

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENINA
ANNO XXII • AGOSTO 2015

cooperazione tra consumatori

postatarget
magazine
DC0054234
NAZ/62/2008
Posteitaliane

**LA FRUTTA
EQUOSOLIDALE
E LA COOPERAZIONE
TRENTINA**

**SULLA FAME
NON SI SPECULA**

Come aderire
alla campagna



Mezzano Romantica

L'arte nell'orto

A Mezzano di Primiero, fino al 29 agosto,
grande musica, feste, artistiche cataste di legna.
E ovunque orti-giardini, colmi di ortaggi e fiori



VACANZE RAGAZZI. CON CARTA
IN COOPERAZIONE SCONTI PER L'ESTATE:
PER FARE SPORT, STUDIARE LE LINGUE,
SCOPRIRE IL TEATRO, AVVICINARSI
ALL'ARTE E ALLA NATURA



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



NON È UNA COSA SOLA



S O N O T A N T E



Ricarica è la carta prepagata sicura, pratica e multiuso, facile da ricaricare e gestibile in autonomia. Puoi prelevare e pagare in tutti i negozi, anche online. In più, Ricarica è CONTACTLESS e per importi inferiori a 25€ paghi senza digitare il PIN. Avvicina la card al lettore, aspetta il beep e l'acquisto è fatto.

RICARICA nuova dentro, nuova fuori.



**Casse Rurali
Trentine**



15

■ Vuoi far parte della squadra?

L'Associazione Giovani Cooperatori Trentini cerca di nuovi soci (giovani tra i 18 ed i 35 anni) in vista del rinnovo del Consiglio Direttivo (in autunno)



26

■ L'Ora dei burattini

Burattini, marionette, pupazzi, clown e acrobati dal 27 luglio al 10 agosto animeranno le piazze, i sobborghi e i rioni di Arco, Riva del Garda e Nago Torbole



27

■ L'inglese? è divertente (e vicino)

Dal 30 agosto al 6 settembre a San Valentino di Brentonico la settimana di inglese (con insegnanti madrelingua), sport, natura e divertimento. Con lo sconto **Carta In Cooperazione**



33

■ Quando la pasta incontra il mare

Ricette facili con il pesce: per preparare primi piatti completi, sani, allegri, gustosi. E... che sanno di vacanza!

sommario

Primo piano	7 Famiglia Cooperativa Brenta Paganella: Fai della Paganella
	8 Famiglia Cooperativa Mezzano: S. Martino di Castrozza
	9 Nasce la Famiglia Cooperativa Vallate Solandre
Cooperazione di consumo	10 Frutta Solidal Coop, buona ed etica, certificata Fairtrade
Commercio equosolidale	11 Mandacarù. Banane in equilibrio di Maddalena Di Tolla Deflorian
Cooperazione sociale	13 Assieme, la prima cooperativa di badanti in Trentino
Società	15 Volontariato a Villa Rizzi Tutte le virtù delle erbe officinali
Educazione	17 Dopo Educa 3/ Daniele Novara Litigare fa bene! (basta farlo nel modo giusto) di Thomas Pastorino
Educazione e famiglia	19 Convivere con un'adolescente Con la testa tra le nuvole a cura di Alessandra Cavallin
Fa' la cosa giusta	20 La giornata nazionale di studi di Ristretti Orizzonti La Rabbia e la Pazienza
Etica dello sviluppo	21 Sulla fame non si specula di Alberto Conci
Cultura/tempo libero	24 Oriente Occidente 2015 La bellezza della diversità. Corpo in conflitto 2.
	25 Mezzano Romantica L'arte nell'orto
	26 L'Ora dei burattini Il dolce vento dei burattini è tornato
Stare in salute	29 I tre sintomi dell'ictus, ecco come riconoscerli
Educazione alimentare	32 Dispensa, frigo e date di scadenza Conservare bene gli alimenti
Coltivare	35 Lo zenzero Alle radici dell'Oriente di Iris Fontanari

rubriche

Cooperazione di consumo	10 Cooperazione di consumo Notizie e appuntamenti
Libri: le recensioni del mese	23 Libri: le recensioni del mese a cura di Franco Sandri
Mangiare e bere.	33 Mangiare e bere. Ricette. Quando la pasta incontra il mare

®



5cent

CHIAMATE E MESSAGGI. I VANTAGGI COOPVOCE SENZA COSTI FISSI.

- ▶ SMS & Chiamate a 5 cent al minuto verso tutti
- ▶ SMS & Chiamate a 1 cent al minuto verso tutti i numeri CoopVoce per chi è Socio Coop
- ▶ IN PIU* puoi attivare Web 1 Giga a soli 4€ al mese



Offerta valida dal 16 luglio al 9 settembre 2015



Scopri le offerte CoopVoce su www.coopvoce.it

coopvoce
Comunicare è semplice.

La tariffa promozionale "5 cent", valida per chi porta il numero in CoopVoce dal 16 luglio al 9 settembre 2015, permette di parlare a 5 cent al minuto ed inviare SMS a 5 cent verso tutti i numeri nazionali di rete fissa e mobile (sono escluse le numerazioni a sovrapprezzo ed il traffico roaming). È previsto uno scatto alla risposta di 5 cent e la tariffazione è a scatti anticipati di 30 secondi da 2,5 cent. La tariffa promozionale è attivabile, nello stesso periodo, anche dai già clienti con un costo di attivazione pari a 9€, che verrà scalato dal credito residuo della SIM. Tutti coloro che hanno attiva "5 cent" e sono Soci Coop, potranno attivare, in più, presentando in un punto attivazione CoopVoce la propria tessera Socio Coop, l'esclusiva promozione "1 cent" che permette per sempre di parlare a 1 cent al minuto, tariffato al secondo e senza scatto alla risposta, ed inviare SMS a 1 cent verso tutti i numeri CoopVoce. In più, per coloro che sottoscrivono la tariffa "5 cent" è possibile attivare l'offerta "Web 1 Giga senza limiti" al costo di 4€ al mese. Per maggiori dettagli su tutte le offerte visita il sito www.coopvoce.it.

CHIAMATE, MESSAGGI E WEB. PORTA LA CONVENIENZA ANCHE IN VACANZA.

- ▶ Voce e SMS Senza limiti verso tutti i numeri CoopVoce a 2€ al mese
- ▶ Web 500 mega a 2€ al mese

Offerta valida dal 16 luglio al 9 settembre 2015



Scopri le offerte CoopVoce su www.coopvoce.it

coopvoce

Comunicare è semplice.

Note: Le promozioni "ESTATE COOPVOCE" sono attivabili tra il 16 Luglio e il 9 Settembre 2015 chiamando gratuitamente il numero 4243688 ed hanno validità 30 giorni dall'attivazione, sono riattivabili. Le promozioni non si applicano al traffico voce, SMS o internet effettuato in roaming internazionale e l'eventuale traffico incluso non consumato nel periodo di validità andrà perso. Alla scadenza della Carta Estate Voce/SMS, saranno applicate le tariffe voce ed SMS previste dal piano tariffario o eventuali promozioni attive sulla linea. La Carta Estate Web prevede una tariffazione a singolo kbyte. Al superamento del traffico compreso o allo scadere della promozione verrà applicata la tariffa dati di 10 cent/Mega. Per ulteriori dettagli visita www.coopvoce.it.



EstateCoopVoce

PER TUTTI I DETTAGLI SULLE PROMOZIONI E SULLE OFFERTE COOP VOCE CONSULTA I MATERIALI A PUNTO VENDITA O SUL SITO WWW.COOPVOCE.IT

CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: AVIO Piazza Roma, 5 • BORGIO VALSUGANA Corso Vicenza, 4 • CALDONAZZO Via Marconi, 28 • CARANO Via Nazionale, 18 • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperi, 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 Millennium 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 Piazza 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 • SEDI CO Via Gerolamo Segato, 11



editoriale

di Giuseppe Ciagli

ANNO XXII - AGOSTO 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 Ciagli

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 Ciagli, 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 Tolla Deflorian,
Iris Fontanari, Cristina Galassi,
Thomas Pastorino, 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 15-7-2015
La tiratura del numero di luglio 2015
di "Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 106.616 copie



Il senso del nostro agire

È incontrovertibile che il sistema cooperativo con i suoi ideali (e il movimento cooperativo, con la disponibilità dei suoi soci a darsi una mano) abbia rappresentato finora per la nostra società un'ancora cui aggrapparsi per superare tante difficoltà nei momenti di crisi, ed insieme offerto opportunità di sostegno e di sviluppo a quanti vivono e operano sul nostro territorio, specie ai meno provveduti.

E tanto più incisiva ed efficace è stata la sua azione, quanto più i suoi iscritti sono stati rispettosi dei principi che ne stanno alla base, (uno per tutti e tutti per uno – una testa un voto) e i dirigenti rispettosi degli statuti (senza modificarli per ragioni di potere o di altra natura) e attenti alla volontà dei soci, regole che hanno permesso il controllo diretto degli enti da parte degli iscritti e il loro radicamento nell'ambiente. La sua storia ci dimostra che quando questi comportamenti sono venuti meno, la cooperazione ha perso credibilità, e si è trovata a dover affrontare situazioni che ne hanno messo in discussione addirittura la validità dell'esistenza.

Ho l'impressione che oggi si stia vivendo un momento di questo tipo, in parte creato ad arte. Nel mondo del consumo stiamo perdendo quote nei confronti del privato, in quello del credito siamo messi in discussione un giorno sì e l'altro pure, in altri settori veniamo spesso contestati per i favoritismi di cui godremmo nei palazzi della politica...

Di qui la necessità di rimetterci in discussione, di esaminare se la cooperazione abbia ancora un senso qui da noi o non si sia snaturata nei suoi valori istitutivi per adeguarsi al mercato e alla finanza, anziché contrastarli a vantaggio di chi ha più bisogno.

È evidente che per uscire da questa congiuntura fondamentale è recuperare la fiducia dei soci, che non si ottiene con escamotage tecnici o con parole o proclami, ma solo con comportamenti corretti e coerenti.

Sono convinto che dentro il nostro movimento ci sono tante potenzialità in grado di restituire nuova linfa e vitalità al sistema, basta aprirsi e dare loro spazio... nel nome della solidarietà. Che non è carità, bensì partecipazione. Riflettere su questi spunti durante le ferie d'agosto potrebbe aiutarci a trovare gli stimoli per iniziative nuove, foriere di sviluppo e, perché no?, di una rigenerazione spirituale fondata sul recupero dei nostri valori.



Se sei Socio puoi scegliere vacanze di qualità a prezzi convenienti, per viaggiare in famiglia o con gli amici

in vacanza con *Sinfonia*

Raccogliendo i punti sulla **Carta In Cooperazione** potrai andare in vacanza a prezzi molto vantaggiosi. I consulenti di **"VacanzeCoop"** sono a tua disposizione al numero di telefono **030.6591735**, dal lunedì al venerdì dalle 9.00 alle 13.00. Ti ricordiamo che al momento della prenotazione dovrai comunicare il numero della tua Carta In Cooperazione. I punti ti verranno scaricati automaticamente solo dopo aver effettuato la prenotazione della struttura. Ecco le mete proposte da VacanzeCoop.



GRECIA

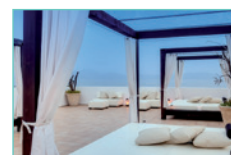
Hydra Beach di Ermioni

Viaggio di una settimana (7 notti), volo a/r incluso e formula all inclusive. Partenza dall'aeroporto di Orio al Serio (BG) il 30 agosto e 6 settembre. www.brixiato.it

Coupon **"VACANZECOOP"**

da **2.000 punti: viaggi con 729 Euro*** dal 30 agosto e con **629 Euro*** dal 6 settembre

*Sono escluse: quota gestione pratiche € 80, tessera APT € 35 e assicurazione € 29.



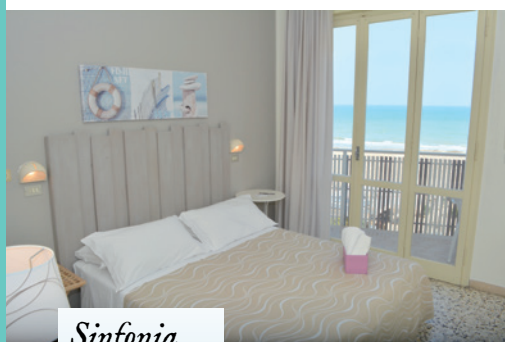
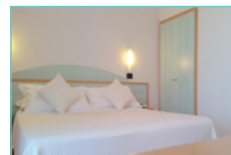
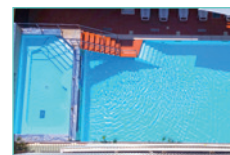
MILANO MARITTIMA

Hotel Delfino

Vacanza di una settimana (7 notti) con trattamento di pensione completa (acqua, vino e bibite analcoliche ai pasti, 1 ombrellone, 2 lettini in spiaggia, servizio MiniClub) valido per una persona in camera doppia. Settimana dal 6 al 13 settembre. info@hotel-delfino.it

Coupon **"VACANZECOOP"**

da **2.000 punti: vacanza con 299 Euro**



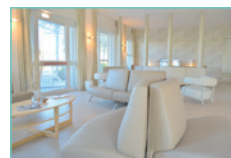
MILANO MARITTIMA

Hotel Viamare

Vacanza di una settimana (7 notti) con trattamento di pensione completa (acqua, vino e bibite analcoliche ai pasti, 1 ombrellone, 2 lettini in spiaggia), valido per una persona in camera doppia. Settimana dal 6 al 13 settembre. info@hotelviamare.com

Coupon **"VACANZECOOP"**

da **2.000 punti: vacanza con 249 Euro**



**Cosa aspetti?
Fai la spesa, raccogli i punti
e scegli la tua vacanza...
Buona spesa e buon viaggio!**

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.

Dopo una lunghissima attesa, durata quasi venti anni, Fai della Paganella ha il suo nuovo negozio della Famiglia Cooperativa e si tratta di un bel supermercato di 350 mq di superficie di vendita (circa 600 i metri quadrati complessivi della struttura), ben più grande di quello già esistente, con allestimenti ed arredi completamente nuovi, che permettono di offrire assortimenti più completi, e che assicurano pure risparmio di risorse e rispetto dell'ambiente, trattandosi di frigoriferi e d'impianti d'illuminazione a basso consumo energetico.

Nuova anche l'insegna, che indica il tipo di negozio di più grande superficie, un supermercato: Coop Trentino.

Questo nuovo negozio fa parte di un complesso immobiliare che presto comprenderà anche il nuovo oratorio, in via di costruzione. Il nuovo



Famiglia Cooperativa Brenta Paganella

Fai della Paganella ha finalmente il suo nuovo negozio

vo, che ha richiesto un investimento di 2 milioni di euro: ora ci auguriamo sia apprezzato e valorizzato dalla popolazione e dai soci”.

La realizzazione di un importante progetto a favore della comunità che nasce dalla collaborazione tra la Famiglia Cooperativa Brenta Paganella, la parrocchia di Fai della Paganella e la Curia arcivescovile

nella: “l’iniziativa che oggi vediamo realizzata è stata possibile grazie alla collaborazione, che è il principale tratto distintivo della cooperazione; collaborando e condividendo obiettivi, insieme alla parrocchia ci siamo impegnati in un grande sforzo per lasciare alla comunità servizi importanti. Si è trattato di un progetto veramente impegnati-

edificio che ospita il supermercato (progettato dall'architetto Guido Agostini e realizzato con il coordinamento dell'ingegner Edoardo Job) è infatti parte del risultato di un significativo accordo tra la Famiglia Cooperativa Brenta Paganella, la parrocchia di Fai della Paganella e la Curia arcivescovile.

INSIEME PER LA COMUNITÀ

I tre soggetti hanno definito e concluso, nel 2013, una permuta reciproca di terreni confinanti: grazie a questo importante accordo, infatti, si è finalmente potuto dare il via alla costruzione di due immobili in un'unica area molto comoda per il paese: circa 1200 metri quadrati, più altri 1400 metri quadrati, tra l'hotel Stella Alpina e la chiesa, per realizzare, uno contiguo all'altro, il nuovo supermercato e l'oratorio.

A sottolineare il valore della collaborazione è il presidente della Famiglia Cooperativa, Ivo Cor-



LA FESTA D'INAUGURAZIONE

La prima risposta si è vista nel giorno dell'inaugurazione: alla grande festa era presente tantissima gente, del paese ma anche dei paesi limitrofi; in prima fila, ovviamente, il sindaco di Fai della Paganella, Gabriele Tonidandel, e don Augusto Angeli, parroco di Fai della Paganella, Spormaggiore e Cavedago, che ora aspetta di veder realizzato il suo nuovo oratorio; ma c'erano pure il senatore Franco Panizza e i consiglieri Walter Viola e Mario Tonina. Accanto al presidente della Famiglia Cooperativa, Ivo Cornella, e al suo direttore Nerio Donini, il vicepresidente

In questa pagina: in alto, il presidente della Famiglia Cooperativa, Ivo Cornella e il suo direttore Nerio Donini, insieme nel giorno dell'inaugurazione; un momento della festa d'inaugurazione; qui sopra, i frigoriferi a risparmio energetico; nella pagina seguente, basso, una foto dell'esterno della struttura durante i lavori di costruzione.





della Federazione e presidente di Sait, Renato Dalpalù. Al taglio del nastro si è potuto ammirare il nuovo punto vendita e avere la percezione esatta del grande cambiamento rispetto al negozio di prima e dello sforzo compiuto dalla Famiglia Cooperativa: un ambiente arioso, luminoso, molto funzionale, dove fare la spesa e trovare tutto. Un grande risultato ottenuto in poco più di sei mesi, dopo tanti anni di attesa: i lavori sono infatti iniziati a novembre inoltrato, con l'appalto vinto dalla Larcher di Aldeno con la quale hanno collaborato gli artigiani della zona.

La Famiglia Cooperativa Brenta Paganella ha compiuto i suoi 120 anni già nel 2013; i suoi soci sono circa 2000; oltre alla sede di San Lorenzo in Banale, la Famiglia Cooperativa ha negozi ad Andalo, Campo Lomaso, Cavedago, Dorsino, Fai della Paganella, Molveno, Sclemo e Spormaggiore. (c.g.)

Il supermercato di Fai della Paganella è aperto con questi orari:
dal lunedì al venerdì
7.30-12.30 / 16-19.30;
il sabato orario continuato
7.30-19.30;
la domenica 7.30-12.30



Un negozio completamente rinnovato, un ambiente accogliente e luminoso che offre un servizio al passo con i tempi e un'esperienza piacevole anche per chi qui è in vacanza: sono infatti molti i turisti che in estate e in inverno scelgono San Martino di Castrozza per le

FAMIGLIA COOPERATIVA MEZZANO

RINNOVATO A S. MARTINO DI CASTROZZA

APERTURA VENERDÌ 29 MAGGIO INAUGURAZIONE ORE 12.00

Breve cerimonia di inaugurazione, a seguire un momento di convivialità.

La Famiglia Cooperativa Mezzano presso la filiale di S. Martino di Castrozza vi aspetta numerosi!

S. MARTINO DI CASTROZZA - VIA CAVALLAZZA 3

proteggere e mascherare lo spazio dedicato alla raccolta differenziata. Ma la parte più significativa dell'intervento riguarda l'interno del negozio (150 mq); grazie infatti ad una revisione completa degli spazi espositivi e delle scaffalature, all'inserimento del libero servizio nel reparto ortofrutta

Famiglia Cooperativa di Mezzano San Martino di Castrozza: molto bello il negozio tutto nuovo



Nella foto un momento dell'inaugurazione, a fine maggio

loro vacanze e che in questo negozio trovano tutto quanto serve (anche orari lunghi!), con un'attenzione particolare per le specialità locali, l'ortofrutta, il pane appena fatto e i più amati prodotti a marchio Coop, che è bello ritrovare anche quando si è in vacanza. A San Martino di Castrozza la Famiglia Cooperativa di Mezzano ha da poco realizzato questo bel progetto di miglioramento del suo ormai storico negozio; la Cooperativa è infatti a S. Martino da quasi 40 anni, una presenza costante che è stata ed è tutt'ora per molte persone punto di riferimento per la spesa di ogni giorno, tutto l'anno. Il negozio però non è mai stato oggetto di ristrutturazioni, tranne qualche piccola modifica: per questo, e anche nell'ambito di una riorganizzazione generale della cooperativa, il consiglio di amministrazione ha deciso di intervenire, con l'obiettivo di garantire ai soci e ai clienti un servizio ancora migliore e più efficace. I lavori, iniziati a fine marzo, hanno interessato anche l'esterno dell'edificio, compresa la sostituzione delle porte d'ingresso, la manutenzione degli infissi e la strategica installazione di un grigliato in legno per

Una revisione completa dell'esterno e degli spazi interni, più accoglienti, luminosi e funzionali, con pane e ortofrutta a libero servizio e nuovi banchi-frigo. Per una spesa più veloce, comoda e piacevole

e in quello del pane, ai nuovi banchi frigo per i prodotti pronti del reparto ortofrutta e di quello della carne confezionata, al posizionamento di nuove casse, ora nel negozio si può fare la spesa in modo più autonomo, veloce e piacevole. **Un progetto ben riuscito - ha sottolineato il presidente Giuliano Zeni a fine maggio in occasione della inaugurazione -- grazie a tutti coloro che hanno partecipato alla sua realizzazione:** gli artigiani, i tecnici del Consorzio Sait, e soprattutto il personale della Famiglia Cooperativa, che con il suo impegno è riuscito a limitare i disagi per la chiusura del negozio. Alla festa d'inaugurazione hanno partecipato anche il parroco di San Martino di Castrozza, Don Giuseppe Lucian e i vice-sindaci dei comuni di Siror e Tonadico, di cui la frazione di San Martino fa parte, Giacobbe Zortea e Silvano Sartena. **Fondata nel 1901, la Famiglia Cooperativa di Mezzano** ha oggi circa 540 soci; il direttore è Paolo Orler, 17 i dipendenti; la sua sede è appunto a Mezzano, dove si trova il maggiore dei suoi due negozi, un supermercato di 400 mq di superficie; tra le caratteristiche di questo bel negozio c'è il pane: la Famiglia Cooperativa è infatti da sempre anche un panificio (che produce anche per il negozio di S. Martino), ma ha al suo interno anche un'apprezzata produzione d'insaccati tipici, e una macelleria. (c.g.)

“Abbiamo proposto il nome Vallate Solandre (e non Val di Sole) per meglio esprimere quella varietà di identità che caratterizza le nostre Comunità, ciascuna ricca di tradizioni e peculiarità, e per non perdere nulla di questo patrimonio. È un nome che sintetizza bene il progetto che ci ha portato alla fusione, e che ne sta alla base: l'obiettivo, la nostra responsabilità, nei confronti dei soci e della comunità, è mantenere in salute le Famiglie Cooperative, adattando queste storiche società al cambiamento dei tempi e dei bisogni, senza snaturarle, ma anzi valorizzandole, e rendere sempre più consapevoli i soci del loro ruolo all'interno della Famiglia Cooperativa”.

Marina Mattarei, presidente della Famiglia Cooperativa Valli di Rabbi e Sole, ci parla delle ragioni e del significato della fusione per incorporazione che è stata votata dai soci delle due Famiglie Cooperative, la Valli di Rabbi e Sole e la Famiglia Cooperativa di Cogolo, qualche giorno fa. E il



Il negozio di Piazzola

Fusioni/Famiglia Cooperativa Valli di Rabbi e Sole e Famiglia Cooperativa di Cogolo Nasce la Famiglia Cooperativa Vallate Solandre

La fusione per incorporazione della Famiglia Cooperativa di Cogolo nella Famiglia Cooperativa Valli di Rabbi e Sole: 11 negozi al servizio di ogni comunità locale

risultato di un percorso avviato quasi due anni fa, non senza difficoltà e fasi di stallo; accanto a loro all'inizio compariva anche la Cooperativa di Malè, che però si è sfilata perché non ci si è trovati d'accordo sugli investimenti.

Così all'assemblea straordinaria dei primi di luglio che ha riunito i soci delle due Famiglie Cooperative si è votato: la fusione per incorporazione della Famiglia Cooperativa di Cogolo nella Famiglia Cooperativa Valli di Rabbi e Sole è stata approvata da 74 soci su 98 per Cogolo e all'unanimità (113 soci, più 47 deleghe) dai soci della Valli di Rabbi e Sole.

Il voto ha avviato quel processo che darà forma alla nuova cooperativa, la Vallate Solandre, che sarà attiva dal 1° ottobre e rappresenterà 2.461 soci; la sua rete di vendita disporrà di 11 negozi: 9 della Cooperativa di Rabbi (Cavizzana, Caldes, Mez-

zana, Pellizzano, Piazzola, Pracorno, San Bernardo, Terzolas, Vermiglio) e 2 di quella di Cogolo (Cogolo e Celledizzo); 47 i collaboratori; il fatturato sarà di circa 8,9 milioni di euro, il patrimonio netto di 3,9 milioni di euro circa, la disponibilità finanziaria di circa 700 mila euro. Il consiglio d'amministrazione sarà composto da 9 membri: 6 rappresenteranno le zone della Cooperativa di Rabbi (Val di Rabbi, Bassa e Alta Val di Sole), 3 quelle della Val di Pejo; la presi-

denza resterà alla Famiglia Cooperativa di Rabbi, così come la sede legale, che continuerà ad essere a San Bernardo; il direttore generale sarà invece Vito Pedergnana, direttore attuale della Famiglia Cooperativa di Cogolo.

“Dobbiamo attuare delle azioni necessarie e non aspettare il corso degli eventi – sottolinea Mattarei – Le nostre Famiglie Cooperative hanno potuto riflettere sulla possibilità di unirsi rispetto ad una base di partenza molto buona: le due cooperative sono in buone condizioni economiche, avremmo potuto rimandare, non preoccuparci del futuro e non rinunciare a un po' della nostra autonomia. Ma sappiamo che le cose in valle nel settore del commercio stanno cambiando e non possiamo ignorarlo. La fusione è soltanto una delle scelte strategiche che possiamo operare per preservare la nostra rete di vendita costituita da tanti negozi di vicinato; dobbiamo ora migliorare la nostra organizzazione, renderci più efficienti, unire le forze per fare più massa critica. È facendo insieme tutte queste cose, come soggetto unico e coordinato, che possiamo ottenere i risultati migliori”. (c.g.)





NEI NEGOZI DELLA COOPERAZIONE
DI CONSUMO TRENTINA

Frutta Solidal Coop, buona ed etica, certificata Fairtrade

La frutta fresca certificata Fairtrade assicura un guadagno stabile alle organizzazioni dei coltivatori e istituisce un fondo per la salute che garantisce assicurazioni per le cure sanitarie.

Coop, attraverso la linea Solidal, commercializza banane dal Perù e dall'Ecuador, e ananas dal Ghana e dal Costa Rica

La frutta esotica è diventata un'abitudine di consumo quasi quotidiana: basti ricordare che la banana è tra i frutti più

apprezzati in tutto il mondo, oppure che, anche in tempi di crisi, questo è uno dei pochi comparti che ha addirittura registrato una buona crescita in Italia.

Nonostante questo successo, spesso sappiamo troppo poco sulla provenienza di questi prodotti. Il lungo viaggio della frutta esotica inizia nei paesi dell'area tropicale/equatoriale di Asia, Africa e America Latina, dove viene coltivata da milioni di piccoli agricoltori che sulla produzione, trasformazione e vendita di banane ed ananas, ad esempio, fondano la propria sussistenza. E nonostante il grande giro d'affari che c'è nei paesi occidentali, ai coltivatori all'origine della filiera non viene corrisposto un guadagno proporzionato. I lavoratori, spesso assunti con contratti di breve termine, sono co-



Nei negozi della
Cooperazione di Consumo Trentina
banane dall'Ecuador. Le banane
confezionate Solidal Coop oltre a
possedere la certificazione Fairtrade, sono
anche biologiche. Rispetto dell'uomo e
dell'ambiente si uniscono, offrendo ai
consumatori un prodotto di alta qualità,
sicuro e controllato dalla pianta al
consumatore finale.

stretti a duri ritmi di lavoro senza un adeguato ritorno economico. In molti casi le piccole cooperative hanno uno scarso potere contrattuale al momento della vendita.

Banane solidali biologiche

La Cooperazione di Consumo Trentina con "El Guabo"

Dal 2012 le Famiglie Cooperative Trentine, attraverso il loro Consorzio Sait, hanno avviato una collaborazione diretta con la cooperativa El Guabo per incrementare nei negozi Famiglia Cooperativa e Coop Trentino l'offerta di banane solidali, per di più biologiche, a marchio Solidal Coop, certificate Fairtrade.

La cooperativa El Guabo è nata nel 1997 dalla scelta di 14 piccoli ed emarginati produttori di banane di associarsi per

riuscire ad ottenere un prezzo giusto per il loro prodotto, in un periodo in cui il mercato dell'esportazione delle banane stava subendo una vertiginosa crescita.



Oggi El Guabo è il punto di riferimento per oltre 2000 persone provenienti da 15 comunità vicine. Le coltivazioni, che si trovano nella zona sud orientale dell'Ecuador, riguardano per la maggior parte un'area della foresta tropicale e per questo la cooperativa rispetta gli standard ambientali di produzione Fairtrade.

Negli anni l'organizzazione ha saputo predisporre un suo ufficio per l'export, grazie al quale ha eliminato la sua dipendenza dagli intermediari locali, diventando così uno dei maggiori esportatori di banane Fairtrade per USA ed Europa.

Il Fairtrade premium (il margine aggiuntivo al "prezzo equo" pagato ai produttori, da investire in progetti sociali, sanitari e di sviluppo attraverso un programma partecipativo e democratico) viene destinato da El Guabo in: un fondo comune che offre ai lavoratori la possibilità di ricevere del credito e li informa sulle opportunità di investimento; migliorie nei



Ma per contrastare questi problemi un'alternativa c'è, ed è quella di acquistare frutta proveniente dalle organizzazioni del circuito del commercio equo certificato, frutta che ha una storia diversa.

Per assicurare un guadagno stabile alle organizzazioni dei coltivatori Fairtrade garantisce un prezzo minimo stabile, il Fairtrade Minimum Price, e assicura un margine di guadagno aggiuntivo, il Fairtrade Premium, il cui utilizzo viene deciso democraticamente per la realizzazione di progetti di emancipazione delle comunità (costruzione di scuole o ambulatori, formazione dei lavoratori).

Nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina si trova la frutta fresca certificata Fairtrade della linea Solidal Coop: le banane provengono dalle organizzazioni El Prieto (Ecuador) ed El Guabo (Ecuador) e gli ananas dalle coltivazioni di Prudent (Ghana) e Asoproagroin (Costa Rica).

Qui, grazie al circuito Fairtrade sono state costruite infrastrutture ed è stato favorito l'accesso al credito per l'acquisto di fertilizzanti adatti alla coltura biologica. Inoltre sono state siglate delle convenzioni per agevolare prestiti a bassi tassi

sistemi di irrigazione e imballaggio; corsi di aggiornamento sul controllo di qualità, sulle tecniche di produzione biologica e sulla riduzione dell'uso di agenti chimici nella coltivazione e garantire i consumatori; nell'educazione: forniture per le scuole locali, come cancelleria, zaini e banane per i figli dei lavoratori; nella salute; è prevista una assicurazione sanitaria per tutti i membri e gli impiegati; programmi per il riciclo in tutte le strutture.



per i lavoratori; è stato istituito un fondo per la salute, che garantisce agli associati assicurazioni minime per le cure sanitarie e uno per l'educazione, che offre dei buoni per l'acquisto di mate-

riale scolastico e l'iscrizione alla scuola superiore o all'università per i figli dei lavoratori.

Mandacarù

BANANE IN EQUILIBRIO

Coltivare e distribuire perseguendo giustizia sociale e ambientale

Nella prima settimana di giugno la cooperativa Mandacarù ha organizzato in Trentino alcuni incontri con i produttori di banane equosolidali.

Per permettere di conoscere, dalla voce dei protagonisti, il significato e il senso delle produzioni sostenibili e del commercio equosolidale

di Maddalena Di Tolla Deflorian

Margarita Margarita è una donna prossima alla pensione, riservata ma appassionata, quando racconta della sua gente. Sogna di poter dedicare il proprio tempo liberato dal lavoro, quando finalmente in pensione andrà davvero, a portare didattica e cultura ai bambini indios, che ancora oggi – mi ha raccontato – sono in difficoltà in tanti casi. Oggi Margarita è una donna molto impegnata: ha un ruolo importante nel controllo della conformità dei conti e dei bilanci nella cooperativa Cobana, che produce banane da coltivazione a lotta integrata su un'isola di Panama.



Margarita Munoz, della cooperativa Cobana. I lavoratori di Cobana hanno un compenso equo e condizioni di sicurezza migliori.



Mentre parlo con lei, per farmi raccontare la storia entusiasmante della cooperativa, penso alla storia e al presente delle banane nel mondo. Per noi europei è un frutto squisito, nutriente ma non centrale nella nostra alimentazione. Ma è un frutto che ha mosso anche parecchi capitali e interessi: si stima che il mercato delle banane valga attualmente, nel mondo, circa 9 miliardi di dollari l'anno. Ancora oggi circa 400 milioni di persone nel mondo trovano nelle banane un essenziale nutrimento primario o una fra le prime fonti di guadagno.

Le banane sono state importanti nella storia economica e politica. In America Centrale aziende come United Fruit Company (poi divenuta Ciquita, da tempo maggiore venditore di banane al mondo) e Dole, hanno segnato il territorio, "costruendolo" con ferrovie, infrastrutture e piantagioni, spesso avendo un impatto ambientale





e sui diritti dei lavoratori fortemente discusso e negativo. Il concetto di “Repubblica delle banane” racconta infatti di scenari socio-politici caratterizzati anche dal forte legame fra il potere politico e i produttori, che non hanno disdegnato nemmeno di relazionarsi con i dittatori.

Fino alla fine degli anni '90 i lavoratori erano dipendenti di un'impresa statale, che forniva ad aziende come Ciquita. Alla chiusura dell'azienda pubblica i lavoratori cercarono e trovarono un accordo con il Governo di Panama, acquistarono la terra (in assenza di una vera riforma agraria), seguirono l'iter formativo previsto dalle leggi panamensi e costituirono la cooperativa Cobana. Da 74 fondatori, si è arrivati oggi a 226 soci e 520 lavoratori, fra cui anche una parte di donne. Le piantagioni di Cobana sono oggi tre. I sogni di crescita sono ancora possibili.

Fino al 2009 Cobana continuò a fornire a Ciquita, poi fu chiesto di sostituire i fungicidi impiegati con prodot-



Italia ha base a Bolzano. Le differenze rispetto al trattamento riservato a lavoratori e ambiente dal settore bananiero mainstream, - mi ha raccontato Margarita - sono notevole.

I lavoratori guadagnano decisamente più di prima, le condizioni di sicurezza (ad esempio l'uso dei guanti per via dell'acido lattico prodotto dal taglio dei caschi di banane) sono migliorate, esiste un sindacato autonomo rispettato: infatti sempre più contadini aspirano ad entrare come soci nella cooperativa o a lavorarvi. La proprietà della terra è della cooperativa.

In altri contesti, i lavoratori del settore bananiero subiscono la dispersione dei prodotti chimici dall'alto (con gli elicotteri) e lavorano senza adeguate protezioni. Sono stati denunciati effetti molto pesanti per la salute dei lavoratori o degli abitanti dei villaggi vicini alle piantagioni, nel caso di spargimento dei fungicidi senza

tutele. Tali effetti, si racconta, possono arrivare alla sterilità.

Cobana riceve un premio fairtrade di circa un milione di euro all'anno, che si somma al fatturato vero e proprio. **Il 50% del premio è impiegato per politiche sociali**, come prestiti per ristrutturare in muratura le “vivienda”, le case dei lavoratori co-

struite negli anni cinquanta, oppure per finanziare borse di studio per ragazzi ma anche per adulti iscritti all'università.

Il 20 % del premio è usato invece per la sostenibilità ambientale, (c'è un esperto di settore per ogni piantagione), ad esempio preservando la complessità e la fertilità dei suoli, mantenendo la vegetazione naturale del sottobosco nelle piantagioni, tutelando gli ecosistemi di foresta e quelli altrettanto delicati delle coste, anche proteggendo i nidi delle magnifiche tartarughe. Queste attenzioni non hanno ostacolato la crescita della produzione e del fatturato.

Margarita ha parlato in alcune conferenze della giustizia sociale e ambientale portata dalla sua cooperativa, grazie ad un frutto dolce e morbido. La luce che ho visto nel suo sguardo è una promessa di futuro. Quella promessa sarà utile anche di fronte al grande nemico di oggi: la povertà genetica e degli ecosistemi che è stata determinata in oltre cento anni di monoculture, sta esponendo le produzioni di banane nel mondo alla loro incapacità di reagire a nuovi patogeni che si presentano, come il famigerato Tropical Race 4.

La giustizia sociale, come mi ha spiegato Margarita, è un primo strumento per ridurre complessità anche agli ecosistemi, preservando ambiente, produzioni e cibo. Se pensiamo che le banane sono fra i prodotti alimentari di maggiore valore al mondo e che quasi i nove decimi di esse si mangiano nei paesi poveri, abbiamo idea di quanto sarà necessario preservare un equilibrio. Nella ricerca di mantenere un equilibrio, l'indipendenza dei produttori panamensi potrebbe esercitare un ruolo essenziale anche per noi europei.



ti meno impattanti (con la cosiddetta etichetta verde). Ciquita rifiutò e ci fu un salto di qualità. Oggi Cobana fornisce gran parte delle sue banane ad Agrofair, con una filosofia fairtrade, azienda di importazione di frutta che in

“ Parlare di Terza età oggi è riduttivo. Il 20% dei trentini ha più di 65 anni. Più di 100 mila persone che hanno bisogni e interessi differenti: c'è chi vuole viaggiare anche se magari ha qualche difficoltà di movimento, chi desidera conoscere i modi per prevenire o ritardare malattie legate all'invecchiamento, chi vuole studiare o imparare ad usare le nuove tecnologie; chi invece ha bisogno di informazioni precise su servizi di cura e assistenza. Ce ne sono poi tanti che hanno voglia di raccontare e raccontarsi”. A parlare è Michele Tait, direttore di Con.Solida, il consorzio della cooperazione sociale che nel 2007 ha ideato la rivista “Tracce, di ieri, oggi, domani”. Da qualche settimana, grazie a un'inedita collaborazione con il gruppo l'Adige (con il quotidiano, Radio Dolomiti e il sito www.ladige.it), Tracce è diventata informazione multiplatforma (carta stampata, web e radio) aumentando così in modo sensibile la sua diffusione (solo per la carta stampata si



Cooperativa sociale Sad

È nata Assieme, la prima cooperativa di badanti in Trentino

Una risposta rapida in situazione di bisogno, flessibilità, adeguati passaggi di consegne: Assieme garantisce una modalità nuova, continua e sicura, di erogazione del servizio offerto dalle assistenti familiari

Dopo avere attivato La Casa alla Vela, l'originale progetto basato sull'abitare collaborativo per anziani parzialmente autosufficienti, la cooperativa sociale Sad di Trento ha dato vita ad un nuovo approccio organizzativo per la cura degli anziani presso il loro domicilio. Si tratta della cooperativa "Assieme", che organizza le assistenti familiari formate dalla stessa Sad, in maggioranza straniere, provenienti dai Paesi dell'Est Europa, disoccupate o con impieghi precari: tutte, con l'ingresso nella cooperativa, acquisiscono il ruolo di socie-lavoratrici; si supera così il tradizionale ruolo subordinato dell'assistente familiare, dipendente da una famiglia o da un'agenzia interinale (o anche lavoratrice in nero).

"È una bella occasione di continuità di lavoro – spiega Diego Agostini, amministratore delegato di

Sad – Le assistenti sono sempre le stesse persone, fidate e formate, e possono attivarsi rapidamente in nuove situazioni di bisogno o per un adeguato passaggio di consegne in caso di sostituzioni. In questo modo alle famiglie è sempre garantito un servizio continuo e sicuro. Rispetto a questi standard qualitativi, anche le condizioni economiche che Assieme potrà praticare sono particolarmente vantaggiose".

L'obiettivo a breve termine – aggiunge Agostini – è di inserire nella cooperativa 15 assistenti familiari offrendo loro la sicurezza di un posto a tempo indeterminato. Le aree in cui il servizio di assistenza sarà offerto sono la città di Trento, la Piana Rotaliana, la Valle di Cembra e la Val di Non.

"L'iniziativa – sottolinea la presidente Daniela Bottura – risponde alla richiesta sempre maggiore di servizi assistenziali; in questo modo inoltre le famiglie non hanno oneri di gestione burocratica, curati interamente da Sad. Altro aspetto: la badante non dorme in casa ma garantisce assistenza il tempo necessario. Professionalità ma anche umanità e cuore sono gli elementi distintivi di questo servizio. Il costo è in linea con le tariffe di mercato".

La cooperativa Sad, con sede a Trento, è stata costituita nel 1990 ed è attiva nei servizi alla persona

rivolti ad anziani, disabili e persone in situazione di fragilità; i 130 addetti sono prevalentemente donne; le persone assistite sono circa 400; nel 2014 la cooperativa ha realizzato un fatturato di 3,5 milioni di euro.

Alla presentazione è intervenuta la responsabile del Servizio politiche sociali della Provincia di Trento Ileana Olivo. "Assieme – ha osservato – rappresenta una soluzione innovativa rispetto a un problema gestito fino a oggi a livello familistico. La speranza è che questa iniziativa abbia un effetto moltiplicatore".

Laura Castegnaro, direttore dell'ufficio innovazione del Servizio Politiche Sociali della Provincia Autonoma di Trento, ha parlato del Registro provinciale delle/degli assistenti familiari istituito dalla Giunta Provinciale nel 2014 per fornire alle famiglie un punto di orientamento nella ricerca di un'assistenza sempre più qualificata agevolando, nel contempo, l'incontro tra domanda e offerta di lavoro. "A oggi conta 264 iscritti: 250 donne, 14 uomini – ha spiegato – Altre 30 domande di iscrizione sono state presentate. La provenienza è in particolare dall'Europa dell'est (Romania, Moldavia, Ucraina)".

TRACCE

Informazione per over 60

In Trentino si vive più a lungo e meglio che altrove. Oggi anche più informati

parla di 18.600 lettori). L'obiettivo rimane quello sintetizzato nel titolo **Tracce Di Oggi**, ovvero indicazioni per orientarsi in un presente sempre più complesso (basti pensare ai servizi di cura); **Di Ieri**, cioè raccogliere e condividere memorie individuali e collettive; **Di Domani**, per provare a costruire un buon futuro per se stessi e per gli altri.

I differenti canali concorrono ad informare con approfondimenti su servizi di cura, benessere e assistenza; salute, movimento e alimentazione, economia e risparmio, nuove tecnologie, cultura e tempo libero: argomenti trattati in modo specifico anche grazie alla collaborazione di esperti, come medici,



avvocati e notai, botanici, cuochi, fisioterapisti, ricercatori. Arricchiranno le pagine (cartacee e web) e le onde radio i contributi di intellettuali e ospiti fissi – come don Marcello Farina, la psicoterapeuta Valeria Trapani, il dietologo Michele Pizzinini, i cuochi Sforzellini – ma anche quelli dei lettori perché il trasferimento su multicanale consentirà di aprire un dialogo diretto con i cittadini.

Il primo numero, uscito con l'Adige a metà giugno (il prossimo sarà in edicola con il quotidiano il 18 agosto e poi così ogni terzo martedì a mesi alterni) è ora consultabile sul blog. (S. De Vogli)



Sportello assicurativo

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

La classe di merito/2 Legge Bersani e RCA: chi può usufruire delle agevolazioni

Nello scorso numero abbiamo visto come la **classe di merito** rappresenti la variabile più importante nel funzionamento dell'assicurazione RC Auto prestata con la **formula bonus/malus** e come appaia nell'attestazione sullo stato del rischio.

Il sistema bonus-malus prevede infatti una scala da 1 a 18 che viene utilizzata per valutare il grado di rischiosità di ogni automobilista. Maggiore è la classe di merito, più alto sarà il prezzo della polizza. Per chi non è mai stato assicurato, la classe d'ingresso è la 14esima.

“Ereditare” la classe di merito

Esiste tuttavia un modo per ottenere una classe di merito inferiore rispetto alla classe d'ingresso che è la

14esima, e **risparmiare così sulla polizza auto**: questa opportunità è offerta dalla Legge Bersani, che consente di usufruire della classe di un familiare convivente.

Entrata in vigore nel 2007, la Legge Bersani permette di porre in essere un'assicurazione su un ulteriore veicolo (nuovo o usato) di cui si è entrati in possesso, acquisendo la stessa classe di merito di un veicolo di proprietà dell'acquirente (o di un componente del nucleo familiare) già assicurato.

La Legge Bersani prevede la possibilità, **per i neopatentati e per chi non possiede un attestato di rischio valido**, di “ereditare” la classe di merito di un familiare convivente (per esempio un genitore, un fratello o un coniuge, a

patto che facciano parte dello stesso stato di famiglia). In questo modo chi si assicura per la prima volta può ottenere una classe di merito inferiore alla quattordicesima e risparmiare sul premio assicurativo.

Come utilizzare la Legge Bersani

Chi vuole usufruire della Legge Bersani sull'assicurazione auto deve comunicarlo alla compagnia assicurativa al momento di stipulare la polizza. Perché la Legge venga applicata sarà richiesto di presentare l'attestato di rischio della persona da cui si desidera “ereditare” la classe di merito insieme ad uno stato di famiglia che attesti l'effettiva convivenza tra le parti.

Stessa classe di merito, non stesso premio assicurativo

Naturalmente, ereditare la classe di merito non vuol dire pagare lo stesso premio assicurativo: **il prezzo della rc auto viene stabilito in base a un gran numero di fattori**, come le caratteristiche personali dell'assicurato, l'anzianità di patente, il numero di incidenti passati e così via. La classe di merito è soltanto uno dei parametri che vengono presi in considerazione. Infine, bisogna tener presente che molte compagnie adottano prezzi differenti tra la classe di merito “effettiva” (quella cioè conquistata dal guidatore anno dopo anno) e la classe “ereditata” grazie alla Legge Bersani, che può risultare più costosa. (a.c.)

Villa Rizzi è il Centro di Socializzazione al Lavoro della Comunità Murialdo Trentino Alto Adige: un luogo in cui si utilizza il lavoro come strumento di relazione e d'intervento educativo. Ma non è un luogo qualunque. Villa Rizzi è a Sarnonico, sulle pendici del Monte Bondone, immersa nella natura e circondata da campi di erbe officinali: sono proprio le erbe le protagoniste della modalità educativa ed operativa di Villa Rizzi.

Le erbe officinali comportano tecniche di coltura semplici e questo consente di offrire ai ragazzi accolti l'opportunità di essere protagonisti di un intero ciclo produttivo. Le erbe aprono anche ad un mondo fatto di curiosità, informazioni e notizie di carattere scientifico, tecnico, storico e culturale: anche questo le rende strumento educativo-formativo versatile e prezioso.

Cosa può fare un volontario



a Villa Rizzi? Ci sono diverse forme di volontariato che Villa Rizzi, in stretta collaborazione con l'Associazione Murialdo, ha messo in atto: Volontariato individuale, Volontariato grup-pale, Volontariato aziendale, Servizio Civile.

Nella prima tipologia rientrano tutte quelle persone che, individualmente, decidono di dedicare parte del proprio tempo a Villa Rizzi: c'è chi cuce i cuscini con le erbe e chi ne ricama le federe, chi aiuta a defogliare e confezionare il prodotto, chi etichetta, chi aiuta nella raccolta delle erbe, chi costruisce la scenografia degli stand, chi

assicom
 agenzia di assicurazioni

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. Rivolgetevi all'agenzia Assicom o consulta il sito www.cattolica.it per visionare la nota informativa e le condizioni generali di assicurazione.



VOLONTARIATO A VILLA RIZZI

Tutte le virtù delle erbe officinali

A Villa Rizzi, a Sardinia, are cultivated splendid medicinal herbs: an activity that is also a tool for relationship and educational intervention and in which one can participate as a volunteer

aiuta a promuovere i prodotti. La realizzazione degli eventi a cui Villa Rizzi partecipa, soprattutto nel periodo natalizio, è possibile proprio grazie ad un nutrito gruppo di volontari. Un volontario singolo può dedicare del tempo a Villa Rizzi in modo costante, oppure in occasione di qualche evento, o per un paio di settimane consecutive se, ad esempio, proveniente da un'altra regione.

Il volontariato gruppeale invece vede la presenza di gruppi di persone che decidono di visitare Villa Rizzi e prestare una giornata o un pomeriggio al servizio del Centro: vi sono gruppi di anziani, di appartenenti a club privati, di amanti delle erbe officinali e dell'agricoltura biologica;

è una preziosa opportunità di comunicazione e integrazione con il mondo delle imprese. Dall'altro lato, le aziende possono promuovere collaborazioni con Villa Rizzi per generare benefici concreti in termini di reputazione, motivazione del personale e rapporti con i pubblici esterni o d'interesse. Una collaborazione con Villa Rizzi, e in ottica più ampia con Comunità Murialdo Trentino Alto Adige, permette alle aziende di intraprendere



un percorso di Responsabilità Sociale di Impresa basato su obiettivi comuni. In tutte le collaborazioni, Villa Rizzi sviluppa insieme all'azienda le migliori strategie per coniugare le finalità sociali con gli obiettivi dell'impresa, realizzando un progetto su misura.

Infine il 2015 ha visto anche l'attivazione del Servizio Civile a Villa Rizzi orientato esclusivamente sul volontariato: Gloria e Tommaso, i due volontari vincitori del bando, sono impegnati per un totale di 1400 ore annue sul fronte del volontariato con i cosiddetti "NEET", ovvero giovani non impegnati nello studio, né nel lavoro, né nella formazione. Il loro obiettivo consiste nell'individuare almeno 6 giovani volontari "NEET", offrendo loro l'opportunità di ricevere un accompagnamento formativo specifico sui temi dell'educazione, delle erbe officinali, della sicurezza e dell'emarginazione sociale.

I volontari rappresentano una risorsa fondamentale per gli operatori di Villa Rizzi, ma soprattutto per i ragazzi accolti, che possono così confrontarsi con persone nuove, sviluppando ulteriormente le loro capacità relazionali.

Come volontario si regala un significato aggiuntivo ai prodotti di Villa Rizzi: basta contattare villarizzi@murialdo.taa.it e visitare il sito www.villarizzi.it per saperne di più.

L'Associazione Giovani Cooperatori Trentini, realtà che da oltre quarant'anni promuove tra i giovani i valori ed i principi cooperativi, è alla ricerca di nuovi soci in vista del **rinnovo del Consiglio Direttivo** che si terrà durante l'assemblea annuale nel prossimo **autunno**. L'Associazione confida nella presenza di molti candidati, che portino nuove idee, stimoli ed energia fresca, in rappresentanza possibilmente di tutti e quattro i settori della Cooperazione: Agricolo, Credito, Consumo e LSSA (coop sociali e di produzione lavoro-servizi).



WE WANT YOU!

Associazione Giovani Cooperatori Trentini Vuoi far parte della squadra?

Stiamo cercando candidati motivati in vista del rinnovo del consiglio direttivo

Le attività proposte dall'Associazione, di carattere formativo, ricreativo e sociale, si rivolgono in primo luogo, ma non esclusivamente, alla base sociale: **giovani tra i 18 ed i 35 anni** con curiosità ed interesse per i temi cooperativi, voglia di approfondire la conoscenza del proprio settore di riferimento e conoscere altri interessati al mondo

della Cooperazione e alla sua fondamentale importanza per il tessuto economico e sociale del nostro territorio.

Le candidature possono essere inviate, con i propri dati ed una breve presentazione personale, all'indirizzo giovani.cooperatori@ftcoop.it.

NOVITÀ

Per i Soci
con Carta InCooperazione
un ulteriore

SCONTO 5% SU TUTTI I VIAGGI del sito www.viaggi-insieme.coop



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



Italia - Umbria - Orvieto

Hotel Orvieto***

Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia,
ricche colazioni a buffet, cene a 3 portate,
bevande ai pasti, parcheggio se disponibile

per persona € 99,00 soci € **94,00**



Austria - Stiria

Hotel Sonneck***

Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia,
ricche colazioni a buffet, cene con menù a
scelta, accesso al centro benessere

per persona € 139,00 soci € **132,00**



Austria - Salisburghese

Hotel Alpenrose****

Viaggio autonomo, 5 notti in camera doppia
A, WI-FI, accesso alla zona benessere, area
giochi per bambini, parcheggio se disponibile

per persona € 249,00 soci € **236,50**



Italia - Adria - Cesenatico

Hotel Metropol***

Viaggio autonomo, 5 notti in camera doppia,
mezza pensione, bevande ai pasti, piscina,
servizio spiaggia, noleggio biciclette

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



Italia - Calabria - Isola Capo Rizzuto

Residence La Darsena***

7 notti in residence 3 stelle in appartamento,
consumi, pulizia finale, servizio spiaggia,
animazione, mini club, beach volley, pingpong

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



Italia - Sardegna

Villaggio Turistico Costa Paradiso***

Viaggio autonomo, 7 notti in appartamento
bilocale, consumi, pulizia finale, accesso alla
piscina, parcheggio se disponibile

per persona € 169,00 soci € **160,50**



**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. Valgono le condizioni di viaggio e di pagamento di Falk-Tours (consultabili su 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.

**FAMIGLIA
COOPERATIVA**

coop

**cool
KONSUM**

coop

coop



Litigare fa bene, sia ai bambini che agli adulti. Basta farlo nel modo giusto. È questa (l'apparente) provocazione rivolta a genitori e insegnanti da Daniele Novara, pedagogista e fondatore del Centro Psicopedagogico per la Pace e la gestione dei conflitti di Novara, ospite della VI edizione di Educa, il festival dell'educazione dedicato a "Desiderio e conflitto". Un tema che lo stesso Novara ha definito coraggioso perché propone una visione inedita del desiderio e del conflitto come occasioni di rinnovamento, per adottare sguardi nuovi e orizzonti inaspettati che diventano nuova possibilità di vivere e conoscere. "Il desiderio - afferma Novara - è la base dell'imparare, elemento importante che ci collega all'infanzia, quando l'apprendimento era spontaneo e dato dalla curiosità. Lo stesso vale per il conflitto: il passaggio da area di minaccia ad area di desiderio per scoprire di avere risorse che non conoscevamo è straordinario".

Dottor Novara, fin dalla prima infanzia, sia in famiglia che a scuola, ai bambini viene detto e insegnato che litigare è sbagliato. Da anni, invece, Lei sostiene il contrario, perché?

Sono numerose le ricerche scientifiche che aiutano a sfatare l'idea diffusa tra gli adulti per cui i bambini a litigare si farebbero male: in realtà, nei primi 6 anni di vita, hanno una spontanea tendenza a utilizzare il coetaneo per il gioco, pertanto il loro pensiero opportunistico cerca sistematicamente la possibilità di continuare a giocare con loro e di conseguenza la capacità di creare un accordo dopo il contrasto è elevatissima. Uno di questi studi dimostra che **nei primi 6 anni nel giro di un minuto i bambini sono in grado di sospendere le ostilità o di cercare un accordo**: per cui basta che un genitore o un educatore aspettino un minuto e il litigio rientra. Un'altra ricerca illustra come a livello infantile il contrasto è una componente ludica: se due bambini hanno un solo giocattolo ovviamente se lo contendono, poi alla fine possono trovare un accordo o meno.

Cosa devono fare genitori e insegnanti quando i bambini litigano?

Io e il mio Centro abbiamo elaborato un metodo che abbiamo chiamato "Litigare bene" che consente ai bambini di utilizzare le parole (quando sono in grado di farlo) per esprimere il proprio stato d'animo all'interlocutore con cui ha litigato, creando un setting che consente la ricomposizione del litigio. Il metodo si articola in quattro passi fondamentali, due indietro e due in avanti.

Partiamo dai due passi indietro.

Il primo è quello di **non cercare il colpevole**: un bimbo non può essere considerato tale perché

sta giocando. Molte ricerche dimostrano che i bambini lasciati soli in un centro educativo arrivano a litigare 10-12 volte all'ora, mentre fratelli e sorelle addirittura 50 volte. Non si possono esaminare i litigi infantili alla luce del concetto di giustizia e pertanto un adulto che fa il giudice impedisce di sviluppare quella naturale capacità di fare da soli e creare un'autoregola-

infantili, viceversa se i bambini hanno la possibilità di elaborare una propria modalità per gestire il litigio ci riescono, perché nella loro natura voler tornare a giocare.

Quali sono, invece, i due passi in avanti?

Il primo passo è far **raccontare ai bambini la reciproca versione dei fatti**: è un momen-

Dopo Educa 3/ Daniele Novara Litigare fa bene! (basta farlo nel modo giusto)

Oggi c'è un grandissimo bisogno di alfabetizzazione al conflitto, per capire come gestirlo e vivere bene. A Educa il metodo innovativo del pedagogista Daniele Novara. Ecco i quattro passi per insegnare (e imparare) a litigare

di Thomas Pastorino



Daniele Novara (pedagogista e fondatore del Centro Psicopedagogico per la Pace e la gestione dei conflitti di Novara) ospite di Educa 2015, qui con l'ex assessora alla cultura del Comune di Rovereto Giovanna Sirotti, membro del comitato di educa 2015.

zione. Il secondo passo indietro è quello di **non dare la soluzione**. La sovrapposizione adulta al mondo infantile in questo caso è posticcia perché il pensiero infantile è pratico e operativo, mentre quello adulto è elaborato e razionale. Quindi la soluzione adulta è incompatibile con le capacità

to molto importante, perché la loro rappresentazione non è mai uguale alla realtà e talvolta l'adulto non ha visto cose equivalenti a quelle che racconta il bambino, quindi il rischio di un'interferenza è molto elevato. Questo passo è centrale nel metodo, perché si crea una decontrazione emotiva che permette ai bambini di staccarsi dal pro-





blema. In queste situazioni ad esempio noi usiamo il “sistema dei foglietti” e del *conflict corner*, uno spazio apposito che stiamo sperimentando con grande soddisfazione in giro per l'Italia, in cui i bimbi creano una corrispondenza sostenibile attraverso la loro modalità di pensiero. Il secondo passo in avanti è **aiutarli a cercare un accordo**, che però non sempre è possibile o necessario, perché a volte i bambini non lo vogliono trovare e preferiscono tornare subito a giocare. A volte gli adulti si intestardiscono a cercare un accordo ma non è un problema, devono aiutarli più che altro a **trovare una decantazione emotiva**.

Come si devono comportare gli adulti in caso di litigio davanti ai figli?

Io sono assolutamente in disaccordo con quelli che dicono che non bisogna mai litigare di fronte ai figli, perché escludere il litigio non solo è inutile, ma anche controproducente. Nell'ambito della conflittualità familiare le ricerche dimostrano che **i figli di genitori che sanno litigare bene hanno enormi benefici emotivi**. Litigare bene significa condurre una discussione col partner senza sopraffazione e insulti, e noi dobbiamo insegnare ai nostri figli a litigare bene: tenere un atteggiamento assertivo senza cadere in intemperanze minacciose, saper ascoltare le ragioni degli altri, saper domandare e recepire le informazioni e infine raggiungere delle sintesi.

Spesso nei media litigio e violenza vengono utilizzati quasi come sinonimi. Lei cosa ne pensa?

L'idea che il litigio porti alla violenza è francamente sciocca. In realtà è vero proprio il contrario: sono la mancanza e l'incapacità di litigare bene che conducono alla violenza e all'omicidio.

Purtroppo si tende a scrivere “il litigio è poi sfociato nell'omicidio” perché è una frase ad effetto. Sarebbe invece corretto affermare “la rabbia ha portato all'omicidio”, perché la rabbia non è il conflitto, bensì un'emozione primaria che può generare violenza, così come la paura; il litigio invece è una relazione culturale tra persone che richiede le giuste competenze. I media stanno sbagliando da questo punto di vista, e le persone dovrebbero proprio imparare a stare nel conflitto e fare attenzione a quelle che hanno carenza conflittuale e non sono in grado di gestire le proprie emozioni.

Quindi i media possono contribuire all'educazione al conflitto?

Assolutamente sì. Oggi c'è un grandissimo bisogno di alfabetizzazione al conflitto, perché la nuova frontiera della convivenza è basata anche sul gestire il fastidio e la contrarietà, e ciascuno di noi deve cercare di imparare a vivere in una società dove mettersi in sicurezza nella capacità di gestire i conflitti.

Rovereto, 14-18 settembre 2015

Imparare a costruire insieme il benessere del futuro

Sono aperte le iscrizioni alla 6° edizione del Corso di sensibilizzazione all'approccio ecologico sociale e al ben-essere nella comunità

La coesione sociale, l'integrazione socio sanitaria e la salvaguardia del pianeta hanno bisogno di tutti: il welfare del futuro, se ci sarà, dovrà camminare su nuove strade, avere nuove visioni per rispondere ai bisogni complessi, alle fragilità sociali e ambientali delle nostre comunità. Non si potrà continuare come si è sempre fatto: modello di sviluppo, evoluzione dei bisogni, appropriatezza delle risposte, risorse disponibili, coinvolgimento attivo di persone, famiglie, micro comunità, relazione salute-ambiente, diritti umani e diritti della biosfera, pongono a tutti una sfida aperta per il futuro. Sono questi i temi del corso aperto a tutti coloro che desiderano intraprendere un percorso di

sensibilizzazione personale e di orientamento centrato sulla **multidimensionalità delle fragilità sociali e ambientali**, con particolare riferimento a: stili di vita, consumo di sostanze, gioco d'azzardo, disagio psichico, fragilità relazionali, conflitti non gestiti, violenza domestica, ed al contempo attenzione agli stili di vita eco-sostenibili in ambiti diversi (consumi, energia, rifiuti, risorse).

Il corso è anche un'esperienza d'integrazione tra settore sanitario e sociale, tra professionisti e cittadini, tra mondo professionale e del volontariato, tra giovani e adulti, anche attraverso la conoscenza diretta delle reti del quarto settore in Vallagarina, con visite serali ai gruppi (Club, Gruppi Ama, Gas, ecc.).

A differenza dei corsi tradizionali dove i corsisti hanno bisogno degli esperti, questo corso ha bisogno dei corsisti per iniziare a trovare, partendo dai saperi

esperienziali e/o professionali, nuove sintesi per il futuro. Una esperienza molto apprezzata dai corsisti (oltre 400) nelle cinque edizioni precedenti.

L'obiettivo è costruire insieme benessere, salute, coesione sociale ed eco-equo sostenibilità nel nostro territorio attraverso l'approccio ecologico-sociale, il lavoro in rete, l'auto mutuo aiuto, il fare assieme e il fare comunità.



ISCRIZIONI: entro il **7 settembre 2015**.

Il corso, della durata di 5 giorni, è **gratuito e accreditato ECM per operatori sanitari e per Assistenti Sociali**.

I posti disponibili sono 80.

Rovereto, Centro Pastorale Beata

Giovanna, via Setaioli 3/A.

Info: tel. 0464/403611 (dal lunedì al venerdì, ore 8.30-10.30)

ENTI ORGANIZZATORI:

Centro Studi APCAT, Associazione AMA, Servizio Alcologia-

Centro Antifumo Vallagarina APSS, ACAT Vallagarina e Montalbano, Assessorato Attività Sociali Comune di Rovereto e Comunità di Valle, Servizio Formazione e Dipartimento Dipendenze APSS, Università Scienze Cognitive, CEDAS Caritas Rovereto e Decanato di Rovereto.



un profondo senso di sbigottimento ammette che prima che l'adolescenza s'impadronisse di sua figlia, aveva un'idea di questo momento di crescita e trasformazioni un po' troppo romantica.

L'autore ci presenta così la figlia: «Clara è bravissima a prendersela comoda, a rilassarsi, a distendersi, a riposarsi, a gingillarsi, ad ammazzare il tempo, in parole povere, a non fare nulla. Del resto dal suo punto di vista non si tratta di sette variazioni della medesima attività, ma di azioni distinte, le peculiarità delle quali tuttavia continua a sfuggire alla mia comprensione». Dunque a quanto pare la vita presa in orizzontale è la croce di tanti genitori.

Convivere con un'adolescente

Con la testa tra le nuvole

Forse il segreto è prendere con più leggerezza e ironia le trasformazioni dei nostri figli. E ricordare che noi adulti abbiamo strumenti in più (come l'esperienza) rispetto a loro

a cura di **Alessandra Cavallin***

Nell'esplorare *L'animale adolescente* l'autore si muove per gioco come uno studioso esperto di compor-

tamento sociale, rendendo alcune pagine veramente spassose, che hanno il merito di far sentire il lettore in buona compagnia e ricordargli che quotidianamente tanti altri genitori vivono la sua stessa esperienza.

Alcuni esempi pratici: pare che i ragazzi sviluppino un'abilità sottile nell'avere

la risposta sempre pronta, sparata in faccia e che in genere sa essere spiazzante, non solo per l'imprevisto punto di vista che porta, ma anche perché a volte risultano più intelligenti e acute delle domande di chi le ha poste. La rabbia dell'adulto spesso scaturisce dal non sentirsi all'altezza di tale prontezza. Altro esempio: l'adolescente non solo disprezza l'ordine, ma lo contesta. L'ordine infatti non semplifica la vita, come dice il proverbio, ma è esclusivamente un obbligo palloso; tuttavia sa anche simulare abbastanza bene il riordino con il solo fine di influenzare a suo favore l'umore del genitore (per scoprire magari che tutto era finito sotto il letto). Infine: la durata del tempo ovvero l'insensata discrepanza tra il tempo infinito (e snervante) dedicato ad una qualsiasi banale azione, ad esempio spalmare la marmellata sul pane, e l'estrema abilità di sintesi nel descrivere un'attività durata ore (tipo la classica risposta alla domanda: com'è andata a scuola? Bene).

Dopo tutte queste parole dette dagli adulti sugli adolescenti, in cui la prima categoria proprio non riesce a trovare una spiegazione razionale alle azioni della seconda, non ci resta che tentare di riportare l'equilibrio tra le parti, dando voce anche agli adolescenti e al loro punto di vista. Nel romanzo per ragazzi di Nadia Terranova *Le nuvole in terra* (Einaudi Ragazzi, 2015) troviamo infatti un gruppetto di adulti

(mamme, papà, zie) che, a detta dei figli, pensano di essere perfetti ma si comportano in modo davvero assurdo, incomprensibile se non addirittura falso. Troviamo poi dei tredicenni (Rebbi, Giulio, Maura, Loris) che, raccontando i retroscena delle loro amicizie, ci regalano una chiave di lettura dei loro atteggiamenti e dei loro pensieri, svelando una grande acutezza e capacità critica rispetto al mondo degli adulti.

I grandi, sempre alle prese con le loro insicurezze non sanno essere dei veri modelli di riferimento: per esempio «non sanno spiegare cos'è l'amore perché non lo sanno neanche loro». In cambio i

giovani, presi dalla loro voglia di crescere sono convinti di essere gli unici sulla faccia della terra a vivere lo sgomento che li attraversa.

Insomma, qualche difficoltà di comunicazione esiste e sempre esisterà, ma la magica medicina potrebbe venire dal prendere con un po' più di leggerezza e d'ironia le trasformazioni dei nostri figli, ricordandoci che noi adulti dovremmo avere qualche strumento in più (l'esperienza non è poco) rispetto a loro, ed applicare la regola almeno a noi stessi. I romanzi che abbiamo qui citato ci regalano proprio questa occasione.

* La Libreria Erickson

Dopo il grande successo riscosso dal romanzo di Michele Serra *Gli sdraiati*, uscito oramai due anni fa, tra gli scaffali delle librerie continuano oggi a spuntare libri di storie di adolescenti visti dagli occhi degli adulti, in genere genitori.

Dalla lettura degli *Sdraiati* ne uscivamo con un'idea di giovinezza tragicomica, messa comoda nella posizione orizzontale, abbandonata pigramente sul divano per ore senza colpa, vista e narrata dagli occhi di un padre che tra ironia, tristezza, sarcasmo e speranza si convince che solo i ragazzi possono capire i ragazzi. Agli adulti non resta che continuare le loro vite "erette e produttive", che - detto tra di noi - in questo modo contribuiscono ancor più ad aumentare la distanza tra generazioni.

A chiedersi che fine abbia fatto la sua piccola figliuola, piena di dolcezza e desideri che fino all'altro ieri saltava sulle sue ginocchia, troviamo oggi un nuovo libro e un nuovo padre: Jan Weile, autore de *L'animale adolescente* (Vallardi, 2015) che con



Carta In Cooperazione

Ai soci possessori di Carta In Cooperazione Erickson garantisce

per gli acquisti effettuati presso **La Libreria Erickson**:

- sconto 10% su tutti i libri e gli altri prodotti editoriali "non Erickson"
- sconto 15% su libri e software Erickson
- sconto 20% sulle quote di abbonamento alle Riviste Erickson

e per gli acquisti effettuati attraverso e-commerce (www.erickson.it):

- sconto 15% su libri, kit e cd-rom Erickson
- sconto 20% sulle quote di abbonamento alle Riviste Erickson
- spese di spedizione gratuite per tutti gli ordini superiori a 40 euro



“Le cose vere della vita non si studiano né s'imparano, ma s'incontrano” scriveva Oscar Wilde, e a volte le incontri nei posti più inaspettati. Il 22 maggio 2015 ho trascorso una giornata in prigione, nel carcere di Padova; la citazione in apertura è,

riamente intensa, in cui alle relazioni di psicologi, professori e giornalisti, si sono intervallate le testimonianze di alcuni dei detenuti della redazione di Ristretti Orizzonti.

Quella di Antonio, a cui da giovane piaceva che avessero paura di lui, e che non accettava di essere povero. Una lite e una coltellata, e dopo tre giorni scopre che l'altro è morto. Vita da latitante in

“l'altro” e si finisce per essere annullati e stritolati nel proprio “essere altri”, le probabilità che il carcere possa restituire alla società delle persone migliori di quelle che vi sono entrate sono quasi nulle.

Nell'ascoltare quanto sono spesso “normali” le storie che portano a delitti e sofferenze, che sconvolgono le famiglie delle vittime quanto quelle dei colpevoli, è venuto automatico interrogarsi su quello che possiamo fare noi “visitatori”. Il nodo cruciale, come spesso accade, sembra quello dell'educazione: professionale per chi se ne occupa, ma anche e soprattutto genitoriale e di “educazione di sé stessi”. E al Due Palazzi sono stati due i temi centrali emersi: la “educazione alla rabbia” e la “costruzione di valore del sé”.

La giornata nazionale di studi di Ristretti Orizzonti

La Rabbia e la Pazienza

La domanda di un carcere che limiti la libertà, non la dignità. E che abbia quella funzione rieducativa che la Costituzione gli attribuisce, ma che spesso non ha



La rabbia è un istinto difensivo contro qualcosa che, in qualche modo, mette in pericolo la propria vita, ed è quindi importante imparare a riconoscerla e a trovare modi di esprimerla, che non siano dannosi per gli altri o per sé stessi. Solo così è possibile poi iniziare a lavorare per capire da dove viene, e per gettare le basi per provarne meno in futuro.

Altrettanto importante è aiutare nella “costruzione di valore del sé”, cioè insegnare a percepire sé stessi come persone di valore, dotate di un futuro e della possibilità di agire nel mondo senza doversi imporre nella prevaricazione. Sia sostenendo lo sviluppo di una sana autostima, sia legittimando, sin da bambini, aspirazioni e desideri, aiutando a comprendere che

fra le molte ascoltate durante la giornata nazionale di studi “La Rabbia e la Pazienza”, quella che meglio racconta ciò che è stata per noi “ospiti” quella giornata.

Siamo entrati in più di 600 per il convegno organizzato da Ristretti Orizzonti, il periodico realizzato da un gruppo di detenuti del carcere Due Palazzi, e ci siamo sentiti dire “benvenuti, accomodatevi” dalle guardie all'entrata. Eravamo lì, fra i carcerati che partecipavano all'evento, persone apparentemente uguali a noi, ma senza un pass con scritto “visitatore”. E quando il Direttore ha concluso dicendo “vi auguro una buona permanenza, più tardi vi verranno comunicati gli orari a cui, chi lo desidera, può uscire”, ho pensato a come dovevano suonare, quelle parole, a chi “visitatore” non era.

È stata una giornata straordinaria

mezza Europa, arrestato in Italia, condanna a 18 anni di carcere. Quella di Marsel, che nei rancori fra una famiglia e l'altra del suo paese, matura una rabbia che diventa carburante per fare qualsiasi cosa, e lo spinge ad una vita di delinquenza e a rimanere intrappolato nella droga, “una trappola che avevo costruito io”. Quella di Carmelo, che sul suo certificato penale ha scritto “fine pena mai”, mentre su altri documenti legge riportato “fine pena anno 9999”, e che dopo 24 anni di carcere ha potuto rivedere per la prima volta moglie e figli. E molte altre.

Persone che non cercano giustificazioni, sono consapevoli di avere sbagliato, ma che chiedono con forza che il carcere limiti la libertà, non la dignità, e che abbia quella funzione rieducativa che la Costituzione gli attribuisce, e che spesso non ha. Racconta Lorenzo: “Il carcere mi ha fermato, ma per anni non mi ha fatto riflettere. Ora, grazie alle attività organizzate in questo istituto, è cambiato tutto: ma cosa sarebbe stato della mia vita se avessi potuto conoscere prima una carcerazione più riflessiva? Provo molta rabbia. Nelle altre carceri ci sono migliaia di ragazzi che pensano solo al prossimo colpo, perché non gli viene data la possibilità di riflettere”. Come ha spiegato lo psicologo intervenuto dopo di lui, se si entra in prigione per non essere stati capaci di considerare

non sono mai questi ad essere “sbagliati”, ma lo possono essere gli strumenti che si scelgono per cercare di raggiungerli.

Uscendo, mentre le porte si chiudevano dietro di noi, rigenerando quello spazio incolmabile fra il “dentro” e il “fuori”, mi sono risuonate le ultime parole dell'intervento di Massimo Cirri, il conduttore del seguitissimo programma di Radio 2 Caterpillar. Lui ha raccontato la storia vera di un gruppo di detenuti del carcere di Sassari che sono stati impiegati nel recupero degli archivi della colonia penale di Tramariglio: i fascicoli, in un seminterrato, erano mischiati, sporchi, coperti di calcinacci, insetti ed escrementi di animali. I sei detenuti hanno lavorato con grande pazienza, ma anche con grande rabbia: hanno trovato anche moltissime lettere mai recapitate, e si sono immedesimati in chi quelle lettere le aveva spedite o le attendeva; dopo alcuni anni quell'archivio è diventato la pietra di fondazione per un **museo della memoria carceraria**, ospitato in quelle stanze che un tempo erano celle di punizione. Cirri ha commentato: “Quanta rabbia e quante cose brutte bisogna attraversare per mettere ordine nei fascicoli della nostra vita, ma quali cose meravigliose possono nascere in questo modo dalla sofferenza passata”. (D.Pedrotti)

Quattro anni fa due giornalisti che si occupano di sud del mondo, Emanuela Citterio e Giorgio Bernardelli – assieme all'economista Riccardo Moro, docente di Economia dello sviluppo a Milano e già direttore della campagna italiana per la cancellazione del debito, a Luca De Fraia, segretario generale di Action Aid Italia, alla giornalista Franca Roiatti e a Fabio Pipinato, fondatore del sito unimondo.org – decisero di lanciare una campagna, *Sulla fame non si specula*, per stimolare l'attenzione sulla speculazione finanziaria sui prodotti agricoli che sta alla base delle crisi alimentari degli ultimi anni.

Il problema non era nuovo. Già Amartya Sen, premio Nobel per l'economia nel 1998, aveva messo in luce come non ci fosse una correlazione diretta fra carestie e disponibilità di cibo. Prendendo le mosse dalla tragica carestia che colpì il Bangladesh nel 1943, che causò tre milioni di morti fra India e Bangladesh, Sen dimostrò che essa era esplosa in un momento nel quale la produzione di riso e altri cereali non era molto diversa da quella degli anni precedenti. L'economista sosteneva, in sostanza, che per comprendere le carestie non si deve guardare alla disponibilità di cibo, ma ai meccanismi della sua distribuzione. E giungeva alla conclusione che **le carestie non colpiscono interi Stati, ma piuttosto precise classi sociali**: nel Bangladesh del 1943 i pescatori, i salariati agricoli, gli artigiani e i barbieri, più recentemente in Etiopia i "servi agricoli" e i pastori. Secondo il premio Nobel, per capire la tragedia della fame occorre guardare da un'altra parte e interrogarsi su chi, in un determinato momento storico, abbia la possibilità, o l'interesse, di condannare a morte per fame milioni di esseri umani.

Per certi aspetti, la campagna *Sulla fame non si specula* prende le mosse dalla stessa domanda di fondo: **perché oggi nel mondo 925 milioni di persone sono malnutrite e ogni giorno venticinquemila muoiono di fame o a causa di malattie connesse alla carenza di cibo?** E perché questa tragedia silenziosa si consuma in un mondo nel quale allo stato attuale sarebbe possibile sfamare non meno di 11 miliardi di persone? Il problema è, sostengono i promotori della campagna, che il mercato dei prodotti alimentari segue logiche che non tengono conto del diritto al cibo ed è soggetto a variazioni che hanno a che fare più con le decisioni delle lobby internazionali che con le disponibilità reali e con le esigenze delle persone. Sono queste lobby a stabilire il valore dei cereali sulla borsa di Chicago, dove si negoziano fin dal 1865 i contratti che determinano poi i prezzi in tutto il mondo.

Le radici recenti della crisi attuale vanno ricercate nel biennio 2007-2008, quando i prezzi



caucasiche. E la crisi economica è alla base di un peggioramento sensibile nell'alimentazione che interessa le fasce più deboli della popolazione anche nei Paesi occidentali.

A rendere sempre più instabile il mercato dei prodotti alimentari è stato il rapido ingresso di nuove tipologie di investitori: se fino agli anni Novanta l'andamento del mercato seguiva sostanzialmente le esi-

Il cibo e la fame nel mondo

Sulla fame non si specula

Richiamare l'attenzione sulla speculazione finanziaria sui prodotti agricoli, alla base delle crisi alimentari degli ultimi anni. È la campagna *Sulla fame non si specula* e indica 5 ambiti di impegno. Tutti realizzabili da ciascuno di noi

di Alberto Conci



del grano e del mais raddoppiarono in pochi mesi, per perdere poi valore con altrettanta velocità. Nel biennio 2010-2011 un nuovo aumento del costo dei cereali ne portò il prezzo ai massimi storici e nelle previsioni da qui al 2020 il loro valore è destinato ad aumentare stabilmente di non meno del 20%, mentre quello della carne dovrebbe salire del 30. Aumenti determinati da investimenti sui *futures* del mercato agricolo non diversi da quelli che si attuano nel mercato del petrolio e destinati a colpire principalmente i più fragili, quei tre miliardi di persone che vivono con meno di due dollari al giorno.

Si farebbe un errore a considerare però la distribuzione degli affamati del pianeta come qualcosa di lontano da noi. Se è vero che secondo l'indice globale della fame, che misura la gravità della situazione alimentare all'interno di tutti i Paesi del mondo, continuano ad avere il triste primato gli Stati africani (al primo posto la Repubblica democratica del Congo, seguita da Burundi, Eritrea, Ciad), non si deve dimenticare che nell'elenco compaiono Paesi come India, Pakistan, Haiti, Corea del Nord, o le repubbliche

genze dei produttori e dei consumatori, negli ultimi vent'anni si sono affacciati nuovi soggetti, come i fondi pensione, che non hanno nessun interesse alla produzione o alla commercializzazione dei cereali o alla carne, ma seguono l'unica finalità di ottenere il maggior rendimento possibile. Così è accaduto che nel periodo 2006-2011 i flussi di denaro nel mercato delle materie prime agricole sono raddoppiati ed è contemporaneamente cambiato il tipo di investimenti: se nel 2006 solo il 12% del mercato era in mano alla speculazione finanziaria sui *futures* delle materie prime agricole, cinque anni dopo questa percentuale era salita al 69%.

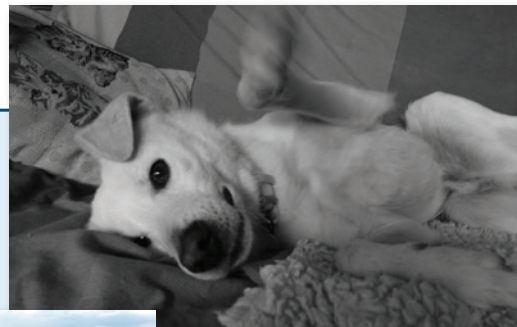
In questo quadro va collocata, ricordano i sostenitori della campagna *Sulla fame non si specula*, la crisi della primavera 2008, che vide in poche settimane schizzare verso l'alto il prezzo dei tre principali cereali del mondo (riso, frumento, mais) a causa di una massiccia speculazione in atto proprio sui *futures*, colpendo in poche settimane gli



Brando è un cagnolino di taglia medio piccola, per 13 chili di allegria. Ha tre anni. È solare, energico, curioso, socievole con persone e altri cani. È stato a lungo legato, recluso, maltrattato, costretto in spazi e ritmi inadeguati. È stato abbandonato da chi lo aveva adottato con sotterfugi e bugie. Dopo alcuni mesi dedicati al suo recupero fisico e comportamentale, oggi Brando apprezza molto la compagnia degli umani, le coccole, le passeggiate nei boschi, le corse e i giochi insieme, se l'approccio è graduale, calmo,

Brando ti aspetta

attento. Non ha un rapporto amichevole con i gatti. È sano, regolarmente vaccinato, negativo ad erlichia, leishmania, filaria. Si trova in Trentino. Vive presso una pensione, e per quanto sia seguito dai volontari, cerca una famiglia e un'adozione. Si affida in adozione solo in Trentino-Alto Adige, con percorso di conoscenza. Per conoscerlo contattare Il Cercapadrone onlus, delegazione di Trento e Provincia, 349 2302344 (no sms, solo chiamate. Il numero vale solo per questo appello, per nessun altro scopo.) oppure trento@ilcercapadroneonlus.it



- www.ilcercapadroneonlus.it
it - <https://www.facebook.com/IlCercapadroneOnlusTrento>
Se volete aiutare l'associazione ad accudire Brando e a salvarne altri, potete donare su paypal segreteria@ilcercapadroneonlus.it oppure sul conto bancario

Banca Prossima (Gruppo Intesa Sanpaolo) iban: IT64P0335901600100000122508 codice BIC: BCITITMX



strati più poveri delle popolazioni di mezzo mondo che non potevano più comperare nemmeno i generi alimentari di prima sussistenza.

Ciò non significa che il mercato finanziario determini da solo i prezzi delle materie prime agricole. Ma l'ingresso massiccio della speculazione finanziaria ha avuto l'effetto di amplificare enormemente le normali fluttuazioni del mercato, trasformando spesso i momenti di difficoltà in vere e proprie catastrofi alimentari. Non solo. Negli ultimi dieci anni è diventato sempre più chiaro che le impennate dei prezzi (nel gennaio 2008 una tonnellata di riso costava 385 dollari, in maggio 963) hanno la funzione di stabilizzare più in alto il prezzo delle materie prime agricole. Dopo la fiammata, infatti, il prezzo non scende al livello precrisi, ma si ferma inesorabilmente a un livello superiore.

A rendere più complesso il quadro contribuisce il cosiddetto Land Grabbing, l'acquisto da parte di società collocate in un Paese di quote di territorio collocate in altri Stati in vista delle esigenze dovute all'aumento di popolazione a casa propria (emblematico, per fare un esempio, il caso del Giappone). Così accade che già oggi in molti Paesi ci siano aree agricole in mano a soggetti stranieri

(specialmente in America Latina e in Africa, ma anche in Nuova Zelanda e perfino in USA) che le utilizzano per produrre materie agricole destinate all'esportazione o alla produzione di biocarburanti. Il risultato più evidente e immediato è l'impoverimento delle comunità locali e lo sfruttamento del territorio con le monoculture, senza preoccuparsi di eventuali effetti collaterali, ma anche l'immobilizzazione del territorio in vista di un futuro sfruttamento. Il fenomeno sta acquisendo proporzioni tali poter parlare di **"nuovo colonialismo"**: dal 2001 nei Paesi più poveri sono stati venduti o affittati a investitori internazionali 227 milioni di ettari di terreno, un'area vasta come l'Europa Orientale, l'80 per cento dei quali è rimasto sostanzialmente inutilizzato, facendo pensare ad accaparramenti che la Banca Mondiale ha messo sotto osservazione definendoli **Land banking**.

Tutto questo non riguarda solo i grandi investitori o i singoli governi: stanno aumentando gli strumenti finanziari pensati per consentire anche ai piccoli risparmiatori di accedere ai mercati delle materie prime, acquistando titoli di società che investono nel settore con la promessa di rendimenti estremamente alti. In questo modo, magari senza esserne pienamente consapevoli, si finisce per finanziare le speculazioni sui prodotti alimentari e si diventa, inconsapevolmente?, complici delle speculazioni sul cibo a danno di chi da quelle speculazioni viene condannato alla fame.

Che fare? È chiaro che la sfida ha dimensioni globali, e che è necessario creare delle regole internazionali che impediscano le speculazioni che affamano il pianeta. Ma anche nel nostro piccolo è possibile agire.

La campagna Sulla fame non si specula indica cinque ambiti di impegno.

Primo, informarsi in generale sull'andamento del mercato delle materie prime agricole, accedendo alle informazioni che si possono ricevere attraverso la Fa o le Ong che si occupano di malnutrizio-

ne e diritto al cibo, senza dimenticare che i danni per malnutrizione subiti nell'infanzia si ripercuotono su tutta l'esistenza della persona.

Secondo, informarsi sugli investimenti effettuati da fondi pensione o fondi d'investimento che noi stessi sottoscriviamo per scegliere più consapevolmente dove investire il nostro denaro. Non è un'operazione sempre semplice, ma è importante far comprendere a coloro ai quali affidiamo il nostro denaro che non consideriamo tutti gli investimenti ugualmente legittimi.

Terzo, chiedere allo stesso modo trasparenza alle nostre istituzioni, dal governo al comune, affinché cresca anche a livello politico la consapevolezza sulla necessità di controllare gli investimenti di denaro pubblico.

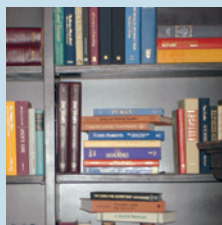
Quarto, sostenere le campagne che attualmente chiedono un impegno internazionale per regolamentare il mercato delle materie prime agricole.

Quinto, ridurre lo spreco. È questo forse il gesto più semplice, se solo si tiene conto che un terzo delle risorse alimentari prodotte ogni anno va perso o viene buttato. Un gesto semplice, di grande valenza educativa, che non può essere affidato unicamente alla società civile ma che abbisogna anche di sostegno politico. A questo livello la sensibilità è molto cresciuta in questi anni (lo stesso Expo ha stimolato riflessioni e progetti a molti livelli contro lo spreco di cibo), ma è necessario agire con maggiore decisione per limitare lo scandalo del cibo gettato mentre una parte dell'umanità continua a soffrire la fame.

Cinque passi semplici, tutti realizzabili da ciascuno di noi. Che potrebbero contribuire a porre fine alla vergogna di un'umanità che spreca cibo o ci specula mentre c'è chi continua a morire di fame.



Info e approfondimenti
www.sullafamenonsispecula.org



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

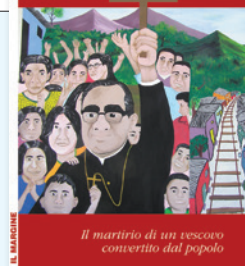


ROMERO, SANTO DEI POVERI

Piergiorgio Cattani (a cura di), ed. Il Margine, Trento 2015

Nel discorso tenuto a Lovanio il 2 febbraio 1980, quando gli fu conferita la laurea 'honoris causa', Oscar Arnulfo Romero così si introdusse: "Vi parlerò sinceramente... come seguace di quel Gesù che visse, lavorò, lottò e morì in mezzo alla città, alla 'polis'... Vi parlerò della dimensione politica della fede". Era il programma di vita di Romero. Fino al 24 marzo 1980, il giorno del suo assassinio da parte di un sicario della destra e dei latifondisti di San Salvador: stava celebrando la messa e, come ogni domenica, denunciava sequestri e omicidi, puntando il dito contro i potenti e i militari al potere. Un contadino di quelle terre bene sin-

tetizzò: "Monsignor Romero disse la verità. Difese noi poveri. E per questo lo uccisero". E il Primate della Chiesa anglicana, Rowen Williams: "Una buona notizia per i poveri è una buona notizia per tutti e una promessa di giustizia per tutti". In questo volume, curato da Piergiorgio Cattani, sono raccolte riflessioni di teologi, filosofi, giornalisti italiani e latinoamericani. Ne esce un tracciato a più voci della vita e delle attività del 'san Romero d'America'; nel contempo, una testimonianza della fedeltà che l'Associazione Oscar Romero e la rivista Il Margine hanno dedicata alla figura del Vescovo di San Salvador.



MAMMA E PAPÀ SI SEPARANO

di Claus Koch e Christoph Strecker, ed. Erickson, Trento 2014

Anche se si tratta di un evento sempre più frequente, resta doloroso e traumatico per tutta la famiglia. In particolare per i bambini. Per questo è fondamentale che i genitori - in piena e convinta collaborazione - li sostengano e stiano loro vicini fin dall'inizio della ben ponderata decisione, affinché essi possano affrontare la situazione il più possibile positivamente. È un mettersi dalla parte dei figli, in una fase difficile della vita familiare. La saggezza, l'equilibrio, il comune amore per i figli

devono essere presenti come protagonisti e guida. Facile a dire. Gli autori - uno psicologo e psicoterapeuta, un giudice e mediatore familiare - offrono aiuto, ripercorrendo il tragitto: prima della separazione, per come comunicarla ai figli "in un dialogo che trasmetta loro amore e soprattutto sicurezza"; a separazione formalizzata, con le conseguenze anche giuridiche, "dando ai bambini la fiducia nel fatto che mamma e papà si prenderanno cura di loro"; ai fattori protettivi "in modo che i vostri figli diventino adulti felici e soddisfatti". Si suggerisce anche il motto per una coppia che si separa: "Rimaniamo i genitori dei nostri figli e saremo i nonni dei loro figli, che saranno i nostri nipoti".

VAL DI FUMO

di Marco Marando, ed. Bandedechi&Vivaldi, Pontedera 2015

Marco Marando tutto sa di montagna, perché la respira, la assimila, la vive e la sa raccontare. Questo lavoro rappresenta per lui un vero proprio traguardo, dopo tanti anni di appassionanti esplorazioni in terra trentina dove ancora molti angoli restano di un fascino assaporato solo da pochi. Come la Val di Fumo, che Morando comunica con percepibile partecipazione emotiva e nei dettagli anche più tecnici, "sui passi della storia".

Un secolo e mezzo fa l'inglese Douglas William Freshfield definiva la Val di Fumo "una delle poche

valli delle Alpi che risponde al disegno ideale di come dovrebbe essere una valle accuratamente scavata dall'azione erosiva dei ghiacciai". Un secolo e mezzo fa. Nel Parco Adamello Brenta. Eppure ancora oggi Morando incredibilmente può scrivere che "le presenze antropiche non hanno minimamente intaccato l'incantesimo di una vallata che non ha eguali": vocazione pastorizia, espressività unica del paesaggio, silenzi profondi "rotti solo a tratti dal fischio della marmotta e dallo scorrere dell'acqua di fusione dei ghiacciai"; e le tracce amare della guerra, con le trincee, i baraccamenti, le gallerie scavate nel ghiaccio e nella roccia, quali racconti apocalittici di vite stroncate o per sempre segnate da un conflitto assurdo, un lugubre museo a cielo aperto.

SENTIERI DI CONFINE

di Donato Riccadonna e Mauro Zattera, ed. Ass. R. Pinter, Riva 2015

Si parte da lontano, nel tempo e nello spazio, per parlare della capacità di colpire a distanza, tipica dell'uomo "perché solo noi, ormai da 2,5 milioni di anni, riusciamo a combinare precisione con gittata". Ne sono prova i reperti di oggetti e di figurazioni provenienti dall'antichissima Africa centrale, dai freddi del Nord, dall'Australia. I giavellotti, poi i propulsori a leva, l'arco e le frecce, i fucili... per la caccia e, in fine, soprattutto per colpire l'uomo 'nemico'. Infatti, il sottotitolo del volume è "Colpire a distanza, dalla preistoria alla terza guerra mondiale". Coerentemente il

grosso della trattazione è di guerre, e di guerre in Trentino. Con l'invito a meditare lungo venti percorsi distribuiti sul territorio dell'approssimato semicerchio che va da Vies-Cadria-Nozzolo, a Riva del Garda, a Monte Stivo.

È la terza edizione, ampliata rispetto alla prima edizione del 2008 che Mario Rigoni Stern così presentava: "Un buon libro, preciso nella descrizione dei percorsi, sobrio ma chiaro per la storia, essenziale nelle biografie dei personaggi. La materia è condensata in specchi tematici ben suddivisi, prestandosi a fornire una guida ragionata ai luoghi della Grande Guerra dell'Alto Garda e Ledro, ma anche a documentare la ricchezza storica e sociale di questi luoghi".

Quattordici compagnie per l'edizione 2015 del Festival Oriente Occidente provenienti da vari paesi del mondo raccontano la vita e la biodiversità minacciata nel remoto Oceano Indiano, i drammi del Medio Oriente e le conquiste delle primavere arabe, la forza dirompente dei giovani neri sudafricani, il

calendario anche appuntamenti, incontri, laboratori e prove aperte che approfondiscono il tema di questa edizione e offrono una visione sulla danza a 360 gradi.



BIGLIETTI Spettacoli serali in teatro: biglietto intero 20 €, ridotto 15 € per possessori di Carta In Cooperazione, Formula Festival Mart ridotto 10 € fino a 30 anni e studenti universitari e per spettatori

FESTIVAL ORIENTE OCCIDENTE 2015 28 agosto-6 settembre e 18 settembre, a Rovereto e Trento **La bellezza della diversità Corpo in conflitto 2.**

battito della società occidentale che vive in massa al limite dell'abisso. Situazioni estreme da cui scaturisce un processo di elevazione che ci rimanda all'origine del pensiero filosofico occidentale in tema di bellezza e a Platone. Il quale, accostando il bello al bene, scriveva nel *Simpósio*: "La bellezza è cornice inevitabile della divinità ed è motore indispensabile della crescita spirituale dell'anima".

Una ricerca quella sul corpo nella sua diversità che percorre

spettacoli *Post-produzione / A loan, Ovo e Promenade*, 25 € per *Exquises*, spettacolo di danza con degustazioni al Muse.

ABBONAMENTI entro il 21 agosto 2015. **Festival Pass**: 11 spettacoli del Festival, con un posto fisso al costo di 95 € (esclusi gli spettacoli *Exquises* e *Promenade*). **Abbonamento 4 + 1**: 5 spettacoli al costo di 40 € (escluso lo spettacolo *Exquises*).

GLI STAGE DI FESTIVAL ORIENTE OCCIDENTE E CID CENTRO INTERNAZIONALE DELLA DANZA

Corpi Composti con Aïcha M'barek e Hafiz Dhaou Lo stage con i danzatori della compagnia Chatha sviluppa, attraverso un linguaggio di segni, una grammatica gestuale che permette di viaggiare in una fisi-

movimento e di danza emozionale. I partecipanti acquisiscono conoscenza e consapevolezza di sé attraverso il proprio corpo, aumentandone flessibilità, resistenza e agilità. **Mercoledì 2 settembre, ore 18-21. Quota d'iscrizione: 30 euro.**

Vocabolario Coreografico con Marcos Morau Il laboratorio con il coreografo della compagnia spagnola La Veronal propone un approccio al linguaggio del corpo incentrato sullo sviluppo di una tecnica personale che ricostruisce i movimenti come parte di un insieme in cui la teatralità è presente, ma affonda le sue radici in una solida preparazione corporea. **Sabato 5 settembre, ore 10-13. Quota d'iscrizione: 30 euro.**

La prima e l'ultima volta con Dominique Dupuy. Dominique Dupuy (Parigi, 1930) è danzatore, coreografo, pedagogo, studioso e scrittore da più di 70 anni. Durante lo stage si esplorerà *la danza come se fosse la prima volta, oltrepassando le competenze, certamente indispensabili, per "rintracciare" la danza il più direttamente possibile e come se fosse l'ultima occasione di incontrarla.*

Lo stage è rivolto a tutti, principianti e professionisti, per sperimentare e riscoprire la propria 'emotività' (emozionemotività), attraverso azioni profonde, raffinate. **Sabato 5 e domenica 6 settembre, ore 9.30-13.30 e 14.30-16.30. Quota d'iscrizione di 130 euro.**

CID START-UP

Dopo il successo delle prime due edizioni è prevista anche quest'anno per **sabato 26 settembre 2015 Cid Start-Up una giornata di prove aperte dalle 14 alle 21** che si terrà presso il CID in Corso Rosmini 58 a Rovereto. Sarà possibile per chiunque lo desideri prendere parte gratuitamente alle lezioni di prova dei laboratori che si terranno a partire dall'autunno presso il CID.

Per informazioni www.orienteoecidente.it e festival@orienteoecidente.it.

PHOTO BY ROTEM MIZRAHI



PHOTO BY GRAPPE



PHOTO BY GIL SHANI



Alcune immagini dei protagonisti di Oriente Occidente 2015

tutti gli spettacoli del Festival attraversando il globo con Marcos Morau, Ginette Laurin, Inbal Pinto & Avshalom Pollak, Aïcha M'Barek e Hafiz Dhaou, Cafelulé, Maguy Marin, Arkadi Zaidés, Robyn Orlin, Paco Décina, Andrea Gallo Rosso, Irene Russolillo, Marco Auggiero e Annabele Bonnerly.

Il Festival sarà a Rovereto (Teatro Zandonai, Auditorium e Mart), e a Trento (Teatro Sociale e Muse). Non solo danza: in

cità del tutto particolare in un continuo scambio tra la sfera intima e quella emozionale. **Domenica 30 agosto, ore 10-13 e 14-16. Quota d'iscrizione: 50 euro.**

Il Linguaggio dei corpi con Rebecca Hytting e Dough Letheren Il workshop è condotto dai danzatori della compagnia israeliana L-E-V ed è volto ad approfondire il loro particolare linguaggio di

In Primiero, a Mezzano, si rinnova ogni estate l'appuntamento con un prestigioso festival di musica di livello internazionale, senza eguali in Trentino, legato ad un fitto programma di manifestazioni e spettacoli: Mezzano Romantica.

Lo scenario è appunto quello di Mezzano, ai piedi delle Pale di San Martino, quello di uno dei Borghi più Belli d'Italia, che si caratterizza per i suoi vecchi, tradizionali edifici in pietra e legno, rurali e residenziali, le stradine e le piazzette, le antiche fontane, i rivi e le condotte d'acqua, le stalle e i fienili, gli affreschi sui muri delle case, e, vicino a queste, artistiche cataste di legna (Cataste & Canzei), e circa 400 orti e giardini.

Il programma del festival musicale, dal 7 luglio e fino al 10 agosto, è quello che vedrà ospite nuovamente, dopo lo straordinario successo del 2014, la prestigiosa **Music Academy International di New York**.

Ma la musica, le feste folk e gli spettacoli continueranno poi fino al 29 agosto, e ogni giorno, in ogni momento, visitando Mezzano sarà possibile ammirare la collezione di cataste di legna artistiche Cataste&Canzei appena restaurate, e lungo il percorso dei "Segni sparsi del rurale" andare alla scoperta degli orti, ricchi di ortaggi, fiori e aromi. (c.g.)

Orto: forma d'arte tra cibo e paesaggio

A Mezzano gli orti sono una vera e propria testimonianza storica e nel contempo opera d'arte.

La cultura dell'orto radicata da tempo immemore nella tradizione montanara è il segno tangibile che l'autoproduzione permette un primo sostentamento per la famiglia. Nei tempi più antichi avere l'orto voleva dire riuscire a procurarsi la verdura necessaria per poter preparare i piatti, seppur poveri, della cucina contadina.

Oggi, oltre ad essere ancora fonte di sostegno alimentare, sono anche motivo di orgoglio e concorrono ad armonizzare l'abitato con il paesaggio naturale circostante.

L'arte dell'orto diventa un vero e proprio mani-



Fino al 29 agosto

Mezzano Romantica L'arte nell'orto

Grande musica, feste, artistiche cataste di legna e ovunque orti-giardini, colmi di ortaggi e fiori



festo dell'amore per il proprio territorio e mostra quanto sia piacevole anche per l'estetica questo tipo di spazio. L'orto è un'opera d'arte in continuo mutamento perché segue il ritmo sancito dalla natura, quello stagionale, e si rinnova quasi ogni giorno: l'orto poi può essere visto come strumento quasi didattico per le nuove generazioni e per turisti che in città non possono godere di questa bellezza. Anche solo ammirandoli si possono riscoprire ortaggi e fiori mai visti, oppure vedere come crescono e scovare erbe officinali e aro-

matiche di cui sta a poco a poco scomparendo l'uso.

L'orto è, ancora, un vero e proprio laboratorio antropologico che mette in evidenza sia la cultura materiale sia quella immateriale di un territorio; ricorda il sapere locale che lo ha prodotto e in ogni valle è fotografia delle ricette tipiche della zona. L'orto diviene allora quel famoso *hortus conclusus* del chiostro di sapore medievale che si rivela anche giardino e che voleva e vuole ancora adesso essere specchio di quel famoso paradiso perduto, il nostro arboreto originario, dove siamo stati posti dopo la creazione. Guardare un orto, quindi, passeggiarci all'interno, se siamo fortunati, guidati dalla voce sapiente di chi lo cura e magari privilegiati assaggiatori delle sue primizie, ci riporta ad uno stadio ancestrale quando eravamo un tutt'uno con la natura e sapevamo trarre conoscenza e sapere dalla madre terra. (Marta Villa, antropologa culturale)

Per informazioni:

Comune di Mezzano,
tel. 0439.67019
info@mezzanoromatica.it e
www.mezzanoromatica.it



Villino Campi di Riva del Garda

Ambiente castagno

Dal 10 luglio al 27 novembre 2015

La sostenibilità del castagno è il tema esplorato dalla nuova mostra itinerante dell'Agenzia provinciale per la protezione dell'ambiente: una coltura tradizionale presente in pochissime aree del Trentino, caratterizzate da una particolare tipologia di suolo. **La coltura del castagno, proprio per la sua condizione di fragilità, merita di essere meglio conosciuta, tutelata e**

incoraggiata. La mostra allestita può contare su pannelli illustrativi e su moderni exhibit interattivi che assicurano un approccio ludico e sensoriale che riesce ad illustrare il mondo del castagno nei suoi vari aspetti, a partire dal suolo, dal paesaggio e dalla sua biodiversità, e al contempo ad evidenziare problematiche e criticità che da qualche anno minacciano fortemente la produzione di castagne e marroni tipici. **"Ambiente castagno" propone anche aspetti scientifici, tra cui un approfondimento sul tema del sequestro di carbonio e sul ruolo positivo che i castagneti possono svolgere per**



mitigare gli effetti dei cambiamenti climatici. La mostra presenta anche una accessibile descrizione degli utilizzi del castagno a fini terapeutici e nutrizionali, oggetti ed opere a tema, ed un riccio speciale che contiene un "angolo morbido" per i più piccini.



L'Orchestra dei burattini, 27 luglio-10 agosto

Il dolce vento dei burattini è tornato

Burattini, marionette, pupazzi, clown e acrobati sono pronti ad invadere le piazze, i sobborghi e i rioni di Arco, Riva del Garda e Nago Torbole

Torna la "carovana" degli spettacoli che fanno scoprire e valorizzare i luoghi più caratteristici di questa zona del Trentino, coniugando il valore di un'arte come quella del teatro dei burattini e di strada in genere, con quello culturale e sociale dei luoghi stessi: le piazze, i cortili delle scuole, i parchi, sono scenari ideali dove trascorre ore magiche. Il programma degli spettacoli (tutti a ingresso gratuito) di questa 18ª edizione de "L'Orchestra dei burattini" inizia il 27 luglio con una fantastica animazione in centro storico ad Arco con artisti di strada (dalle 18), per poi concludere la serata nel piazzale Segantini con uno spettacolo clownesco del teatro Schabernack. Si prosegue poi nei vari rioni con i tipici teatrini di burattini, dove si esibiscono anche burattinai locali, come Luciano Gottardi. Ampio spazio anche alle marionette con la compagnia ita-

lo/cilena Teatrino ambulante 1+1=3 che si esibirà, per la gioia dei bagnanti, anche sul lungolago di Riva del Garda.

Poi i burattini della tradizione romagnola, quelli di Vladimiro Strinati, con una commedia dove gli eroi per eccellenza, Fagiolino e Sganapino, avranno a che fare con una zanzara, ma che zanzara!

LO STAGE L'artista ospite della rassegna curerà anche uno stage sulla narrazione con figure, dedicato ad operatori sociali, artisti, ma anche genitori che vogliono trovare nuove forme di comunicazione coi loro figli. Lo stage, che si terrà a Nago il 7 e l'8 agosto, è una vera e propria full immersion nel modo del teatro di narrazione coadiuvato da burattini e pupazzi di ogni genere (iscrizione: Associazione Teatrale Iride, tel 3292119161). Non mancheranno momenti di spettacolo tratti dal vasto repertorio del narratore/burattinaio che trasmetterà ai partecipanti tutto ciò che può essere utile per "imparare l'arte" senza però "metterla da parte"

I LABORATORI Tantissimi laboratori (partecipazione gratuita) verranno proposti anche ai bambini,

a Varone, Prabi, Nago e S. Alessandro, dove i piccoli potranno acquisire tante diverse tecniche di costruzione di burattini, pupazzi e figure in genere...

GRAN FINALE il 10 agosto a Riva del Garda, alla Rocca, con la compagnia "Teatro all'osso" che

tra gag, oggetti in movimento, immagini proiettate condurranno il pubblico nel mondo letterario di Jules Verne "Il giro del mondo in 80 giorni". La rassegna "L'Orchestra dei burattini" è curata da Altogarda Cultura di Arco in collaborazione con l'Associazione teatrale Iride e gli assessorati alla cultura dei comuni di Arco, Riva del Garda e Nago Torbole e con le varie associazioni locali.

LA RACCOLTA FONDI Nel corso di tutta la manifestazione, patrocinata da Unima (ass.ne internazionale delle marionette) si raccoglieranno fondi per progetti di solidarietà

dell'Officina del sorriso e di Unicef. Perché divertimento, cultura e solidarietà possono convivere benissimo e anzi si rinforzano l'uno con l'altro per dare sempre più importanza all'infanzia e ai suoi strumenti di crescita.

Info

Altogarda Cultura
Servizio Attività Culturali Intercomunale
di Arco e Riva del Garda
Sede di Arco 0464.583619
Ass.ne Teatrale Iride 329.2119161



Cooperativa Promo Project Vanoi Primiero Mis Andare al cinema fa bene Il "Cinema Primiero" di Transacqua

Insegna, aiuta a riflettere, suscita emozioni, rilassa: un buon film, soprattutto al cinema, è sempre una bella esperienza, arricchente. A Fiera di Primiero anche un po' di più. Qui infatti a gestire il cinema è la Cooperativa Sociale "Promo Project Vanoi Primiero Mis" che, nata nel 2007, ha come scopo principale l'inserimento lavorativo di persone svantaggiate per agevolare il loro ingresso nel mondo del lavoro. Per farlo la Cooperativa

gestisce attività produttive e di servizi, offerti sia al mercato privato che pubblico, e tra questi c'è anche la gestione del "Cinema Primiero" a Transacqua.

Dal 2013 infatti Promo Project ha avviato un processo di cambiamento e sviluppo per migliorare la propria capacità di rispondere ai bisogni che provengono dalla comunità, con l'obiettivo di contribuire a promuovere e valorizzare il territorio. Per questo motivo, oltre all'attività del piccolo laboratorio di grafica degli inizi, ha scelto di operare aprendosi verso l'esterno ed ha così ottenuto l'affidamento in gestione del Bar

Cooperativa Sociale
PROMO@PROJECT
Vanoi-Primiero-Mis

Sport del Comune di Fiera di Primiero e dell'Auditorium Intercomunale, e quindi del Cinema Primiero a Transacqua.

Servizi che rappresentano per i ragazzi un'occasione di lavoro vissuta tra la

gente, un'esperienza propedeutica all'assunzione in un'impresa del settore turistico. La Cooperativa lavora in rete con altre realtà come il Centro di Formazione

Professionale Enaip, l'associazione Piccolo Principe, struttura residenziale che accoglie soggetti con difficoltà, il Servizio Sociale e il Centro per l'impiego.



Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione tariffa ridotta su biglietti d'ingresso ai singoli spettacoli e abbonamenti. *Convenzione valida per due persone*

ENGLISH SUMMER CAMP MONTE BALDO

L'inglese? è divertente (e vicino)

Dal 30 agosto al 6 settembre a San Valentino di Brentonico la settimana di inglese, sport, natura e divertimento.

Con insegnanti madrelingua

Si rinnova anche quest'anno l'appuntamento con il corso d'inglese, con insegnanti madrelingua, a San Valentino di Brentonico. L'Hotel Bucaneve (3 stelle) organizza infatti ogni anno per i bambini delle elementari e per i ragazzi delle medie e della prima superiore, la settimana per studiare l'inglese divertendosi, da domenica 30 agosto a domenica 6 settembre.

Il corso è organizzato da Ben Appleby e Antonella Previdi: entrambi hanno una lunga esperienza nell'insegnamento dell'inglese a ragazze e ragazzi delle elementari e medie, che vengono seguiti du-



rante tutta la giornata: la mattina è dedicata alla didattica (in piccoli gruppi, a seconda del livello d'inglese) con insegnanti madrelingua; nel pomeriggio e di sera si organizzano attività sportive (piscina, calcio, tennis, basket, pallavolo, tiro con l'arco e arrampicata sportiva), musicali e teatrali, condotte dagli insegnanti sempre in lingua inglese.

se. Nel corso della settimana viene fatta anche un'escursione nel Parco Naturale del Monte Baldo, con una guida naturalistica.



Per i figli dei soci possessori di Carta In

Cooperazione è previsto uno sconto del 10% sulla quota individuale settimanale (436 € anziché 485 €). La quota comprende: pensione completa, attività sportive e didattiche, utilizzo materiali didattici e assistenza durante il Camp.

Informazioni e prenotazioni

Hotel Bucaneve
tel. 0464-391557
www.hotel-bucaneve.com
info@hotel-bucaneve.com



ESTATE: PIEDI IN FORMA

Questo mese vi proponiamo esercizi specifici per il benessere dei piedi, da eseguire sempre all'aperto, approfittando delle belle giornate estive.

I benefici che risconterete praticando quotidianamente questa ginnastica sono molteplici: da una circolazione sanguigna migliore, agli arti inferiori più rilassati, meno gonfi e distesi.

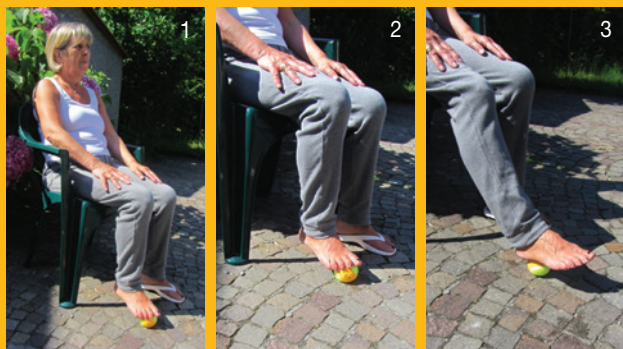
Per effettuare il programma di allenamento vi chiediamo di munirvi di una pallina (da tennis o di gommapiuma) e di svolgere gli esercizi a piedi nudi.

Vi raccomandiamo inoltre di fare attenzione al sole, agli sbalzi di temperatura e all'abbigliamento (in primavera/estate è bene spogliarsi, ma con intelligenza), e vi ricordiamo di bere (prima, durante e dopo!).

Posizione di partenza (vale per tutti gli esercizi proposti): schiena dritta, mani sulle gambe, piedi ben appoggiati al pavimento (foto 1).



Esercizio 1 Mettere una pallina morbida sotto la pianta del piede destro ed effettuare uno scivolamento dell'arto inferiore in avanti e poi indietro (foto 2, 3 e 4). Ripetere la sequenza utilizzando l'arto inferiore sinistro. Il movimento è lento e controllato, la respirazione è naturale. Eseguire 2 serie da 5 ripetizioni con l'arto destro e 2 serie da 5 ripetizioni con l'arto sinistro (1 ripetizione = avanti e indietro).



Esercizio 2 Mettere una pallina morbida sotto la pianta del piede destro ed effettuare una circonduzione del piede in senso orario e poi in senso antiorario (foto 5 e 6). Ripetere la sequenza posizionando la pallina sotto il piede sinistro. Il movimento è lento e controllato, la respirazione è naturale. Eseguire 2 serie da 5 ripetizioni per senso e per arto.



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

Sopravvivere a un ictus ischemico, arginandone le complicanze, è una questione di minuti, anzi, di 15 minuti. Se le linee guida internazionali fissano a 4 ore e mezza il limite massimo entro cui somministrare i farmaci fibrinolitici dalla comparsa dei primi sintomi, un ampio studio statunitense pubblicato su *Jama* sottolinea l'efficacia di

I tre sintomi dell'ictus, ecco come riconoscerli

Solo un trattamento tempestivo garantisce di sopravvivere a un ictus ischemico, arginandone le complicanze. Per abbreviare i tempi, due le strategie: riconoscere i primi segnali di ictus e chiamare il 118

interventi più tempestivi. Mortalità, rischio di emorragie intracraniche e disabilità permanenti nel paziente colpito **diminuiscono significativamente ogni 15 minuti** giocati in anticipo sull'ictus.

Secondo l'indagine americana solo il 9 per cento dei pazienti riceve un trattamento tempestivo, per il 77 per cento, invece, le terapie d'urgenza iniziano entro i primi 90-180 minuti. Per abbreviare i tempi, due le strategie: **riconoscere i primi segnali** di ictus e chiamare il 118.

Sulla sicurezza dell'acrilammide – una sostanza tossica che si forma durante i processi di cottura ad alte temperature – l'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (Efsa) è tornata a esprimersi alcune settimane fa, confermando il rischio cancerogeno per l'uomo: una posizione analoga a quella dell'Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro (Iarc), che definisce il composto un «probabile cancerogeno per l'uomo». Il parere ha riportato l'attenzione su questo problema di salute pubblica, sollevato per la prima volta da un gruppo di ricercatori svedesi nel 2002. Prima di quella data, i rischi erano stati valutati soltanto in ambito professionale. Dall'inizio del secolo, invece, si sa che l'acrilammide – di cui sono stati provati gli effetti tossici sul sistema nervoso centrale e l'apparato riproduttivo in diversi studi condotti su animali – può essere prodotta anche in cucina.

QUELLA SFUMATURA MARRONE SCURO

Il problema si pone a causa della reazione (di Maillard) che avviene tra un amminoacido, l'asparagina, e i monosaccaridi, quando si cuoce a elevate temperature (oltre 120 gradi) come in frittiture e grigliate. **Tra le fonti alimentari più esposte ci sono soprattutto le patate fritte, ma anche il caffè e i farinacei:** pane, toast, cracker, biscotti, cereali per la prima colazione. Rilevante è anche il tempo: più lunga è la cottura, maggiore è la quantità di acrilammide che si forma: **quando il cibo acquista una sfumatura marrone scuro** (reazione di Maillard), aumenta la quantità di acrilammide (il colore della frittura è quindi un parametro per valutare la salubrità).

Su indicazione della Commissione Europea, l'Efsa è tornata a esprimersi dopo aver valutato i risultati analitici di oltre 43mila campioni di alimenti raccolti e analizzati in 24 Paesi europei tra il 2010 e il 2014. Dall'indagine è emerso che i più esposti alla contaminazione chimica da acrilammide sono i succedanei del caffè (es: bevanda solubile), il caffè in polvere e le patatine fritte. Più bassi, invece, i valori riscontrati nei cereali per la prima colazione, nel pane morbido e negli alimenti per bambini.

Adottata in tutto il mondo, la Cincinnati Prehospital Stroke Scale insegna a capire se un amico o familiare è colpito da ictus. In tre passaggi: **chiedere di ripetere una frase**, per capire se sono presenti alterazioni nel linguaggio, **chiedere di sorridere**, per individuare paresi facciali (bocca storta, asimmetrie nel volto) e **chiedere di stendere le braccia per 10 secondi** tenendo gli occhi chiusi, per esaminare la funzionalità degli arti (se un braccio cade o si muove diversamente dall'altro). «In presenza di questi segnali occorre chiamare il 118 per l'applicazione del codice ictus - spiega Elio Clemente Agostoni, direttore della Neurologia e Stroke Unit dell'Ospedale Niguarda -.

Nella maggior parte dei casi ci si reca in ospedale con mezzi propri, penalizzando gravemente la presa in carico del paziente.

L'applicazione di un **percorso preferenziale** e dedicato all'ictus consente di accelerare i tempi di intervento, l'ambulanza deve portare il paziente non nel centro più vicino ma in **Stroke Unit idonee**. Il 15-20 per cento dei casi non risponde

ai fibrinolitici, è necessario intervenire con trombolisi intravenosa meccanica, una procedura più complessa e rischiosa».

L'associazione per la lotta all'ictus cerebrale (A.L.I.Ce Italia Onlus) consiglia inoltre di cercare



immediatamente soccorsi se ci si trova in una di queste condizioni improvvise: **insensibilità** o formicolii al volto, a un braccio o a una gamba; **mal di testa** forte e inspiegato, **perdita della vista** da un occhio; perdita dell'equilibrio o vertigini; **incapacità di parlare** o di capire cosa viene detto. La tempestività è fondamentale.

Dei 200mila ictus stimati ogni anno in Italia, la

maggior parte si verifica tra i 65-70 anni e per ogni decade di età aumenta di 10 volte la possibilità di esserne colpiti. Se l'invecchiamento è un fattore di rischio non modificabile, è però possibile prevenire l'ictus **tutelando la salute cardiovascolare**.

L'American Heart Association ha stilato una lista dei **sette fattori di rischio** (Life's Simple 7): **ipertensione, colesterolo, iperglicemia, obesità, fumo di sigaretta, inattività fisica, dieta non equilibrata**.

Secondo un'indagine condotta su 22mila volontari, pubblicata dalla rivista *Stroke* lo scorso gennaio, il miglioramento di questi parametri, anche lieve, abbassa il rischio di avere un ictus entro i prossimi 5 anni.

Fonte: Fondazione Veronesi (www.consumatori.e-coop.it)

Acrilammide: l'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare conferma il rischio cancerogeno. I consigli da seguire



A preoccupare, però, è soprattutto la contaminazione diffusa riscontrata nelle patate, consumate con frequenza tra i bambini (a differenza del caffè), più esposti ai danni dell'acrilammide in ragione del peso inferiore.

I dati provenienti dagli studi condotti sull'uomo sono ancora insufficienti per esprimersi circa una correlazione diretta tra la sua assunzione e l'insorgenza di alcuni tumori, ma «vista la positività a diversi test di cancerogenicità e genotossicità, da parte del metabolita glicidamide, abbiamo deciso di non individuare una dose giornaliera tollerabile di acrilammide», affermano gli esperti dell'Efsa; nessuno se la sente

di indicare un valore di consumo "sicuro", al di sotto del quale si possono escludere conseguenze per la salute.

LE INDICAZIONI DA SEGUIRE

Intanto però si possono seguire alcune indicazioni; a rammentarle è Alberto Ritieni, docente di chimica degli alimenti all'Università Federico II di Napoli: «Le patate vanno conservate al buio ma mai a basse temperature, perché il freddo le rende più dolci: dunque più ricche di zuccheri liberi in grado di reagire con l'asparagina. **Da escludere, di conseguenza, è la collocazione in frigorifero. Da evitare anche la germinazione, che riattiva nella patata il metabolismo e la arricchisce di nutrienti, zuccheri liberi e amminoacidi. Se non si può fare a meno di friggere le patate, meglio usare l'olio di arachidi o di oliva, immergendo gli ingredienti per un tempo rapido: non oltre il momento in cui il tubero appare dorato. Le patate vanno fritte dopo averle tenute in acqua e sale per almeno 20 minuti: il sale favorisce la disidratazione del tubero, che con l'acqua perde pure gli zuccheri semplici. L'amido, invece, non si solubilizza: così il potere nutritivo rimane invariato».**

Dal 2008 sono anche stati sviluppati come riferisce uno studio pubblicato su *Plant Biotechnology Journal*, dei **tuberi a ridotto contenuto di asparagina e zuccheri semplici** (fruttosio e gluco-

sio), gli ingredienti che danno il via alla reazione di Maillard. La produzione è stata possibile dopo aver silenziato il gene asparagina-sintetasi. Un passaggio che, come riportato quattro anni dopo sulla stessa rivista, non ha compromesso i raccolti né la qualità dei tuberiferi; ad oggi, questi prodotti non sarebbero ancora disponibili nei supermercati italiani, ma le aziende non hanno l'obbligo di indicare l'utilizzo di varianti di patate a ridotto contenuto di zuccheri o asparagina. Gli esperti Efsa suggeriscono alle imprese che lavorano e commercializzano tuberiferi «di migliorare la comunicazione dei dati sulla presenza di acrilammide e sulla modalità di cottura per ridurre la sintesi». Necessari sono anche studi che valutino in maniera diretta l'esposizione attraverso la dieta, i livelli di concentrazione del composto nelle urine, la correlazione epidemiologica tra l'assunzione di acrilammide a tavola e il rischio di sviluppare diversi tumori, a carico di endometrio, ovaio e reni. (Fabio Di Todaro, *Il Fatto Alimentare*)



I FORMAGGI D'ALPEGGIO Prati e fiori di montagna racchiusi in un formaggio

Fra i tanti stimoli con i quali il consumatore quotidianamente si confronta, uno sicuramente molto gradevole nasce dall'accostarsi a prodotti naturali, genuini e di alta qualità. È a questo proposito che vogliamo parlare dei formaggi d'alpeggio, quei formaggi cioè che vengono prodotti nelle malghe durante il periodo dell'alpeggio estivo delle mucche in montagna. Questi formaggi si distinguono per quei profumi e quei sapori, unici, che il latte ha acquisito dai pascoli incontaminati di montagna, ricchi di biodiversità, e che sono alla base dell'alimentazione degli animali durante l'alpeggio. A caratterizzare ulteriormente questi formaggi, oltre all'alimentazione delle mucche, è poi la tecnica di lavorazione, che nel rispetto della tradizione è mantenuta semplice, ma che per questo richiede grande accuratezza e competenza.

SAPORI DI MALGA

Un tempo, fino agli inizi dell'800, in Trentino il "formaggio" era quello di malga e solo all'inizio del ventesimo secolo è iniziata la produzio-

ne del formaggio e del burro nei caseifici di fondovalle, prima privati e/o turnari e poi cooperativi. Oggi le malghe attive nelle quali si produce latte vaccino sono 150 su un totale di 350 utilizzate. Circa 100 di queste trasforma il latte sul posto (mentre quello prodotto nelle altre 50 viene lavorato nei caseifici cooperativi di fondovalle): una produzione casearia limitata (che rappresenta l'1,5% del latte prodotto nella provincia di Trento), ma molto richiesta per le sue peculiari caratteristiche qualitative.

I formaggi prodotti con latte di malga hanno infatti un gusto e un aroma inimitabili che derivano dal latte (solo latte crudo senza aggiunta di additivi) di mucche tenute al pascolo in ambiente ideale e alimentate con foraggi ricchi di essenze foraggere pregiate caratteristiche dei pascoli trentini. Il Gruppo



Vezena Trentino Malga, il Formae Val di Fiemme Malga, il Primiero Fresco Malga, il Vezena Lavarone Malga, il Formae Val di Fassa Malga.

I Caseifici, o le malghe, che producono questi formaggi sono solitamente piccole cooperative che utilizzano le tecniche più avanzate, ma con grande rispetto

per la natura e per tutto ciò che la tradizione nell'allevamento e nella produzione di formaggi ha lasciato, a cominciare dall'alimentazione delle vacche da latte, basata solo sul fieno, con la solo aggiunta, ove necessario, di mangime privo di ogm.

Le malghe che producono formaggio rappresentano una tradizione locale fortemente radicata, ma oggi sono anche un presidio di tutela della biodiversità del paesaggio montano

– ricco di boschi e pascoli – e dei prodotti alimentari, contribuendo così alla sostenibilità dello sviluppo delle aree di montagna.

L'ESEMPIO VEZZENA

Un esempio noto di questa complessità di funzioni arriva dal Caseificio degli Altipiani e del Vezena e dal suo Vezena di Lavarone Saporì di Malga, un formaggio che unisce l'antica arte casearia consolidata e la passione contadina. **Slow Food** ha istituito un **presidio** per il Vezena di Malga: le caratteristiche microbiologiche e organolettiche del Vezena vengono infatti maggiormente esaltate dalla qualità e unicità dei fiori e dell'erba dell'altipiano del Vezena; la razione alimentare si completa con l'aggiunta di mangime senza ogm, acquistato da aziende certificate e iscritte in appositi elenchi.

Formaggi del Trentino ne sceglie le forme più idonee alla vendita e le contraddistingue dalla produzione tradizionale apponendo la scritta "Sapori di Malga" e numerandole singolarmente, a dimostrazione del prodotto d'alpeggio d'eccellenza.

Nascono così i formaggi di malga che potrete trovare nei supermercati della Cooperazione Trentina: il Puzzone di Moena Dop Malga (che è anche Presidio Slow Food), il

TRENTINO

IL VERO VEZZENA L'UNICO L'ORIGINALE VEZZENA DI LAVARONE

Presidio Slow Food

Il **VEZZENA** da sempre è considerato il più **tipico** e tradizionale formaggio di sicura origine trentina che vanta, ancora dai tempi dell'impero Austriaco, una **consolidata notorietà**

STAGIONATURA DA **1 A 3 ANNI**
PRODOTTO CON **LATTE CRUDO**,
SENZA **INSILATINO OGM**, STALLE
OLTRE I **1.000 METRI**
IL PRODOTTO STRAVECCHIO
MANTIENE LE **QUALITÀ**
ORGANOLETTICHE ANCHE DOPO
4/5 ANNI

L'associazione **Slow food** ha valorizzato e continua a valorizzare questo prodotto di alpeggio.



LATTE CRUDO DI MONTAGNA

NO OGM ALTISSIMA QUALITÀ

I formaggi con la montagna nel cuore



I formaggi da latte di malga rappresentano un sapore inconfondibile, perché derivano dal latte di bovine non stressate, tenute al pascolo all'aria aperta, in un ambiente salubre, alimentate con l'erba dei pascoli alpini ricchi delle pregiate essenze foraggiere di alta montagna.

Le forme selezionate vengono numerate e contraddistinte dalla scritta **SAPORI DI MALGA**, a garanzia di un vero prodotto da latte d'alpeggio.

TRENTINO

Sapori di Malga



PUZZONE di MOENA
DOP

Formae
Val di Fiemme
il formaggio dei mondiali

Formaggio
Primiero
Fresco

GRUPPO
FORMAGGI del TRENTINO
Gustatevi il nostro mondo

Cominciamo dalla dispensa. I prodotti non deperibili a breve termine, (pasta, riso, farina, legumi secchi, ecc.) possono essere conservati, racchiusi in confezioni o contenitori, a temperatura ambiente in dispensa o nei ripiani chiusi della cucina, e hanno una notevole stabilità, se vengono mantenute le idonee



Dispensa, frigo e date di scadenza

Conservare bene gli alimenti

La corretta conservazione dei cibi, sia nella dispensa che nel frigorifero, aiuta a mangiar sano, risparmiare e non sprecare

condizioni di aerazione, pulizia e scarsa umidità. In ogni caso il loro basso contenuto di acqua fa sì che la moltiplicazione dei batteri sia ostacolata. Per questo motivo è opportuno chiudere in maniera appropriata o in apposito recipiente le confezioni di pasta, riso o farina aperte e riposte in dispensa.

Per loro natura gli oli non presentano problemi microbiologici; tuttavia, se messi a contatto

con l'ossigeno, tendono a irrancidire. È bene quindi conservarli in recipienti chiusi, lontani dalla luce e da fonti di calore.

Anche per gli alimenti in scatola è consigliabile usare alcune accortezze: oltre a controllare la data di scadenza e le raccomandazioni per la conservazione, è bene pulire la parte superiore della scatola metallica per evitare, al momento dell'apertura, contaminazioni degli alimenti in essa contenuti; una volta aperta la scatola, nel caso che parte del prodotto non fosse consumato, è bene trasferirlo in un contenitore per alimenti, per evitare il contatto con metallo e aria, e riporlo in frigorifero.

Se all'apertura della confezione (barattolo, scatola) il prodotto presenta muffe, fuoriuscita di gas, bollicine, odore o consistenza non proprie dell'alimento, va scartato senza consumarlo e senza assaggiarlo.

Da non consumare anche le confezioni chiuse con capsule di sicurezza (con tappo a vite o linguetta da tirare), che premendo al centro non devono fare clikclak, segno che non c'è più il sotto vuoto.

Per tutti gli alimenti conservati a livello domestico, non solo in dispensa, vale la regola generale di riporre quelli acquistati più di recente dietro a quelli già presenti.

CONSERVAZIONE IN FRIGO

Per la conservazione di molti alimenti, il frigo è il luogo più adatto, purché sia mantenuto pulito, sia periodicamente sbrinato, con temperatura intorno a 4/5° C e funzioni in modo corretto.

Gli alimenti è bene siano racchiusi in contenitori o confezioni separate. Il frigo non deve essere riempito troppo, onde consentire la giusta circolazione dell'aria e del freddo e, per lo stesso motivo, i cibi non vanno appoggiati alle pareti. Rispettare la durata di conservazione indicata dal fabbricante nel caso delle confezioni integre. Limitare invece a qualche giorno quella dei prodotti sfusi o provenienti da confezioni aperte.

È indispensabile osservare una corretta disposizione dei prodotti per garantire una corretta conservazione: mantenere nell'apposito contenitore in basso (temperatura più alta) frutta e verdura, sia per meglio salvaguardare le caratteristiche organolettiche e nutrizionali di questi prodotti, sia

Occhio alle date di scadenza

Nei mesi scorsi destò scalpore la notizia che la Grecia avesse autorizzato la vendita a prezzi scontati di prodotti alimentari non deperibili, anche dopo il **termine minimo di conservazione** indicato sull'etichetta. Molti, leggendo questa notizia, avevano confuso quel che è il termine minimo di conservazione (Tmc) che non è un limite invalicabile, non è una data di scadenza: i prodotti sono commestibili e sicuri anche dopo la data riportata sull'etichetta, quello che accade è un progressivo peggioramento delle caratteristiche organolettiche e nutrizionali. Sono prodotti quali confetture, oli, sottoli e sottaceti, pasta, riso, conserve di pomodoro, caffè e biscotti. Su questi prodotti che normalmente hanno un tempo

di conservazione che va dai 3 ai 24 mesi, la vita del prodotto viene stabilito dalla singola azienda produttrice, sulla base del proprio processo produttivo. **La data per questi alimenti ha un valore solamente orientativo** e il consumo posticipato di qualche settimana o qualche mese a seconda del prodotto non determina problemi per la salute. Questo vale ovviamente per i prodotti industriali, con alle spalle un processo produttivo standardizzato e controllato.

Maggior attenzione invece alla data di scadenza, presente nei prodotti freschi da conservare in frigo come latte, formaggi freschi, insalata in busta, pasta fresca, che invece va di norma assolutamente rispettata, anche se uno yogurt o le uova possono essere consumati qualche giorno dopo la scadenza, purché sia stata rispettata la catena del freddo.

Esistono poi prodotti che non riportano alcuna indicazione (il sale, lo zucchero, i liquori, l'aceto). Prodotti che hanno come unica avvertenza generale quella di tenerli in luogo fresco, asciutto e al riparo dalla luce.



perché in genere sono gli alimenti meno puliti fra quelli che vengono riposti in frigo. Subito al di sopra del contenitore per frutta e verdura c'è la zona del frigorifero con la temperatura più bassa: qui si possono riporre la carne, il pesce e i formaggi, accuratamente protetti da involucri o contenitori. Nei ripiani più alti è preferibile conservare prodotti come le creme, il latte e la panna. Le uova vanno lasciate nella loro confezione, affinché non entrino in contatto con altri alimenti e si possa sempre leggere la data entro cui è preferibile consumarle. Le mensole all'interno della porta sono i punti più caldi del frigorifero e sono destinati ai prodotti che necessitano solo di una leggera refrigerazione, come le bibite, la senape e il burro. (Consumatori, luglio-agosto 2015)



**Ricette,
bottiglie e libri**

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

Pesce fresco e baccalà
Quando la pasta
incontra il mare

Ricette facili per preparare primi piatti completi: sani, allegri, gustosi e... che sanno di vacanza!

**PACCHERI CON SPADA,
POMODORINI E OLIVE
TAGGIASCHE**

Ingredienti per 4 persone:

350 g di paccheri Fior Fiore Coop, 200 g di pesce spada, 200 g di pomodorini ciliegia, 100 g di olive taggiasche Fior Fiore Coop, 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva, 1 cucchiaino di passata, 1 ciuffo di prezzemolo, 1 spicchio d'aglio, sale e pepe

Pulire il pesce spada e tagliarlo a piccoli pezzi. Tagliare i pomodorini a metà e tritare il prezzemolo. In un tegame fare soffriggere l'aglio fino a quando non sarà dorato. Aggiungere i pomo-

gli tritato, sale e pepe, un filo d'olio, pangrattato e prezzemolo tritato; fate cuocere

L'antipasto
Cozze gratinate

Ingredienti per 4 persone (come secondo piatto):

2 kg di cozze, 3 spicchi d'aglio, 2 limoni, 6 olio d'oliva ev, prezzemolo, sale e pepe

Lavate e pulite con una spazzolina di ferro le cozze sotto acqua fredda corrente, eliminate la barba interna aiutandovi con una pinza, quindi cuocete in pentola coperta a fuoco vivo, in modo da farle aprire; eliminate la metà del guscio vuota delle cozze e mettetele con il guscio rimasto in una teglia; cospargete con l'a-



sotto il grill del forno per 5 minuti, aggiungete il succo dei limoni e terminate la gratinatura; servite le cozze per calde e dorate. (Fiorfiore in Cucina, 7/2014)

dorini e fare andare a fiamma vivace per qualche minuto. Unire il pesce spada, la passata e regolare di sale. Rosolare il pesce spada per una decina di minuti. Insaporire con il prezzemolo, aggiungere le olive e lasciare cuocere per altri 5 minuti.

Nel frattempo mettere a bollire l'acqua, scolare i paccheri al dente, versarli nel tegame con il sugo e mescolare bene. (ricetta dell'Antica Osteria San Bernardino, www.consumatori.e-coop.it/)

**CALAMARATA
CON PESCE SPADA
E PISELLI**

Ingredienti per 4 persone:

350 g di pasta tipo calamarata, 200 g di pesce spada, 400 g di pomodori maturi, 200 g di piselli già lessati, 60 g di ricotta salata 1 spicchio d'aglio, 5 cucchiaini di olio d'oliva ev, peperoncino, qualche foglia di menta, sale

Tagliate a dadini il pesce spada; scottate i pomodori in acqua bollente per 30 secondi, spellate e tritateli grossolanamente; in un padella scaldate l'olio con l'aglio, unite il pesce e, rosolate 2 minuti e aggiungete il pomodoro e i piselli; bagnate con poca acqua e cuocete per 5 minuti a fiamma vivace; spegnete il fuoco, insaporite con la menta spezzettata, il peperoncino e il sale; cuocete la pasta, scola tela la dente, versa tela nel condi-



mento e mescolate accuratamente; servitela spolverizzata di ricotta sala grattugiata e con un filo d'olio. (Fiorfiore in Cucina, 7/2014)

**SPAGHETTI AL RAGÙ
DI BACCALÀ**

Ingredienti per 4 persone:

500 g di spaghetti, 400 g di baccalà, 1 bicchiere di vino bianco, 300 g di pomodorini,



1 spicchio d'aglio, 200 g di passata di pomodoro, 100 g di olive nere, prezzemolo fresco, olio d'oliva ev

Soffriggere il baccalà (ammollato per un paio di giorni in acqua e sciacquato) in una padella l'aglio con un filo d'olio, unire le olive tagliate a rondelle e i pomodorini tagliati a metà, quindi cuocere per 5 minuti. Unire il baccalà tagliato a cubetti piccoli e rosolare per 1 minuto. Sfumare con il vino bianco e lasciare evaporare completamente. Unire la passata di pomodoro, insa-

porire e spegnere il fornello. Cuocere gli spaghetti e toglierli a metà cottura, facendoli finire di cuocere insieme al sugo. Al bisogno unire qualche cucchiaino d'acqua di cottura.

(da: Nuovo consumo, www.consumatori.e-coop.it/)





Genuina come noi.



Mozzarella Brimi.
L'unica con latte cento per cento Alto Adige,
per un sapore tutto da provare.



www.brimi.it



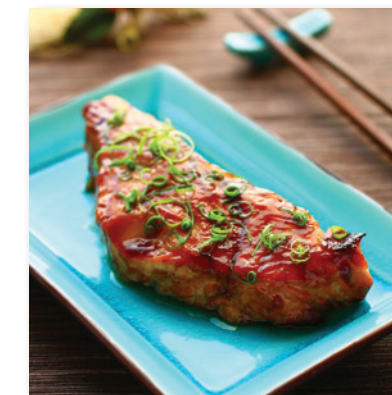
Vi chiedo informazioni sullo zenzero, una pianta tropicale la cui radice è abbastanza sfruttata nelle nostre cucine. Ho sentito dire che viene utilizzato anche a scopo terapeutico per disintossicare l'organismo o curare alcune disfunzioni quali la raucedine, il mal di gola ecc. Non so se tutto ciò corrisponda al vero, in ogni caso faccio affidamento sulle Vostre conoscenze e vi ringrazio di cuore. Francesca G., Lavis (TN).

Lo zenzero, come in genere tutti gli aromi usati in cucina, ha come prerogativa principale quella di favorire la secrezione gastrica e perciò viene consigliato in particolare a chi soffre di problemi digestivi; tuttavia, per quel che riguarda gli utilizzi terapeutici da Lei descritti, ritengo possano rientrare nel numero delle proprietà toniche e ricostituenti di cui dirò in seguito.

Lo zenzero (*Zingiber officinale*), chiamato in inglese *ginger*, è una pianta tropicale della famiglia delle Zingiberacee, originaria dell'India e della Cina e coltivata, oltre che in queste regioni, anche in altre a clima tropicale, sia nel Vecchio che nel nuovo Continente.

Da millenni in Cina si adoperava il suo rizoma essiccato come condimento, oppure candito; i primi documenti che testimoniano il suo uso si trovano, infatti, nella letteratura cinese dell'epoca di Confucio (VI-V secolo a. C.). Nell'area mediterranea fu introdotto dagli Arabi nel I secolo ed è citato pure nell'opera *De materia medica* del naturalista e medico greco Dioscoride. Gli stessi Romani consideravano lo zenzero una spezia indispensabile in cucina per insaporire svariati alimenti.

In Europa era molto richiesto soprattutto durante il Medioevo: Santa Ildegarda di Bingen (XII sec.) riteneva che preservasse dalla peste, mentre i marinai ne facevano invece



Una facile ricetta per cucinare il pesce (o la carne) alla piastra è quella che prevede una salamoia a base di salsa di soia, zenzero grattugiato, sakè (o grappa, o vino bianco secco) e poco zucchero. Qui sotto: lo zenzero anche in polvere e quello candito



Nell'America tropicale esso arrivò soltanto nel secolo XVI, quando fu importato in Giamaica dagli Spagnoli.

Lo zenzero è un'erba perenne caratterizzata da un rizoma sotterraneo, carnoso e nodoso dal quale si dipartono dei fusti, alti circa un metro e mezzo e dotati di sole foglie, i quali servono per l'assimilazione; altri fusti, alti circa 20 cm, portano alla sommità i fiori che sono destinati alla riproduzione e sono riuniti in infiorescenze formate

Lo zenzero

Alle radici dell'Oriente

Stimolante, tonico e digestivo (aiuta anche nelle gastriti) lo zenzero è l'ingrediente particolare e piacevolissimo che spesso caratterizza i sapori orientali

di Iris Fontanari

da spighe compatte giallo-verdastre.

Nella radice, dal sapore pepato e bruciante, sono contenute sostanze aromatiche volatili che si possono estrarre, una resina di sapore acre, sostanze azotate, sali minerali, amidi e pectine.

In erboristeria lo zenzero viene utilizzato per le sue proprietà stimolanti, toniche (in quanto, in caso di deperimento, portano al ripristino funzionale dell'organismo o prevenendo le conseguenze dell'affaticamento psicofisico), corroboranti, eupeptiche (favorevoli la digestione), carminative (eliminanti i gas intestinali).

Questa spezia è presente in diversi rimedi della già citata Ildegarda di Bingen, tra i quali la polvere per lo stomaco, utile come calmante nei casi di gastriti, coliche addominali o ulcera. Per prepararla basta polverizzare una certa quantità di zenzero, metà dose di artemisia e una doppia dose di galanga (*Alpinia aromatica*) e assumerne per qualche mese, a fine pasto, da 2 a 4 punte di coltello,

sciolte in mezzo bicchiere di vino rosso.

In cucina lo zenzero viene utilizzato fresco o secco soprattutto per aromatizzare dolci, biscotti, torte alla frutta, marmellate, pane, ma anche per carni, intingoli, salse e salamoie orientali, pesci, crostacei ecc. Ridotto in polvere può servire

anche per aromatizzare liquori, vino e altre bevande come il tè, come la birra e il "ginger ale" (bibita allo zenzero).

Nei luoghi di produzione i rizomi novelli, non molto piccanti, si mangiano freschi oppure canditi o si conservano giulebbati in uno sciroppo di zucchero.

La ricetta Spaghetti mozzarella e zenzero

Ingredienti: 400 g di spaghetti, 150 g di mozzarella, 400 g di pomodori maturi e ben sodi, un ciuffo di prezzemolo, qualche foglia di basilico, 2 spicchi d'aglio, un pezzetto di zenzero, olio extravergine d'oliva, sale, pepe, peperoncino rosso.

Scottare i pomodori in acqua bollente, pelarli, privarli dei semi e tagliarli a pezzetti; metterli al fuoco in un tegame nel quale sia stato prima riscaldato l'olio e far evaporare parte della loro acqua. Intanto preparare un battuto di prezzemolo, basilico e aglio; unire il trito alla salsa e condire con peperoncino in polvere e lo zenzero grattugiato. Lessare gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolarli e versarli nel tegame con la salsa di pomodoro. Unire la mozzarella tagliata a piccoli cubetti, un giro di olio e mescolare bene per amalgamare tra loro gli ingredienti e far sciogliere il formaggio.

Mese del sentire bene

Abbiamo a cuore la vostra estate,
e vogliamo farvi sentire bene

gratis

controllo del condotto uditivo e dell'udito,
pulizia con regolazione e manutenzione
dei vostri apparecchi. Il tutto gratuitamente.
Nella sede di Trento siamo aperti anche
tutto agosto.

**sconto
200 €**

prova delle nuove tecnologie,
gratis e senza nessun impegno.
Nel caso di acquisto un ulteriore
sconto di 200 euro*.

vantaggi



con la tessera fedeltà **Acusticard**,
i clienti possono avere tanti vantaggi,
sconti e promozioni.
Se non l'hai ancora, richiedila: è gratuita.

**Vieni a trovarci nei mesi di luglio e agosto:
riceverai anche un simpatico e utile omaggio**



* Non cumulabile con altre promozioni in corso

portaci questo coupon per usufruire dei vantaggi della promozione
e riceverai anche un utile omaggio



Chiamata Gratuita
800-274067



Apparecchi Acustici dal 1978
ACUSTICA TRENINA
innanzitutto persone

www.acusticatrentina.com Trento, Viale Verona 31/2 Tel. 0461 913320

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



**NON PERDERE
QUEST'OCCASIONE,**

Pensaci adesso!

dall'1 luglio al 30 settembre 2015
PRENOTA IL "CALDO IN CASA"

PER PRENOTAZIONI A BANCALE INTERO
LA CONSEGNA È GRATUITA*

PER INFORMAZIONI CHIEDI
NEL TUO PUNTO VENDITA

* PREVIA VERIFICA POSSIBILITÀ DI PASSAGGIO DEL MEZZO
DI TRASPORTO E DI MANOVRA PER LO SCARICO

La consegna al domicilio del cliente, per motivi logistici,
è attuabile solamente per le Associate della provincia di Trento.

Caldo in casa

dall'1 luglio al 30 settembre 2015
INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Pellets
Abete
Forestina
Fire
15 kg

4,69 €

Pellets
Abete
Natur
Pellet
15 kg

4,59 €

Pellets
Abete
Timberholz
Premium
15 kg

4,39 €

Pellets Faggio/Abete
Kron
15 kg

4,39 €

Pellets Bio
Faggio
15 kg

4,39 €

Tronchetto Faggio
segatura pressata
20 kg

4,59 €

Carbone Union Brikett
10 kg

4,59 €

Legnetti
accendifuoco
22 dm

3,39 €

Per prenotazioni a bancale intero consegna gratuita* al domicilio del cliente
* previa verifica possibilità di passaggio del mezzo di trasporto e di manovra per lo scarico

OFFERTA

fino al 30 settembre 2015

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

SPORT & TEMPO LIBERO

ZAINO
ECLIPSE 22
TURCHESE

Solo per i Soci

29,90 €



ZAINO
ECLIPSE 32
ARANCIO

Solo per i Soci

32,90 €



SACCO A PELO GRAN SASSO

Solo per i Soci

19,90 €



BASTONCINI LAUTARET
2 PEZZI NERO

Solo per i Soci

21,90 €



TORCIA
METAL LED
ENERGIZER

Solo per i Soci

17,90 €



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 agosto 2015 al 29 febbraio 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Non perdere quest'occasione per riscaldare la tua casa

LA SOLUZIONE IDEALE PER CHI CERCA UN MODO DI RISCALDARE EFFICIENTE, PULITO, SICURO ED ECONOMICO!

STUFE A PELLETTI



CIES
10 kw
ecoFOREST

Solo per i Soci
anziché € 2.989,00
2.329,00 €



NEW
VIGO II
9,5 kw
ecoFOREST

Solo per i Soci
anziché € 2.509,00
1.949,00 €



VIGO DIAMANTE
9,5 kw
ecoFOREST

Solo per i Soci
anziché € 2.109,00
1.549,00 €



PETRA
SERPENTINO
9 kw
EVA CALÒR

Solo per i Soci
anziché € 1.990,00
1.359,00 €



ATENAS
14 kw
ecoFOREST

Solo per i Soci
anziché € 3.590,00
2.749,00 €



PARIS
10 kw
ecoFOREST

Solo per i Soci
anziché € 3.419,00
2.629,00 €

STUFE A LEGNA



ANDORRA
GRIGIO
3,8-11,2 kw

Solo per i Soci
anziché € 1.590,00
1.349,00 €



NANCY II
3,5-10,5 kw

Solo per i Soci
anziché € 949,00
799,00 €



OSSIDIANA
8,5 kw
FlumenFire

Solo per i Soci
anziché € 2.399,00
1.639,00 €

I prezzi sono comprensivi di Iva e trasporto direttamente a casa del cliente, e per le stufe a pellet, prima accensione (se presente canna fumaria già predisposta fino al punto di allacciamento dal cliente). Possibilità di concordare eventuali installazioni particolari a tariffe vantaggiose con la ditta convenzionata che effettuerà la consegna.

Possibilità di usufruire dell'agevolazione fiscale IRPEF del 50% come da Decreto Legge 83/2012 - "Decreto crescita" (fino al 31.12.2015 salvo proroghe)

Vieni a trovarci nel nostro punto vendita, potrai trovare altri tipi di stufe, idro e inserti. Trento - Via del Commercio, 27

Assistenza tel. 0461 823575



PRENOTAZIONE

entro il 17 agosto 2015

CONSEGNA DAL 23 AL 30 SETTEMBRE 2015

nr.
196 **MINI REGISTRATORE
DIGITALE VOCALE
TREVI DR 438 SA**

- Registratore in formato WAV PCM Audio Alta Definizione e MP3
- Lettore digitale MP3-WMA per la riproduzione brani musicali
- Microfono incorporato con due livelli sensibilità (alta/normale)
- Meeting/interview; doppia modalità di registrazione
- Memoria interna da 4Gb
- 4 livelli di qualità di registrazione
- Slow play; variazione della velocità di lettura
- Ascolto tramite altoparlante incorporato ad alta efficienza o mini cuffia stereo (non inclusa)
- Collegabile a PC con usb 2.0
- Gestione registrazioni con 4 cartelle predefinite
- Timer per attivare e disattivare la registrazione
- Cavo di connessione USB in dotazione
- Alimentazione: Batterie 2x"AAA"
- Dimensioni: mm 35x98x18



Solo per i Soci

39,90 €

nr.
197 **PHABLET 5.5Q
REVERSE + CUSTODIA
TREVI**

- Smartphone + tablet
- Rete GSM, EDGE, WCDMA,UMTS, HSPA
- Frequenze: GSM 850/900/1800/1900MHz quadriband WCDMA 900/2100MHz
- Collegamento a internet tramite rete 3G e connessione Wi-Fi 802.11 b/g/n
- Modulo rotativo 180°, con fotocamera da 8Mpxl, flash, zoom digitale
- Pannello IPS con risoluzione QHD (540x960)
- Velocità e prestazioni MTK6582M, CortexA7 da 1,3 GHz QUAD CORE
- Sistema operativo: Android 4.4
- Memoria interna 8GB + 1GB RAM
- Interfaccia micro-USB
- Slot per memoria esterna Micro SD fino a 32GB
- Connettività Bluetooth 4.0
- GPS, con supporto A-GPS
- Dual Sim, 2slot per SIM voce e dati
- Presa cuffia Jack 3,5mm
- Registrazione vocale
- Alimentazione: Batteria interna al Lithio ricaricabile
- Accessori in dotazione: alimentatore, cavo USB, auricolari con microfono, istruzioni
- Con custodia dedicata
- Dimensioni (AxLxP): mm 157x78x9



Solo per i Soci

189,00 €



nr.
198 **TABLET TAB 7 3G T8
+ CUSTODIA TREVI**

- Tablet PC con processore MTK MT8312
- Cortex A7 da 1.3 GHz DUAL-CORE CPU per alte prestazioni, bassi consumi e navigazione più veloce
- SDRAM 512 Mb DDR3, memoria interna 4GB
- Slot per memoria esterna Micro SD fino a 32GB
- Collegamento a internet tramite rete di terza generazione 3G UMTS o connessione Wi-Fi 802.11b/g/n
- Frequenze: GSM (850/900/1900/2100 Mhz) e 3G WCDMA (2100Mhz)
- Funzione Voice Call tramite SIM Card Voce (non inclusa)
- Display digitale TFT 7" Touchscreen capacitivo risoluzione 1024x600 pixel; formato 16:9
- OS Android 4.4
- Interfaccia micro USB 2.0
- Connettività Bluetooth
- GPS e Radio integrati
- Slot SIM Card integrate
- Doppia camera (frontale 0.3M, posteriore 2M)
- Presa cuffia Jack 3.5mm
- Alimentazione: Batteria interna al Lithio ricaricabile
- Accessori in dotazione: alimentatore, cavo USB e manuale istruzioni
- Con custodia dedicata
- Dimensioni: mm 188x108x11

Solo per i Soci

85,90 €

nr.
205 **BRUSCHETTIERE
TREVI CL 261**

- Potenza 1350W
- Ampie fessure per la cottura di 4 toast farciti o di 2 fette di pane casalingo
- 2 Pinze extra-lunghe in dotazione
- Vassoio raccogli briciole per una pulizia più rapida
- Timer / Programmatore di tostatura e/o cottura
- Comandi differenziati: scongelamento, riscaldamento e prolungamento cottura
- Indicatori luminosi di funzionamento
- Pareti protettive termoisolanti
- Dimensioni cm 39,5x16,5x17,5



Solo per i Soci

29,90 €

PRENOTAZIONE

entro il 17 agosto 2015

CONSEGNA DAL 23 AL 30 SETTEMBRE 2015

LIBRERIA 6 VANI

Libreria in melaminico antigraffio, spessore 15 mm, schienale in MDF in kit di montaggio, cm 80x27x200h

bianco

nr.
184

rovere rock

nr.
185

rovere sbiancato

nr.
186

Solo per i Soci

69,90 €



LIBRERIA 3 VANI

Libreria in melaminico antigraffio, spessore 15 mm, schienale in MDF in kit di montaggio, cm 80x27x104h

bianco

nr.
190

rovere rock

nr.
191

rovere sbiancato

nr.
192

Solo per i Soci

46,90 €



LIBRERIA 6 VANI

Libreria in melaminico antigraffio, spessore 15 mm, schienale in MDF in kit di montaggio, cm 42x27x200h

bianco

nr.
193

rovere rock

nr.
194

rovere sbiancato

nr.
195

Solo per i Soci

59,90 €



LIBRERIA 3 VANI

Libreria in melaminico antigraffio, spessore 15 mm, schienale in MDF in kit di montaggio, cm 42x27x104h

bianco

nr.
187

rovere rock

nr.
188

rovere sbiancato

nr.
189

Solo per i Soci

36,90 €



nr. **199** MISURATORE PRESSIONE DA BRACCIO BLUETOOTH LAICA BM 7000 W



Solo per i Soci

75,90 €

- Completamente automatico
- Misura il valore della pressione arteriosa, la frequenza del battito cardiaco e la presenza di aritmie (se presenti)
- Tecnologia oscillometrica per la massima precisione
- Grande display LCD retroilluminato
- Memorizza fino a 120 misurazioni
- Invia automaticamente le misurazioni rilevate allo smartphone (compatibile con tecnologia Bluetooth 4.0)
- Elenco dispositivi compatibili:
 - iOS: iPhone 6 Plus/6/5S/5C/5/4S, iPad (4th e 3rd generation), iPad mini, iPod touch (5th generation)

- Per device con sistema operativo Android verificare la versione Bluetooth® scaricando l'App gratuita BLE CHECKER da Play Store™
- Funzionamento con 1 batteria ricaricabile installata non sostituibile li-polymer. 1000 mAh. A completa ricarica, la durata della batteria è di circa 20 giorni considerando una media di tre misurazioni al giorno. È possibile ricaricare l'apparecchio fino a 300 volte
- Dimensioni: cm 13x7,2x2,9
- Prodotto certificato in ottemperanza alla direttiva sui Dispositivi medici 93/42/EEC

Solo per i Soci



MARKETING SAIT

nr. 200 **ORAL CENTER WATER JET ORAL-B OC 16**

- Combina la pulizia profonda dello spazzolino Professional Care 500 con un idropulsore WaterJet, che consente la pulizia negli spazi interdentali e la rimozione di residui di cibo
- Beccuccio mono/plurigetto
- Regolazione continua della pressione
- Controllo elettronico degli impulsi
- Contenitore da 500ml utilizzabile sia con acqua che con collutorio
- Contenitore per 4 beccucci
- 4 beccucci Waterjet ED 15-4 in dotazione
- 2 refill Precision Clean in dotazione



Solo per i Soci
99,90 €



nr. 201 **TAGLIACAPELLI BRAUN HC 5050**

- Taglia i capelli a 16 differenti lunghezze
- accessorio capelli corti 8 lunghezze (3-24mm)
- accessorio capelli lunghi 8 lunghezze (14-35mm)
- Sistema che memorizza l'impostazione dell'ultimo taglio effettuato
- Totalmente lavabile sotto acqua corrente
- Accessorio click&lock
- Sistema a doppia batteria per una potenza di taglio costante ed efficace
- 8 ore di ricarica per 40 minuti di autonomia cordless
- Indicatore LED di ricarica
- A rete e Cordless

Solo per i Soci
38,90 €

nr. 202 **EXTENSO CYCLONIC 4,8V ROWENTA AC 4461**

- Aspirabriciole
- Potenza 4,8V
- Tecnologia ciclonica
- Bocchetta telescopica integrata
- Accessorio aggiuntivo: spazzola
- Manico comfort
- Base per ricarica
- Possibile fissaggio al muro



Solo per i Soci
42,90 €

nr. 203 **ASPIRATORE SOLIDI/LIQUIDI/CENERE FREDDY 3 IN 1 LAVOR**

- Aspiratore solidi, liquidi e cenere 20 Lt
- Potenza 1200 watt max
- Aspirazione 180 mbar
- Portata 35 l/s
- Scuotifiltro pneumatico
- Filtro a cartuccia lavabile
- Azione soffiante



Solo per i Soci
69,90 €

nr. 204 **PENTOLA WIKOOK CUCINA-VELOCE LAGOSTINA LT 4**

- Pentola a cottura veloce
- Esclusivo coperchio PowerPlus a chiusura ermetica con risparmio fino al 25% di tempo ed energia
- Speciale corpo in alluminio con rivestimento antiaderente METEORITE SUPER che non fa attaccare i cibi
- Ampi manici per una presa più facile e sicura
- Fonti di calore: gas - piastra elettrica - vetroceramica alogeno
- Ricettario incluso

Solo per i Soci
36,90 €



MACCHINA CAFFÈ FIOR FIORE COOP + 70 CAPSULE ASSORTITE

IL SISTEMA ESCLUSIVO "ESPRESSO-TUO"
Macchina per caffè espresso in capsule, in grado di erogare un vero espresso italiano; è progettata, prodotta e assemblata al 100% in Italia.
È un progetto attento anche all'ambiente: le capsule fior fiore Coop in polipropilene e film di alluminio pelabile sono state studiate per facilitare la raccolta differenziata. Una volta rimosso il film superiore, infatti, è possibile gettare il fondo del caffè nella raccolta dei rifiuti organici.

rossa **nr. 206**
grigia **nr. 207**
Solo per i Soci
59,00 €



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.



OFFERTE VALIDE SOLO AL SUPERSTORE

TRENTO

Via Degasperi, 1-17
tel 0461 - 362600

coop
SUPERSTORE

ROVERETO

Via del Garda, 95
tel 0464 - 426000



Solo per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

OFFERTA DAL 20 AGOSTO AL 2 SETTEMBRE 2015

2 SLIP DONNA SLOGGI

serie classic, modello tai o midi, in cotone elasticizzato, 95% cotone 5% elasthan, taglie tai 2-6, taglie midi 3-7, colore bianco

PREZZO € 12,90
OFFERTA € 8,90

PREZZO SOCI 7,90
SCONTO 38%



REGGISENO BELSENO IN PIZZO LEVEL

taglia 3-6, coppa B o C, colori bianco o nero

CON FERRETTO

PREZZO € 18,90
OFFERTA € 16,90

PREZZO SOCI 14,90
SCONTO 21%

SENZA FERRETTO

PREZZO € 17,90
OFFERTA € 16,90

PREZZO SOCI 14,90
SCONTO 16%

SLIP DONNA MODELLO BRASILIANO LEVEL

coordinabile con Belseno, con pizzo, taglie 2-5, colori bianco o nero

PREZZO € 8,90
OFFERTA € 5,90

PREZZO SOCI 4,90
SCONTO 44%



CONFEZIONE 3 MAGLIE INTIME UOMO GIROCOLLO FRUIT OF THE LOOM

taglie dalla S alla XXL, disponibile nei colori bianco o assortiti. Colore bianco e nero 100% cotone. Colore grigio melange 97% cotone, 3% poliestere

BIANCO

PREZZO € 12,90
OFFERTA € 10,50

PREZZO SOCI 8,00
SCONTO 37%

COLORI ASSORTITI

PREZZO € 14,90
OFFERTA € 11,50

PREZZO SOCI 9,00
SCONTO 39%



2 SLIP O BOXER UOMO SLOGGI

96% cotone 4% elasthan taglie e colori assortiti

PREZZO € 15,90
OFFERTA € 10,50

PREZZO SOCI 8,90
SCONTO 44%



SLIP UOMO MIDI O BOXER SLOGGI

96% cotone 4% elasthan, taglie dalla 3 alla 7, colori bianco o nero

SLIP PREZZO € 7,90
OFFERTA € 5,90

PREZZO SOCI 4,50
SCONTO 43%

BOXER PREZZO € 9,90
OFFERTA € 6,90

PREZZO SOCI 5,50
SCONTO 44%



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 20 AGOSTO AL 9 SETTEMBRE 2015
CONSEGNA A PUNTO VENDITA DALL'1 AL 14 OTTOBRE

COLONNA PORTAOGGETTI CON ANTA A SPECCHIO

struttura spessore 18 mm, fianchi e top a vista, bordi in ABS senza angolo vivo piedini verniciati cromo, maniglie in alluminio, anta con specchio Fumè, contiene 4 ripiani regolabili, colori disponibili bianco fiammato e olmo chiaro, dimensioni cm 43x29x190



PREZZO € 110,00
OFFERTA € 77,00



66,00

SCONTO 40%

MOBILE 2 ANTE E 4 CASSETTI

struttura spessore 18 mm, ante e cassetti spessore 16 mm, fianchi e top a vista, bordi in ABS senza angolo vivo, contiene 2 ripiani regolabili, guide cassetti in metallo, maniglie e piedini verniciati cromo satinato, colori disponibili bianco fiammato, olmo chiaro e olmo/bianco, dimensioni cm 136x41x86



PREZZO € 165,00
OFFERTA € 115,50



99,00

SCONTO 40%

MOBILE PORTABILI CON ANTA SPECCHIO

struttura spessore 18 mm, fianchi e top a vista, bordo in ABS senza angolo vivo, contiene 2 ripiani regolabili e 1 fisso + un supporto estraibile portabiti, maniglia in alluminio, piedini verniciati cromo satinato, anta con specchio fumè, colori disponibili bianco fiammato e olmo chiaro, dimensioni cm 55x34x183



PREZZO € 165,00
OFFERTA € 115,50

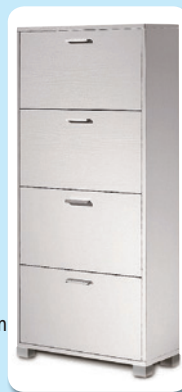


99,00

SCONTO 40%

SCARPIERA 4 ANTE

struttura spessore 18 mm, ante spessore 16 mm, fianchi e top a vista bordi in ABS senza angolo vivo, ante a ribalta con doppia profondità, capacità 24 paia, colori disponibili bianco fiammato, olmo chiaro e olmo/bianco, dimensioni cm 70x29x154



PREZZO € 140,00
OFFERTA € 98,00

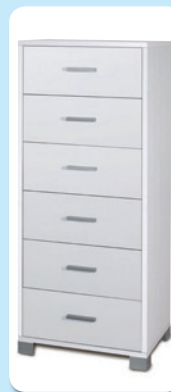


84,00

SCONTO 40%

CASSETTIERA 6 CASSETTI

struttura spessore 18 mm, ante e cassetti spessore 16 mm, fianchi e top a vista, bordi in ABS senza angolo vivo, guide cassetti in metallo, maniglie e piedini verniciati cromo satinato, colori disponibili bianco fiammato, olmo chiaro e olmo/bianco, dimensioni cm 50x41x125



PREZZO € 140,00
OFFERTA € 98,00



84,00

SCONTO 40%

PRENOTAZIONE DAL 6 AGOSTO AL 9 SETTEMBRE 2015
CONSEGNA A PUNTO VENDITA DALL'1 AL 21 OTTOBRE

CAMERETTA A PONTE 1 COLONNA

Dimensione ponte 253x58x259,2 h

PREZZO € 549,00
OFFERTA € 439,00



379,00

SCONTO 30%

CAMERETTA A PONTE 2 COLONNE

Dimensione ponte 300x58x259,2 h

PREZZO € 629,00
OFFERTA € 499,00



439,00

SCONTO 30%

A una o due colonne, con ante e cassetti a chiusura soft, in nobilitato a basso contenuto di formaldeide classe E1, spessore della struttura, dei ripiani, delle ante e dei frontali dei cassetti mm19, con finitura antigraffio, composizione formata da colonna larga cm 50 con cassetteria a 4 cassetti e vano superiore con tubo appendiabiti, elemento ponte altezza cm 131,2 e lunghezza cm 200 con doppio contenitore lunghezza cm 100, tubi appendiabiti all'interno, divano letto con ruote a scomparsa comprensivo di rete. Struttura in betulla e ante disponibili nei colori quarzo, cipria e avio.



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.

L'olio di chi ama l'olio.



Nell'olio extravergine di oliva la tradizione è molto più di un valore simbolico. Da sempre l'Oleificio Viola interpreta fedelmente l'anima genuina e magica di questo prodotto millenario, accostandosi ad esso con tutto l'amore e il rispetto che solo un'azienda a carattere familiare riesce ad infondere nel proprio lavoro.

LA COLOMBARA Ideale per la tavola, ha un gusto delicatamente aromatico e un basso indice di acidità.

BRUNO VIOLA L'olio più prezioso, per i veri intenditori. È conservato in bottiglia scura per proteggere profumo e gusto.

BARDO È l'olio da usare tutti i giorni in famiglia, per un'alimentazione sana ma, al tempo stesso ricca di sapore.

OLEIFICIO VIOLA & C.

Bardolino (VERONA) - Tel. 045/7210143 - Fax 045/6212299 / e-mail info@oleificioviola.com / Internet www.oleificioviola.com

MODULO PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO



FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ _____

PUNTO VENDITA DI _____

VIA/PIAZZA _____ LOC. _____

Prenotazione libri di testo per medie superiori Anno scolastico 2015/2016

DATA PRENOTAZIONE: _____ COD. CLIENTE: _____

SOCIO Sconto 15%+buono sconto 5% (Cod Carta _____) **NON SOCIO** Sconto 15%

NOME STUDENTE _____ COGNOME _____

TEL. CELLULARE (AUTORIZZO L'INVIO DI UN SMS PER COMUNICAZIONI
INERENTI IL SERVIZIO DI PRENOTAZIONE LIBRI) _____

TEL. FISSO _____ VIA _____

CAP _____ CITTÀ _____

SCUOLA _____

CLASSE _____ SEZ. _____ SPECIALIZZAZIONE _____

1° LINGUA _____ 2° LINGUA _____ 3° LINGUA _____

NUMERO TESTI PRENOTATI: _____ FIRMA: _____

TIMBRO PUNTO VENDITA

ALLEGARE LISTA DELLA SCUOLA INDICANDO I TESTI RICHIESTI, RIPORTANDO IL NOME DELLO STUDENTE

ISTRUZIONI PER L'UTILIZZO DELLA PRENOTAZIONE

- COMPILARE CON ATTENZIONE IL MODULO IN TUTTE LE SUE PARTI ECCETTO IL CODICE CLIENTE E LA ZONA RISERVATA AL PUNTO VENDITA
- INDICARE SULLA LISTA RILASCIATA DALLA SCUOLA I TESTI DA PRENOTARE CON UNA CROCETTA. SE IL TESTO È COSTITUITO DA PIÙ MODULI APPORRE LA CROCETTA AD OGNI MODULO. PER UNA PRENOTAZIONE COMPLETA BARRARE TUTTI I TESTI.
- CONSEGNARE IL MODULO DEBITAMENTE FIRMATO CON ALLEGATA LA FOTOCOPIA DELLA LISTA DEI TESTI PRESSO IL PUNTO VENDITA.
- RITIRARE LA RICEVUTA DI PRENOTAZIONE PRESSO IL PUNTO VENDITA NEI GIORNI SUCCESSIVI ALLA PRENOTAZIONE.
- PER VERIFICARE LO STATO DEL TUO ORDINE VAI SUL SITO WWW.LASPESAINFAMIGLIA.COOP.

Vi informiamo che i vostri dati personali, inseriti nel presente modulo, saranno trattati nel pieno rispetto del Codice della Privacy circa la "Tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali". La compilazione e la sottoscrizione del presente modulo esprime il consenso alla raccolta ed al trattamento dei dati personali e all'invio di messaggi sms di avviso limitatamente ai fini connessi alla gestione del servizio.

Parte riservata al personale del punto vendita

COPIA PER IL CLIENTE

TIMBRO PUNTO VENDITA

FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ _____

PUNTO VENDITA DI _____

VIA/PIAZZA _____ LOC. _____

PRENOTAZIONE EFFETTUATA IN DATA: _____ COD. CLIENTE _____

NOME STUDENTE _____ COGNOME STUDENTE _____

TELEFONO CELLULARE _____ TELEFONO FISSO _____

DAL 20 LUGLIO 2015 INIZIO RITIRO LIBRI PRENOTATI. 31 OTTOBRE 2015, ULTIMA DATA RITIRO LIBRI PRENOTATI. LA RICEVUTA DI PRENOTAZIONE ED I LIBRI DOVRANNO ESSERE RITIRATI NELLO STESSO PUNTO VENDITA DOVE SONO STATI PRENOTATI. EVENTUALI INDISPONIBILITÀ DI TITOLI SARANNO EVIDENZIATE SULLA RICEVUTA DI PRENOTAZIONE. PER EVENTUALI INFORMAZIONI TELEFONARE AL PUNTO VENDITA.

LIBRI DI TESTO



RISPARMIA SUL PREZZO DI COPERTINA DEI LIBRI DI TESTO PER LE SCUOLE MEDIE SUPERIORI E L'UNIVERSITÀ

Prenotali on line sul sito www.laspesainfamiglia.coop oppure alla cassa e ritirali nel tuo punto vendita.

20 luglio inizio consegne libri prenotati
4 ottobre chiusura prenotazioni • 31 ottobre ultima data ritiro libri

PRENOTA I TUOI LIBRI E RICEVI QUESTO BUONO

PRENOTA LA CONVENIENZA

PRENOTA I TUOI LIBRI SCOLASTICI

ATTIVA UN NUMERO COOPVOCE E AVRAI DIRITTO ALLA ESCLUSIVA PROMOZIONE

ChiamataTutti 100

COOPVOCE CONVIENE AL 100% TELEFONATE, SMS E INTERNET A SOLI **5€** AL MESE, E PER TE

- ▶ 100 minuti
- ▶ 100 SMS verso tutti
- ▶ Web 1 Giga senza limiti

coop voce
Comunicare è semplice.

Scopri le offerte CoopVoce su www.coopvoce.it

Per tutti i dettagli sulla promozione e sull'offerta CoopVoce consulta il materiale a punto vendita o sul sito www.coopvoce.it.



*Iniziativa promossa da Sait Soc. Coop valida dall'8 giugno al 4 ottobre 2015 nei punti vendita aderenti che espongono il materiale promozionale ed il regolamento della presente iniziativa.

Il buono è spendibile su una spesa alimentare o extralimentare entro il 31 ottobre 2015 nei punti vendita della Famiglia Cooperativa di cui sei Socio.