosi",** e spesso anche i più buoni, dato che i prodotti invernali non sanno di nulla, così come le arance in estate. Per ragionare su questi temi, potrete calcolare quanti chilometri ha percorso la vostra "spesa vegetale" per arrivare nel vostro frigorifero,



zo di mondo bisogna andare dall'altra parte del globo? Avete mai provato a percorrere la pista ciclabile della Valsugana? Anche se andate tutti i giorni da Pergine a Bassano in mac-

vono le cose che indossiamo: la percentuale maggiore dei concimi chimici e degli antiparassitari che vengono usati nel mondo non vanno su quello che mangiamo, ma su quello che usiamo



e, la settimana successiva, provare a ridurre i chilometri complessivi.

**Fondamentale riscoprire le "date di nascita":** quando crescono da noi le zucchine? E i pomodori? E le carote? I nostri nonni lo sapevano benissimo...

### Giugno: mobilità

**Obiettivo: godersi gli spostamenti.** La stragrande maggioranza dei nostri spostamenti quotidiani è fatta in macchina e spesso questa ci sembra l'unica soluzione possibile. Perché non provare a vedere se è proprio vero? Non è solo questione d'inquinamento e salute: pedalare con l'aria di primavera sulla faccia o leggere un libro in corriera ci fa anche arrivare a destinazione più contenti. Proviamo, almeno una volta alla settimana, a fare con un altro mezzo un tragitto che siamo abituati a fare in auto. E se poi decidiamo che quello di ridurre l'uso dell'auto privata è un obiettivo che ci interessa, un metodo efficacissimo è quello di contare i chilometri che la propria auto ha percorso in un mese, e provare il mese successivo a percorrerne meno. Chiedendosi alla fine se complessivamente la nostra vita ci ha guadagnato o ci ha perso.

### Luglio: viaggi

**Obiettivo: conoscere un nuovo pezzo di mondo.** E chi l'ha detto che per conoscere un nuovo pez-

## Consumi e stili di vita

# Buoni propositi di metà anno

**Rendere più sostenibile e giusto (rispetto all'ambiente e alle persone) il proprio stile di vita non è difficile. Ecco un metodo per farlo, e registrare, con soddisfazione, i risultati raggiunti**

(seconda parte)

china per lavoro, cambiare mezzo e percorso vi dà una visione e una percezione di quella valle completamente diversa.

Le vacanze sono una occasione splendida per aprire gli occhi su quello che ci circonda, e, da trentini, è davvero triste che ci siano persone che hanno visto le Montagne Rocciose, ma non sono mai state sul Piz Boè o non si sono mai affacciate sulla splendida piana del Primiero con le Pale sullo sfondo.

**Provate a scegliere mezzi o luoghi a cui non avete mai pensato:** potreste scoprire che alla fine aver inquinato di meno è stato solo un piacevole effetto collaterale.

### Agosto: abbigliamento

**Obiettivo: sapere cosa si indossa.** Lo sapete quanta acqua serve per produrre un paio di jeans? Circa 8.000 litri: il cotone è una pianta molto vorace e in più i jeans vanno lavati dalle 3 alle 10 volte prima di essere messi in vendita. E non di sola acqua vi-

per vestirvi. E di cose da sapere ce ne sarebbero tante altre.

Per chi ha voglia di approfondire l'argomento, prima di provare a guardare il proprio guardaroba con un occhio più attento, un testo di riferimento può essere **"I vestiti nuovi del consumatore"**,

scritto da Deborah Lucchetti, coordinatrice della campagna nazionale Abiti Puliti ([www.abitipuliti.org](http://www.abitipuliti.org)). E se proprio volete disfarvi di abiti ancora in buono stato, almeno **portateli alla Caritas...**



Se vi è venuta voglia di andarvi a vedere anche i suggerimenti che abbiamo dato nel numero di gennaio, o volete recuperare un articolo di un numero vecchio o spedirne uno in formato elettronico ad un amico, vi ricordiamo che nella sezione "La Rivista" del nuovo portale della cooperazione di consumo trentina [www.laspesainfamiglia.coop](http://www.laspesainfamiglia.coop) trovate i numeri arretrati fino al luglio 2014, da sfogliare o scaricare. Buona ri-lettura! (D.Pedrotti)

per ottenere, filato da tessere o da lavorare a macchina, e matasse da lavorare ai ferri.

**sabato 18 aprile, ore 14-18**  
**GRANNY SQUARES a CROCHET**

**"Piastrelle" fiorite e colorate all'uncinetto (laboratorio avanzato)**

Per imparare a creare con l'uncinetto colorate piastrelle fiorite con gli avanzi di lana: laboratorio è adatto a chi conosce già i punti base; a cura di Valentina e Domenica; max 15 partecipanti.



## Parco di Paneveggio

# Lana e dintorni

Tornano i laboratori dedicati alla lana del progetto "Lana di Lamon"



**sabato 16 maggio, ore 14-18**  
**TINTURA NEI VASI SOLARI**  
**Tingere la lana con l'uso dell'energia sostenibile**

Laboratorio teorico-pratico per mettere in pratica la tintura della lana nei vasi solari, una tecnica passiva e sostenibile per ottenere

colori unici e personalizzati; a cura di Valentina; max 15 partecipanti. (cg)

*I laboratori si svolgeranno in Val Canali, ai piedi del Castel Pietra, nel vecchio edificio restaurato delle Cesurette. I corsi sono a pagamento ed è necessario iscriversi! Info e prenotazioni 0439.764637-765977 [crisrina.zorzi@parcopan.org](mailto:crisrina.zorzi@parcopan.org)*

**R**itorna, a grande richiesta, la seconda edizione del corso "Aiutiamo chi aiuta", il ciclo di serate informative-formative per chi si prende cura del proprio anziano a domicilio.

La proposta nasce dall'ascolto dei familiari che da marzo 2014 si incontrano ogni mese in gruppo ("Caregivers a confronto", presso la sede del Polo Sociale Argentario-Povo-

di esperienze con altri familiari e professionisti. Da qui è nata l'idea di promuovere un ciclo di incontri, in stretta collaborazione con il Polo Sociale Argentario-Povo-Villazzano, le Cooperative Fai, Sad, Gruppo Spes, su alcune tematiche che toccano il familiare nella sua quotidianità e nella sua funzione di cura.

Nel ciclo di serate (presso il Centro Polifunzionale di Povo, via della Resistenza 61/f, sala al Terzo Piano) si affronteranno le tematiche dello stress, delle emozioni e della movimentazione e ci sarà un momento di ascolto di un'esperienza di biodanza,

**"Aiutiamo chi aiuta"**

## Un aiuto a chi si prende cura

Villazzano, via della Resistenza 61/f Trento; la partecipazione è libera e gratuita, per informazioni tel. 0461.889960) per condividere la loro esperienza di cura durante gli incontri si ha la possibilità di coltivare spazi di socialità, di condividere emozioni, esperienze, pensieri: questo permette di vivere i problemi quotidiani in modo meno travolgente e più positivo.

Da parte del gruppo è emersa l'esigenza di dar maggior forza e sicurezza al proprio ruolo di cura attraverso un ulteriore approfondimento di alcune tematiche e la condivisione

A Povo il ciclo di incontri informativi-formativi dedicati a chi si prende cura del proprio anziano a domicilio

**"Conosciamo l'attività della biodanza o danza della vita"**, coordinato da Federica Ferrari; gli incontri saranno caratterizzati da una parte teorica e una seconda più operativa e di confronto.

**Gli appuntamenti di aprile e maggio**

Ad aprire il ciclo, in marzo, due momenti di riflessione sull'"importanza di saper riconoscere e gestire le emozioni dell'anziano"; seguiranno poi 2 incontri, che prenderanno in esame lo stress: l'8 e il 22 aprile (ore 16.30-19) **"Come gestire nel tempo la fatica del prendersi cura"**,



a cura della dott.ssa **Cocco Cristina**, psicologa e psicoterapeuta; il 6 e il 20 maggio (ore 16.30-19) due incontri dedicati alla movimentazione "Informazione su tecniche ed ausili per la corretta" a cura di **Chiara Negherbon**, fisioterapista presso Apsp Margherita Grazioli.

**Per maggiori informazioni**

Tel. 0461.889960

Comune di Trento

Polo Sociale Argentario-Povo-Villazzano

Serena Zendri

Cooperativa sociale Città Futura

## Mondo Scarabocchio

**Nuovi spazi e servizi per bimbi e famiglie**



A Trento il 21 marzo sarà inaugurato Mondo Scarabocchio, il servizio che mette a disposizione delle famiglie l'esperienza e la professionalità che la cooperativa sociale Città Futura ha maturato, in più di 20 anni di attività, nella gestione di nidi,

servizi di ludoteca, servizi estivi per bambini di 0-3 e 3-6 anni, centri di animazione e gioco per le coppie genitori-bambini.

Dall'autunno 2014 Città Futura ha infatti attivato **nuovi servizi complementari** nel nido Scarabocchio, per sostenere la genitorialità delle coppie con figli da 0 a 6 anni: si chiama Mondo Scarabocchio ed offre servizi di babysitting, feste di compleanno, incontri a tema per genitori, corsi di massaggio infantile, sportello di consulenza pedagogica e alimentare; in più due nuovi servizi di **babysitting con flessibilità oraria e giornaliera**: "Lo Scarabocchio d'oro", attivo tra fine novembre e inizio gennaio, e "Lo Scarabocchio dei piccoli", in funzione tutto l'anno direttamente all'interno del tempo-nido.

Nell'insieme, tanti servizi e attività che sono anche un modo per creare occasioni d'incontro



tra adulti sui temi dell'educazione e della crescita dei propri figli, oltre a momenti di gioco e di relazione tra bambini. (c.g.)

**Per informazioni**

[www.citta-futura.it](http://www.citta-futura.it) - tel. 0461/263155

Di fronte a un fenomeno che non si può più considerare marginale o solo tecnico, serve un salto di qualità che rimetta al centro la questione della responsabilità educativa. A partire dai genitori e dalla scuola

di **Alberto Conci**

**S**enti, Marta (il nome è di fantasia), forse l'immagine di te praticamente senza nulla addosso abbracciata al tuo attuale ragazzo la puoi togliere dal profilo di WhatsApp, non credi?", le dice l'educatrice del gruppo. E lei: "Ma perché, scusa? Cosa c'è di male?". Già... Poi, pochi giorni dopo, diventa un caso la storia della sedicenne torinese che si vede postato un video hard girato nei bagni di una discoteca, condiviso in poche ore da non meno di tremila persone.

Due episodi che in realtà sono molto meno rari di quanto si possa pensare in un mondo nel quale, secondo un'indagine della ESC di Milano su 2396 studenti italiani tra i 13 e i 19 anni, il 66,5% dei ragazzi non interrompe mai la connessione quando studia, il 59,1 rimane in linea anche di notte, e il 56 dichiara di connettersi più di una volta all'ora.

Siamo insomma in presenza di un rapporto con la rete estremamente capillare, di fronte al quale è illusorio affidarsi alle proibizioni per contenerlo: punire i ragazzi vietando l'uso di internet, stabilire orari, controllare le cronologie di accesso ai siti o terrorizzarli con scenari apocalittici è chiaro che non è poi così efficace. **Occorre una strategia diversa che punti non solo al controllo, ma anche a un'educazione digitale responsabile**, evitando di mettere in luce solo i problemi per aiutare bambini e ragazzi a comprendere opportunità, caratteristiche e rischi della comunicazione globale. E per condurli anche a riflettere sul significato che le nuove tecnologie assumono sul piano del rapporto con se stessi e con gli altri.

È ovvio che le risposte estemporanee non bastano più. La rete non è una presenza occasionale nella vita dei nostri figli, ma è ormai una modalità di comunicazione così pervasiva da esserne diventata un tratto essenziale: basta fare l'esercizio immaginario di togliere smartphone e internet dalla loro vita per rendersi conto di quanto essa ne sarebbe trasformata.

Ciò che è necessario, ha sottolineato recentemente dalle pagine de La Stampa Gianluca Nicoletti, è riconoscere la serietà del problema per affrontarlo sul piano educativo: **"I segnali d'incapacità da parte dei ragazzi nel saper gestire la loro ombra digitale**, scrive Nicoletti, sono oramai una costante. Ci si accorge del problema solo per gesti estremi compiuti o subiti da minorenni, che sembrano prodursi in ragione di un set d'immediata ripresa video e social condivisone. Non è più il caso di parlare

solamente della caduta dei valori, della mancanza di principi etici, della necessità di ricostruire le coscienze, come se ancora gli adulti potessero portare il loro arcaico mondo come modello ai nativi digitali. [...]. **È solo folle pensare che la soluzione all'uso sconsiderato dello smartphone, e delle sue app che eternizzano ogni istante, sia il proibizionismo"** (6 marzo 2015).

Ciò che serve, insomma, è un salto di qualità che rimetta al centro la questione educativa di fron-

te capacità di fronte ai lati oscuri dello spazio digitale", è **necessario per tutti gli educatori interrogarsi su come agire, poiché esiste una "unicità fra vita fisica e vita digitale"**, sulla quale dobbiamo lavorare, senza illuderci che basti demonizzare una delle due dimensioni per aver risolto il problema. Da que-

## Educazione digitale I nostri figli, la rete e noi



te a un fenomeno che non possiamo considerare marginale e nemmeno solo tecnico, perché **le "appendici digitali" dei nostri ragazzi non sono semplici strumenti, ma modificano il contenuto delle relazioni, il rapporto con la realtà, il valore dell'intimità, la potenza dei sentimenti e perfino il senso delle esperienze più profonde come l'amore, la sofferenza, la morte.**

**Non a caso Antonello Soro, Garante per la protezione dei dati personali**, nella Giornata della protezione dei dati personali del 2014 ha posto l'attenzione sul tema parlando della necessità di **stabilire un "alfabeto della nuova cittadinanza nella società digitale"**. Occorre, ritiene Soro, non perdere di vista il valore della materialità delle cose e della vita. Proprio perché "la materialità delle cose si è ridotta" è necessario lavorare per far comprendere ai bambini e ai ragazzi che "la rassegnazione a considerare tutto ciò che si trasforma in byte come altro rispetto alla nostra fisicità, come qualcosa di lontano rispetto alla nostra vita quotidiana" è "la tentazione più insidiosa per tutti noi". **Il rischio, insomma, è per Soro quello di immaginare che fra la sfera della vita reale e quella della vita virtuale ci siano ben pochi punti di contatto, quasi fossero due mondi assolutamente indipendenti, mentre in realtà la sfera digitale ha il potere di condizionare profondamente la vita reale.**

Ma dato che siamo "inesperti e privi di adeguate

sto punto di vista "dobbiamo sfuggire due tentazioni estreme e opposte: da una parte quella di un'inutile e stupida tecnofobia, la fuga dall'innovazione, l'idea apocalittica che attribuisce alla Rete la colpa di tutti i mali della modernità; e, dall'altra, la rinuncia rassegnata a contrastare le distorsioni del sistema, a ricercare una qualche regolazione dei processi globali che presiedono alla comunicazione elettronica e più in generale a vivere responsabilmente il nostro tempo".

E siccome "nella maggior parte dei casi i ragazzi, che pure conoscono alla perfezione i meccanismi e la forza del web e delle innovazioni, non sanno ancora valutare appieno le conseguenze delle proprie azioni e questo li rende particolarmente vulnerabili", è indispensabile "convincere i ragazzi, che si muovono a volte in modo compulsivo tra il mondo digitale e quello reale, che **la vita vera è ovunque: in Rete e fuori dalla Rete"**. Per questo, conclude Soro, è ormai inevitabile chiedersi se non dobbiamo farci carico più seriamente e sistematicamente della risposta educativa a questa sfida: "Occorre invertire la rotta ed evitare che i giovani siano sfruttati e percepiti soltanto come consumatori passivi di tecnologia, incoraggiandoli a comprendere i principi fondamentali e, soprattutto, i rischi (sempre più invisibili) che si corrono.

Così come non lasciamo cartelli



Le persone insieme, a favore del quartiere

## VI PRESENTO IL MIO RIONE#2

Un progetto per abbellire, collaborando insieme, i muri imbrattati delle case, e reagire così alle percezioni negative, recuperando allo stesso tempo le reti sociali sfilacciate e la scarsa partecipazione alla vita del quartiere:



è il progetto che la cooperativa Quater ha offerto agli abitanti del rione S. Martino. Le esperienze simili già portate a termine dalla cooperativa hanno dimostrato come pratiche di coinvolgimento "leggero" della popolazione residente possano facilitare i rapporti tra le persone e favorire il riappropriarsi degli spazi, sia comuni sia privati.

La proposta ai residenti è di mettere a disposizione i muri imbrattati da scritte e graffi, per realizzare invece murali con motivi condivisi.

Con incontri aperti ai residenti vengono presentate le attività previste e le testimonianze delle famiglie che hanno partecipato alla precedente edizione.

Intenzione della cooperativa è di fare rete con altre realtà del quartiere: Comitato Vivis. Martino, Itea spa, gli organizzatori di Il Fiume Che Non C'è, le attività economiche del quartiere, le associazioni, il Comune di Trento, la circoscrizione Centro storico e Piedicastello. Gli obiettivi sono il coinvolgimento attivo dei

residenti, l'abbellimento del quartiere, la promozione della nascita di nuove forme di collaborazione dal basso, la sensibilizzazione della cittadinanza per una nuova forma di

responsabilità, la realizzazione di buone pratiche di "muri come beni comuni", la sensibilizzazione della amministrazione comunale verso questa pratica innovativa. Iniziato nel mese di febbraio 2015 il progetto si concluderà nel mese di aprile e avrà visibilità anche a livello regionale, grazie alla partecipazione a **Piattaforma delle resistenze** ([www.piattaformaresistenze.it](http://www.piattaformaresistenze.it)) poiché sarà presentato in occasione delle date del Festival omonimo il **24-25-26 aprile a Bolzano e a novembre 2015 a Trento**; infine, con gli altri progetti trentini della Piattaforma e con l'organizzazione generale, si sta organizzando un'anteprima del Festival a Trento, il 20 aprile, aperto alla cittadinanza.

### Info

Riccardo Acerbi,  
Quater soc.coop.

[Riccardo.acerbi@quater.info](mailto:Riccardo.acerbi@quater.info) - 347.0398927



La storia di un successo nella conservazione faunistica. Che evidenzia, ancora una volta, il ruolo delle aree protette alpine per la conservazione della biodiversità

di **Maddalena Di Tolla Deflorian**

Sono passati vent'anni dall'avvio del sogno. Allora lo stambecco fu reintrodotta nel Parco Naturale Adamello Brenta, da dove era scomparso per colpa dell'uomo, come nel resto delle Alpi, portando individui provenienti da diverse colonie, dalla Svizzera, dalla Marmolada, dalle Alpi Marittime. Oggi nel Parco si stimano presenti circa 180/220 individui, come ci racconta Andrea Mustoni, responsabile faunistico del Parco. Il sogno ha avuto successo, ma si deve ancora coltivare e comprendere nei suoi effetti ecosistemici.

A fianco di questo ventennale, la conservazione faunistica festeggia nel 2015 anche quello della reintroduzione del lupo nel mitico Parco Nazionale di Yellowstone, negli Stati Uniti: anche quella è stata una storia di successo, seppure sempre velata di rischi e minacce.

**Lo stambecco è un ungulato tipico dell'ambiente alpino.** Maestoso e possente, riesce a vivere alle alte quote, in condizioni estreme, che allontanano la maggior parte dei mammiferi e degli altri animali. È per la scienza un "relict glaciale" ovvero una specie adattata nei millenni a climi rigidi e che in seguito al cambiamento del clima e al ritiro dei ghiacciai è rimasta a vivere solo in alcuni ambienti, essendo mutato il mondo intorno a lei, alle quote inferiori. I biologi stimano che la comparsa dello Stambecco alpino (*Capra ibex*) risalga molto indietro nel tempo, a 150.000 anni fa. Sulle Alpi all'epoca non c'erano umani. Lo stambecco dunque abitava questi luoghi molto prima di noi.

Lo stambecco è un animale quindi poco plastico, non potendo andare a vivere a quote inferiori. Sulle Alpi

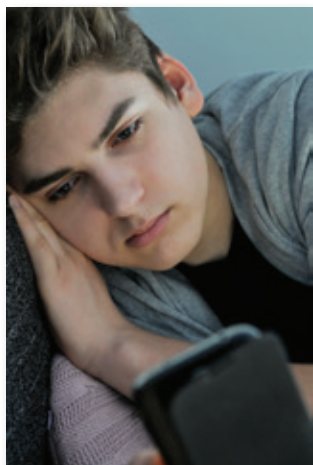


per avvertire i ladri dell'assenza da casa, allo stesso modo dovremmo imparare a evitare di lasciare minuziosi dettagli sui nostri spostamenti sui social network; così come ci hanno insegnato a non dare confidenza agli sconosciuti, egualmente dovremmo evitare di inserire i dettagli delle nostre vite, soprattutto se intimi, su Internet".

### Che fare?

Senza ricorrere al libro dei sogni, mi sembra che a due livelli si potrebbe cominciare ad agire subito.

**Prima di tutto mettendo a tema il problema nella scuola,** cominciando a fare formazione e introducendo con una certa regolarità iniziative che aiutino i ragazzi a riflettere su rischi e potenzialità della rete. Non è vero, come spesso si dice, che la scuola non fa nulla. Anzi. In questi anni si sono moltiplicate le iniziative e gli insegnanti sono più consapevoli della complessità della sfida. Ma non si può chiedere alla scuola di coprire tutto, ed è per questo che piuttosto che immaginare un'ora di educa-



zione digitale vedo più realistica una presa di coscienza collettiva degli insegnanti e l'organizzazione di momenti periodici di approfondimento per gli studenti.

**Ma accanto a questo ritengo sia altrettanto necessaria un'educazione dei genitori,** che oggi postano la vita dei loro bambini sui social network, mettendo in rete foto, filmati e materiali che costruiranno un passato pubblico dei loro figli dal quale, una volta cresciuti, dif-

ficilmente potranno sfuggire. Pur con finalità sicuramente buone, gli adulti di oggi non si dimostrano spesso più accorti dei loro figli, in termini di consapevolezza. Per questo mi chiedo se in maniera più creativa non dovremmo pensare anche ad altri luoghi formativi, dalle associazioni, ai comuni, ai corsi preparati, nei quali invitarli a riflettere sul **dovere di proteggere l'identità digitale dei loro figli e le informazioni su coloro che amano di più.**

Come dire: non lamentiamoci troppo dell'altezza della sfida e cominciamo a fare quello che è nelle nostre mani per limitarne i rischi e coglierne le grandi opportunità.



**Stambecco 2020 è il nome del progetto di conservazione promosso da Istituto Oikos, Parco Nazionale dello Stelvio, Università degli Studi di Sassari.**

no i biologi. L'areale potenziale di distribuzione è molto più ampio di quello effettivamente occupato. Nel 2012 (Tosi et al.) se ne stimavano presenti circa 10.000 capi sulle Alpi occidentali, poco più di mille su quelle Centrali e circa 400 su quelle orientali. Gli stambecchi vivono in colonie, spesso separate dalle creste.

Le immissioni di stambecchi iniziarono dunque nel Parco Adamello Brenta nel 2005, per terminare intorno al Duemila.

situazione non è molto differente da quanto si riscontra in altri comparti alpini. Molte colonie sono attualmente caratterizzate da un basso numero di individui o sono frutto del rilascio di un numero esiguo di fondatori.

Su tali presupposti è stato impostato il Progetto Stambecco 2020, in collaborazione con Istituto Oikos, Parco Nazionale dello Stelvio, Università degli Studi di Sassari.

Da migliaia di anni questi animali con un adattamento notevole a zone impervie osservano dalle alte quote l'evolversi degli eventi. Forse potranno farlo ancora, umani e clima permettendo. Ancora una volta si evidenzia in ogni caso il ruolo delle aree protette alpine per la conservazione della biodiversità.

In ultimo... immaginiamo un giovane stambecco, immerso in una tormenta di neve, abbarbicato su un improbabile appiglio di roccia: le sue selvagge e per noi imperscrutabili emozioni dentro la natura sono il frutto di millenni di storia ed evoluzione della Terra. Forse è saggio che quelle emozioni, che quel patrimonio genetico, restino fra noi.

Lo stambecco

## Il relitto glaciale che arricchisce la nostra biodiversità

la caccia (anche legata a credenze di possibili usi in farmacopea delle sue parti) lo aveva portato nei secoli più volte sull'orlo dell'estinzione. Fra l'altro, lo stambecco è un fantastico arrampicatore e, non avendo nemici naturali in quota, fugge sulle rocce, senza allontanarsi troppo dal pericolo che invece un'arma da fuoco rappresenta.

Poi, per fortuna, gli umani decisero di dare a questo animale affascinante una possibilità. Le prime norme di difesa risalgono all'Ottocento. Nel Parco nazionale del Gran Paradiso, e successivamente in altre zone delle Alpi, la specie fu oggetto di reintroduzioni e ripopolamenti. **Oggi lo stambecco non è più una specie a rischio, ma resta una specie protetta dalle leggi, la cui diffusione e presenza vanno costantemente monitorate, favorite, tutelate.** Si tratta di una specie con una presenza localmente distribuita e disomogenea sulle Alpi, con caratteristiche d'insularità, come dico-

Oggi i ricercatori studiano la situazione e l'evoluzione della popolazione di stambecchi dentro l'area protetta. Per adesso non sono previste altre immissioni.

Dal 2005 al 2007 è stata condotta sulla specie un'indagine mirata a comprendere l'accrescimento della nuova popolazione e il suo adattamento al territorio del Parco.

Dal 2008 la popolazione del Parco viene monitorata con metodologie naturalistiche. Nel 2013, con una popolazione ulteriormente accresciuta rispetto alle ultime stime del 2007, è stata avviata una nuova fase di conservazione, dal nome "Stambecco 2020".

Nel Parco, a distanza di quasi trent'anni dai primi rilasci, alcune popolazioni godono di buona salute; è tuttavia evidente che esistono ampi spazi potenzialmente idonei alla presenza dello stambecco, dove sarebbe auspicabile un'ulteriore espansione. Tale

**Per maggiori informazioni** e per scaricare il documento "Stambecco 2020. Iniziative per favorire la conservazione della specie nelle Alpi centrali italiane" vai alla pagina web di [www.istituto-oikos.org](http://www.istituto-oikos.org) oppure su [www.pnab.it](http://www.pnab.it)

**C**olino e Lillo sono due angeli in cerca di autore. Ovvero in cerca di un umano che

darà loro la possibilità di esprimersi, di essere, di vivere: l'autore della loro liberazione e gioia. Hanno nove anni, pesano circa 20 chili, sono sani e negativi alla leishmania e alle altre malattie, sono regolarmente vaccinati. Vivono in un canile non bello, da cui possono uscire un solo pomeriggio in settimana per una breve passeggiata. Nella vita hanno avuto poco. Sono anziani: meritano adesso di uscire dalla gabbia e vivere con stimoli



Colino e Lillo

## COLINO E LILLO, IN CERCA DI AUTORE

e passeggiate nei boschi.

**Lilly** ha 4 anni. È stata abbandonata legata al palo della luce sul sagrato di una chiesa a frequentazione estiva di una località marittima famosa ed "in" del Salento. È stata salvata da una volontaria. È allegra, vivace ma molto educata, è sana, negativa aderlichia, filaria e leishmania, sterilizzata e vaccinata.



Lilly

Va d'accordo con qualsiasi essere vivente, le piace giocare con tutti, andare a spasso e prendersi più coccole possibile. È una taglia medio piccola, peso 10 kg, non sporca in casa e non distrugge nulla....

**Chi li adotta? Per informazioni 349 2302344, Associazione Il Cercapadrone onlus.**

**P**rimavera: sbocciano le iniziative al Cid Centro Internazionale della Danza. Proposte e attività non solo per danzatori e professionisti ma per chiunque desideri sperimentare nuove sensazioni, emozioni e forme di comunicazione. In programma due occasioni uniche (laboratorio di Danceability e laboratorio La Zattera di Nessuno) per sperimentare la bellezza della diversità e per assumere i nostri limiti come straordinarie opportunità di lavoro e di crescita personale.

## CID Centro Internazionale della Danza

# La bellezza della diversità

Con la Zattera di Nessuno e il laboratorio di Danceability al Cid si sperimenta e si scopre la bellezza della diversità

### CID Formazione e Animazione Territoriale



tipica senegalese

**Sabato 11 aprile, ore 15-18.** Costo: 30 €

**Seminario di Danza Sabar**, con Solò Diedhieu e i due musicisti Mbar Ndiaye e Sada Ndingue La Sabar è una danza tradizionale



**Laboratorio Officina Movimento**, con Gloria Potrich e Roberta Rigotto

Laboratorio in cui viene proposta una danza caratterizzata dallo stretto legame tra ascolto e musica dal vivo, tra ricerca e fisiologia del movimento, tra contact improvisation e libertà articolare della Danza Africana.

**Dal 24 marzo al 19 maggio, il martedì, ore 20.15-22.15**

**Costo: 165 € per 8 incontri.** Con **Carta In Cooperazione sconto del 10%** iscrivendosi telefonicamente allo 0464 431660.

### CID Centro Internazionale della Danza

**DanceAbility**, laboratorio con Pierluigi Zonzin

La DanceAbility vive di improvvisazione, intuito, spontaneità. Attraverso questa danza si stimolano le persone a scoprire e risvegliare tutte le parti del corpo e a utilizzarle ristabilendo un più profondo contatto con sé



stessi e con gli altri. La DanceAbility è un tipo di danza aperto a tutti, con qualunque livello di esperienza e tipo di invalidità fisica o sensoriale e a persone con disabilità psichiche non gravi.

**Sabato e domenica: 11-12 aprile, 9-10 maggio, 6-7 giugno; il sabato ore 14.30-17.30, la domenica ore 10-13.** Costo: 135 euro per 3 week-end.

**La Zattera di Nessuno**, laboratorio condotto da Piera Principe



Laboratorio in forma di viaggio ispirato all'Odissea. Un viaggio di ritorno al corpo e alla poesia del gesto.

**Sabato 11 aprile, 16 maggio, 6 giugno, 27 giugno, ore 10-14.** La quota d'iscrizione per 4 incontri è di 180 €. Con **Carta In Cooperazione sconto del 5%** iscrivendosi telefonicamente allo 0464 431660.

### Foyer della danza, condotto da Paola Carlucci

**La danza al maschile**

Un appuntamento per tutti gli appassionati della danza contemporanea, durante il quale attraverso la visione guidata di alcuni video si potrà comprendere il lavoro delle compagnie in calendario nella Stagione Danza 2014-2015 del Centro Servizi Culturali S.Chiera.

**16 aprile, ore 17.30 Sala Medievale del Teatro Sociale di Trento.** L'ingresso è libero e gratuito

Per iscrizioni e informazioni

cid@centrodelladanza.it

www.centrodelladanza.it

tel. 0464 431660

## L'arte e l'artigianato

### Laboratori per imparare

**S**ono numerosissimi i laboratori artistico/culturali di Astrid Nova Studio d'Arte (Pergine Valsugana, tel. 347 1533617 [www.astridnova.com](http://www.astridnova.com)) e Area Arte La Musa, attivi in diverse sedi del Trentino: laboratori artistici (matita e carboncino, pittura, fumetto, ceramica, mosaico, ecc.), laboratori creativi (decoupage, pittura country, stencil, bijoux, angioletti, bambole), laboratori di arti femminili (taglio e



cucito, ricamo, maglia, uncinetto, macramè e chiacchierino, ecc.) e laboratorio dedicato alla realizzazione di capi ed accessori di alta moda, laboratori dedicati alla Pasqua: alberello pasquale e centrotavola. Vengono organizzati anche corsi per bambini e ragazzi nelle scuole: tecniche pittoriche, decoupage, disegno, fumetto, illustrazione, bambole, ceramica, laboratori dedicati al Natale o alla Pasqua.

## Trento

CENTRO SERVIZI CULTURALI S. CHIARA

### Circuito della Danza Trentino Alto Adige/Südtirol

Ala, Teatro Sartori

10 aprile, ore 21

Compagnia Abbondanza/Bertoni

ROMANZO D'INFANZIA



Uno spettacolo di particolare intensità e poesia, che commuove gli adulti e fa ridere i bambini; pluripremiato e acclamatissimo in Italia e all'estero da oltre 18 anni

Ala, Teatro Sartori

18 aprile 2015, ore 21

Naturalis Labor

PASSIONTANGO







Stagione 2014-2015

## Trentino a teatro

### Gli spettacoli di aprile



#### Main Stage

Teatro Sanbàpolis

8 aprile, ore 21

NEXT POINT in concerto

22 aprile, ore 21

APOCRIFI in concerto

#### Prosa

Trento, Teatro Auditorium

24 aprile, ore 20.30

25 aprile, ore 21

26 aprile, ore 16.00

Elledieffe

**SOGNO DI UNA NOTTE  
DI MEZZA SBORNIA**


Tratta dal lavoro di E. De Filippo e liberamente tratta dalla commedia "La fortuna si diverte" di Athos Setti con Luca De Filippo, Carolina Rosi, Nicola Di Pinto regia A. Pugliese, scene B. Buonincontri, costumi S. Polidori musiche N. Piovani

#### Tendenze Prosa

Trento, Teatro Cuminetti

14 aprile, ore 20.30

15 aprile, ore 20.30

Marche Teatro-Inteatro /

Nutrimenti Terrestri / Walsb

456



scritto e diretto da Mattia Torre  
con Massimo De Lorenzo,

Carlo De Ruggieri,  
Cristina Pellegrino  
e con Michele Nani

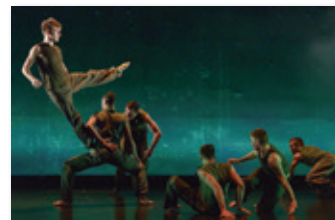
#### Indanza

Trento, Teatro Sociale

16 aprile, ore 20.30

Balletboyz

THE TALENT



Direzione Artistica  
Michael Nunn  
& William Trevitt Mesmerics  
Coreografia Christopher  
Wheeldon  
Musica Philippe Glass  
The Murmuring  
Coreografia Alexander Whitley

#### Jazz

Rovereto, Teatro Zandonai

17 aprile, ore 21

DEE DEE

BRIDGEWATER



■ Con Carta In Cooperazione:  
• tariffa "ridotta convenzioni" (pari a uno sconto di circa il 10%) sul biglietto d'ingresso e su tutti gli abbonamenti della stagione teatrale (prosa, lirica, danza, musical, operetta e jazz) organizzata dal Centro Servizi Santa Chiara; ogni Carta in Cooperazione dà diritto all'acquisto di un biglietto e un abbonamento.  
• per gli ingressi agli spettacoli del Teatro Sanbàpolis e del Teatro ragazzi, già a tariffa ridotta, non sono previste tariffe agevolate.

#### Trento

TEATRO PORTLAND

17, 18 e 19 aprile

TUTTI POSSONO

CANTARE

Workshop di tecnica vocale

condotto da Sarah Biacchi

■ Con Carta In Cooperazione:  
• biglietto d'ingresso a tariffa ridotta (10€ anziché 12€) per gli spettacoli della Stagione teatrale La Bella Stagione presso il Teatro Portland.  
• sconto 10% sui corsi organizzati dalla Scuola di teatro.

#### Vezzano

TEATRO VALLE DEI LAGHI

#### Salotti musicali

in collaborazione  
con Associazione Giardino  
delle Arti e Orchestra Haydn  
11 aprile, ore 21

TIGER DIXIE BAND



un viaggio musicale attraverso i tempi  
e i luoghi del jazz tradizionale:  
dalle atmosfere tipiche del New  
Orleans e del Chicago Style,  
al Charleston e Ragtime

#### Salotto lirico romantico

18 aprile, ore 18

Ensamble vocale femminile

Concerto Belle Epoque

■ Con Carta In Cooperazione:  
• tariffa ridotta sul biglietto d'ingresso a tutti gli spettacoli della stagione

#### Pergine

TEATRO DEL COMUNE  
DI PERGINE VALSUGANA

11 aprile, ore 20.45

Collettivo 320cibili

AI MIGRANTI

creazione e interpretazione  
di Elena Burani,  
Florenzia Demestri,



Piergiorgio Milano,  
Fabio Nicolini,  
Roberto Sblattero,  
Francesco Sgrò  
teatro danza con musiche  
originali di Simon Thierrée  
direzione e coreografia  
di Piergiorgio Milano

30 aprile, ore 20.45

Teatro Presente / Eco di fondo

ORFEO ED EURIDICE



testo e regia di César Brie  
in scena Giacomo Ferrà  
e Giulia Viana  
musiche di Pietro Traldi -  
costumi di Anna Cavaliere

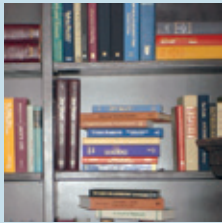
12 aprile, ore 18

I MUSICANTI DI BREMA



Fiaba in musica e tradotta  
in LIS, lingua italiana dei segni  
Concerto della Banda  
sociale di Pergine - dirige  
il Mo Claudio Dorigato  
voce recitante Massimo Lazzeri  
interprete LIS - lingua italiana  
dei segni Francesca Nardin  
in collaborazione con Abc-onlus

■ Con Carta In Cooperazione:  
• tariffa ridotta sul biglietto d'ingresso ai singoli spettacoli  
• tariffa ridotta sull'abbonamento alla Stagione



## Libri: le recensioni del mese

a cura di **Franco Sandri**

Per informazioni e segnalazioni:  
**Cooperazione tra consumatori**  
C.P. 770 - 38100 Trento  
cristina.galassi@libero.it  
sandri.franco@libero.it



## L'ORTO DEI BAMBINI

di Morena Paola Carli, ed. Forme Libere, Trento 2014

Questo frutto, prima di essere libro da leggere, è stato seme, messo in terreno buono, nato e coltivato come si deve. Il fatto è che l'autrice - laureata in Letterature straniere - da oltre dieci anni coltiva ortaggi, cereali, erbe aromatiche, fiori e piccoli frutti nell'orto di casa. Lo fa insieme al marito e ai suoi due figli. E così, dal seme di vita vissuta è nato 'L'orto dei bambini'. Una simpatica guida alla conoscenza del ciclo della vita dell'orto lungo le stagioni, alla scoperta delle molte possibili coltivazioni, al riconoscere ed apprezzare il lavoro degli insetti, alla contemplazione dei prodotti fatti crescere, al passaggio dall'orto al-



e dei disegni, lungo le 200 pagine; le esemplificazioni del come fare e dello sperimentare, a casa o a scuola o nella terra vera; le schede che spiegano con rigore e con semplicità; i brani di poesia e i racconti; i giochi... Fino alla pagina dei ringraziamenti, dove - come su un palcoscenico - sono chiamati per l'applauso finale i coautori di questo bel libro, in primo piano "nonno Italo per averci trasmesso il suo amore per la natura e per l'orto".

la cucina alla tavola. Con l'obiettivo - per l'autrice 'la missione più importante' - di divertire e divertirsi. Tutto vi concorre: la vivacità dei colori

## L'IDEALE COOPERATIVO

di Marcello Farina e Renzo Tommasi, ed. FTC, Trento 2015

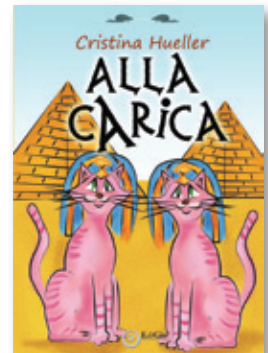
Viene ripercorso, con rigore storico e con ricchezza di documentazione, il tragitto dell'ideale cooperativo attraverso i due ultimi secoli e nelle variazioni tipologiche di territori diversi. Resta salda l'ispirazione di fondo, che è nel contempo, progetto e fine: "L'elevazione dell'uomo dal punto di vista sociale ed etico, attraverso l'attuazione dell'ideale cristiano dell'amore del prossimo". Su questo tragitto si incontrano e si alleano concretezze di storica incisività: le Società di Mutuo soccorso in Europa e nel Tirolo asburgico; l'esperienza di Raiffeisen nel mondo tedesco, l'Arbeiterprogramm di Lassalle, il Catechismo di Schulze-Delitzsch; il credito cooperativo 'sistema Raiffeisen' in Italia e in Trentino, fino alle opere di

Silvio Lorenzoni e di Lorenzo Guetti che incarnano con propria originalità la cooperazione come "mezzo principe di risolvere la questione sociale". Nel presentare il volume, il presidente della FTC Diego Schelfi parla di "importante ulteriore passo per comporre il quadro 'culturale' dentro cui è nata la cooperazione", liberando la narrazione dalla "agiografia autocelebrativa e ormai polverosa, per collocarla nel suo tempo". E conclude suggerendo il libro come aiuto a realizzare l'imperativo di "cooperare in modo altruistico con alla base la moralità".

## ALLA CARICA

di Cristina Hueller, ed. EdiGio', Pavia 2014

In apertura si legge che "l'autrice ha deciso di devolvere il ricavato delle vendite del romanzo all'Associazione Peter Pan-Alto Adige, che offre aiuto ai bambini con tumore". Ma non solo il ricavato delle vendite: tutto il romanzo, lo stesso impaginato, le illustrazioni, la scelta dei caratteri di stampa e la scansione del periodare... sono per loro, per tutti i bambini. Dunque un romanzo-dono, da leggere in ospedale, ma anche in famiglia, a scuola, in spiaggia o nelle baite di montagna, dovunque ci sono bambini da incuriosire e da far sorridere.



Incomincia nella sala d'attesa del reparto ostetrica, con l'urlo di un papà: "è un maschio! sono felice!". Un maschio, quinto dopo Carlotta, Clotilde, Clelia, Caterina. Lo chiameranno Fortunato. Il battesimo, strani personaggi e strani doni... E attorno a quel bimbetto - con l'aggiunta di una cucciolata di gattini - in casa de Olimpis la vita famigliare riprende nella sua caotica normalità. Fino all'epilogo - molti anni dopo - "in quella mattina nel piccolo villaggio a nord di Fort Portal, in una zona sperduta dell'Uganda", quando arriva la lettera di Clotilde de Olimpis con un dono... anch'esso strano, inaspettato, ma fantastico, come tutto il racconto di 'Alla carica'.

## SETTE STELLE PER CHIARA

di Sara Guelmi, ed. Erickson, Trento 2014

è tanto protagonista del dialogo quanto chi parla". E allora, una mamma - qui, nel Duemila - rinuncia ai tentativi frustranti di persuasione con i lunghi discorsi che acuiscono il conflitto, e prova la via socratica della 'maieutica', della 'levatrice che tira fuori' dall'altro i convincimenti già in embrione dentro.

Ne è nato un libro. Ne sono nate queste "conversazioni senza età sul senso della vita", attraverso un dialogare, alla pari, tra Chiara e il Saggio: la felicità possibile, l'autorealizzazione come totale originalità, lo scegliere libero, le paure esistenziali del giovane e dell'adulto, l'essere unici ma aperti all'altro, fare insieme agli altri il proprio personale cammino lungo i sentieri inquieti della vita...e così scoprire stelle di orientamento. Ognuno le proprie personalissime 'sette stelle', tra le molte, o biblicamente tra le 'settanta volte sette' del firmamento senza fine, spalancato su un'umanità senza limiti. Il libro è stato presentato sotto la volta stellata del 'Planetario' del Muse a Trento.



È la ricerca di un modo possibile ed efficace per comunicare con i propri figli. Diverso dal solito scambio - quando c'è - di opinioni durante il trantran famigliare, che spesso si riduce a tutt'altro rispetto alla "reciprocità d'azione, dove chi ascolta



tempo

libero

musica e spettacoli; alle 22.30 una piacevole stanchezza accompagna i ragazzi a letto. Durante il soggiorno è garantita l'assistenza costante da parte di personale formato dalla cooperativa.

Il Blog, attivato lo scorso anno

per la crescita e per il benessere dei ragazzi è ineguagliabile. Per molti giovani partecipare ad un'esperienza nei soggiorni marini A.E.R.A.T è l'occasione per ampliare i propri orizzonti e crescere in allegria.

A.E.R.A.T. raccoglie le iscri-

Ogni anno, dal 1980, più di 1000 ragazzi scelgono di passare le loro vacanze presso i soggiorni estivi proposti da A.E.R.A.T. e anche per l'estate 2015 la cooperativa offre ai ragazzi residenti in Trentino delle scuole elementari e medie la possibilità di trascorrere due settimane di puro divertimento nei soggiorni-mare di Cesenatico.

I quattro turni di colonia di 15 giorni ciascuno (30 giugno-28 agosto) si svolgeranno presso il nuovissimo complesso della Provincia di Trento: gli edifici sono a pochi metri dalla spiaggia riservata per i ragazzi ospiti ed attrezzata con cabine, docce, campi da beach volley e ampi spazi ombreggiati.

Le giornate di mare e di sole sono contraddistinte da tornei, giochi in spiaggia, laboratori all'aperto; la sveglia è alle 7.30, seguita da un po' di ginnastica, tempo per sé, una buona e abbondante prima colazione e alle 9.45 tutti in spiaggia, fino alle 12.30, quando si corre a tavola per il pranzo; segue il tempo libero, e, per chi non si ferma mai, i laboratori creativi e manuali e i giochi di società, fino alla merenda delle 15.45; dalle 16.30 ognuno svolge la propria attività sia in spiaggia che nella vicina pineta, poi una bella doccia prima della cena, alle 19.30; la serata passa in allegria tra giochi, balli,



## Cooperativa AERAT

# In vacanza si diventa grandi

I soggiorni estivi studiati per i ragazzi delle scuole elementari e medie rappresentano una ineguagliabile occasione per ampliare i propri orizzonti e crescere in allegria

sul sito della cooperativa, ha riscosso un elevato gradimento da parte delle famiglie perché consente ai genitori di seguire quasi "in diretta" lo svolgimento delle giornate dei ragazzi in colonia.

La qualità della proposta di vacanza di AERAT si riconosce anzitutto nell'attenzione educativa posta nei contenuti delle attività rivolte ai giovani ospiti durante la permanenza nella colonia, sia per il suo connotarsi come una valida occasione di crescita personale, di socializzazione, di condivisione e di stimolo a relazioni amicali autentiche e profonde. Il forte impatto che hanno i quindici giorni di vacanza



zioni tramite sistema on-line accessibile dal sito [www.aeratscarl.com](http://www.aeratscarl.com) e mette a disposizione il proprio personale in ufficio per ogni informazione sul soggiorno. La Cooperativa inoltre ha una pagina Facebook aggiornata quotidianamente sulla quale è possibile trovare tutte le informazioni sulle attività organizzate per i ragazzi e famiglie del Trentino.

Per informazioni  
AERAT, tel. 0461.239201  
[www.aeratscarl.com](http://www.aeratscarl.com)

La Cooperativa A.E.R.A.T. gestisce a Cesenatico anche la Casa per ferie Mirandola (70 posti letto) dove è possibile trascorrere le ferie estive in un contesto protetto, curato e cordiale. Casa Mirandola confina con il campeggio di Cesenatico e dista circa 1 km dal centro di Cesenatico, facilmente raggiungibile a piedi o in bicicletta lungo la spiaggia; la struttura - di proprietà della Provincia Autonoma di Trento - dispone di ascensore, bar, sala polifunzionale, parco giochi per bambini, campo da bocce, canoe, biciclette e biliardo; tutte le camere sono climatizzate, dotate di ampio bagno (con doccia e phon), tv, frigo, cassaforte e wi-fi; la spiaggia (più di 1500 mq), con ombrelloni, lettini e assistenza bagnino, è in esclusiva per gli ospiti e vi si accede in pochi minuti mediante una passerella pavimentata in legno di circa 200 metri, ombreggiata.



Per i soci possessori di Carta In Cooperazione le quote giornaliere a persona in pensione completa

## LA CASA PER FERIE MIRANDOLA

sono: dal 1° aprile al 7 giugno 38€; 8-30 giugno e 24 agosto-13 settembre 48€; 1° luglio-23 agosto 58€.

**Riduzioni:** bambini 0-24 mesi gratis, bambini\* 2-4 anni 65%, bambini\* 5-7 anni 30% (\*) bambini che soggiornano nella stessa camera con almeno 2 adulti paganti. Sconto del 10% per gruppi con più di 30 persone e permanenza minima di 7 giorni se la prenotazione avviene entro il 15 aprile 2015. **Gratuità** di 2 giorni in caso di soggiorno 14 giorni consecutivi (non cumulabile alla riduzione gruppi e altre riduzioni). **Supplemento camera doppia, uso singola:** bassa stagione 25%, alta stagione (luglio/agosto) 30%. **Aggiunta terzo lettino in spiaggia 2 € al giorno. Nella quota giornaliera sono compresi:** connessione wi-fi in tutte le camere, cambio lenzuola settimanale, cambio asciugamani ogni 2 giorni, 1 ombrellone e 2

lettini per coppia (a tariffa intera), assistenza bagnino, servizio self-service acqua minerale e/o frizzante, colazione a buffet, pranzo e cena a scelta su due menù, fitness in spiaggia (lunedì-venerdì, da giugno) uso cassaforte in camera, utilizzo biciclette su cauzione e canoe in spiaggia.

La cooperativa organizza inoltre Camp residenziali e pacchetti sulla base delle esigenze specifiche per associazioni, gruppi sportivi o parrocchiali che vogliono soggiornare presso le strutture del complesso di Cesenatico.

## RINFORZIAMO GLI ARTI INFERIORI e miglioriamo l'equilibrio

Le gambe, come già detto nel numero di gennaio, hanno un ruolo fondamentale nella vita di tutti i giorni, permettendoci di condurre una vita attiva e dinamica. Gli esercizi che proponiamo questo mese vi aiuteranno a rinforzare gli arti inferiori e a migliorare l'equilibrio, particolarmente importanti per muoversi e per diminuire il rischio di caduta.

**Posizione di partenza** (vale per tutti e tre gli esercizi proposti - foto 1): in piedi, schiena dritta, mani in appoggio (schienale sedie, tavolo....)



**Esercizio 1** Dalla posizione di partenza alzare alternativamente le ginocchia verso il busto, imitando l'azione della marcia (foto 2). Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 3 serie da 10 ripetizioni (5 movimenti con l'arto destro e 5 con l'arto sinistro).



**Esercizio 2** Dalla posizione di partenza oscillare una gamba alla volta avanti (foto 3 e foto 4) e indietro (foto 5 e foto 6); attenzione a mantenere il busto eretto durante l'esecuzione. Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 3 serie da 10 ripetizioni per ogni arto (1 ripetizione corrisponde a un'oscillazione in avanti e ad un'oscillazione indietro).



**Esercizio 3** Dalla posizione di partenza sollevare i talloni in maniera alternata lasciando le punte dei piedi in appoggio (foto 7 e foto 8). Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 3 serie da 10 ripetizioni per ogni piede (1 ripetizione corrisponde a sollevare il tallone destro e successivamente quello sinistro).



### Rovereto

## “Insieme per non fumare più” Un laboratorio per smettere di fumare

**Q**attro serate nella stessa settimana (23-26 marzo) a Rovereto, presso l'oratorio Rosmini (via Paganini 12) e poi tre incontri di rinforzo, a cadenza settimanale (mercoledì 1, 8 e 15 aprile): è il programma del corso “Insieme per non fumare più”, promosso dal Centro Antifumo del Distretto Sanitario Rovereto e basato sull'approccio dell'auto mutuo aiuto, del rinforzo motivazionale e dei suggerimenti utili al cambiamento.

**L'esperienza del gruppo di auto mutuo aiuto per smettere di fumare è ormai consolidata e valida:** il cambiamento del proprio stile di vita è infatti facilitato dal confronto con gli altri membri del gruppo; il rinforzo della motivazione personale, l'apprendimento di tecniche e suggerimenti utili anche rispetto ad altri stili di vita e la solidarietà del gruppo rappresentano gli elementi essenziali del percorso. **Il Centro antifumo APSS** offre an-



che consulenze gratuite per fumatori il mercoledì pomeriggio a Rovereto, presso il distretto in via G. Bosco 6 (per appuntamenti CUP 848 816 816).

A qualsiasi età smettere di fumare significa stare meglio, essendo il fumo di tabacco uno dei principali fattori di rischio per tante gravi patologie (oncologiche, cardiache, respiratorie). I Centri antifumo dell'Azienda provinciale per i servizi sanitari offrono una serie di servizi gratuiti che aiutano a smettere di fumare.

### Info

(ore 8.30-10.30, lunedì-venerdì)

- Centro Antifumo del Distretto Sanitario Rovereto  
Tel. 0464.403611-672
- Centro antifumo del Distretto Sanitario Centro Nord Trento, Via Rosmini 16
- Tel. 0461.904990

### Riva del Garda/Alzheimer

## Il Centro di Ascolto Città di Riva

**I**l Centro di ascolto dell'Apss “Città di Riva” è stato il primo costituito in provincia di Trento (dal 2014 è attivo un altro servizio analogo nelle Giudicarie e Rendena) e unisce risorse “istituzionali” e del volontariato locale per offrire un primo supporto, gratuito, alle persone affette da demenza e alle loro famiglie. L'attività del Centro si svolge con il patrocinio dell'Apss, della Comunità dell'Alto Garda e Ledro e del Comune di Riva del Garda.

### Il Centro di ascolto offre:

informazioni sull'Alzheimer e le demenze, e sulla rete di servizi presenti sul territorio della Comunità dell'Alto Garda e Ledro e sull'accesso a questi; consulenza per l'assistenza alle persone affette da Alzheimer e/o demenza; consulenza psicologica individuale e familiare;

Azienda pubblica di servizi alla persona  
“Città di Riva”

## Centro di Ascolto Alzheimer

formazione e sostegno per i familiari per affrontare, con gli esperti, le problematiche connesse alla malattia; informazioni sulla figura dell'amministratore di sostegno.

### Tra le attività più apprezzate rientrano i colloqui

**individualizzati** di sostegno e informazione, gestiti grazie alla presenza del dott. Alessio Pichler, sulla relazione con la persona affetta da deterioramento cognitivo e/o problemi comportamentali (per appuntamento per colloquio di sostegno: Centro di Ascolto, il lunedì, ore 16-18, sportello



**Cooperativa AM.IC.A**  
Canezza di Pergine Valsugana  
www.amicacoop.net  
tel. 0461.992177

**S**i presenta sempre più completa la linea di prodotti cosmetici Vivi verde, che ha incontrato un grande favore presso i consumatori. “Molti prodotti della linea Vivi verde – spiega Mariagiulia Pizzaleo, responsabile igiene casa e persona prodotto a marchio Coop – sono nella top ten dei prodotti che vendono di più tra tutti quelli Coop. Qualche esempio: la crema viso rivitalizzante giorno Vivi verde Coop è il terzo prodotto più venduto per numero di confezioni, seguito al 4° posto dalla crema viso idratante per pelli normali. Il balsamo labbra è al secondo posto per confezioni vendute nella rete Coop tra i protettivi labbra dopo il classico Labello. Ma tutti i prodotti della linea Vivi verde, a due anni dal lancio, continuano a registrare trend di crescita a due cifre”.

**Ma che significa naturale?** Per Coop significa fatti con ingredienti al 98% di origine naturale: i principi attivi, responsabili dell'efficacia, sono di origine ve-



Vivi verde

## Cosmesi sì, ma naturale

I cosmetici Vivi verde sono fatti con ingredienti al 98% di origine naturale, non sono testati su animali e sono privi di oli minerali così come di altri oli sintetici

getale e provengono da coltivazioni biologiche. I profumi sono stati selezionati per ridurre al minimo il rischio di insorgenza di allergie.

**I prodotti Vivi verde, poi, non sono testati su animali:** cioè Coop non acquista singoli ingredienti, né formulazioni o prodotti da fornitori che abbiano condotto, commissionato o avuto parte in test animali. Infine, i prodotti cosmetici Vivi verde sono privi di oli minerali così come di altri oli sintetici.

**“Abbiamo escluso dalle formulazioni –** spiega Claudio Mazzini, responsabile Sostenibilità – sostanze anche ammesse per legge e ampiamente utilizzate che tuttavia non erano coerenti con la filosofia della linea. Ma più in generale, il criterio di Coop è sempre stato quello della prudenza, seguendo un approccio caso per caso e valutando, sostanza per sostanza rischi e benefici”.

Tutte le sostanze contenute nei prodotti Coop sono state dunque verificate dal punto di vista chimico tossicologico, per portare, spiega ancora Mazzini, “all’eliminazione totale di alcuni ingredienti (tra cui l’hexanediol e alcuni tipi di parabeni, secondo una logica più restrittiva rispetto a quanto consentito dalla legge), nonché all’utilizzo con riserva di altri ingredienti, solo laddove strettamente necessario, ad esempio ai fini della sicurezza

microbiologica del prodotto. Va da sé che qualora emergano nuove soluzioni adottabili Coop le svilupperà per i propri prodotti nell’ottica di un miglioramento continuo”.

Tra le sostanze “chiacchierate” ma ampiamente ammesse ci sono ad esempio i sali di alluminio per i deodoranti: “Un’altra sfida che, sui deodoranti Vivi verde, abbiamo vinto”, prosegue Mazzini, sottolineando che i consumatori, per non rinun-



Casa Mielli, v. Ardaro 12, Riva del Garda; oppure tel. 0464.553436, lunedì-venerdì, ore 9-12; oppure centroascolto@csarivadelgarda.com. Lo sportello è gestito grazie al contributo dei volontari dell’AIMA e dell’AVULSS dotati di specifica formazione.

### INCONTRI DI PRIMAVERA 2015

Il Centro di ascolto organizza anche incontri pubblici (sala ex biblioteca, scuola media D.Chiesa, Riva del Garda): 15 aprile, ore 20.30,

**“Terapia di Stimolazione Cognitiva: un approccio non farmacologico alla demenza”**, con dott.ssa Jasmine Awudu

21 maggio, ore 20.30,

**“Malattia di Alzheimer e altre demenze: a che punto siamo nella diagnosi e nella cura?”**, con dott. Daniele Villani

ciare alla naturalità, sono disposti a fare compromessi sulla performance del prodotto, al limite. Tra le restrizioni che Coop si è imposta su tutti i prodotti c’è anche quella relativa al fenossietanolo, un conservante ampiamente utilizzato che ha la funzione di ridurre la carica batterica dei prodotti e che nel corso di quest’anno verrà eliminato anche dai solari a marchio Coop.

**La “naturalità” del prodotto Coop riguarda anche l’imballaggio:** non

c’è astuccio di carta né bugiardino e - quando c’è - viene utilizzato un cartoncino da materia prima certificata FSC; inoltre viene utilizzato un mono-materiale per favorire il riciclo: per le creme viso è stata fatta la scelta di ricorrere a un flacone airless in mono-materiale, ovvero senza neanche la molla di metallo all’interno.

Che dire poi del prezzo? Il prodotto Coop è assimilabile a uno di erboristeria – per qualità e sicurezza – ma allo stesso prezzo delle creme cosiddette da supermercato... Una caratteristica molto apprezzata in particolare dalle giovani consumatrici, come testimoniato da tante blogger. I prodotti Vivi verde Coop sono diventati vere e proprie star del web! ([www.consumatori.e-coop.it](http://www.consumatori.e-coop.it))





per le nostre vie respiratorie, purifica, detossina, drena e dà energia a corpo e mente, per una primavera più solare ed una estate più in forma.

**L'halobenessere rappresenta un sistema naturale di salvaguardia della salute**, dove il protagonista amico del nostro sistema

### Terne di Sale

# Cloruro di sodio, un amico contro le allergie

**A**bbiamo già accennato ai benefici dell'Halobenessere nell'affrontare efficacemente i disturbi legati, con il risveglio della natura, alla reazione eccessiva del sistema immunitario agli allergeni respiratori. Essi infatti, specie in primavera, quando la flora è nel ciclo naturale dell'impollinazione, sono la causa di molteplici disturbi.

La sintomatologia può essere differente, anche se sempre di origine infiammatoria: l'interessamento degli occhi porterà a prurito, lacrimazione, congiuntivite; se invece la reazione d'ipersensibilità interessa il naso avremo starnuti, rinorrea, ostruzione; i bronchi risponderanno con tosse, affanno, sibili, asma; la cute con prurito, arrossamenti, eczema, orticaria; l'apparato gastroenterico con crampi, nausea, vomito, diarrea.

In Italia sono le graminacee e le urticacee le piante che per lo più causano disturbi inquadabili nell'ambito delle allergie stagionali, ragion per cui i soggetti che soffrono di ipersensibilità del sistema immunitario nel periodo cosiddetto della pollinazione dovrebbero cercare di evitare di restare per molto tempo all'aperto, soprattutto in giornate ventose e soleggiate e nelle ore che fanno seguito a piogge o temporali, in quanto i pollini possono frantumarsi in particelle ancora più piccole e intrusive per l'organismo.

Nel cavo orale, all'interno dell'albero respiratorio e sulla pelle restano intrappolati virus, batteri e inquinanti atmosferici accumulati durante il periodo invernale. Il cloruro di sodio ha un effetto battericida, interferisce con la sopravvivenza dei batteri, oltre a rafforzare il sistema immunitario. Esso, oltre a fare da spazzino

Il cloruro di sodio aiuta il nostro sistema immunitario a combattere, specie in questa stagione, i disturbi legati alla reazione eccessiva agli allergeni

immunitario è il salgemma o cloruro di sodio, puro sale di miniera completamente privo di iodio.

Questo rimedio naturale, conosciuto da secoli per i suoi benefici effetti sulle malattie del sistema respiratorio, per i problemi legati alla pelle, per tutte le forme allergiche e asmatiche, è una terapia medica ufficialmente riconosciuta in numerosi paesi d'Europa. Studi medici affermano i benefici del cloruro di sodio su diverse manifestazioni dell'apparato respiratorio, allergiche e dermatologiche favorendo:

- disintossicazione
- riequilibrio del corpo
- funzionamento più efficace di tutto l'organismo
- rafforzamento difese immunitarie con una minore tendenza a raffreddori ed influenze
- sollievo delle irritazioni delle vie respiratorie, gola e del naso
- sollievo da allergie e febbre da fieno
- sollievo da emicranie per l'azione rilassante
- miglioramento della capacità polmonare
- miglioramento sulle manifestazioni asmatiche
- aumento dell'attenzione
- miglioramento della concentrazione
- aumento della produttività lavorativa
- attività drenante e miglioramento della circolazione
- miglioramento su alcune manifestazioni dermatologiche
- azione antisettica per la pelle
- miglioramento della qualità del sonno e delle nevrosi in genere
- riduzione dello stress

**Per garantire la salubrità dell'ambiente salino, i centri Le Terme di Sale** sono dotati di due aspiratori entrata/uscita per il ricircolo dell'aria e prestano molta attenzione all'igiene dell'habitat: per questo l'accesso alle stanze di sale avviene senza scarpe e con dei calzari monouso, un telo copri



sdraio ed una cuffia; in questo modo si garantisce un ambiente salubre e pulito sia a chi effettua la prima seduta che l'ultima.

Le Terme di Sale sono ambienti ideali per adulti e bambini, i quali per caratteristica fisiologica, di solito sono i primi a constatarne i benefici e per i quali l'ingresso è gratuito fino ai 10 anni, naturalmente accompagnati da un adulto.

I cicli consigliati sono di almeno 12 sedute, da fare a giorni consecutivi o al massimo alternati rafforzati in seguito da cicli di mantenimento, naturalmente più diradati. Ciascuna seduta ha una durata di 45 minuti, durante la quale i bambini possono giocare con secchielli, palette e formine, come in una bianca spiaggia in riva la mare, e godendo, senza accorgersi, delle proprietà mucolitiche, antiinfiammatorie e antibatteriche del salgemma.



**I soci possessori di Carta In Cooperazione hanno diritto allo sconto del 20% sugli ingressi singoli ed anche sulle formule abbonamento. La convenzione è valida per due persone.**

### Le Terme di Sale vi aspettano a:

- **Agordo (BI)**, Via Insurrezione 4, tel. 0437 646321
- **Bolognano d'Arco (Tn)**, Via Stazione 6, tel. 366 3143323
- **Borgo Valsugana (Tn)**, Via G. Gozzer 7/D, tel. 347 5957089
- **Cadine (Tn)**, Via Coltura 11, tel. 0461 866190 cell. 331 2830419
- **Cembra (Tn)**, Viale IV Novembre 13, tel. 0461 682133
- **Moena (Tn)**, Piazza de Ramon 60, tel. 366 9348740
- **Pergine Valsugana (Tn)**, Via F. Filzi 4/C, tel. 345 9806963
- **Rovereto (Tn)**, Viale del Lavoro 18, tel. 340 7562810
- **Salorno (Bz)**, Via Trento 28/A, tel. 0471 1921334
- **Sedico (BI)**, Via Belluno 72, tel. 0437 1841761



**D**onare un uovo a Pasqua o comunque in periodo primaverile è sicuramente una usanza che affonda le radici nell'antichità: l'uovo è da sempre considerato il simbolo della vita, ha una forma sferica che ci ricorda la perfezione e al suo interno il tuorlo giallo è come un sole che quindi racchiude energia e forza vitale.

La primavera è la stagione che più delle altre viene accostata alla vita, alla nascita, all'attesa e alla fertilità: la terra si risveglia, le gemme rinascono e anche l'uomo vuole appropriarsi con gli alimenti di questa forza che la natura sprigiona intorno a sé. L'usanza del dono delle uova è presente infatti in tante culture dell'antichità, come quella egizia e persiana ad esempio, e permane nel cristianesimo. Ecco perché uno degli elementi tipici del periodo pasquale è proprio questo: dapprima nato come uovo di gallina, sodo e decorato con colorazioni naturali, diviene sempre più elaborato, una vera espressione artistica e da salato si trasforma in dolce con l'avvento dell'utilizzo recente del cioccolato.

Il grande antropologo e studioso di miti e religioni **Mircea Eliade** scrive sulla origine dell'universo, o cosmogonia: "Il motivo dell'uovo cosmogonico, attestato in **Polinesia**, è comune all'India antica, all'Indonesia, all'Iran, alla Grecia, alla Fenicia, alla Lettonia, all'Estonia, alla Finlandia, ai Pangwe dell'Africa occidentale, all'America centrale e alla Costa occidentale dell'America del Sud."

In diverse zone dell'attuale **Russia e in Svezia** sono state trovate dagli archeolo-

gi numerose **uova di creta**; le statue di **Dioniso** nei sepolcri in **Beozia**, terra originaria del culto di questa divinità, portano un uovo in mano, segno del ritorno alla vita.

L'usanza dello scambio di uova decorate si sviluppò,

doni (una corona imperiale e un pulcino d'oro). **Fu così che nacque anche l'usanza di inserire dei doni particolari e a sorpresa all'interno delle uova pasquali.**

Infine, solo di recente è nata la tradizione dell'uovo in ciocco-

## Come sono nate le uova di Pasqua

# Il buon augurio dell'uovo

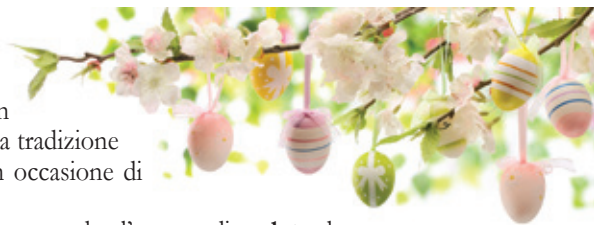
## Dalle uova sode ai gioielli di Fabergé: simboli antichi di rinascita della primavera

nel Medioevo come regalo alla servitù: la diffusione di questo particolare regalo sorse probabilmente in Germania, dove si diffuse la tradizione di donare semplici uova in occasione di questa festività.

Durante questo periodo sorse anche l'usanza di creare **uova artificiali decorate con argento, platino e oro** e destinate alle corti reali e principesche.

Si ricorda che Edoardo I d'Inghilterra commissionò quasi 500 uova dorate come dono della corte durante la Pasqua.

Ma il vero uovo sontuosamente decorato si deve all'orafo **Fabergé** che ricevette ordine da parte dello zar nel 1883 di preparare un dono speciale per la zarina **Maria**. Per questa commissione l'orafo realizzò il primo uovo Fabergé: in platino, con all'interno un altro uovo in oro, che a sua volta conteneva altri



lato che ha soppiantato tutte le altre e si è diffusa largamente e, da lavorazione artigianale da parte dei mastri cioccolatieri, è diventata industriale.

Dalla Scandinavia poi si sta diffondendo sempre di più la consuetudine di decorare l'**albero di Pasqua**, anch'esso carico di uova commestibili e non, di uccelli, sinonimo dell'arrivo della primavera e di fiori dai colori delicati. (Marta Villa, antropologa culturale)

300 g farina, 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, sale; ripieno: 1 kg di bietole (oppure carciofi), 3 mazzi di borragine, 8 uova, 1 cipolla grossa, 2 spicchi di aglio prezzemolo, maggiorana fresca, 300 g ricotta, 6 cucchiaini grana grattugiato, 25 cl di panna, 50 g di burro, olio extravergine di oliva, sale e pepe

Unite al farina, una presa di sale, 2 cucchiaini di olio e impastate con acqua fino ad avere una pasta soda e liscia; lavoratela energicamente per 10 minuti, dividetela in 6 pezzi, poneteli in un contenitore infarinato, coprite con un tovagliolo umido e lasciate riposare per 1 ora. Lavate e scartate le coste dalle bietole, tagliate le foglie a striscioline; fate lo stesso con la borragine; lessate le verdure



## La torta pasqualina

La torta con la sorpresa dell'uovo dentro

senza altra acqua, salatele, strizzatele e allargatele su un piatto, spolverizzate di grana, sale e maggiorana; affettate e rosolate la cipolla, tritate il prezzemolo e l'aglio; sbattete 3 uova con 2 cucchiaini di grana, incorporatevi le verdure, la ricotta, la panna, la cipolla,

aglio e prezzemolo. Ungete di olio una larga tortiera a bordi alti; stendete un pezzo di pasta in una sfoglia sottilissima e coprite con questa il fondo della tortiera, facendo in modo che debordi; ungete la sfoglia e ripetete l'operazione con altri 2 pezzi, sovrapponendo le sfoglie

nella tortiera; l'ultima non va unta, su questa stendete il composto e condite con poco olio, fate nel ripieno 5 fossette nelle quali metterete poco burro e un uovo intero, senza rompere il tuorlo; cospargete ogni uovo di grana, sale e pepe. Stendete le rimanenti 3 sfoglie, ponetele una a una sul ripieno, ungetele di olio e sistemate fiocchi di burro sui bordi; rigirate verso l'interno la pasta che fuoriesce, premendola un poco; pennellate di olio la superficie e punzecchiate in modo che le sfoglie, gonfiandosi, non si lacerino. Mettete in forno a 190° C e per 1 ora. (www.coopinforma.it)



Non solo farina 00

## Tutti i colori della farina

Oggi è molto ampia la scelta tra i diversi tipi di farina, così è più facile sostituire la farina 00, più raffinata, e variare nell'alimentazione

**N**egli ultimi anni si è sempre più diffusa l'abitudine di preparare in casa torte e dolci, pane, pizza e pasta, utilizzando soprattutto la classica farina di grano tenero di tipo 00, che, insieme alla tipo 0, è perfetta per molte ricette, meno per altre. Esistono infatti tipi diversi di farina, che aiutano ad ottenere risultati migliori in cucina e a variare la nostra nutrizione, migliorandone la qualità.

### DAL GRANO TENERO

Dal grano tenero, ad esempio, oltre al tipo 00, si ottengono altri 4 tipi di farina, che si distinguono per il grado di raffinazione e la presenza di crusca:

- **la farina di tipo 00:** bianca e priva di crusca, è costituita prevalentemente da amidi (68,7 g per 100 g), poche proteine, sali minerali e vitamine; è ideale per i dolci, per besciamelle e creme, per la pasta fresca o all'uovo (per le quali sarebbe più opportuno mescolarla con la semola di grano duro);
- **la farina di tipo 0,** simile alla 00, è adatta per preparare biscotti, cialde, grissini, piccola pasticceria, ma anche pane, focacce, pizze;
- **la farina di tipo 1 e 2,** meno bianche per il loro contenuto in crusca, sono ideali per la preparazione di pane e pizze;
- **la farina integrale:** di colo-

re scuro, è prodotta dalla macinazione di tutto il chicco, compresa la parte esterna (la crusca). Da un punto di vista nutrizionale è la farina più completa perché più ricca di fibra, di sali minerali come ferro, calcio, potassio e fosforo e vitamine.

### DAL GRANO DURO

Dal grano duro si ottiene invece la semola, costituita da granuli più o meno grandi: è di colore gial-

lo e più ricca da un punto di vista nutrizionale; la semola a granuli grandi è più adatta per la pasta, quella a granuli più piccoli, per la panificazione.

### GLI ALTRI CEREALI, LEGUMI...

Ci sono poi le farine di altri cereali. Dal **mais** (granoturco) si ottengono: la **farina** utilizzata per preparare la polenta, il pane giallo o le tortillas messicane; l'amido (maizena) utile per dolci e per addensare salse; la farina di mais non ha glutine e contiene meno proteine rispetto alla farina di grano, più fibra e più vitamine del gruppo B e vitamina A. Non contiene glutine neanche la **farina di riso**, che ha le stesse proprietà del riso e non ha qualità dietetiche speciali. La **farina di Kamut**, antenato del grano duro, più ricco di proteine (17,3%), di lipidi, di minerali come magnesio, zinco e selenio, contiene glutine, ha un buon sapore e costa molto di più delle altre farine di grano.

Si producono farine anche con il **farro**, l'**orzo**, la **segale**, l'**avena** (da miscelare con la farina di grano per ottenere una buona lievitazione per pane e torte), il **grano saraceno**, la **tapioca** e le **patate** (utile se miscelata alla farina di grano per mantenere umido il pane), il **cocco**, le **noci**, le **castagne** (molto più grasse e caloriche).

Infine le **farine di legumi**: ceci, piselli, fagioli, fave e soia (quest'ultima utile per la pastella dei fritti, poiché riduce l'assorbimento dei grassi): hanno un alto contenuto proteico, di fibre, di ferro e calcio e non contengono glutine. (c.g.)

## Come sostituire la farina 00? Con la farina tipo 1 macinata a pietra

**I**nutrizionisti raccomandano sempre più frequentemente di limitare l'uso di farina 00 e di variare l'alimentazione introducendo altri tipi di farina, in particolare quelli più integrali, che danno ottimi risultati sia nelle ricette salate sia in quelle dolci (basta soltanto aggiustare le quantità di liquidi previste per ottenere la giusta consistenza dell'impasto). In questo senso sono ideali le farine tipo 1 e 2, e tra queste **soprattutto quelle macinate a pietra**, veramente integrali in quanto non sono farine raffinate alle quali è stata unita della crusca.

Dal grano macinato a pietra, infatti, nasce naturalmente una farina dai granuli irregolari che conserva i propri valori nutritivi (la crusca, ad esempio, è ricca di vitamine del gruppo B) e che è ricca di residui, cioè di quelle fibre, poco digeribili, che aiutano il transito intestinale e non alzano troppo il picco glicemico dopo i pasti.

Nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina è stata recentemente introdotta



anche la "**Farina tipo 1 di grano tenero macina a pietra**" (100% grano italiano) del **Molino Spadoni**, un molino storico di Cocolia (fra Ravenna e Forlì) che esiste dal 1445 e che dal 1923 è di proprietà della famiglia Spadoni. La macinazione a pietra, più grossolana, è infatti una tradizione millenaria che da sempre preserva al meglio i principi nutritivi dei cereali e produce una farina ideale per tutti gli usi di cucina, sia per ricette dolci che salate.





## Ricette, bottiglie e libri

scrivete a:  
Cooperazione tra consumatori  
C.P. 770 - 38100 Trento

## Farina&lievito

# Pizze, torte, e focacce

Qualche spunto per preparare in casa focacce e pizze, dolci e salate, che piacciono molto anche ai bambini

vitato stendetelo con le mani bagnate su una teglia rivestita da carta da forno. Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e disponeteli sulla pasta. Per una perfetta focaccia pugliese i pomodorini non vanno solo appoggiati, ma premuti nella pasta. Versate sulla focaccia l'olio rimasto, una spolverata di origano e un pizzico di sale e fate cuocere nel forno preriscaldato a 200° per circa 30 minuti fino a che non sarà bella dorata. Togliete dal forno e servite calda. (*alimentazionebambini.e-coop.it*)

## SFINZIONI CON POMODORO E MOZZARELLA

**Per 15 pezzi:** ½ kg di farina, 25 g lievito birra, 250-270 ml acqua tiepida, 50g strutto, 20 g zucchero, 10 g sale, 200 g salsa pomodoro, 150 g prosciutto cotto, 200 g mozzarella per pizza, 5 cucchiaini olio l'olina extravergine, 2 cucchiaini grana, 40 g pangrattato, 1 uovo, origano.

Sciogliete il lievito poca acqua tiepida attivandolo con un pizzico di zucchero; in una ciotola impastate la farina con il composto di lievito, zucchero e l'acqua rimanente, lo strutto e infine il sale. Impastate fino a ottenere una bella consistenza liscia e morbida; formate 15 palline



uguali e lascia tele lievitare per circa 2 ore. Tagliate il prosciutto a striscioline e la mozzarella a cubetti; in una ciotola mescolate il pangrattato con il grana grattugiato e un cucchiaino di origano secco; schiacciate ogni pallina al centro formando una conca, spennellate il bordo con l'uovo sbattuto, riempite il centro con 1 cucchiaino di salsa di pomodoro, un po' di prosciutto e un dadino di mozzarella, coprite con un altro cucchiaino di pomodoro, cospargete con pangrattato e un filo d'olio; cuocete in forno caldo a 180° C per 20 minuti. (*Fiorfiore in cucina, ottobre 2014*).

## FOCACCINE ALLE ERBE AROMATICHE

**Per 4 porzioni:** 250 g di farina, 15 g di lievito di birra, un rametto di rosmarino, 2 foglie di salvia, origano, olio extravergine d'oliva, sale.

Setacciate la farina e disponetela sul tavolo formando un cumolo con un incavo, dentro cui verserete il lievito disciolto in acqua tiepida; aggiungete un cucchiaino di olio, una presa di sale e lavorate, aggiungendo acqua se necessario, fino a ottenere un impasto omogeneo ed elastico; ponete l'impasto in una ciotola infarinata, copritelo e lasciatelo a lievitare per un'ora e ½; nel frattempo tritate le erbe e insaporitele con un pizzico di sale. Stendete la pasta lievitata in una sfoglia sottile e, con uno stampino, ricavatene dei dischetti, metteteli in una teglia rivestita di carta forno e spennellateli con un cucchiaino d'olio miscelato con un cucchiaino di acqua; distribuite sui dischetti il trito di erbe e infornate per 15 minuti a 220°.

**Proprietà nutrizionali e note**



Abituare i bambini alla presenza delle erbe aromatiche nella preparazione dei piatti insegna ad apprezzare i sapori e i profumi caratteristici della dieta mediterranea. Una focaccina può essere un'ottima merenda quando si esce dall'asilo un po' affamati o dopo la palestra, o può essere consumata a cena al posto del pane. (*alimentazionebambini.e-coop.it*)

## TORTINE CON FARINA DI MAIS E UVETTA

**Per 4 porzioni:** 150 g di farina, 50 g di farina di mais, 2 uova, 70 g di zucchero di canna, 50 g di uvetta, 100 ml di olio di mais, 1/2 bustina di lievito per dolci, zucchero a velo.



Mettete l'uvetta in ammollo in acqua tiepida; unite e amalgamate le farine olio, zucchero e uova; strizzate e unite l'uvetta, aggiungete il lievito setacciato e mescolate fino ad ottenere un impasto omogeneo; dopo aver unto gli stampi monoporzione, versate l'impasto e infornate a 180° per 40 minuti circa. Sformate le tortine e decoratele con lo zucchero a velo. (*alimentazionebambini.e-coop.it*)

## FOCACCIA PUGLIESE

**Per 2 focacce medie:** 500 g di farina, 300 ml di acqua, 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 20 pomodorini ciliegino, 1 cubetto di lievito di birra, 1 cucchiaino di zucchero, 1 cucchiaino di sale fino, origano, sale.



Disponete la farina a fontana con un pizzico di sale, su cui verserete il lievito di birra sciolto nell'acqua tiepida, un cucchiaino di zucchero e 2 cucchiaini di olio; lavorate fino a ottenere una pasta omogenea, senza allarmarvi se risulterà molle e appiccicosa, perché questa è la caratteristica dell'impasto della focaccia. Ponete l'impasto in una ciotola, copritelo con un canovaccio pulito e lasciatelo lievitare per 1 ora. Dopo che l'impasto è ben lie-



**C**on l'arrivo della primavera è bello potersi dedicare ai lavori dell'orto o del giardino per godere poi, oltre che dei prodotti dell'orto, anche dei vivaci colori che le aiuole fiorite doneranno alla nostra vista a fino ai primi geli dell'autunno.

Moltissime sono le piante annuali da fiore (erbacee, bulbose, tuberose e rizomatose) presenti in questo periodo sul mercato: non c'è che l'imbarazzo della scelta. Già in aprile si possono acquistare tutte le specie annuali che si desiderano, ma se la zona in cui si risiede ha notti ancora troppo fredde, sarà meglio attendere maggio per trapiantare le piantine che, essendo state coltivate in serra, sono piuttosto delicate.

**Per creare bellissime aiuole multicolori è necessario prima definire il disegno che si desidera creare**, quindi conoscere i pregi di ciascuna specie e varietà per poterle poi abbinare armoniosamente, giocando con le forme e i colori dei fiori e lo sviluppo delle piantine stesse; all'inizio si abbineranno solo pochi colori per creare forme semplici; in seguito, con un po' di esperienza, si potranno realizzare aiuole più complesse.

Per un'aiuola appariscente si giocherà sull'accostamento di colori in contrasto fra loro, come il giallo e il viola, l'arancio e il blu, il rosso e il bianco ecc.; per un'aiuola dall'aspetto più elegante, si sceglierà un solo colore con sfumature e toni diversi (ad esempio, rosa e indaco).

Si potrà sperimentare anche

Le aiuole fiorite della primavera

## Geometrie di colori in giardino

È il momento di scegliere tra le tante le piantine che doneranno fiori e bellezza da maggio all'autunno.

Ecco qualche suggerimento

di Iris Fontanari



l'abbinamento di piante dal fogliame grigio argenteo, come quello della **cineraria** (*Senecio cruentus*), con piante a fiori bianchi, come la **begonietta** (*Begonia semperflorens*): in questo modo sarà possibile dare luce alle zone più scure del giardino. Le begonie, utilizzate da sole, si prestano egregiamente anche alla creazione di aiuole multicolori, data la grande varietà di tinte in cui sono disponibili.

Un effetto molto gradevole è anche quello che si ottiene accostando **surfinie viola e impatiens** ("non mi toccare") rosse a piantine di edera variegata.

Per creare una variante nuova e insolita si possono

accostare fiori con petali variegati ad altri in tinta unita, magari in sfumatura col colore più marcato delle variegature.

### QUALI VARIETÀ SCEGLIERE

Accanto alle classiche **bulbose** (**giacinti, tulipani, fresie, giunchiglie**, ecc.), non si possono tralasciare: **l'aglio ornamentale** che fiorisce a maggio-giugno in splendide infiorescenze globose; la **Scilla campanulata** dai bellissimi fiori azzurri che si aprono nel mese di aprile; **il giglio di S. Antonio** (*Lilium candidum*) dai fiori bianchi candidi (giugno-luglio); **le fresie** (*Freesia*) doppie dalla sorprendente fioritura (luglio-settembre); le **emerocallidi**, in particolare la varietà *Hemerocallis flava* o giglio dorato, una Liliacea che fiorisce per tutta l'estate con me-

ravigliosi fiori a campana di un color giallo acceso. Fra le tuberose e rizomatose non ci si può dimenticare delle **canne da fiore** (*Canna indica*), che fioriscono per tutta l'estate e di cui esistono moltissime varietà dai colori più disparati; delle **dalie** (*Dahlia variabilis*) con le loro numerose varietà e i moltissimi colori (rosa, rosso, giallo ecc.), dalle piccole a portamento compatto a quelle alte anche più di

### COMPORRE UN'AIUOLA

Quali fiori mettere in un'aiuola?

**Giacinti, tulipani, fresie, giunchiglie, aglio ornamentale, fresie, emerocallidi** (la varietà *Hemerocallis flava* o giglio dorato), **canne da fiore, gladioli, giaggioli, scille campanulata, gigli di S. Antonio** (*Lilium candidum*), **surfinie viola e impatiens, begoniette** (*Begonia semperflorens*), **cinerarie** (*Senecio cruentus*), **coleus** (*Coleus blumei*); poi **melissa** (*Melissa officinalis* var. *aurea*), **salvia splendens**, e **piante annuali rampicanti** come l'**ipomea** (*Ipomoea hederacea* e *I. purpurea*) e il **pisello odoroso** (*Lathyrus odoratus*).

un metro e mezzo; dei **gladioli** (*Gladiolus*) a bassa vegetazione (anche per un vaso sul terrazzo) e dei bellissimi **giaggioli** (*Ireos*), coltivati in molte varietà ornamentali (*Iris germanica*).

Per creare una bella macchia compatta e uniforme, dai colori intensi, bulbi, tuberi e rizomi si devono piantare a gruppi abbastanza fitti e lungo file parallele, disposte in modo alternato.

### CURE CULTURALI

Per ottenere piante ricche di fiori, basta reciderne, con l'unghia del pollice e dell'indice, la cima appe-

na al di sopra di una gemma; da queste gemme si svilupperanno nuovi steli che si potranno cimare di nuovo per rendere ancor più folta la pianta: si otterranno così esemplari più bassi e compatti, ricchi di foglie e soprattutto di fiori.

Lo stesso procedimento è consigliato anche per le piante dal fogliame decorativo, come il **coleus** (*Coleus blumei*), la **melissa** (*Melissa officinalis* var. *aurea*), la cineraria, la salvia splendens ecc. e per le piante annuali rampicanti come l'**ipomea** (*Ipomoeahederacea* e *I. purpurea*), il **pisello odoroso** (*Lathyrus odoratus*) ecc.

Il terreno va concimato una volta al mese (maggio-settembre), incorporando i granuli di concime al terreno con una sarchiatura leggera per non dan-



neggiare le radici delle piantine; è possibile anche usare concime liquido per piante fiorite, da aggiungere all'acqua nelle innaffiature, ogni 15 giorni.

Per conservare le aiuole fiorite a lungo fino ai primi geli della brutta stagione, vanno eliminati i fiori appassiti: questo, oltre a stimolare la produzione di fiori nuovi, consente alla pianta di non affaticarsi nel formare e maturare i semi.

Infine, se si desidera ottenere dei semi per la primavera successiva, basterà lasciare sulla pianta qualche fiore, scelto fra i più belli, fino a completa maturazione dell'ovario.

**N**el periodo di aprile-maggio sono tante le offerte dedicate alla cura di fiori e piante, dell'orto e del giardino, con forniture anche su richiesta, che si trovano oggi in molti negozi della Cooperazione di Consumo Trentina. Una passione, quella per il giardinaggio e l'orticoltura, che è sempre più diffusa e che può dare

soddisfazione anche se si ha soltanto un balcone. Per rispondere a questa nuova abitudine, molte Famiglie Cooperative hanno scelto di allestire settori dei propri negozi (quando non un intero negozio) con tutto quanto serve per l'orto e il giardino.

Negli spazi più grandi si possono trovare, accanto a semi, piante e piantine, con consegna anche a domicilio, gli utensili più vari: per le attività agricole e il giardinaggio, ma anche per il bricolage e le piccole riparazioni meccaniche; in più, spesso, attraverso un

nutrito catalogo, è possibile ordinare qualsiasi articolo in base alle proprie esigenze e riceverlo in pochi giorni.

Ecco di seguito qualche esempio dei servizi offerti dalle Famiglie Cooperative, con i loro assortimenti per la cura dell'orto e del giardino.

La **Famiglia Cooperativa Val di Fiemme** ha aperto a **Tesero** nel 2011 l'**Agrifer**: quasi 800 metri quadrati di negozio dedicati a chi ama l'orto e il giardino, con un ampio reparto ferramenta.

A **Storo** la **Famiglia Cooperativa Valle del Chiese**, in collaborazione con **Sav-Scorte Agrarie** – da oltre 40 anni punto di riferimento trentino del settore – ha aperto di recente un grande centro specializzato (600 mq) con forniture e attrezzature per giardinaggio e



dove trovare utensileria elettrica e manuale, colori, materiale elettrico, materiale enologico, accessori auto e bici, abbigliamento tecnico, ferramenta e l'officina autorizzata per la riparazione di utensili.



## NEI NEGOZI DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO

### Tutto quanto serve per orti e giardini

Sono molti i negozi della Cooperazione di Consumo Trentina che dedicano uno spazio alle forniture per orto e giardino, con tante offerte di primavera

ferramenta.

Qualcosa di simile si trova a **Mezzocorona**: qui la **Famiglia Cooperativa S. Michele Mezzocorona** ha allestito l'**Emporio Verde**, con 400 mq di assortimenti.

Un altro **Agrifer** si trova da **Avio**, dove la **Famiglia Cooperativa Vallagarina** ha sdoppiato il servizio in due settori: l'**Agrifer Orto e Giardino**, con piantine e sementi, terricci e tutti i prodotti e i materiali per il giardinaggio (ma anche mangimi, legnami, materiali edili, reti bombole e pellet); l'**Agrifer Tecno**,

A **S. Vito di Cadore** c'è il **Brico Store** della Cooperativa di Consumo, che offre il servizio di consegna dei suoi tanti prodotti per l'orto, il giardino e il bricolage in uno qualsiasi dei suoi dieci punti vendita.

Anche nel negozio di **Castelrotto** della **Cooperativa di Consumo** (Konsum Markt, Koncoop) si trovano gli assortimenti per il giardinaggio e il bricolage.

Ma sono molti gli altri negozi della Cooperazione di Consumo in tutto il Trentino che, soprattutto in questo periodo, ospiteranno assortimenti di piantine e prodotti per orto e giardino, con speciali offerte per tutti: una locandina dedicata annuncerà l'iniziativa in ciascun negozio. (c.g.)

### LE OFFERTE DI PRIMAVERA

Sono molti i negozi della Cooperazione di Consumo in tutto il Trentino che, soprattutto in questo periodo, ospitano assortimenti di piantine e prodotti per orto e giardino, con speciali offerte per tutti.

SERVIZI PER IL TUO UDITO

# Il piacere di guardare la TV: al tuo volume e senza disturbare gli altri



Con **Connect Line** potrai guardare la televisione al volume che preferisci senza **disturbare** famigliari o vicini e senza isolarti dagli altri. Puoi anche sentire chiaramente lo squillo del telefono e rispondere **comodamente** restando dove sei.

**Finalmente è arrivata la soluzione che aspettavi:**

- senza aumentare il volume del televisore;
- senza cuffie e quindi senza isolarti;
- senza perdere le tue telefonate;
- semplicissimo e comodo da utilizzare.

## CONNECT LINE: UN MONDO DI OPPORTUNITÀ

Non solo la televisione, ma anche **telefono cellulare e fisso** senza problemi e a mani libere, **anche in auto**. Ascoltare musica in hi-fi al giusto volume senza disturbare gli altri, **comunicare ed interagire al computer** e con tutte le applicazioni multimediali. Seguire le conversazioni anche in condizioni avverse, partecipare a riunioni senza nessuna difficoltà di comprensione. Migliorare l'ascolto in chiese, teatri e sale conferenze. La nuova tecnologia è dotata di un sistema Bluetooth™ che consente il collegamento senza fili a televisori, telefoni fissi e mobili, sistemi informatici, e qualunque fonte di segnale audio. Lo Streamer, ha l'aspetto di un elegante lettore MP3.



Lo  
**STREAMER**  
elegante  
e semplice  
da utilizzare



## PORTE APERTE:

per scoprire le enormi possibilità della nuova tecnologia **CONNECT LINE** e poterla provare di persona, gratuitamente e senza nessun obbligo

Trento, viale Verona 31/2  
**16-17-18 APRILE 2015**  
ore 9.00 - 18.00 **orario continuato**  
Sabato 18 ore 9.00 - 12.30

**Prenota la tua prova gratuita.**

Ti aspettiamo per la prova  
della nuova tecnologia  
**CONNECT LINE**

Il nuovo  
**microchip**  
INIUM



Tutte le iniziative di  
Acustica Trentina concorrono  
alla raccolta punti **"Sinfonia"**



Apparecchi Acustici dal 1978  
**ACUSTICA TRENTINA**  
innanzitutto persone

38123 Trento, Viale Verona 31/2  
Tel. 0461 913320 - [www.acusticatrentina.it](http://www.acusticatrentina.it)

Bolzano, Trento Nord, Trento Centro, Rovereto, Pergine, Arco, Mezzolombardo, Cles, Borgo Vals., Carisolo, Cavalese, Cembra, Darzo, Fiera di Primiero, Folgaria, Lavarone, Lavis, Levico, Lisignago, Mezzano di Primiero, Monclassico, Pieve di Bono, Ponte Arche, Pozza di Fassa, Predazzo, Saone/Tione, Storo, Vezzano, Villalagarina, Bressanone, Brunico, Merano.

Chiamata Gratuita  
**800-274067**

Tel. **0461 913320**  
PER APPUNTAMENTI E SERVIZI A DOMICILIO



**NOVITÀ**

Per i Soci  
con Carta InCooperazione  
un ulteriore

# SCONTO 5%

# SU TUTTI I VIAGGI del sito [www.viaggi-insieme.coop](http://www.viaggi-insieme.coop)



Visita il sito e scopri tutte le proposte Falk Travel per i tuoi viaggi!



**Italia - Veneto - Abano Terme**

**Hotel Ariston Molino Buja \*\*\*\***

Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia, pensione completa, accesso ai bagni termali ed accappatoi

per persona € 189,00 soci € **179,50**



**Italia - Venezia - Mirano**

**Hotel Villa Patriarca\*\*\*\***

Viaggio autonomo, 2 notti in camera doppia, colazione x 2, 1 biglietto d'autobus per Venezia (andata e ritorno) / adulto

per persona € 89,00 soci € **84,50**



**Italia - Adria - Cesenatico**

**Camping Pineta Sul Mare\*\*\***

Viaggio autonomo, 7 notti in casa mobile, solo pernottamento, inclusa pulizia finale

per persona € 99,00 soci € **94,00**



**Italia - Ravenna - Punta Marina**

**Campeggio Adriano \*\*\*\***

Viaggio autonomo, 7 notti in casa mobile, animazione, piscina, beach volley e tennis, pulizia finale e consumi acqua e corrente inclusi

per persona € 119,00 soci € **113,00**



**Austria - Carinzia - Feldkirchen**

**Camping Malschacher See\*\*\***

Viaggio autonomo, 7 notti in chalet solo pernottamento, inclusa pulizia finale

per persona € 99,00 soci € **94,00**



**Tour Istanbul - Bursa - Antalya**

Viaggio aereo, 8 giorni/7 notti, mezza pensione, volo da/a Bergamo/Roma e trasferimenti, guide locali parlanti italiano

per persona € 259,00 soci € **246,00**



## VIAGGI INSIEME

Per informazioni e prenotazioni:

# CALL CENTER 0461 808 222

Il Call Center risponderà da lunedì a venerdì con orario 8-20, sabato 9-20 e domenica 9-14. Costo della chiamata in base al profilo tariffario.

Organizzazione tecnica: Falk-Tours srl / Falk Travel Italia, Via Isarco, 1 - 39040 Varna (BZ). SAIT non svolge alcuna delle attività indicate nell'art. 83 del Dlgs 206/2005. Si consideri che, per tutti i viaggi, la classificazione in stelle dell'alloggio viene effettuata in base alla categoria del paese. Per la consulenza e la prenotazione del viaggio tramite call center e tramite il sito web, come per l'erogazione di tutti i servizi, risponde Falk-Tours. Sono valide le condizioni di vendita di cui è possibile prendere visione visitando la pagina web [www.viaggi-insieme.coop](http://www.viaggi-insieme.coop). Valgono le condizioni di viaggio e di pagamento di Falk-Tours (consultabili su [www.viaggi-insieme.coop](http://www.viaggi-insieme.coop)) che si differenziano in parte dalle Condizioni Generali di viaggio dell'associazione di categoria delle agenzie di viaggio. Al ricevimento della conferma di prenotazione da parte di Falk-Tours si rende necessario il pagamento di una caparra pari al 20% del costo del viaggio. Il saldo dovrà essere corrisposto 30 giorni prima della partenza. Salvo errori di stampa. Comunicazione obbligatoria ai sensi dell'art. 17 della legge n.38 del 06/02/2006: la legge italiana punisce con la pena della reclusione i reati inerenti alla prostituzione o alla pornografia minorile, anche se gli stessi sono commessi all'estero.



Solo per i Soci



# PRENOTAZIONE

entro il 28 maggio 2015

CONSEGNA DALL'1 APRILE  
AL 31 MAGGIO 2015\*

\* nei punti vendita con apertura domenicale

**Prenota i gerani  
presso la tua  
Famiglia Cooperativa**

## Geranio edera

Fiore semplice di colore rosso,  
lilla, rosa e bianco a fioritura precoce.  
Vaso cm. 10 - Colli da pz. 15



# A tutto fiore!

## Geranio zonale

Fiore doppio di colore rosso,  
lilla, rosa e bianco a fioritura precoce.  
Vaso cm. 10 - Colli da pz. 15



### BUONO "GERANI"

Da presentare alla cassa della Famiglia Cooperativa  
presso la quale sei Socio.

**15 Gerani**  
(vaso cm. 10) al pz. € 0,95

a soli  
**€ 14,25**

Promozione valida esclusivamente per l'acquisto di colli interi (15 vasi).  
Il socio non ha limiti di acquisto.




# PRENOTAZIONE

entro il 15 aprile 2015

## CONSEGNA DAL 25 AL 30 MAGGIO 2015

### TRAPUNTINO IN MICROFIBRA DOUBLE PAGODA CALEFFI



-  SABBIA
-  NOCCIOLA
-  GRIGIO
-  AVIO
-  ANICE
-  ARANCIO

1 PIAZZA

1 PIAZZA E 1/2

2 PIAZZE

nr.	nr.	nr.
<b>83</b>	<b>89</b>	<b>95</b>
<b>84</b>	<b>90</b>	<b>96</b>
<b>85</b>	<b>91</b>	<b>97</b>
<b>86</b>	<b>92</b>	<b>98</b>
<b>87</b>	<b>93</b>	<b>99</b>
<b>88</b>	<b>94</b>	<b>100</b>

- Tessuto in microfibra di poliestere stropicciato, trapuntatura ricercata
- Imbottitura Sofy in fibra di poliestere anallergica
- Grammatura 80gr/mq

- Prodotto in Italia
- Misure:  
1 piazza cm 170x270  
1 piazza e 1/2 cm 220x270  
2 piazze cm 260x270

Solo per i Soci	Solo per i Soci	Solo per i Soci
<b>39,90 €</b>	<b>49,90 €</b>	<b>59,90 €</b>



nr. **110** **ASPIRAGOCCE ELETTRICO WINDO MATIC VILEDA**

- Aspiragocce elettrico, ideale per pulire efficacemente, velocemente e senza fatica tutte le superfici verticali, vetri, specchi, angoli e superfici orizzontali
- La potenza di aspirazione dell'aria è ben bilanciata e distribuita omogeneamente lungo l'intera superficie
- Il collo di Windo matic è flessibile ed elastico, per garantire un angolo di piegatura e una pressione ottimali
- È estremamente leggero e maneggevole

Solo per i Soci
<b>39,90 €</b>

nr. **111** **VAPORI' JET ARIETE 4109**

**Ariete**

Solo per i Soci
<b>45,90 €</b>



- Pulitore a vapore portatile con funzione detergente, ideale per pulizie di piastrelle, termosifoni, box doccia, forni, piani cottura
- Potenza 900 Watt
- Pressione max 3 BAR
- Capacità utile caldaia 175 cc
- Capacità serbatoio detergente 95 cc
- Materiale caldaia: alluminio
- Autonomia vapore continuo 20 min.
- Tappo sicurezza
- Lunghezza cavo alimentazione: 5 mt
- Accessori inclusi: spazzola piccola con accessorio tergovetri, panno cuffia, beccuccio, beccuccio 90°, spazzolino rotondo, caraffa/imbuto, tracolla

nr. **112** **IDROPULITRICE RAPTOR LAVOR**

**LAVOR**

Solo per i Soci
<b>122,90 €</b>

- Idropulitrice 140 bar max, 420 l/h, 2100 W
- Pistola con attacco rapido
- Tubo 6 metri
- Lancia con testina standard + testina turbo
- Serbatoio detergente esterno
- Arrotolatore



Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionati salvo esaurimento scorte. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici o modifiche alle leggi fiscali. Le foto sono solo rappresentative dei prodotti. Il cliente può esercitare il diritto di recesso entro giorni 10 dalla data di sottoscrizione della nota d'ordine, tramite semplice restituzione del bene presso il punto vendita /fc ove è stato effettuato l'acquisto.



# PRENOTAZIONE

entro il 15 aprile 2015

CONSEGNA DAL 25 AL 30 MAGGIO 2015

nr. **107** BATTERIA PENTOLE ANTIADERENTI  
TOGNANA EVOLUTA  
10 PZ



**EVOLUTA**  
Innovation by TOGNANA



 **Tognana**

- Fondo termo 3D che riduce del 25% i tempi di riscaldamento
- In alluminio pressofuso: ciò garantisce leggerezza ed un'elevata conducibilità termica
- Manici ergonomici
- Antiaderente Greblon C3+ German Technology
- Rivestimento interno: 5 strati con particelle minerali privo di PFOA
- Adatta a tutti i piani di cottura escluso induzione

COMPOSIZIONE BATTERIA EVOLUTA 10PZ

- casseruola 1 manico ø cm 16 con coperchio
- casseruola 2 manici ø cm 20 con coperchio
- casseruola 2 manici ø cm 24 con coperchio
- padella alta 1 manico ø cm 24 con coperchio
- padella alta 1 manico ø cm 28 con coperchio + 4 presine in silicone resistenti fino a 230°C + ricettario

Solo per i Soci

**109,00 €**



nr. **108** PIZZERIA SNACK NAPOLETANA G3FERRARI  
G10032

**FERRARI**

Solo per i Soci

**109,00 €**



- Forno pizza elettrico multifunzione, in grado di cuocere la pizza in 5 minuti senza asciugare il condimento.
- Grazie al suo esclusivo sistema di cottura con 2 pietre refrattarie, può essere utilizzato anche per preparare ottime tigelle, per cuocere in pochi minuti le tradizionali piadine romagnole, oltre a toast, panini, focacce e torte dolci e salate
- Potenza 1200 W
- Termostato regolabile (390°C max)
- Timer 5 minuti
- 2 piatti in pietra refrattaria (Ø 31 cm)
- Doppia resistenza in acciaio
- Indicatore luminoso di funzionamento
- Accessori: palette, ricettario
- Dimensioni: (LxHxP) cm 34x19,5x37

nr. **109** CENTRIFUGA FRULLATORE  
TUTTA NATURA G3FERRARI  
G20014

**FERRARI**

Solo per i Soci

**55,90 €**



- 2 in 1: centrifuga e frullatore con bicchiere in vetro
- Potenza 400 W
- Ampio tubo d'inserimento Ø 65 mm: in molti casi non occorre tagliare frutta e verdura a pezzi prima di inserirli
- Filtro in acciaio inox con microtrama
- Manopola di azionamento a 2 velocità
- Contenitore di polpa removibile d'ampia capacità: 1,5lt
- Bicchiere raccogli succo: 550ml
- Sistemi di sicurezza che ne impediscono un uso involontario o pericoloso
- Corpo in metallo
- Motore con dispositivo di protezione anti surriscaldamento
- Capacità bicchiere frullatore: 1,5 lt
- Dimensioni: (LxHxP) cm 26x33x19



# Solo per i Soci



MARKETING SAIT



nr. **103** PERGOLA/  
PARETE  
IN FERRO  
GAZ361N

Solo per i Soci

**129,00 €**

- Pergola a parete m 4x3
- Struttura pali in ferro mm 40x40; colore epoxy antracite
- Copertura poliestere 180 g; colore sabbia

nr. **105** TAVOLO IN FERRO  
MODELLO "LOCARNO"  
RTF60



Solo per i Soci

**129,00 €**

- Misure: cm 150x90 con foro per ombrellone
- Colore nero

nr. **104** GAZEBO  
RETTANGOLARE  
IN FERRO  
GAZ360

Solo per i Soci

**99,00 €**

- Gazebo rettangolare m 3x2
- Struttura pali in ferro mm 38x38; colore epoxy antracite
- Copertura con telo poliestere 180 g; colore sabbia con antivento



PANCA IN FERRO MODELLO "GALLIPOLI"



- 3 posti
- Misure cm 150x50

Solo per i Soci

**89,00 €**



nr. **106** SEDIA IN FERRO  
MODELLO "LEGRO"  
CHF13

- Impilabile
- Colore nero

Solo per i Soci

**33,90 €**

nr. **101** VERDE OLIVA  
BEF24V

nr. **102** ANTRACITE  
BEF24G

Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionati salvo esaurimento scorte. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici o modifiche alle leggi fiscali. Le foto sono solo rappresentative dei prodotti. Il cliente può esercitare il diritto di recesso entro giorni 10 dalla data di sottoscrizione della nota d'ordine, tramite semplice restituzione del bene presso il punto vendita /Fc ove è stato effettuato l'acquisto.



# OFFERTA

dall'1 aprile al 31 maggio 2015

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

## BRUNNER

### GAZEBO ZEBO' CLASSIC STL

Solo per i Soci  
anziché € 274,90  
**236,90 €**

- Gazebo automatico con struttura in acciaio, gambe regolabili in altezza
- Tetto con cupola a punta, in tessuto di poliestere impermeabile, cuciture nastrate
- Leggero e facile da trasportare
- Montaggio rapidissimo
- Le pareti laterali sono fornibili come optional
- Completo di sacca custodia ed accessori di montaggio
- Colore bianco
- Misure cm 300x300x min 212/max 342H - peso 26,7 kg



### TAVOLO PIEGHEVOLE SILVER GAPLESS 4

Solo per i Soci  
anziché € 69,90  
**64,90 €**

- Tavolo realizzato interamente in alluminio con ripiano a listelli, ottima stabilità
- Arrotolabile, montaggio rapido
- Completo di sacca custodia
- Misure cm 140x81x70 H



### MATERASSINO GONFIABILE ALVEOBED DOUBLE

Solo per i Soci  
anziché € 56,90  
**47,90 €**

- I materassini Alveobed sono comodi, pratici e resistenti, ideali per lettini da campeggio
- Con valvole Boston
- Colore grigio/verde
- Sacca custodia inclusa
- Misure: aperto cm 220x142
- Sacca Ø cm 25x 36 H



### TENDA HOT RUN

Solo per i Soci  
anziché € 57,90  
**47,90 €**



- Tenda a cupola con doppio tetto
- Entrata anteriore con protezione antipioggia e bocca di aerazione
- Completa di accessori di montaggio e borsa custodia
- Adatta per 3 persone
- Colore grigio/blu
- Misure cm 210x210x130 H

### SEDIA PIEGHEVOLE CRUISER

Solo per i Soci  
anziché € 34,50  
**27,90 €**



- Confortevole sedia pieghevole con braccioli imbottiti e sostegno laterale della seduta
- Grande stabilità grazie alla struttura in acciaio ed alle basi larghe e regolabili
- Robusto tessuto di poliestere
- Portata massima: 110kg
- Colore: blu
- Completa di sacca custodia



## CUSCINO GONFIABILE

**Solo per i Soci**  
anziché € 7,90  
**6,90 €**



- Cuscino poggiatesta gonfiabile
- Fodera esterna misto cotone (30% Cotton / 70% Polyester)
- Colore bianco
- Misure cm 41x33

## BEAUTY DA VIAGGIO OUTBACK

**Solo per i Soci**  
anziché € 17,90  
**14,50 €**

- Spazioso beauty-case con gancio in metallo per poterlo appendere
- Dotato di ampio specchio, due grandi tasche con cerniera, sette tasche a rete
- Cerniera perimetrale
- Colore verde/nero
- Misure cm 26x10x57H (appeso)



## VALIGETTA STICK BOX CON SPILLONE CHIODO

**Solo per i Soci**  
anziché € 13,90  
**11,90 €**

- Spillone chiodo con gancio in plastica resistente
- Valigetta da 20 pezzi - Ø mm 7

fino al 30 aprile 2015

## PRENOTAZIONE NEI PUNTI VENDITA



**MOTOZAPPA A SCOPPIO TI36G**

**Solo per i Soci**  
anziché € 299,00  
**245,00 €**

**RASAERBA ELETTRICO BL320E**

**Solo per i Soci**  
anziché € 89,90  
**69,90 €**

**RASAERBA SCOPPIO BL460SB**

**Solo per i Soci**  
anziché € 255,00  
**239,00 €**

**TAGLIABORDI ELETTRICO T600E**

**ELETTROSEGA EA2000Q**

**Solo per i Soci**  
anziché € 99,00  
**69,00 €**

**NUOVO PREZZO**

**MOTOSEGA A SCOPPIO A3700**

**Solo per i Soci**  
anziché € 159,00  
**129,00 €**

**DECESPUGLIATORE A SCOPPIO TB320**

**Solo per i Soci**  
anziché € 189,00  
**159,00 €**

**Solo per i Soci**  
anziché € 69,90  
**54,00 €**

Assistenza Tel. 0461 823575

# OFFERTE VALIDE SOLO AL SUPERSTORE

## TRENTO

Via Degasperi, 1-17  
tel 0461 - 362600



## ROVERETO

Via del Garda, 95  
tel 0464 - 426000



**Solo per i Soci possessori di Carta In Cooperazione**

**PRENOTAZIONE DAL 7 AL 22 APRILE 2015 - CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 15 GIORNI**

### GAZEBO NEW PRESTIGE

- Struttura in metallo
- Telo di copertura in poliestere
- Soffietto antivento

- Tende zanzariere incluse
- Colore ecru con balza nocciola
- Dimensioni m 3,37x3,37



PREZZO € 160,00  
OFFERTA € 142,00  
 **PREZZO SOCI 125,00**  
**SCONTO 21%**

### GAZEBO NEW ONDA



- Struttura in acciaio con 6 pali
- Telo in poliestere trattato Pvc
- Dimensioni m 3x4, altezza massima m 2,5

PREZZO € 149,00  
OFFERTA € 134,00  
 **PREZZO SOCI 119,00**  
**SCONTO 20%**

### OMBRELLONE



- Telo poliestere
- Con soffietto antivento
- Diametro 2,5 m
- Palo Ø mm 38

PREZZO € 44,00  
OFFERTA € 39,00  
 **PREZZO SOCI 34,00**  
**SCONTO 22%**



### POLTRONA CANAPONE

- In acciaio, seduta in poliestere con cuscino
- Dimensioni cm 84x63x88

PREZZO € 30,00  
OFFERTA € 26,90  
 **PREZZO SOCI 23,90**  
**SCONTO 20%**

**PRENOTAZIONE DAL 7 AL 22 APRILE 2015 - CONSEGNA DAL 7 AL 20 MAGGIO**

**OFFERTA DAL 7 AL 22 APRILE 2015**



### SALOTTO DANA

- 4 pezzi: divano e 2 poltrone con cuscini, tavolino
- Color graphite

PREZZO € 399,00  
OFFERTA € 349,00  
 **PREZZO SOCI 299,00**  
**SCONTO 25%**



### POLO UOMO FRED PERRY MEZZA MANICA

- 100% cotone
- Taglie dalla S alla XXL

PREZZO € 66,00  
OFFERTA € 55,00  
 **PREZZO SOCI 49,00**  
**SCONTO 25%**



### SALOTTO SET MERANO

- 2 poltrone + divano 2 posti + tavolo merano
- Resina antracite
- Cuscini color grigio

PREZZO € 299,00  
OFFERTA € 267,00  
 **PREZZO SOCI 235,00**  
**SCONTO 21%**

LE FOTO SONO SOLO RAPPRESENTATIVE DEL PRODOTTO. SALVO ESAURIMENTO SCORTE.  
ACCONTO ALLA PRENOTAZIONE € 10,00 PER PRODOTTI FINO A € 150,00, € 50,00 PER PRODOTTI DI IMPORTO SUPERIORE.

I prezzi con questo simbolo sono in offerta esclusiva per i Soci possessori di Carta In Cooperazione.

# OFFERTE VALIDE SOLO AL SUPERSTORE

## TRENTO

Via Degasperi, 1-17  
tel 0461 - 362600



## ROVERETO

Via del Garda, 95  
tel 0464 - 426000



**Solo per i Soci possessori di Carta In Cooperazione**

**PRENOTAZIONE DAL 7 AL 22 APRILE 2015 - CONSEGNA A DOMICILIO ENTRO 31 MAGGIO 2015\***

### DIVANO 2 O 3 POSTI E POLTRONA MODELLO TOWN

- Struttura in masselli di abete di vari spessori
- Piedini in plastica colore nero
- Imbottitura in poliuretano espanso indeformabile
- Rivestimento in tessuto Action completamente sfoderabile
- Disponibile nei colori beige, rosso e antracite

**POLTRONA 1 POSTO**  
cm 100x90xh93

PREZZO	€ 389,00
OFFERTA	€ 299,00
 <b>PREZZO SOCI</b>	<b>259,00</b>
	<b>SCONTO 33%</b>

**DIVANO 2 POSTI**  
cm 165x90xh93

PREZZO	€ 549,00
OFFERTA	€ 419,00
 <b>PREZZO SOCI</b>	<b>369,00</b>
	<b>SCONTO 32%</b>

**DIVANO 3 POSTI**  
cm 205x90xh93

PREZZO	€ 649,00
OFFERTA	€ 499,00
 <b>PREZZO SOCI</b>	<b>429,00</b>
	<b>SCONTO 33%</b>



**IL DIVANO TOWN È DISPONIBILE ANCHE NELLA VERSIONE 3 POSTI CON LETTO, NELLO STESSO RIVESTIMENTO E COLORI**

**PREZZO OFFERTA** € 899,00  
€ 669,00

 <b>PREZZO SOCI</b>	<b>599,00</b>
	<b>SCONTO 33%</b>

- Rete a doghe a 3 pieghe
- Materasso in poliuretano espanso, rivestito di tessuto tnt
- Misure materasso cm 145x180xh7
- Misure divano cm 205x90xh93; con letto aperto cm 205x232xh93

CONSEGNA COMPRESA NEL PREZZO FINO A 100 KM DAL PUNTO VENDITA DI ACQUISTO, ISOLE ESCLUSE (PER DISTANZE SUPERIORI E PER LE ISOLE È POSSIBILE RICHIEDERE UN PREVENTIVO)

**PRENOTAZIONE DAL 16 APRILE AL 31 AGOSTO 2015 - CONSEGNA A DOMICILIO\***

### CASSETTE IN LEGNO *Alcuni esempi*

#### MODELLO FLORIDA

- In legno di abete, pannelli mm 20
- Rivestimento tetto guaina bitumosa
- Pavimento
- 2 finestre fisse
- Porta 1 anta cm 94x178
- Misura esterna cm 295x194; interna cm 291x190
- Tetto ingombro cm 320x245; altezza cm 216
- In kit di montaggio



**PREZZO OFFERTA** € 1.000,00  
€ 900,00

 <b>PREZZO SOCI</b>	<b>800,00</b>
	<b>SCONTO 20%</b>

#### MODELLO OREGON

- In legno di abete, pannelli mm 20
- Rivestimento tetto guaina bitumosa
- Pavimento
- 1 finestra fissa
- Porta 1 anta cm 71x178
- Misura esterna cm 200x194; interna cm 196x190
- Tetto ingombro cm 234x245; altezza cm 216
- In kit di montaggio




**PREZZO OFFERTA** € 725,00  
€ 690,00

 <b>PREZZO SOCI</b>	<b>635,00</b>
	<b>SCONTO 12%</b>

\* CONSEGNA COMPRESA NEL PREZZO; MONTAGGIO ESCLUSO

LE FOTO SONO SOLO RAPPRESENTATIVE DEL PRODOTTO. SALVO ESAURIMENTO SCORTE.  
ACCONTO ALLA PRENOTAZIONE € 10,00 PER PRODOTTI FINO A € 150,00, € 50,00 PER PRODOTTI DI IMPORTO SUPERIORE.

 I prezzi con questo simbolo sono in offerta esclusiva per i Soci possessori di Carta In Cooperazione.

# ACQUISTA ON LINE I BIGLIETTI PER EXPO MILANO 2015

© Expo 2015 S.p.A.



**COOP TI ASPETTA A  
EXPO MILANO 2015**

DAL 1 MAGGIO AL 31 OTTOBRE

PER PARLARE INSIEME  
DI ALIMENTAZIONE,  
SOSTENIBILITÀ E SVILUPPO.



Official Premium Partner

[www.laspesainfamiglia.coop](http://www.laspesainfamiglia.coop)