

cooperazione tra **consumatori**

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXII • DICEMBRE 2015



Cooperazione
di Consumo Trentina,
dal 28 novembre
al 24 dicembre

**A NATALE
DONA UN SORRISO**

Festival della Famiglia,
Riva del Garda,
4-5 dicembre

**L'EDUCAZIONE
CI STA (SEMPRE)
A CUORE!**



**Parigi, conferenza sul clima
30 novembre-11 dicembre 2015**

PER UN CLIMA PIÙ UMANO

La conferenza di Parigi vedrà i leader mondiali discutere su come contrastare l'aumento di temperatura dell'atmosfera. Per la scienza non c'è più tempo per rinvii, occorre agire adesso



**TRENTINO A TEATRO. STAGIONE TEATRALE
2015-2016:** PER I POSSESSORI DI CARTA IN
COOPERAZIONE INGRESSI E ABBONAMENTI
A TARIFFA RIDOTTA O SCONTATA IN MOLTI
TEATRI IN TUTTO IL TRENTINO



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





TI SEGUIAMO
E ALLO STESSO TEMPO
TI FACCIAMO STRADA.

Solo una Banca locale può seguirti davvero da vicino, perché condivide i tuoi valori e vuole proteggerli. Andiamo avanti, insieme, verso il nostro futuro.
BUON NATALE E FELICE ANNO NUOVO, A TE E ALLA TUA FAMIGLIA.



**Casse Rurali
Trentine**



11

■ **ADMO, "Un panettone per la vita"**

Sabato 28 e domenica 29 novembre tornano nelle piazze trentine i volontari di Trentino impegnati a sensibilizzare le persone perché diventino donatori di midollo osseo



27

■ **Il Natale è una Pigotta**

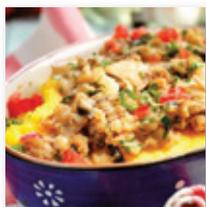
Grazie alle volontarie trentine che confezionano le Pigotte per UNICEF nel 2015 è stato possibile finanziare 1800 kit salvavita. Ecco tutti gli indirizzi dove trovare le Pigotte



32

■ **Un inverno sugli sci**

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione ci sono gli sconti e le tariffe agevolate sugli impianti di risalita e per le lezioni con i Maestri di sci in moltissime località del Trentino



37

■ **Venerdì baccalà**

Sano, magro, ma anche nutriente e goloso, il baccalà si presta a mille ricette, che si fanno amare anche dai più piccoli

sommario

Primo piano/ambiente

- 6 21° Conferenza sul clima Nazioni Unite
Clima. Parigi ultima spiaggia?
di Claudio Strano
- 8 Muse Trento e Fondazione Mach S. Michele all'Adige
I ghiacci dell'Adamello: una storia di clima
di Maddalena Di Tolla Deflorian

Cooperazione di consumo

- 13 Dal 28 novembre al 24 dicembre
A Natale dona un sorriso
- 16 Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné
La spesa in Famiglia Cooperativa avvicina i rifugiati alla comunità

Fa' la cosa giusta

- 18 **Un piccolo vademecum per i regali di Natale**
di Dario Pedrotti

Cooperazione sociale

- 19 Regalare solidarietà
Un regalo di valore. Anzi, di valori
di Thomas Pastorino

Educazione

- 21 Festival della Famiglia, Riva del Garda, 4-5 dicembre
L'educazione ci sta (sempre) a cuore!
Le Comunità educanti al Festival della famiglia
di Silvia De Vogli

Educazione e famiglia

- 25 Prendersi cura della felicità
Voglio farti felice
a cura di Alessandra Cavallin

Etica dello sviluppo

- 27 Rapporto UNICEF
"Al di là delle medie statistiche"
Priorità ai bambini più poveri,
sfida globale per i prossimi 15 anni
di Natalina Mosna

Cultura

- 28 Stagione 2015-2016
Trentino a teatro. Gli spettacoli di dicembre

Coltivare

- 39 Il profumo delle mele cotogne
Una dura...dolcissima
di Iris Fontanari

rubriche

- 12 **Cooperazione di consumo**
Notizie e appuntamenti
- 30 **Libri: le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- 37 **Mangiare e bere.**
Ricette. **Venerdì baccalà**

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!



Francia – Cannes
Hotel Best Western Cannes Riviera ****
Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia, colazione a buffet

per persona a partire da € 99,00 - Soci € **94,00** 



Austria – Vienna
Vienna Sporthotel ****
Viaggio autonomo, 2 notti in camera doppia, ricca colazione a buffet

per persona a partire da € 89,00 - Soci € **84,50** 



Austria – Tirolo
Gasthof Hotel Hauserwirt ***
5 notti in camera doppia, mezza pensione, 1 x giro in slitta trainata dai cavalli con grappa/soggiorno

per persona a partire da € 229,00 - Soci € **217,50** 



Italia – Alto Adige – Val Sarentino
Gasthof Zum Weißen Rössl***
Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia, mezza pensione, fiaccolata guidata con vin brulé

per persona a partire da € 99,00 - Soci € **94,00** 



Italia – Alto Adige – Val Passiria
Hotel Gurschler ***
3 notti in camera doppia, colazione, 1 tazza vin brulé/adulto (fino al 06.01.16)

per persona a partire da € 99,00 - Soci € **94,00** 



Italia – Marche – Montemaggiore al Metauro
Albergo Diffuso Borgo Montemaggiore
3 notti in camera doppia, colazione, 1 cena tradizionale in ristorante

per persona a partire da € 119,00 - Soci € **113,00** 

VIAGGI INSIEME

Per informazioni e prenotazioni:

CALL CENTER 0461 808 222

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

Organizzazione tecnica: Falk-Tours srl / Falk Travel Italia, Via Isarco, 1 - 39040 Varna (BZ), SAIT non svolge alcuna delle attività indicate nell'art. 83 del Dlgs 206/2005. Si consideri che, per tutti i viaggi, la classificazione in stelle dell'alloggio viene effettuata in base alla categoria del paese. Per la consulenza e la prenotazione del viaggio tramite call center e tramite il sito web, come per l'erogazione di tutti i servizi, risponde Falk-Tours. Sono valide le condizioni di vendita di cui è possibile prendere visione visitando la pagina web www.viaggi-insieme.coop. 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.





ANNO XXII - DICEMBRE 2015

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

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

Direttore responsabile
Giuseppe Ciaghi

Responsabile editoriale
Cristina Galassi

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

Comitato di redazione

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

Hanno collaborato

Alessandra Cavallin,
Alberto Conci, Silvia De Vogli,
Maddalena Di Tolla Deflorian,
Iris Fontanari, Cristina Galassi,
Annalisa Gerola, Natalina Mosna,
Thomas Pastorino, Dario Pedrotti,
Franco Sandri, Claudio Strano.

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 14-11-2015
La tiratura del numero di novembre 2015
di "Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 94.252 copie

editoriale

di Giuseppe Ciaghi

Buon Natale Aprirsi

“Val più la maschera che la verità, più l'illusione che la realtà, più il belletto che la natura, più il traballante che il solido, più l'effimero che l'eterno”, scriveva cinquecento anni fa Erasmo da Rotterdam. Parole attualissime le sue. In questi giorni mi è capitato di leggere: “viviamo in un mondo dove la limonata che beviamo si fa con gli aromi artificiali e i detersivi per i piatti con i limoni veri”. In cinquecento anni non è cambiato proprio nulla. Almeno a livello di mentalità. Anzi più uno è spudorato, nel senso che non prova pudore e se ne frega del giudizio del prossimo nel comportarsi o nel compiere azioni di dubbia moralità per raggiungere i suoi obiettivi, più viene ammirato e considerato. Profitto, danaro, mondanità e successo sono al fondamento della nostra società. E i mass-media enfatizzano queste mete, strumentalizzandoli dall'uso distorto che ne fanno i loro proprietari e i loro pifferai. Persino le istituzioni pubbliche, che dovrebbero regolamentare o impedire aberrazioni e indicare altri percorsi di vita, hanno imboccato la stessa strada. Esempio la propaganda ai grattaevinci e ai giochi d'azzardo, slotmachine, videogames e quant'altro su stampa e in tv. Alla faccia dei principi e dei valori sanciti da una Costituzione che avrebbe dovuto garantire una società civile, vivibile e umana, e non irretire i cittadini. Quando la sua voce ha dato fastidio è stata zittita. Addirittura se ne sono cambiati gli articoli, dichiarandoli obsoleti e inadeguati al mutare dei tempi. In che direzione poi siano cambiati è sotto gli occhi di tutti. Purtroppo la realtà è che la Costituzione, messa insieme da uomini di grande spessore morale e culturale e di alto senso dello Stato, è stata messa in pratica solo in parte, mai fino in fondo, per le resistenze incontrate da chi alla fine è riuscito a modificarla col solo scopo di difendere i propri interessi a scapito dei meno provveduti, lasciando aperti varchi smisurati al dilagare della corruzione, alla spavalderia e all'arroganza di una manciata di incantatori di serpenti.

In questo mese cade il Natale, la ricorrenza forse più cara, più amata e più sentita nelle nostre famiglie, la festa che ci fa tornare bambini, quando credevamo alle fiabe e a un mondo nel quale ci sentivamo protetti, fatto di bontà, di tenerezza e di amicizia, di rapporti sinceri, genuini e di relazioni che ci davano sicurezza e fiducia nel futuro. Tante cose sono cambiate in questi ultimi cinquant'anni, e purtroppo non solo sul piano materiale... Quei principi di solidarietà, di coerenza, di giustizia e libertà, di rispetto delle Istituzioni, del prossimo e delle sue opinioni, di tolleranza su cui si era fondata la società uscita dal dopoguerra insieme al coraggio, al senso della misura e alla modestia sembrano appartenere ad altri pianeti. Persino nel nostro mondo, quello della cooperazione, idealmente casa loro, a volte vengono traditi o faticano e trovano difficoltà a realizzarsi. Guerre sempre più atroci ed efferate, fuggitivi ed emigranti in cammino per le strade di tutta Europa, poveri e bisognosi, vecchi sempre più soli ed emarginati, fratelli che incontriamo tutti i giorni senza degnare di uno sguardo, ne sono la cartina di tornasole. Cerchiamo, almeno in questo giorno, di aprire gli occhi sull'ambiente che ci circonda, insieme al cuore e alla borsa, per farli sentire meno soli e accoglierli in un caldo abbraccio fraterno. Potrebbe essere un modo di trascorrere più felici e più contenti quel Buon Natale che siamo soliti augurarci, insieme a quella serenità che la redazione augura a tutti, di cuore.





21° Conferenza delle Parti sul clima (Cop21) delle Nazioni unite

CLIMA

Parigi ultima spiaggia?

La posta in gioco è altissima: un accordo universale vincolante sul clima che riporti il riscaldamento del pianeta sotto i 2 gradi. Solo così si potrebbe tornare in traiettoria (oggi siamo a +4 °C) e scongiurare altre catastrofi e migrazioni climatiche, peraltro già in corso. Parigi 2015 non è solo una Conferenza delle parti, è una partita decisiva per la nostra civiltà del carbonio

di **Claudio Strano**

Parigi ultima spiaggia. Lo si vorrebbe non dire. Lo si dice a denti stretti. Ma ormai c'è una realtà che è sotto gli occhi di tutti. Continui record infranti, temperature impazzite, *meteoalarm*, cicloni, inondazioni, il pianeta che va arrosto. Parliamo

ovviamente di clima, di surriscaldamento dell'atmosfera e dell'appuntamento che, dal 30 novembre, nella capitale francese vedrà i leader del mondo cercare una intesa che finora è mancata. Sì, perché se le sofferenze del pianeta sono sempre più evidenti, sull'altro fronte c'è l'impotenza sostanziale dei popoli, che non riescono a trovare accordi vincolanti globali capaci di contenere sotto

2 °C di aumento limite massimo entro cui occorre contenere l'aumento della temperatura del pianeta secondo gli scienziati dell'Ipcc

450 ppm (parti per milione) valore massimo di concentrazione di CO₂ che dovrà essere presente nell'atmosfera

315 ppm nel 1957
350 ppm nel 1988
400 ppm superati nel 2015

tra il 40 e il 70% il taglio stimato del livello di emissioni, rispetto a quelle emesse nel 2010, se si vuole contenere l'aumento della temperatura entro i 2 °C

Emissioni di CO₂ in più che ancora si produrranno...

Cina 3,7 miliardi di tonnellate	Usa 1 miliardo di tonnellate	Unione Europea 0,4 miliardi di tonnellate
--	---	--

... sulla base degli impegni attualmente assunti dai governi, rispetto a una traiettoria che limiti l'aumento della temperatura entro i 2 °C

Dati Iea (International energy agency) e Ipcc (Intergovernmental panel on climate change)

i 2 gradi (soglia considerata di relativa sicurezza) entro la fine del secolo (rispetto al periodo pre-industriale), il riscaldamento del pianeta Terra. Riscaldamento che invece procede a una media del doppio: viaggiamo a 4 gradi di aumento, per la precisione fra i 3,7 e i 4,8 °C, con concentrazioni di CO₂ equivalente comprese tra il doppio e il triplo rispetto ai 450 ppm, cioè parti per milione, assunte ad obiettivo sostenibile.

“In un mondo a +4 °C i cambiamenti climatici diventano il driver dominante dei mutamenti degli ecosistemi – osserva allarmato Edo Ronchi, presidente Fondazione per lo sviluppo sostenibile – superando la distruzione degli habitat come la più grande minaccia alla biodiversità”. A preoccupare non sono soltanto i fenomeni atmosferici estremi collegati – oltre che alla riduzione della biodiversità – alla povertà e all'aumento delle disuguaglianze per via degli enormi costi dell'adeguamento climatico (dai 100 miliardi di euro annui nel 2020, ai 250 miliardi nel 2050 e solo in Europa, stime della Commissione Europea). Assistiamo infatti alle cosiddette **“migrazioni climatiche”**, che vengono in parte confuse con migrazioni economiche e/o politiche, a partire dalla recente crisi umanitaria che l'Onu ha definito **“senza precedenti”** calcolando in un milione i rifugiati entro il 2015 in Europa.

Ma sono già oltre 200 milioni (Rapporto Onu) le persone colpite ogni anno nel mondo dai disastri legati al clima, ed è già cominciata la diaspora dei cosiddetti **“profughi climatici”**, che sfollano da isole e zone costiere spinti anche dalla riduzione dei raccolti e non solo dalla guerra: potremmo essere solo all'inizio degli sconvolgimenti.

La realtà dolorosa è questa ed è anche per questo che la 21a Conferenza delle parti (Cop21), organizzata dall'Onu a Parigi (**“Per un accordo universale sul clima”**, dal 30 novembre all'11 dicembre), rappresenta una sorta di ultima spiaggia per l'umanità chiamata a un **“radicale cambio di rotta”**.

Non esita a dirlo in questi termini **Nicholas Stern**, già capo economista della Banca Mondiale e oggi presidente del Grantham Research Institute: **“Serve una riduzione di 7-8 volte entro il 2050 delle emissioni procapite di gas serra –** snocciola il professore intervenuto a Roma al meeting internazionale ‘Verso Parigi 2015’ – **emissioni che oggi sono di 7 tonnellate annue di CO₂ equivalente in Europa, e di 20 negli States. Dobbiamo scendere a 2 tonnellate pro-capite per arrivare a zero nella seconda metà del secolo, in virtù di un grande piano di decarbonizzazione profonda”.**

LA DECARBONIZZAZIONE

Per i maggiori esperti mondiali di **“climatic change”** non ci sono dubbi: un quarto di secolo dopo la prima negoziazione sul clima del 1992 a Rio de Janeiro, Parigi 2015 sarà come il tappone del tour de France, decisiva ai fini del risultato finale. Tra i più convinti c'è un guru dello sviluppo sostenibile come **Jeffrey Sachs**, direttore dell'Earth Institute della Columbia University, consigliere di Obama

**3,7° - 4,8°
centigradi**

È l'aumento previsto della temperatura del pianeta sulla base del trend attuale di emissioni di gas serra



e del segretario generale delle Nazioni Unite Ban Ki-Moon sugli Obiettivi di sviluppo del millennio. "Ovunque vedo crisi legate al clima – dice Sachs – e questo è solo l'inizio, peggiorerà". Poi indica il bacino del Mediterraneo tra i luoghi più fragili e vulnerabili in assoluto della Terra. *"Mentre per altre aree ci sono dati discordanti, per l'Europa del Sud tutti i modelli matematici dicono la stessa cosa: che l'area sarà*

sempre più calda e secca. Siete sulla linea del fuoco"...

Il carbone che ha creato la nostra civiltà, ora può distruggerla. Gli scienziati non usano le mediazioni e le aperture della politica sull'argomento. Per avere un'idea del punto in cui siamo, se nel 2070 guidassimo tutti auto elettriche e fossimo riusciti a decarbonizzare l'elettricità, lasciando il petrolio sotto terra o catturandone le emissioni in atmosfere

ra, non avremmo ancora la certezza di rimanere sotto i 2 gradi di aumento del "global warming". Sachs, che ha fatto i calcoli per l'Onu, dà la probabilità al 70%, non di più. Per lui, che è favorevole al nucleare pur di sbarazzarsi del carbone come principale fonte di energia dell'umanità, Parigi è davvero "l'ultima chance" per riprenderci il limite non superabile dei 2 gradi. Pone infatti questa richiesta in cima alla sua personale lista sottolineando che *"i contributi nazionali al 2030 devono essere vincolanti, e al massimo in tre anni serve un piano di decarbonizzazione profonda"*. L'enfasi, gira e rigira, cade sempre lì.

LA TAPPA DECISIVA

Ma come si presenta il mondo al summit di Parigi sul clima? Con l'enciclica "verde" di **papa Bergoglio** sullo sfondo e 17 obiettivi di sviluppo sostenibile sul tavolo da raggiungere entro il 2030; oltre a una serie di Indc (i contributi nazionali) ben poco rassicuranti a dire il vero sulla difesa dell'ambiente e della vita dell'uomo.

Sono infatti insufficienti, numeri alla mano, gli impegni preliminari formalizzati dai governi che li hanno inviati alla Conferenza di Parigi. Nemmeno tutti, a dire il vero, lo hanno fatto. **Francesca Mingrone**, della onlus Italian Climate Network, fa notare che *"solo 148 paesi su 195 hanno provveduto entro la scadenza che era fissata al 1° ottobre!"*.

Ebbene, sulla base di tali negoziati preliminari l'Agenzia internazionale dell'energia (Iea) ha calcolato che le emissioni mondiali di CO₂ continuerebbero a crescere dell'8% (tra il 2013 e 2030) anziché ridursi, se vogliamo davvero rientrare nei 2 gradi. *"La sola soglia che possiamo permetterci" insiste Ismail El Gizouli dell'Ipcc (il panel intergovernativo sui cambiamenti climatici) che trasmette ansia a tutti: "Oggi stiamo rischiando i 6 gradi!"*

In particolare, stando alle premesse, la Cina emetterebbe 10,1 miliardi di tonnellate contro i

STORIA E RISULTATI DI 20 CONFERENZE

Da Rio a Kyoto tra occasioni e speranze

Per due settimane, dal 30 novembre all'11 dicembre, Parigi presiederà la 21° Conferenza delle parti (COP21) delle Nazioni unite sui cambiamenti climatici. Vi sono invitati **195 paesi**. La convenzione quadro di riferimento (Unfccc) – che riconosce l'esistenza di modificazioni del clima innescate dall'uomo, attribuendo ai paesi industrializzati la primaria responsabilità di controbattere il fenomeno – è stata adottata a Rio de Janeiro nel lontano 1992, e ratificata due anni dopo da 196 paesi di tutto il mondo. Sono passati dunque più di 20 anni senza che si siano prodotti risultati apprezzabili. Qual è stato il denominatore comune di tanti negoziati? Il passo del gambero, si potrebbe rispondere. Cioè la filosofia per cui i paesi puntano a restare più indietro possibile, pensando di sfruttare i benefici della riduzione delle emissioni realizzata, però, da altri... Tornando alla Conferenza delle parti, va detto che essa è composta da tutti gli Stati membri e costituisce l'organo supremo della Convenzione: le riunioni per assumere decisioni e trovare accordi nel rispetto degli obiettivi prefissati hanno una cadenza annuale.

Nello stesso luogo e nello stesso periodo della Cop, si tiene anche la Cmp, la Conferenza delle parti aderenti al **Protocollo di Kyoto, del 1997**, che fissa dei limiti vincolanti di taglio delle

emissioni a carico dei paesi più industrializzati. Parigi ospiterà l'undicesima Cmp: la prima fu in Canada, a Montreal, nel 2005, anno di entrata in vigore del famoso trattato internazionale che vede gli Stati Uniti come grande assenti (possono partecipare come osservatori ma senza diritto di voto).

Al 2007 data la "Dichiarazione di Washington" sottoscritta, questa volta, anche dagli americani: un documento che avrebbe dovuto portare al superamento del protocollo di Kyoto scaduto nel 2012 e rinnovato fino al 2020, ma di fatto depotenziato dal rifiuto a prendersi impegni vincolanti da parte dell'80% dei paesi partecipanti tra cui dei giganti come India, Cina, Brasile, Russia e Canada. Politicamente più rilevante, per arrivare ai nostri giorni – dopo fallimenti, compromessi dell'ultima ora e rinate speranze nei vari summit che si sono succeduti a Copenhagen nel 2009, Cancun nel 2010, Durban 2011, Doha 2012, Varsavia 2013, Lima 2014 – è il **recente vertice G7 di Garmisch**. Voluto dalla cancelliera tedesca **Angela Merkel**, si è chiuso con un chiaro riconoscimento sull'obiettivo del contenimento dell'aumento di due gradi della temperatura globale. E lì c'era anche il presidente Obama.





6,4 miliardi necessari per tornare in traiettoria (+58% dunque rispetto al target), gli Usa 4 miliardi di tonnellate contro 3 miliardi (+33%) e anche la Ue, finora la più virtuosa, potrebbe

fare meglio, ad esempio con un taglio di 2,4 miliardi invece dei 2 dichiarati.

RESPONSABILITÀ DI CHI?

Su questa terna di paesi "grandi emettitori" gravano le maggiori responsabilità. Le loro mosse ven-



Alcuni spunti di riflessione sul tavolo a Parigi Per un buon accordo internazionale

Accanto al problema quantitativo delle percentuali di riduzione dei gas serra, ce n'è anche uno etico che attiene alla **equità nei meccanismi di distribuzione dello sforzo per "mitigare" la crisi climatica** (stiamo parlando di questo, non di risolverla...). "Occorre avviare una equa convergenza verso un livello sostenibile di emissioni pro-capite", scrive il presidente della Fondazione per lo sviluppo sostenibile **Edo Ronchi**. Il quale sottolinea che i più poveri stanno pagando il conto più salato essendo più direttamente legati alle risorse naturali per il loro sostentamento e non avendo tecnologie e strumenti per adeguarsi agli sconvolgimenti climatici.

Molti sono gli spunti da sviluppare per un buon accordo a Parigi. Tra questi definire target vincolanti e periodicamente verificabili; vietare la costruzione di nuove centrali a carbone chiudendo le più vecchie e inefficienti; ridurre il consumo di petrolio evitando nuove perforazioni in zone ecologicamente delicate. Tra i maggiori ostacoli da abbattere, ovviamente, c'è la lobby dell'industria dei combustibili fossili. "Va discriminata come quella del tabacco e non sostenuta dai governi", suggerisce **José María Vera Villacián**, direttore esecutivo della ong spagnola Oxfam Intermón, costola dell'Oxam internazionale. "Contro 1 dollaro speso

a favore della green economy - è il suo j'accuse - ce ne sono 6 sborsati a sostegno dell'economia fossile". Il paradosso è proprio questo, che mentre ci si scanna per limare le percentuali di riduzione, i sussidi dei governi ai combustibili fossili hanno raggiunto nel 2014 la cifra di 510 miliardi di dollari!

Altri spunti interessanti sottoposti all'attenzione dei 195 paesi convocati a Parigi sono il rafforzamento degli investimenti nell'**economia verde**; politiche e misure di risparmio energetico in tutti i settori; un incremento delle fonti rinnovabili con target adeguati sottoscritti dai principali emettitori. Nel 2013 (dati Iea), le fonti rinnovabili (cresciute del 64% sul 1990) hanno fornito il 14% della domanda primaria di energia contro l'81% ancora soddisfatto con fonti fossili (per l'esattezza il 29% dal carbone, il 31% dal petrolio e il 21% dal gas).

Sul tavolo ci sono anche l'estensione della riduzione della **carbon tax** e il controllo del settore dei **trasporti**, che da solo nel 2013 ha consumato il 27,8% dell'energia producendo il 21% delle emissioni mondiali di CO₂ (+60% rispetto al 1990, con lo spettro della forte crescita di mobilità prevista nei prossimi decenni in Cina, India, Russia e nei paesi in via di sviluppo, e gli scandali come quello della Volkswagen, spie di un approccio malato al problema).

Tanti i temi da affrontare, dunque, a Parigi per una sfida importantissima per le sorti dell'umanità. E tanti anche i punti interrogativi. Uno su tutti: una politica che è sempre più focalizzata sui risultati immediati. Quello che il mondo scientifico teme più di ogni altra cosa è proprio l'incapacità dei politici di mettere il "climatic change" davanti a tutto, interessi compresi.

"Non capiscono una cosa", osserva **Nicholas Stern**: "Se falliamo l'obiettivo del cambiamento climatico, falliremo anche quello della riduzione della povertà e delle disuguaglianze su tutto il pianeta".

I ghiacciai affrontano in questi mesi la stagione più favorevole alla loro preservazione. Il cambiamento del clima tuttavia prosegue il lavoro che ne sta riducendo, nelle estati sempre più calde, la superficie complessiva nelle Alpi. **160 anni fa i ghiacciai in Trentino si estendevano su 110 chilometri quadrati; oggi coprono su soli 32.**

Di recente sulla questione si è portata a Trento testimonianza a livelli notevoli di due attività di ricerca diverse ma entrambe rilevanti. Lo studio dei ghiacciai non è una disciplina monotona e statica, questa è la prima considerazione che emerge. **A Trento è intervenuta, nella prima occasione, in ottobre, la geologa Silvia Frisia, fra le massime autorità mondiali, dal 2007 nello staff (docente, ricercatrice) del Dipartimento di Scienze della Terra all'Università di Newcastle (Australia) e**



Honorary Professor al Dipartimento di Geografia a Melbourne (Australia). In precedenza Frisia aveva lavorato al Museo Tridentino di Scienze naturali.

Nella conferenza divulgativa "**Dall'Antartide alle Alpi: gli ultimi ghiacciai?**", organizzata in Regione da Dipartimento Protezione Civile e Osservatorio Trentino per il Clima, Frisia ha raccontato il clima su due scale: globale, con inquietanti scenari, e regionale. Ha presentato i primi risultati di ricerche particolari e innovative. La ricercatrice ha raggiunto fama mondiale per l'applicazione di **tecniche per riconoscere gli ambienti del passato e le risposte al clima** in minerali noti come "carbonati", di cui il Trentino è per altro ricchissimo. Il suo intervento ha presentato i risultati sulle cause del collasso delle calotte glaciali e sulla ritirata dei ghiacciai alpini. Spaziando fra ricerche svolte fra Alpi e Antartide, Frisia ha spiegato un meccanismo compreso di recente. "I nostri studi - ha illustrato - mostrano come in Antartide fra la calotta glaciale e la roccia vi sia moltissima acqua, che contiene batteri la cui produzione di

MUSE TRENTO E FONDAZIONE MACH S. MICHELE ALL'ADIGE

I ghiacci dell'Adamello: una storia di clima

San Michele all'Adige (con la palinologa Antonella Cristofori e l'esperto di dna Cristiano Vernesi), insieme al celeberrimo glaciologo dell'Università Milano Bicocca Valter Maggi (un vero

Archivi del passato della vita sul pianeta tra i più efficaci e preziosi, i ghiacciai, le cui superfici vanno riducendosi a causa dell'aumento delle temperature, vengono studiati proprio per capire come sta cambiando il clima

di Maddalena di Tolla Deflorian



L'estrazione della carota di ghiaccio dal ghiacciaio del Mandrone, nel parco Naturale Provinciale Adamello Brenta. Il Mandrone è stato scelto perché è il più esteso e profondo ghiacciaio d'Italia.

acidi ha corrosa la roccia, rilasciando ferro. Nell'ultimo massimo glaciale quel ferro, portatosi nell'oceano meridionale, agiva come propulsore per le alghe, permettendo loro di utilizzare i nutrienti per fiorire, sottraendo anidride carbonica all'atmosfera. Quando questo processo si è interrotto la CO2 ha cominciato ad aumentare. Si tratta di un processo naturale che si somma al contributo umano recente di gas serra. Pensiamo fra l'altro al fatto che sotto l'Antartide si trova molto metano, che potrebbe liberarsi con un ulteriore aumento della temperatura." Frisia ha sgombrato subito il campo da eventuali pensieri assolutori, però: "Per i processi naturali la Terra era giunta ad avere 280 parti per milione di CO2 in atmosfera, oggi, coll'indiscusso contributo umano, siamo a 400 ppm".

Confermano il problema i dati portati da **Alberto Trenti, di Meteotrentino**: "L'innevamento è calato - è la sintesi del suo intervento - soprattutto negli anni Novanta. I dati raccolti dal 1949 a Passo Valles, con minuziosa precisione dal gestore del ristorante, Mario Camin, dicono che nel periodo 1961-1990 c'erano al passo mediamente 7,4 metri di neve per ogni anno nivologico. Nel perio-

do 1991-2015 sono 6,2 metri. Le altre stazioni di rilevamento confermano il trend. La ripresa delle nevicate registrata in Trentino a partire dagli anni Duemila non basta. L'aumento delle temperature medie estive è determinante. Il risultato è l'accelerazione della perdita dei ghiacciai. **In 50 anni abbiamo perso una media annua di un metro di spessore di ghiaccio.**"

Nei giorni successivi al Muse è stato presentato l'interessantissimo e innovativo progetto di ricerca POLLICE, che indaga con metodi mai esperiti in Italia, la componente biotica intrappolata nei ghiacci, alla caccia del dna di piante (attraverso lo studio del polline) e altri organismi. Il nome è il divertente "incrocio" fra polline e Ice (ghiaccio, in inglese). **Secondo gli scienziati è infatti celato nei ghiacci il più completo archivio di tutti i tempi.** Si tratta di un preziosissimo archivio di informazioni sul passato della vita sul pianeta, che con la fusione dei ghiacci perderemo per sempre.

POLLICE è curato dal Centro Ricerca e Innovazione della Fondazione Edmund Mach di

faro nel suo settore), ai geologi del Muse, Christian Casarotto ed Elena Bertoni e alla palinologa Daniela Festi, dell'Università di Innsbruck. Non è finanziato nello specifico e i ricercatori lavorano al di là del normale mansionario. Trattasi di vera passione, com'è emerso anche dall'intervento di Cristiano Vernesi al Muse, **in favore della responsabilità degli umani e della scienza verso la conoscenza e gli ecosistemi.** In marzo è stata estratta una carota di ghiaccio dal ghiacciaio del Mandrone, nel parco Naturale Provinciale Adamello Brenta. Il Mandrone è stato scelto perché è il più esteso e profondo ghiacciaio d'Italia. Il sito di perforazione è a 3.200 metri di quota, nella parte centrale del Pian di Neve, dove si ritiene che il succedersi delle stagioni sia conservato nei differenti strati del ghiaccio. L'avventura della conoscenza prosegue. Scopriremo quanto e cosa riusciremo a preservare ed imparare.

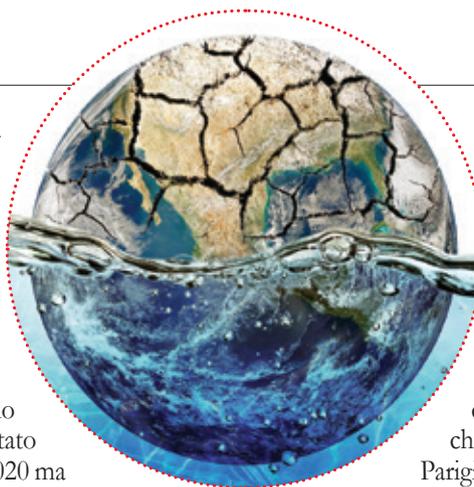


gono giudicate decisive per far pendere la bilancia da una parte o dall'altra o per tenerla in equilibrio se la mettiamo in termini di giustizia ambientale, visto che vaste aree del pianeta (dall'America Latina, all'India all'Africa) hanno indici bassi di emissioni e nessuna responsabilità storica da scontare, ma sono colpite ugualmente dalla crisi climatica. Sul banco degli imputati prima di tutti c'è la **Cina** (e l'Occidente verrebbe da aggiungere, che la utilizza come piattaforma per le sue importazioni a basso costo). Pur essendo incasellato paradossalmente come "paese in via di sviluppo", il continente giallo è responsabile del 30% circa delle emissioni mondiali di gas serra, percentuale in crescita. Un cambiamento di atteggiamento, tuttavia, del governo cinese - consapevole che un bambino che vive in città è come se fumasse 40 sigarette al giorno e non ha nessuna possibilità di recupero davanti a sé - fa sperare in un impegno maggiore di quanto

promesso sulla carta. Il presidente Xi Jinping qualche giorno fa ha annunciato di voler intraprendere un piano di riduzione delle emissioni dal 2017. E passiamo agli **Stati Uniti**, i quali hanno accumulato un notevole ritardo non ratificando il protocollo di Kyoto. Quest'ultimo è stato rinnovato nel 2012 fino al 2020 ma oltre l'80% dei paesi partecipanti si è rifiutato di sottoporsi a vincoli. Kyoto dovrà essere superato da un nuovo protocollo, come previsto a Doha dove si concordò un calendario verso l'adozione di un patto universale sul clima entro quest'anno.

L'ACCORDO TRA USA E CINA

La latitanza degli americani che solo con Obama si sono "svegliati" dal loro sonno interessato, ha comportato una crescita di emissioni del 10% tra il 1990 e il 2012, anziché una riduzione del 7%. La buona notizia però, di pochi mesi fa, è che è stato siglato uno **storico accordo bilaterale tra Cina e Usa**: è la prima volta che i due paesi mettono nero su bianco che faranno retromarcia riducendo le emissioni del 26-28% entro il 2025 e del 32% al 2030. Ancora poco, visto che servirebbe un taglio del 47% per rientrare nei 2 gradi, ma gli Usa hanno mezzi e potenzialità per fare meglio, sem-



pre se il loro Congresso lo consentirà.

La terna dei "grandi emettitori" si chiude con **l'Unione europea**. La quale ha raggiunto il target fissato dal protocollo di Kyoto (-19% di emissioni nel 2012 rispetto al 1990) conseguendo in anticipo anche quello al 2020. In vista di

Parigi, gli europei si sono posti l'obiettivo di una riduzione del 40% al 2030 sul 1990, traguardo che sarebbe in linea con i due gradi; inoltre un +27% dei consumi energetici soddisfatti da fonti rinnovabili e un risparmio tendenziale di energia del 27%. Buoni propositi sì, ma per Edo Ronchi *"le soglie si potrebbero alzare ancora e l'obiettivo andrebbe assicurato con ripartizioni nazionali vincolanti"*.

Il budget a nostra disposizione è ormai limitato, il tempo sta per scadere. Due terzi dei 3.000 miliardi di tonnellate di CO₂ equivalente sono già stati "sparati" nell'aria. Rimane un ultimo terzo, che con i trend attuali di inquinamento verrebbe superato prima del 2040. A quel punto, una volta detto addio ai 2 gradi, che sarebbero imprevedibili, avremmo un pianeta del tutto instabile e fuori controllo. E, forse, come sogna l'astrofisico Stephen Hawking, staremmo facendo le valigie per lasciare la Terra e trasferirci altrove... (www.consumatori.e-coop.it). ●



Sportello assicurativo

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

La dematerializzazione dell'attestato di rischio

Spazio alla modernità e alla semplicità, l'assicurazione cestina la carta. Arrivano nuove regole che contribuiscono a rendere l'assicurazione più semplice.

L'art. 134 del Codice delle Assicurazioni prevede, per tutti i contratti in scadenza dal 1° luglio 2015, la dematerializzazione dell'attestato di rischio: il documento non dovrà essere più prodotto in versione cartacea ma potrà essere consultato dagli assicurati in via telematica nell'area personale sul sito della propria Compagnia. Le informazioni vengono automaticamente memorizzate

in un'apposita banca dati elettronica, che diventa così il riferimento ufficiale per tutte le Compagnie. Sarà comunque possibile ricevere una copia del documento via e-mail.

Che cos'è l'attestato di rischio? È il documento che riporta la classe di merito di appartenenza dell'assicurato ed il numero degli incidenti intervenuti o meno negli ultimi anni. La nuova normativa prevede che esso si trasformi da

statico a dinamico con l'inserimento, nel caso di incidenti, dei dati riguardanti il tipo di danno liquidato (se a persone, a cose o ad entrambi). Come detto, l'attestato viene messo a disposizione sul sito internet della compagnia di assicurazione nell'area riservata alle posizioni assicurative, ma il contraente ha comunque la facoltà di richiedere altre modalità aggiuntive di consegna dell'attestato fra quelle previste dall'impresa: posta elettronica, app, social network, ecc.

Se in sede di stipula del contratto, l'impresa, nel momento di acquisizione telematica dell'attestato, non lo trova presente nella banca dati, acquisisce l'ultimo attestato presente e richiede al contraente una dichiarazione per il periodo residuo che permetta di ricostruire la sua posizione assicurativa. In questo modo è possibile comunque stipulare un nuovo contratto. (a.c.)

assicom
agenzia di assicurazioni

Per i Soci della Cooperazione di Consumo Trentina

SCONTO fino al 30%

su assicurazioni auto - moto - camper

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

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

Fare breccia nel cuore di quelle persone che possono regalare una seconda possibilità di vivere a chi lotta contro leucemie, linfomi e altre patologie del sangue. Questo è l'obiettivo. Ed è per questo che sabato 28 e domenica 29 novembre, i

re donatori di midollo osseo. E permettere così a bambini, giovani, uomini e donne affetti da un tumore del sangue d'iniziare a pensare - concretamente - al grande dono che stanno per ricevere. Grazie a persone di buona volontà che, con un pu-

leucemia, solo in Italia, colpisce 1500 nuovi pazienti l'anno e che, nel caso il donatore di midollo non sia un familiare, la compatibilità con la persona malata ha un rapporto di 1 a 100.000, si comprende come ci sia ancora molto da fare. Ma i volontari di ADMO Trentino non si stancano mai di sperare e di sensibilizzare. Con grande impegno! Perché sanno che il Trentino può essere una provincia da primati.

Sabato 28 e domenica 29 novembre

Il senso dei giovani per il dono: torna nelle piazze trentine "Un panettone per la vita"

I volontari di ADMO Trentino impegnati anche a fine novembre a sensibilizzare le persone perché diventino donatori di midollo osseo

ro atto d'amore, possono ridare loro la vita. Perché i donatori non sono mai abbastanza, anche se, nello scorso settembre, con l'iniziativa "Ehi, tu! Hai midollo?", sono state migliaia le persone tipizzate, e quindi iscritte all'IBMDR, il Registro nazionale dei donatori di midollo osseo. Se ci si sofferma a pensare che la

Info

www.admotrentino.it
tel. 0461.933675
info@admotrentino.it

volontari dell'Associazione Donatori Midollo Osseo tornano nelle piazze trentine con "un Panettone per la Vita", l'iniziativa istituzionale di sensibilizzazione raccolta fondi il cui ricavato servirà a sostenere l'attività dell'Associazione.

Nei punti ADMO allestiti per l'occasione, dove spiccano panettoni e pandori racchiusi in eleganti confezioni, è possibile chiarire dubbi e ricevere tutte le informazioni necessarie per diventa-

Un panettone per la vita si troverà qui

BORGO VALSUGANA	Piazza Martiri Resistenza
BOSENTINO	Mercatini di Natale (anche 6-7-8 dicembre)
CASTEL TESINO	Zona Ai Giardini
CLES	Corso Dante rotatoria e via Bergamo
LEVICO	Corso Dante
MALÈ	Piazza Regina Elena
MARTIGNANO	davanti alla chiesa
MATTARELLO	Piazza Perini
MEZZOLOMBARDO	Corso Mazzini
PERGINE	P.zza Garibaldi e P.zza Municipio
POVO	Piazza davanti alla chiesa
RIVA DEL GARDA	Piazza Cavour e Fiera S.Andrea (30 novembre)
ROVERETO	Mercatino della Solidarietà
SCURELLE	Piazza Maggiore
SOPRAMONTE	davanti alla chiesa
SPORMAGGIORE	
TIONE	Piazza Principale
TRENTO	Via Diaz/Oss Mazzurana
TRENTO	P.zza Oltrecastello (davanti chiesa)
TUENNO	Piazza Alpini
CAMPITELLO DI FASSA	Piazza de Ciampedel

un Panettone per la Vita

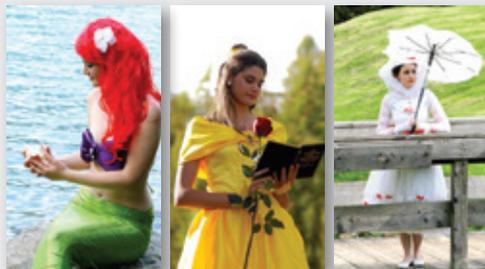
*sabato 28 e domenica 29 novembre
nelle piazze italiane*

ADMO
ASSOCIAZIONE DONATORI
MIDOLLO OSSEO

IL DONO CHE TI DONA
la possibilità di diffondere un dolce
messaggio di speranza... con amore

per conoscere le piazze della vita: www.admo.it

Le fiabe, si sa, aiutano i bambini a interpretare e comprendere la realtà, per scoprire come vincere le proprie paure e crescere, diventare autonomi; le fiabe insegnano che i cattivi e il male esistono, ma che possono essere sconfitti e superati, lottando,



Famiglia Cooperativa S.Vito di Cadore Insieme, le fiabe possono diventare realtà

Il calendario della Famiglia Cooperativa invita a sognare e soprattutto nutrire speranza, partecipando ad un progetto di solidarietà che si occupa di bambini malati di leucemia



Nei negozi della Famiglia Cooperativa S.Vito di Cadore, durante la distribuzione del Calendario 2016 (in questa immagine, la copertina), ci saranno delle urne per raccogliere donazioni a favore della Città della Speranza.

con fiducia in sé stessi, nelle persone vicine, nel futuro. Proprio i messaggi che le fiabe più note da sempre ci donano offrono quest'anno una nuova lettura dei temi cooperativi nel calendario 2016 della Famiglia Cooperativa S.Vito di Cadore:

di mese in mese, i personaggi delle fiabe più conosciute, ma in una veste tutta nuova che li avvicina alla realtà di oggi, offrono a tutti un piccolo spunto di riflessione.

L'idea è nata dalla collaborazione con "Missione Wonderland", un progetto che coniuga due punti di forza delle nostre comunità: il legame con il territorio e l'intraprendenza dei giovani. "Missione Wonderland" è infatti l'iniziativa di un gruppo di ragazzi del Cadore e di Cortina che, con passione, hanno dimostrato come il luogo in cui viviamo possa diventare appunto "Wonderland", il "Paese delle Meraviglie": hanno realizzato i costumi dei personaggi più amati delle fiabe, per poi indossarli e immortalare questi abiti in luoghi meravigliosi del nostro territorio;

il progetto si è concluso dopo oltre un anno di lavoro con la realizzazione del calendario per la Famiglia Cooperativa con le foto dei costumi/personaggi, e con una spettacolare sfilata, il cui ricavato è stato devoluto all'Associazione Città della Speranza, che si occupa di bambini malati di leucemia. Con i calendari 2016 ora si vuol portare avanti il sostegno a questa Associazione, per cui nei negozi della Famiglia Cooperativa S. Vito di Cadore, durante la distribuzione dei calendari, verranno esposte delle urne per raccogliere ulteriori donazioni a favore della Città della Speranza. Con il contributo della comunità si darà ancora più forza all'azione intrapresa dai giovani di "Missione Wonderland", e si aprirà un nuovo anno all'insegna della solidarietà e della speranza. (c.g.)

La Cooperazione di Consumo Trentina ha scelto di sostenere, con una speciale iniziativa nel periodo di Natale, un'attività della Croce Rossa Italiana (Comitato Provinciale di Trento e Comitato Provincia Autonoma di Bolzano-Alto Adige) molto richiesta negli ospedali e nelle case di riposo: è l'assistenza offerta dai volontari Clown di Corsia alle persone, adulti e bambini, che soffrono. Dal 28 novembre al 24 dicembre, nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina sarà possibile acquistare le confezioni di 2 palline per l'albero di Natale, in oltre 12 decori assortiti: per ogni confezione acquistata (prezzo 1,90 euro), 30 centesimi verranno donati ai due Comitati Croce Rossa Italiana della nostra regione. E sempre nello stesso periodo, nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina sarà possibile anche incontrare e



LE MAGIE DI NATALE DISNEY

sono confezioni di 2 palline per l'albero di Natale, in oltre 12 decori assortiti: ogni confezione costa 1,90 euro, 30 centesimi dei quali verranno donati al Comitato Provincia di Trento e al Comitato Provincia Autonoma di Bolzano-Alto Adige della Croce Rossa Italiana

conoscere i Clown di Corsia; ecco qualche appuntamento: 12 dicembre, Coop Trentino di Moena, Coop Trentino di Ravina, KonCoop Bolzano; 19 dicembre, Coop Trentino di Carno e Coop Trentino Tione.

PREZIOSA CLOWNTERAPIA

I volontari Clown di Corsia della Croce Rossa Italiana offrono il loro aiuto negli ospedali, nelle case di assistenza per anziani, nelle case di cura ormai da diversi anni anche in Trentino Alto Adige.

Il Clown di Corsia è una figura nata in America sull'esempio del medico Hunter "Patch" Adams, che per primo ha sostenuto la teoria, avvalorata negli anni da ricerche, secondo la quale in una persona malata (e in particolare ospedalizzata), esiste, accanto ad una sofferenza di tipo fisico, una sofferenza più profonda, psicologica, che si manifesta in forma di tristezza, paura, solitudine. Questa sofferenza non impedisce di per sé la guarigione, ma la rende



Nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina dal 28 novembre al 24 dicembre

A Natale dona un sorriso

Acquistando le palline decorative di Natale sosterrai i volontari Clown di Corsia della Croce Rossa Italiana/Trentino Alto Adige. E contribuirai così a donare un sorriso ai bambini in ospedale, agli anziani nelle case di riposo, a chi ne ha bisogno nelle case di cura

più lunga e difficoltosa, e amplifica la percezione del dolore fisico. Ed è proprio l'attenuazione di questo tipo di sofferenza il fine della clownterapia, e della comicità, una forma di medicina alternativa di cui essa fa parte, come la musicoterapia e simili.

"*Il riso fa buon sangue*" non è dunque solo un detto popolare, ma è confermato ad attente ricerche scientifiche che hanno studiato la comicità e gli esiti della sua applicazione nelle case di cura. In particolare si è osservato che il sorriso, oltre a distrarre la persona dalle proprie sofferenze, ha un'azione positiva anche da un punto di vista biologico: ridere è infatti considerato un esercizio muscolare e respiratorio, e un efficace metodo per stimolare la produzione di endorfine, che abbassano la percezione del dolore e aumentano le difese immunitarie.

L'attività vede questi Clown impegnati nei reparti di Chirurgia Pediatrica e Pediatria dell'ospedale Santa Chiara di Trento, nella Casa di Riposo di Rovereto e in quella di Pergine: armati dell'immanicabile naso rosso, con i loro camici dipinti, le calze spaiate e i colorati pantaloni extra-large e improvvisano scenette, azzardano magie, regalano un palloncino ai pazienti che visitano, siano essi bambini, adulti o anziani.

IN TRENTO ALTO ADIGE

Il Trentino Alto Adige è una regione molto attiva con i Clown di Corsia; i volontari che si dedicano a questo progetto sono circa 50, provenienti da vari Gruppi del Trentino e rispettivamente: Trento, Lavis, Coredò, Mezzocorona, Dimaro, Giudicarie, Vigo di Fassa, Val di Ledro, Folgaria, Pergine, Levico.



L'attività vede questi Clown impegnati nei reparti di Chirurgia Pediatrica e Pediatria dell'ospedale Santa Chiara di Trento, nella Casa di Riposo di Rovereto e in quella di Pergine: armati dell'immanicabile naso rosso, con i loro camici dipinti, le calze spaiate e i colorati pantaloni extra-large e improvvisano scenette, azzardano magie, regalano un palloncino ai pazienti che visitano, siano essi bambini, adulti o anziani.

COME SI DIVENTA CLOWN DI CORSIA

Tutti Clown di Corsia si sono prima preparati per offrire questo tipo di servizio, partecipan-

do ad un corso di tre giorni, che aiuta a riscoprire la gioia interiore, il valore del sorriso, della compassione, dell'amicizia e dell'impegno di gruppo. Durante il corso è presente anche uno psicologo che spiega come difendersi da rischi come il burn-out (disagio psicofisico per eccessivo carico di stress). L'insegnamento si basa su un equilibrio d'alti e bassi emotivi, passando attraverso giochi di fiducia e di comunicazione, tra momenti di forti emozioni personali ed altri più "leggeri" con improvvisazioni teatrali, e poi ancora tecniche di clownerie, ecc. Al termine del corso, superato l'esame finale, s'inizia un tirocinio; la formazione è comunque continua.

I Clown di Corsia non vanno confusi con i clown di animazione: per il Clown di Corsia, spesso meno dotato e preparato, le tecniche di clownerie sono solo il mezzo per mettersi in relazione con il malato, raggiungere con esso un livello di empatia e



In queste foto, alcuni dei volontari Clown di Corsia della Croce Rossa Italiana/Trentino Alto Adige.

fargli provare la sensazione che qualcuno si interessa di lui, rendergli più sopportabile il dolore, in qualsiasi forma si manifesti, fisica o psicologica.



sentire
meglio?
**me lo
merito!**



DA
MAICO
IL MEGLIO
PER IL TUO UDITO
TE LO PUOI PERMETTERE



**VIENI A TROVARCI,
GRANDI NOVITÀ TI ASPETTANO!**

Tutti i nostri servizi, nelle sedi, nelle filiali, nei recapiti o a casa tua

- Ambulatorio con qualificati medici otorini (ORL) nella Sede di Trento. Puoi avere un consulto in breve tempo, oppure anche sul nostro sito www.acusticatrentina.com
- Check-up gratuito dell'udito.
- Demo TV: per sentire bene la TV.
- Assistenza e manutenzione gratuita a vita per i tuoi apparecchi acustici e prove delle nuove tecnologie, senza impegno di acquisto anche a casa tua fino a 6 settimane.
- Agevolazioni economiche a tasso zero (tan 0 taeg 0).
- Assistenza e prove gratuite anche a domicilio in caso di bisogno.
- Tessera "Acusticard" con vantaggi riservati ai clienti.
- Garanzia integrale per 3 anni.
- Assicurazione per smarrimento e furto (modelli di fascia alta).
- Convenzioni con le mutue.
- Assistenza nelle pratiche mutualistiche e per il rinnovo patente.
- Auto navetta gratis per Trento e sobborghi per chi non ha mezzi propri.
- A Trento comodo parcheggio privato fronte negozio

Concessionaria esclusiva per il Trentino Alto-Adige

 *Apparecchi Acustici dal 1978*
ACUSTICA TRENINA
innanzitutto persone

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



La nuova raccolta-punti "Collezione il gusto" premia con gli oggetti in vetro lavorato a mano e le finissime porcellane di una prestigiosa Cooperativa di maestri vetrai toscani

La magia del Natale è da sempre quella della luce, che si moltiplica nei luoghi pubblici e nell'interno delle case, grazie alle illuminazioni più festose, allo sfavillio delle decorazioni, al caldo chiarore di piccoli lumi e candele, fino all'affascinante luminosità di certi pregiati oggetti in vetro, che rapiscono lo sguardo e creano subito un clima speciale di festa. Come il piatto da portata e la grande coppa in vetro pressato lavorato a mano che la nuova raccolta punti dei negozi della Cooperazione di consumo trentina offre dal 20 novembre 2015 al 21 febbraio 2016, accanto ad un altrettanto raffinato servizio di piatti in finissima porcellana. Una bella collezione di oggetti di ottima qualità, di gusto classico, ma dal design molto innovativo: eleganti e facili da coordinare sulle tavole tradizionali come quelle più moderne (e possono anche essere messi in lavastoviglie). Tutti sono firmati da IVV, Industria Vetraria Valdarnese, una Cooperativa fondata da un gruppo di maestri vetrai nel 1952 a San Giovanni Valdarno, nel cuore della

Nei negozi della Cooperazione di consumo trentina fino al 21 febbraio 2016

La tavola si veste di luce ed eleganza



da sempre molto attenta alla propria responsabilità sociale ed etica, ed impegnata nel massimo rispetto dell'ambiente e per la sicurezza delle persone.

LA COLLEZIONE

Dal 20 novembre 2015 al 21 febbraio 2016 ogni 10 euro di spesa (scontrino unico, multipli inclusi) si riceverà un bollino cartaceo, oppure un punto elettronico se si è soci possessori di Carta In Cooperazione. Da subito si potrà scegliere il premio preferito (o comunque entro il 6 marzo 2016) presentando la scheda completa di bollini o la propria Carta In Cooperazione, e aggiungendo un piccolo contributo; ogni scheda

contributo di 8 euro). E chi non è ancora socio, e non ha Carta In Cooperazione, richiedendola riceverà subito 20 punti.



I BUONI SCUOLA

Infine, chi lo preferisce potrà conservare i punti di questa raccolta (cartacei sulle schede apposite, oppure elettronici sulla propria Carta In Cooperazione) per poi richiedere, da marzo 2016, i "Buoni scuola" della seconda edizione di "Cari soci fate i buoni... scuola", l'iniziativa che consente alla scuola alla quale vengono donati i Buoni di **ottenere gratuitamente materiale didattico** (un Buono da 500 punti ogni 50 bollini, o 50 punti su Carta In Cooperazione). Altre info su www.incooperazioneperlascuola.it (c.g.)

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

COLLEZIONA il GUSTO

DAL 20 NOVEMBRE 2015 AL 21 FEBBRAIO 2016

Ogni 10,00 euro di spesa ricevi un bollino per avere magnifici premi.

Se sei Socio possessore di Carta In Cooperazione ricevi i punti in formato elettronico o bastano meno punti per avere i premi.

Fatti Socio oral Ricevi subito 20 punti.

FAMIGLIA KONSUMI coop LINGUITY



SPECIALE PER I SOCI.
Per i soci, possessori di Carta In Cooperazione, bastano meno punti per ottenere i premi della nuova raccolta "Collezione il gusto"

Cinformi ACCOGLIENZA PROFUGHI IN TRENTINO

**Numeri, servizi, costi,
rete dei soggetti attivi**

Chi e quanti sono i richiedenti protezione internazionale accolti in Trentino? Quali i servizi offerti? Quanto si spende per l'accoglienza? Da quali soggetti è composta la rete dell'accoglienza? A queste e altre domande risponde il **Cinformi** (Dipartimento salute e solidarietà sociale della Provincia autonoma di Trento) su www.cinformi.it/. I profughi sono persone che, su precisa richiesta dello Stato italiano, la Provincia autonoma di Trento responsabilmente accoglie; un'accoglienza di cui le famiglie possono essere protagoniste comunicando la propria disponibilità al Cinformi; al 9 ottobre 2015 erano 865 i richiedenti

protezione internazionale, fra accoglienza ordinaria e straordinaria. **È vero che i profughi ricevono 30 euro al giorno?** No, tale cifra è la spesa massima giornaliera che lo Stato riconosce

alla Provincia Autonoma di Trento per l'accoglienza di ogni profugo; la spesa attuale è di 27,50 euro al giorno per persona (vitto e alloggio: 12,50 €; personale: 9,50 €, pocket money, 2,50 €; formazione 1,50 €; generi prima necessità: 1,50 €). I costi per l'accoglienza sono peraltro denaro speso sul territorio trentino. L'onere finanziario dell'accoglienza è sostenuto dallo Stato, che a questo proposito ha stanziato un apposito fondo vincolato.

Alla parola profughi si sente associare spesso la parola "business". Chi ci guadagna? Speculazioni che possono essersi verificate altrove in Trentino non esistono. Esiste invece una rete composta da diversi enti, professionalità e cittadini che garantiscono un'accoglienza che va oltre il soddisfacimento dei bisogni primari (a favore anche di una migliore inclusione sociale), ottimizzando al massimo le risorse. (tratto da www.cinformi.it)



La Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné ha nove negozi, a Baselga di Piné, Bedollo, Brusago, Centrale, Faida, Miola, Montagnaga, Montesover e Nogaré: luoghi dove fare la spesa, ma anche preziosi punti di riferimento quotidiano, per circa 2000 soci, oltre ai tanti clienti.

Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné La spesa in Famiglia Cooperativa avvicina i rifugiati alla comunità

L'esempio dell'iniziativa promossa dalla Famiglia Cooperativa a sostegno dell'accoglienza ai profughi, che vede impegnata l'Agenzia per l'Immigrazione della Provincia Autonoma di Trento

a cura di **Cristina Galassi**

“Chissà se il padre della Cooperazione Trentina, don Lorenzo Guetti, alla fine del 1800 avrebbe immaginato che la Famiglia Cooperativa un giorno sarebbero potute diventare, fra le tante cose, veicolo di integrazione sociale per i profughi, arrivati sulle nostre montagne trentine dalla lontana terra africana. Lui, che fu rappresentante al Parlamento di Vienna delle minoranze etnico-linguistiche del vasto impero Austroungarico, era sicuramente aperto e preparato al confronto con persone di estrazione sociale, lingua e cultura diverse dalle sue”, riflette **Cristina Casagrande, vicepresidente della Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné**, mentre ci racconta del nuovo progetto avviato da qualche settimana dalla Famiglia Cooperativa a sostegno dell'attività di accoglienza dei profughi che vede impegnata l'Agenzia per l'Immigrazione della Provincia Autonoma di Trento.

“Recarsi tutti i giorni in una Famiglia Cooperativa per acquistare i generi di prima necessità – prosegue – è non solo un atto di consumo, ma un momento d'incontro, di dialogo, di socializzazione, quindi di integrazione. Ci è sembrato doveroso, come Famiglia Cooperativa, occuparci di questo nuovo fenomeno, poiché la nostra presenza sul territorio è finalizzata al benessere della comunità, in primo luogo fornendo



i prodotti di qualità al miglior prezzo, ma anche interagendo con la comunità per il suo sviluppo e per il suo benessere, anche sociale. Partendo da questa consapevolezza, ci siamo chiesti dove si recassero a fare la spesa i rifugiati ospitati da qualche tempo sul nostro territorio. Sapevamo che da qualche mese erano presenti una ventina di ragazzi a Miola di Piné, presso una struttura ricettiva turistica, ed eravamo informati anche del recente arrivo di quattro coppie a Piazze di Bedollo, però non li avevamo mai incontrati, perché nessuno di essi era mai entrato in uno dei nostri negozi, che si trovano invece in entrambe le località dell'Altopiano”.

Così avete deciso di prendere contatti con l'Agenzia per l'Immigrazione della Provincia, Cinformi.

Sì, volevamo verificare se era possibile offrire il nostro servizio di fornitura di beni di prima necessità qui, dove i profughi vivono, impegnandoci a garantire, come normalmente accade per i nostri soci e clienti, un'offerta di prodotti di qualità, a prezzi il più contenuti possibile.



E come è andata?

La nostra richiesta è stata subito accolta positivamente dagli operatori che seguono i rifugiati presenti sull'Altopiano: hanno infatti colto immediatamente i risvolti positivi che essa avrebbe potuto avere e a cui nessuno forse prima aveva pensato, tanto che i rifugiati dovevano far la spesa a Trento. La nostra proposta non era tanto di fornire ai rifugiati ciò di cui avevano bisogno, quanto di invitarli a frequentare i negozi del paese. Come forse si sa, i rifugiati ricevono una "carta" che permette loro di rifornirsi autonomamente dei beni alimentari, ma questa "carta" poteva essere usata solo in un supermercato di Trento, il che costringeva queste persone ad inutili trasferte, visto che invece avrebbero potuto accedere allo stesso servizio dove ora vivono. D'accordo con Cinformi ci siamo organizzati e abbiamo creato una nostra Carta che i profughi possono usare nei nostri negozi di Miola e Piazze, dove oltretutto sanno di poter acquistare anche quei prodotti che all'inizio faticavano a trovare.

Ma la comodità del servizio in realtà finisce con l'essere solo uno degli aspetti positivi della vostra iniziativa.

Si, in primo luogo ci siamo impegnati ad offrire a queste persone prodotti di qualità (anche quelli che prima non trovavano) a prezzi sicuramente vantaggiosi. Ma poi noi pensiamo che incontrare questi ragazzi in uno dei nostri negozi a fare la spesa, superata la naturale e comprensibile diffidenza iniziale, permetta di avviare, a piccoli passi, un cammino di conoscenza reciproca.

Perché è importante conoscersi per poter superare la diffidenza.

La diffidenza e la paura si affrontano appunto con la conoscenza, i muri e le barriere si abbattano con il dialogo. Un saluto, un sorriso, una breve conversazione, magari un consiglio sugli acquisti o uno scambio sulle reciproche usanze culinarie rappresentano i primi passi di questo cammino che, mano a mano che i ragazzi acquisiscono dimestichezza con la lingua, può sicuramente essere facilitato. Ciascuno di essi ha alle spalle una storia molto diversa. Provengono da stati africani con culture differenti: Senegal, Ghana, Gambia, Camerun. Nei loro Paesi erano sarti, meccanici, agricoltori, ed hanno diversi gradi di istruzione. Sono giunti sul nostro Altopiano dopo un lungo e pericoloso viaggio, per scappare da violenze, fame e povertà. C'è anche chi è sopravvissuto al terribile naufragio del 18 aprile in cui sono morte centinaia di persone. Hanno voglia di dimenticare e di ricominciare una nuova vita, in Italia o altrove, dove li porterà il destino. Per il momento sono ospiti sul nostro territorio e vederli tutti i giorni a fare la spesa, ci permette di conoscerli e avvicinarli alla nostra comunità. L'integrazione comincia da quotidiani e semplici gesti di accoglienza: questo è quello che ci sta insegnando la nostra esperienza. Un'esperienza

Associazione Il Gioco degli Specchi Il programma radio su cambiamenti climatici e migrazioni

"La nostra Terra. Francesco e la cura della casa comune"

Continua fino al 1° gennaio 2016 il programma di **Radio Trentino inBlu** "**La nostra Terra. Francesco e la cura della casa comune**", in collaborazione con l'associazione Il Gioco degli Specchi, su riscaldamento globale, povertà e migrazioni, a partire dall'enciclica "Laudato si". Ogni venerdì, in diretta dalle 10.35, si alternano al microfono di Antonella Carlin diversi protagonisti, con le loro risposte "al grido della Terra, al grido degli uomini", con la proposta di un modo di vivere più sobrio che rispetti l'ambiente, gli esseri viventi e gli uomini. Le trasmissioni sono replicate il mercoledì alle 19.30, riascoltabili in podcast sul sito www.trentinoinblu.it

Il programma costituisce l'adesione di Radio Trentino inBlu al progetto "**Il rifiuto della Terra. Cambiamenti climatici e migrazioni. Ambiente devastato e migrazioni**", che Il Gioco degli Specchi porta avanti, insieme con Amnesty International Trento, ATAS Onlus, In Medias Res, Ingegneria Senza Frontiere, Yaku e 46° parallelo.

"Le persone comuni si sentono chiedere da decenni di spegnere le luci, di indossare un golf anziché accendere il riscaldamento e di pagare prezzi più alti per i prodotti di pulizia non tossici e per le energie rinnovabili, e poi vedono che ai più grandi inquinatori viene permesso di aumentare le proprie emissioni senza che venga stabilita alcuna sanzione."
(Naomi Klein)



Tutti aspettano i risultati della Conferenza internazionale sul clima di Parigi, 30 novembre-11 dicembre, ma è difficile pensare che arrivi una soluzione da governanti che finora hanno privilegiato l'economia anche in conflitto con l'ambiente e con la vita. È necessario e urgente che l'opinione pubblica faccia pressione su di loro. Per questo **Il Gioco degli Specchi, oltre a questo programma radio, promuove di continuo con i suoi partner incontri e riflessioni, per il pubblico e per le scuole**, sul tema dell'ambiente devastato e delle conseguenti migrazioni forzate.
(MR Mura)



Info:
www.ilgiocodeglispecchi.org



I rifugiati fanno la spesa nei negozi della Famiglia Cooperativa: nella pagina accanto, una foto con la vicepresidente Cristina Casagrande e il direttore Diego Tomasi; in questa foto, eccoli con due dipendenti.

positiva che ci piacerebbe che anche altre Famiglie Cooperative in Trentino possano replicare.

ANCHE A FLAVON

Una iniziativa simile a quella della Famiglia Cooperativa Altopiano di Pinè è stata promossa dalla Famiglia Cooperativa di Flavon; il piccolo paese della Val di Non (500 abitanti) ospita ormai da mesi 20 profughi, che si sono ben integrati nella

comunità. Sempre nell'ambito dell'attività di Cinformi, la locale Casa di accoglienza ha chiesto infatti alla Famiglia Cooperativa di offrire questo tipo di servizio e la Cooperativa si è subito attivata fornendo ai profughi le tessere che permettono di far la spesa in Famiglia Cooperativa.



Il “certificato di esenzione dall’obbligo di comperare regali di Natale” è stato uno dei “prodotti” più originali che i 12.912 visitatori della fiera “Fa’ la Cosa Giusta! Trento” hanno potuto trovare fra i 244 espositori presenti. Sicuramente il più economico, ma certo non il più banale. Quella dei regali di Natale è infatti diventata una vera e propria malattia, che, secondo una analisi di Coldiretti del 2014, basata su un’indagine condotta dalla Deloitte, costa ogni anno agli



zino per non buttarle via, forse ci rendiamo conto che è più vera di quello che si potrebbe pensare a prima vista.

Sul retro, il “certificato di esenzione” propone anche un “vademecum di sopravvivenza nell’orgia consumistica natalizia”, che dà qualche consiglio per chi vuole comunque fare un regalo, “ora che regalare non è più un dovere?”.

Nel “cosa non regalare” vengono dati questi suggerimenti: evitare giocattoli e videogames di guerra, che educano a credere che le vite umane

Buone pratiche natalizie

Un piccolo vademecum per i regali di Natale

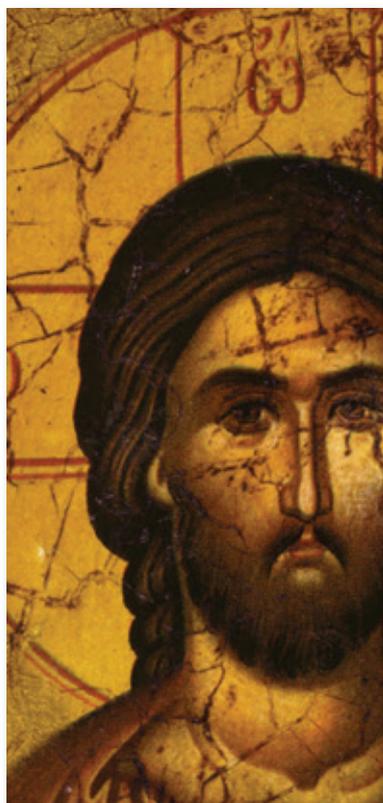
Dal “certificato di esenzione” dall’obbligo di regalare (che si può regalare), agli spunti sulle scelte da fare (e quelle da evitare). Per scoprire ed augurare un Natale più bello

siano pedine; evitare prodotti fabbricati in Paesi dove si tollerano il lavoro minorile, la distruzione dell’ambiente e lo sfruttamento della manodopera; evitare gli articoli pubblicizzati in televisione, che scaricano sulle nostre tasche enormi costi pubblicitari e schiacciano i piccoli produttori di qualità che non possono permettersi grandi budget promozionali; evitare le griffe e i marchi famosi, “che troppo spesso vendono più fumo che arrosto”.

Nel “cosa regalare” questi invece i consigli: scegliere cultura, come libri, dischi e abbonamenti a riviste, meglio quelli di piccoli editori; acquistare prodotti equi e solidali, che tutelano i poveri della terra e fanno gustare sapori non sofisticati; aiutare i bambini a scoprire giocattoli divertenti che stimolano l’intelligenza; scegliere articoli di piccoli produttori di qualità, i prodotti artigianali, i cibi tipici; creare una compilation musicale; fare una donazione a qualche associazione ecologista o contro la guerra e regalare la ricevuta ad una persona cara, come atto diverso dal solito, che racconta cose belle di sé e aiuta a pensare.

A proporre il “certificato di esenzione” (che si può richiedere alla pagina <http://bit.ly/certificato-natale>) e la campagna “Natale più bello senza carrello” è contiamoci.com, il social network delle buone pratiche e delle azioni quotidiane che fanno bene all’ambiente, che si autodefinisce come **“la comunità che collauda su larga scala quei comportamenti che domani saranno normali”**. L’idea che anima il gruppo che l’ha creato è che le “buone pratiche” sono piccole grandi azioni che riducono gli sprechi e difendono il vivente, possono diventare abitudini se funzionano nella pratica, e aiutano a salvare il pianeta se vengono condivise. Ad inizio novembre il sito contava più di 2000 utenti e 700 buone pratiche (fra le quali ad esempio quella di fare il tè freddo senza bollire l’acqua, mettendo la bustina nell’acqua la sera prima) e visitarlo è veramente contagioso.

Sul tema dei regali di Natale, la campagna Bilanci di Giustizia, che i nostri lettori già conoscono bene, aveva iniziato a ragionare qualche anno fa, producendo l’immagine qui a fianco, che è il biglietto di auguri che questa rubrica vuole “inviare” a tutti i suoi lettori. Auguri! (d. pedrotti)



Quando vi ho detto di comprare tutta quella roba per festeggiare il mio compleanno?

www.buynothingchristmas.org

Il biglietto di auguri, della campagna “Bilanci di Giustizia”, e, in alto, il “certificato di esenzione dall’obbligo di comperare regali di Natale”, di contiamoci.com

nella calca dei negozi, a ridosso di quella che è ormai diventata più una festa di oggetti, che di relazioni. La più significativa ci sembra essere la prima: *“la quantità di amore verso il ricevente non è mai proporzionale al costo economico del regalo”*.

L’idea è quella di regalare questo “certificato” ai propri amici, appunto per esentarli dai farci un regalo, e il suo “lato A” si conclude con quella che potrebbe sembrare una

provocazione: *“Infine si fa notare che il più utile regalo, che il Titolare riceverà per questo Natale, è probabilmente il presente documento”*. Eppure se ripensiamo a quanto spesso abbiamo ricevuto oggetti che ci hanno costretto a fare facce di circostanza quando li abbiamo ricevuti, e a trovarli un posto nello sgabuz-



Santa Lucia, San Nicolò, Babbo Natale, la Befana...: ecco il periodo dei regali, dei segni di gratitudine, dei pacchetti di buon augurio. Fare un dono (o riceverlo) dovrebbe essere un piacere, ma spesso la fretta o i dubbi rendono stressante questo gesto e lasciano cadere la scelta su oggetti banali. C'è pe-

Inoltre, le cooperative sociali si trovano in tutto il territorio e per comprare il dono giusto non occorre necessariamente percorrere tanti chilometri: oltre alle numerose realtà a Trento, Rovereto, Pergine Valsugana o Riva del Garda, sono molte le

Regalare solidarietà Un regalo di valore. Anzi, di valori

rò un modo per fare del regalo un gesto sicuramente benefico e quindi apprezzato: donare i prodotti della cooperazione sociale.

Le cooperative sociali presenti sul territorio offrono infatti molte idee per un regalo personalizzato e originale: dalle decorazioni all'oggettistica in feltro, stoffa o carta, dagli addobbi per l'albero di Natale ai cesti con prodotti biologici e tipici del Trentino e molto altro.

Tutti i prodotti sono realizzati con professionalità e precisione e diventano un regalo con un valore aggiunto perché fatti anche da persone con svantaggi di natura fisica, psichica o sociale, coinvolte in attività d'inserimento lavora-

tivo e inclusione sociale e che grazie a questi progetti hanno modo di non sentirsi "esclusi" e acquisire capacità e competenze utili per il mondo del lavoro.

cooperative nelle valli presenti con i propri prodotti alle iniziative durante le festività, come i Mercatini di Natale di Rovereto e Cavalese.

A Castello Molina in Val di Fiemme la coop OLTRE (tel. 0462-235298) - che dal 2003 affronta i bisogni legati alla sofferenza psichica - realizza nei suoi laboratori occupazionali piccoli manufatti in feltro, come pantofole di diversi colori e og-



Prodotti d'artigianato, alimentari e cosmetici. Originali, di ottima qualità, sostenibili e solidali, perché fatti un po' in tutto il Trentino dalle cooperative sociali

di Thomas Pastorino



In queste foto i regali di: n. 1 e 11, Coop Oltre; n. 2 e 9, Coop Punto d'approdo, Le Formichine; n. 3, Coop Eliodoro; n. 4 e 8, Coop GSH; n. 5 e 7, Coop Terre Alte; n. 6 e 10, Coop Amalia Guardini; n. 12 (pagina seguente), Coop Gruppo 78.



getti in legno come cornici per fotografie, che si possono trovare in vendita anche presso la Famiglia Cooperativa a Vigo di Fassa e presso i mercatini locali. La **cooperativa sociale agricola TERRE ALTRE** (tel. 345-5564255) realizza con i propri prodotti cosmetici, come shampoo, saponi alle erbe officinali e unguenti all'arnica, oltre a creme di radichio e rape rosse, sciroppi e mostarde.

Due le cooperative in Val di Non che propongono idee per i regali: **CASA ZAMBIASI, con sede a Denno** (tel. 0461-655609), offre cesti in vimini intrecciati a mano, portapenne realizzati con il *decoupage*, sottopentola in ceramica, addobbi, decorazioni chiudi-pacco realizzate dagli utenti del Centro Occupazionale Adulti-Anziani. Sono disponibili anche cesti di varie dimensioni che contengono miele, infusi,

crema viso o mani e altri prodotti del territorio noneso. La **cooperativa GSH di Cles** (tel. 0463-424634) per le festività propone sei pacchi dono, tutti personalizzabili nei contenuti, con prodotti alimentari e vere specialità artigianali provenienti dalle migliori aziende locali, confezionati e arricchiti da una speciale borsa in stoffa dipinta a mano dagli utenti dei centri occupazionali che ospitano persone con disabilità.

A **Riva del Garda la cooperativa ELIODORO** (tel. 0464-520116) realizza confezioni regalo per ditte, enti o privati con prodotti culinari e cosmetici acquistati da aziende locali e che possono essere personalizzati a seconda delle esigenze; il confezionamento dei regali viene creato con decori, colori, nastri, biglietti d'auguri in base alle preferenze del cliente.

In **Vallagarina** sono tre le realtà sociali: la **cooperativa GRUPPO 78 di Volano** (tel. 0461-950256 e 0464-433063), propone due diversi pacchi dono con prodotti biologici della propria azienda agricola "**Mas del Gnac**" (crauti, composta di



12

albicocche, more e ciliege, sciroppo mandarino o arancia, passata di pomodoro) confezionati dagli utenti affetti da sofferenze mentali del centro di avviamento al lavoro Talea e del laboratorio di Isera.

Piccoli astucci con gufetti ricamati e simpatici addobbi e decorazioni natalizie sono le proposte della **cooperativa roveretana PUNTO D'APPRODO** (tel. 0464-422049), tramite il laboratorio d'inserimento lavorativo "**Le Formichine**" in cui sono coinvolte donne che stanno vivendo un momento di difficoltà. Questi prodotti sono in vendita presso la sede, i **Mercati di Natale di Rovereto** e ogni giovedì mattina al **Mercato dell'Economia Solidale in piazza Santa Maria Maggiore a Trento**, assieme ad altre realtà della cooperazione sociale. Presso la **sede di Rovereto della cooperativa AMALIA GUARDINI** (tel. 0464-490615), infine, è possibile acquistare ornamenti per l'albero di Natale, piccoli manufatti per la casa e caldi berretti di vari colori per combattere il pungente freddo invernale, realizzati dalle persone diversamente abili della cooperativa, ad ultimazione dei percorsi di formazione scolastica.

Inizia a far freddo, si montano le prime luminarie e in tv abbondano spot di panettoni e regali. E tornano i Negozi di Natale di Emergency, giunti alla 17ma edizione. Anche quest'anno saranno 16 le città coinvolte: Torino, Bologna, Napoli, Padova, Trento, L'Aquila, Genova, Brescia, Bari, Reggio Emilia, Firenze, Forlì, Livorno, Ferrara, Roma e Milano.

I Negozi di Natale sono veri e propri negozi, dove si potranno acquistare oggetti provenienti dai Paesi in cui opera Emergency e prodotti offerti da

Trento, Fondazione Caritro, in via Garibaldi 33

IL NEGOZIO NATALE EMERGENCY 2015

I regali più belli e la solidarietà al Programma Italia

imprese, aziende e negozi che intendono sostenere l'attività umanitaria dell'associazione. Troverete **giocattoli, libri, prodotti di bellezza, bigiotteria, vini, gourmanderie, tessuti, oggetti di design, gioielleria, accessori e abbigliamento d'importanti marchi italiani**, i gadget di Emergency, l'artigianato afgano con le borse colorate, realizzate a mano dalle donne della cooperativa Silkroadbamiyan, i famosi vetri di Herat, le pashmine e gli scialli ricamati. Per regali aziendali non mancheranno i cesti natalizi personalizzabili.

Il negozio di Trento sarà inaugurato sabato 12 dicembre e rimarrà aperto fino a giovedì 24 dicembre (dal lunedì al venerdì ore 14-19, sabato, domenica e 24 dicembre ore 10-19), anche quest'anno nei locali messi a disposizione dalla Fondazione Caritro, in via Garibaldi 33.

Tutti i fondi raccolti in questa edizione saranno devoluti al PROGRAMMA ITALIA di Emergency ([hwww.emergency.it/italia/index.html](http://www.emergency.it/italia/index.html)).

Nonostante sia un diritto riconosciuto, anche in Italia il diritto alla cura è spesso disatteso: migranti, stranieri, poveri spesso non hanno accesso alle cure di cui hanno bisogno per scarsa conoscenza dei propri diritti, difficoltà linguistiche, incapacità a muoversi all'interno di un sistema sanitario complesso. Da questa consapevolezza nascono gli interventi di Emergency in Italia: oltre 165.000 prestazioni offerte dal 2007 al 31 dicembre 2014. A eccezione di alcune figure che garantiscono la continuità e l'organizzazione del servizio, lo staff del Programma Italia opera a titolo gratuito.

Negozi di Natale di Trento:
tel. 3391242484, 3403035203
natale.trento@emergency.it





L'educazione è una responsabilità di tutti: ciascuno nel proprio ruolo, con le proprie competenze e risorse può/ deve contribuire. Al Festival della Famiglia ci s'interrogherà su come l'educazione possa diventare impegno collettivo

di Silvia de Vogli

ganizzazioni internazionali, di enti regionali e locali, ma anche del mondo dell'associazionismo come **Francesco Belletti** Presidente Forum delle Associazioni familiari, **Giuseppe e Raffaella Butturini**, Presidenti Associazione Nazionale Famiglie Numerose e **Paola Panzeri**, Confederation of family organisations in the European Union, Bruxelles (B). Non mancherà

Festival della Famiglia, a Riva del Garda il 4 e 5 dicembre

L'educazione ci sta (sempre) a cuore! Le Comunità educanti al Festival della famiglia

L'educazione è una responsabilità di tutti attorno alla quale si costruisce il futuro del Paese. Questa consapevolezza, che ha dato origine a EDUCA, il festival dell'educazione nel 2008, diventa oggi il tema della IV

edizione del Festival della Famiglia, che si terrà a Riva del Garda il 4 e 5 dicembre e sarà intitolata **"Comunità educanti per il benessere sociale e la competitività dei territori"**.

Il programma della manifestazione, alla cui costruzione ha contribuito il gruppo promotore di EDUCA, si basa sulla convinzione che l'educazione non possa essere delegata ai deputati "tradizionali" e agli esperti: per paradosso, infatti, l'affidamento esclusivo a genitori, insegnanti e alle agenzie formative specializzate finisce spesso per trasformarsi in un loro abbandono, in un senso di solitudine e disorientamento. Pensare ad una comunità educante, per converso, significa ricollocare l'educazione come questione cruciale della polis, poiché riguarda tutti - ciascuno nel proprio ruolo, con le proprie competenze e risorse e il proprio sguardo sul presente - e a tutti chiede di partecipare. Al Festival della Famiglia, con l'aiuto di esperti e attraverso la descrizione di esperienze concrete, ci s'interrogherà su come l'educazione possa diventare impegno collettivo; come si raccordino le politiche per il benessere familiare con quelle educative e infine se esista un nesso tra politiche per la famiglia e quelle per lo sviluppo.

GLI ESPERTI

Tra gli esperti **Carlo Mochi**, presidente ForumPa, accademici come **Leonardo Becchetti** dell'U-

niversità Roma, rappresentanti di istituzioni nazionali come **Ermenegilda Siniscalchi**, Capo Dipartimento per le politiche della Famiglia della Presidenza Consiglio dei Ministri nazionali; di or-



la presentazione di esperienze concrete come quella di padre Antonio Loffredo parroco del Rione Sanità di Napoli e direttore della Catacombe; di Salvatore Rizzo della Fondazione di Comunità di Messina, di Gino Mazzoli responsabile dei Laboratori "Spazio comune" a Bergamo e Roman Graboell, Quartersmanager a Lipsia.

Esperienze che dimostreranno come sia ancora possibile costruire e promuovere opportunità nelle quali diversi soggetti (famiglie, giovani, insegnanti, imprenditori, ricercatori, esponenti della società civile e del terzo settore, ecc.) possono



"L'educazione mi sta a cuore!" Nel concorso per le scuole, i bambini e i ragazzi dicono la loro

La campagna culturale "L'educazione mi sta a cuore!", lanciata lo scorso aprile a EDUCA e che si celebrerà ogni anno il primo giorno del Festival, è diventata ora anche un concorso per le scuole. La campagna è nata dalla convinzione che l'educazione sia passione per il futuro e invita tutti a dirlo... con il cuore!

Ma cosa ne pensano i bambini e i ragazzi che abiteranno quel futuro? Cosa ci mettono loro nel cuore? Il concorso, promosso con il sostegno di Federazione trentina della cooperazione e Cassa centrale

Banca, vuole dare loro voce, ascoltare per capire e costruire insieme il domani. Bambini e ragazzi potranno dire la loro con un'opera (un video, un disegno, una scultura, una canzone, un elaborato scritto) e magari vincere un buono per viaggi studio. Il regolamento del concorso e le modalità di partecipazione su: www.educaonline.it



tornare ad essere protagonisti attivi e consapevoli della vita del proprio territorio: nella ri-generazione e valorizzazione di spazi e beni collettivi; nella costruzione di nuove forme di mutualità e supporto reciproco; nella proposta di spazi inediti di confronto e riflessione; nella sperimentazione di nuove forme di sostenibilità; nella creazione di nuove possibilità di occupazione.

COMUNITÀ EDUCANTI: LAVORI IN CORSO

Dal 27 novembre al 3 dicembre il Festival sarà preceduto da una serie di eventi sul territorio provinciale tra i quali il seminario organizzato da Con.Solida

intitolato *“Costruire insieme comunità educanti: lavori in corso”*. Durante questo appuntamento, cui parteciperà il professor Ivo Lizzola dell'Università di Bergamo, si racconteranno le esperienze di alcune delle molte cooperative che oggi stanno re-interpretando il loro ruolo di imprese sociali, tentando di andare oltre la residualità in cui viene spesso confinato l'intervento educativo, aprendo nuove forme di dialogo, ideazione e collaborazione con le famiglie, le istituzioni, la società civile.

TRENTINO DEI BAMBINI

Nelle giornate del Festival, inoltre, grazie alla collaborazione di associazioni e cooperative, bambini e ragazzi con i loro genitori e insegnanti potranno partecipare a laboratori creativi, prove sportive, giochi e animazione nello spazio del Palameeting di Riva coordinato da “Trentino dei bambini”.

Per info e iscrizioni (gratuite):

www.trentinofamiglia.it

www.festivaldellafamiglia.eu



Vita frenetica tra lavoro e famiglia, informazioni spesso incomplete, sportelli affollati, sono alcuni dei problemi legati all'organizzazione domestica di tutti i giorni, ma ora, con Familydea.it, i trentini potranno avere risposte veloci e servizi sostenibili, con un semplice clic e comodamente da casa. Dall'assistenza domiciliare al babysitting qualificato,

Familydea.it

I servizi per la famiglia a portata di click

Servizi per gli anziani, per i figli, per la casa: garantiti dalla Cooperazione sociale trentina, ora anche in Trentino si acquistano on-line

trentina che le famiglie possono trovare ed acquistare sul portale di e-commerce Familydea entrato da qualche giorno anche in Trentino.

Dopo Bolzano, Bologna, Padova, Milano, Como, Monza-Brianza, Pavia e Udine, finalmente prende il via anche nella nostra

SERVIZI IN SETTE AMBITI

Accedendo al portale, le famiglie trentine possono ricercare il servizio di cui necessitano in sette ambiti: infanzia e adolescenza, cura e salute, scuola ed istruzione, gestione casa, consegne a domicilio, anziani e servizi vari. Dopo aver selezionato ad esempio “Sartoria” o “Corsi di lingua” la famiglia può acquistare il servizio inserendo i propri dati e pagando, in modo sicuro e veloce, con carta di credito, paypal, bonifico o contrassegno. Scegliendo un professionista si può visualizzare la foto, la scheda e i contatti. Il tutto avviene comodamente da casa.

IL MARCHIO “BUY SOCIAL”

Nell'ambito del progetto Familydea è nato il marchio registrato “Buy social” che garantisce al consumatore l'acquisto di beni o servizi prodotti da cooperative e organizzazioni del Terzo Settore promuovendone l'identità sociale e stimolando comportamenti di acquisto e di consumo responsabile.

Tutti possono usufruire dei servizi; così come tutte le cooperative sociali che rispondono a criteri di eticità e qualità possono entrare nella rete. (Valentina Deconcini)

Per informazioni

www.familydea.it/trento



dalle proposte di attività motorie alle consulenze del nutrizionista per la terza età, ma anche catering, traslochi e sgomberi, giardinaggio, pulizie straordinarie e di sanificazione. Sono questi alcuni dei servizi offerti dalla cooperazione sociale

Provincia l'avventura di Familydea.it: vetrina di servizi, situati in tutto il territorio trentino, che promuove qualità a costi sostenibili, insieme a un'informazione qualificata e utile a supporto delle scelte quotidiane delle famiglie: oltre alla possibilità di acquistare un servizio, sul sito Familydea.it, si trovano infatti notizie utili, approfondimenti e guide ai servizi.

ROVERETO, FAMILY SCHOOL 2015-16

Buone idee per la famiglia (ma non solo)

Ritornano anche quest'anno gli appuntamenti di Family School, una "scuola" che si pone l'obiettivo di diventare luogo permanente di confronto e scambio di idee per aiutare le famiglie, ma anche le coppie non ancora famiglia, ad affrontare le criticità della nostra società, i problemi della vita di coppia, a riconoscere i valori, sviluppare le capacità genitoriali, favorire le competenze e valorizzare i ruoli. Gli ambiti di intervento sono vari e toccano aspetti teorici ma anche quelli più pratici della gestione familiare.

La Family School, che si svolge da novembre 2015 ad aprile 2016, si articola in corsi (per i quali è richiesta un'iscrizione) e conferenze e cicli di incontri (liberi e gratuiti), distinti per tre aree di

intervento: idee per riflettere, idee per la salute, idee per la vita in casa

Tutte le informazioni sulle iniziative Family School sono sul sito del Comune di Rovereto www.comune.rovereto.tn.it oppure si può telefonare all'ufficio Promozione Sociale del Comune di Rovereto: 0464/452221-180.

Ecco gli argomenti in programma.

CORSI GENITORE-BAMBINO: mammafitt; giocando con il corpo assieme al proprio figlio; a bi bo; il piacere di imparare a scrivere; in gioco con lo yoga; con chi parli; in cucina con papà

CORSI (solo per adulti): ago & filo (per principianti); il folletto protettore (per mamme in attesa); spunti per un lavoro su di sé

CONFERENZE E CICLO DI

INCONTRI: Conoscere le farine per usarle al meglio; Educare oggi, una speranza possibile; Perché esistono le allergie; Il giudice di pace, competenza civile; Il giudice di pace, competenza penale; Educare persone, costruire bene comune; Quando allenare è educare; Se dovesse succedere saprei cosa fare; pronto soccorso domestico; Difensore civico; Mangiare meno o muoversi di più; Sviluppo professionale; Garante dei minori; La banca: amica o nemica?; Mediatore civile; Bolletta Trenta Energia 2.0; Testamento biologico in Italia.

Cooperativa La Coccinella in radio: Volo Libero

Ecco perché è importante iniziare ad apprendere le lingue in tenerissima età

Ènuovamente in onda su **Radio Trentino InBlu "Volo Libero"**, il programma radiofonico della cooperativa La Coccinella di Cles: 16 appuntamenti, 16 argomenti approfonditi con esperti, scrittori, educatori, pedagogisti al mattino (8.45) e alla sera "Il Racconto di Volo Libero" (19.05), una breve fiaba classica narrata in tre lingue diverse.

Mercoledì 2 dicembre, alle 8.45, si parlerà di lingue straniere e primissima infanzia con Michele Daloso, docente del Dipartimento di Studi Linguistici e Culturali Comparati dell'Università Cà Foscari di Venezia, nonché consulente della Provincia di Trento per il progetto di legislatura sul trilinguismo. Ecco un'anteprima.

Perché è importante iniziare l'apprendimento delle lingue sin dalla primissima infanzia?

L'indicazione delle neuroscienze, rispetto anche solo all'accostamento ai suoni di un'altra lingua, è: "prima è, meglio è". Le neuroscienze ci dicono, infatti, che c'è una finestra temporale privilegiata per l'apprendimento delle lingue ed è quella tra 0 e 6 anni. La questione, perciò, non è se avvicinare o no i piccolissimi ad una lingua o più lingue straniere, ma capire come deve essere fatto. La metodologia è fondamentale. Pensando a bambini non ancora scolarizzati, non si può parlare d'insegnamento formale, ma piuttosto di un accostamento spontaneo e naturale ad una lingua viva, coinvolgendo i piccoli in attività ludiche, routinarie e sensoriali.



Permangono a volte tra genitori ed educatori alcuni pregiudizi sul bilinguismo infantile, sono giustificati?

Talvolta la preoccupazione dei genitori e degli educatori è che l'apprendimento precoce di lingue straniere abbia delle conseguenze negative

sullo sviluppo della lingua madre. È una preoccupazione legittima, ma non vi sono prove scientifiche inconfutabili circa la sua fondatezza. Certamente, non è raro che bimbi molto piccoli, accostati a lingue diverse, utilizzino in una stessa frase termini della lingua madre e termini stranieri, ma questo non è altro che un'elaborazione creativa di ciò che i bambini stanno ascoltando. Questi fenomeni di interferenza linguistica vanno considerati in un'ottica evolutiva e con la consapevolezza che è una delle fasi dell'apprendimento che porterà il bambino ad un rafforzamento della sua competenza linguistica trasversale. I bambini esposti a diversi codici, ad esempio, sono spesso più "comunicativi", perché hanno sviluppato un'ampia gamma di strategie linguistiche e comunicative per capire e farsi capire in un'altra lingua. (A. Gerola)

Tutte le puntate sono riascoltabili dal sito www.trentinoinblu.it

Riva del Garda, ex Cinema Roma La mostra degli antichi presepi

I maestri napoletani sono i migliori al mondo nella realizzazione dei presepi e Riva del Garda ospita, per la settima edizione, "Presepi napoletani", la rassegna artistica e culturale che propone il meglio dell'arte della rappresentazione sacra; la mostra, allestita nell'atrio dell'ex cinema Roma a Riva del Garda, è curata dall'Associazione socioculturale e ricreativa "Amici del Trentino" (tutti esponenti campani ormai da anni divenuti nostri concittadini) e si aprirà l'8 dicembre per chiudersi il 6 gennaio 2016 (ingresso gratuito; orario: 10-12.30 e 15.30-18.30).

Il tipico "Presepe napoletano" rappresenta la nascita di Gesù, le scene e le attività che sono quelli del '700, un'epoca in cui Napoli rinasceva, anche grazie al re Carlo III di Borbone, che ne aveva fatto la sua capitale. Nella reggia che si era fatto costruire a Caserta, è custodito uno splendido presepe (il secondo più grande al mondo), ricchissimo di costumi e particolari. Anche oggi i materiali utilizzati dagli appassionati artigiani, autentici artisti dalla perizia sublime, sono il sughero pressato in fogli e in tavolette di vari spessori, la corteccia di sughero, fogli di legno multistrato, colla vinilica e colla di pesce a caldo, vetro per gli occhi, stoppa e fil di ferro per la struttura, seta per gli abiti.

La mostra "Presepi napoletani" ha il patrocinio del Comune di Riva, della Comunità Alto Garda e Ledro e della Fondazione "Oreste Bertè".



Info: www.amicideltrentino.it

Rovereto, 31 dicembre Nel presepe del mondo

Lo spettacolo/concerto, una sequenza di brevi performance teatrali e brani musicali tradizionali sul tema della Natività e con le diverse sonorità dei luoghi visitati, è un viaggio in otto Paesi del mondo per raccontare paure e prospettive di vita di chi trascorrerà il Natale in situazioni di povertà, guerra e privazione dei fondamentali diritti umani.

I testi presentati, scritti dalla stessa regista, Gloria Gabrielli, sono le parole che queste madri sussurrano al proprio figlio per farlo addormentare

sereno nell'attesa del Natale. Nonostante la povertà, il dolore e la miseria, queste madri hanno il sorriso sulle labbra e nel cuore perché sono riuscite a trovare un bel regalo di Natale per il loro figlio. Ogni infante, deposto via via in una diversa mangiatoia accanto a Gesù Bambino, acquisterà il suo stesso valore e la stessa forza evocatrice e rinnovatrice. Il testo guida che ha permesso la sintesi dei contenuti trattati è la Sesta edizione dell'Atlante del-

le guerre e dei conflitti del mondo, pubblicato dall'Associazione 46°parallelo di Trento. (www.atlanteguerre.it)

Lo spettacolo è inserito nel programma del Natale dei Popoli della città di Rovereto e promosso dal Comitato delle associazioni per la Pace e i Diritti Umani di Rovereto e l'associazione Tam Tam per Korogochu con il coordinamento Vallagarina delle ass. per l'Africa.

Rovereto, 31 dicembre 2015, ore 20.45, Sala Filarmonica, Corso Rosmini 86. Ingresso libero. Seguirà la tradizionale fiaccolata per la pace, la giustizia e l'accoglienza. Panettone, tè e brindisi per tutti.



Riva del Garda, 6 gennaio Appuntamento con la Befana

A Riva del Garda arriva ogni anno la speciale befana subacquea, che emerge dalle fredde acque del lago di Garda, per portare doni ai bambini che l'aspettano. Una grande festa per i bambini e le loro famiglie, e un'iniziativa che ha come sempre finalità benefiche, organizzata grazie alla collaborazione di tante associazioni, gruppi e comitati del territorio e aziende. Testimonial della Festa sarà Loredana Cont.

Ecco il programma: alle 10 apertura della Festa e sfilata per le vie del Centro Storico della Banda sociale di Drò e Ceniga; alle 10.30 inizio dei

giochi in Piazza e alle 11 Concerto in Piazza della banda Sociale di Drò e Ceniga. Alle 11.30, inizio della distribuzione prodotti enogastronomici a cura di Pro Loco Rione Degasper, Polentari della Val di Ledro, Gruppo amici di Verona del Riso, A.N.A. Gruppo di Riva del Garda. Dalle 13 alle 14.30 distribuzione gratuita dei biglietti per il ritiro dei doni ai bambini presenti; alle 13.15 spettacolo "Clown Girasole Show" in piazza e alle 14.45 finalmente arriva la Befana Subacquea, che esce dalle acque del lago di Garda e porta doni a tutti i bambini presenti.

APPUNTAMENTI IN LIBRERIA

sabato 5 dicembre ore 14-15:30-17



Tante Storie con MASHA E ORSO. Saranno presenti i personaggi del famoso cartone animato. L'ingresso è gratuito ma invitiamo ad informarsi

sulle modalità di accesso telefonando allo 0461-993963.

martedì 8 dicembre ore 11, età 2-3 anni e ore 15:30, età 4-6 anni.

Magiche emozioni di Natale! Lettura animata seguita da un breve laboratorio, dedicata alla felicità e allo stupore, per raccontare le emozioni che lo spirito del Natale porta con sé. A cura di Fabuline.

giovedì 10 dicembre ore 18-19:30

Perché non dormi? Esperienze a confronto: proposte operative per genitori disperati. Incontro dedicato ai problemi del sonno infantile, per genitori di bambini dai 0 ai 4 anni. A cura della dott.ssa Serena Costa e della dott.ssa Elisabetta Vanzetta.

sabato 12 dicembre ore 10:30, età 3-4 anni e ore 15:30 età 5-7 anni

Tell me a... Christmas Story! Storie facili in lingua inglese per i più piccoli e i loro genitori, seguito da un breve laboratorio artistico. A cura di Alessia Carli, artista e insegnante.

domenica 13 dicembre ore 15:30, età 3-6 anni

Racconti felici. Letture ad alta voce per genitori e bambini. Sarà offerta la merenda! A cura de La Libreria Erickson in collaborazione con il gruppo di lettori volontari del progetto Leggo Forte. **Partecipa anche tu come lettore. Contattaci per sapere come!**

domenica 20 dicembre ore 15:30, età 4-8 anni

Storie in musica: raccontare e cantare. Un viaggio emozionante tra musica e parole attraverso i racconti di Paola Farinati e canzoni scritte e interpretate da Adriano Vianini, musicista e maestro nella scuola dell'infanzia.

I laboratori sono gratuiti ma è necessaria la prenotazione. Tel. 0461-993963. La Libreria Erickson è in via del Pioppeto 24 a Gardolo. Seguici su [facebook.com/LaLibreriaErickson](https://www.facebook.com/LaLibreriaErickson)
APERTURE STRAORDINARIE
DI DICEMBRE: domenica 6, 13 e 20 dicembre: ore 10-13 e 15-18.

Tutti desideriamo la felicità dei bambini, che siano i nostri figli oppure no, vogliamo che stiano bene, che sorridano e che vivano emozioni positive, proteggendoli a volte però un po' troppo. La felicità è una delle cosiddette emozioni di base, tra le prime ad essere vissute e riconosciute



di non confondere la semplice gratificazione con emozioni più profonde. Infatti nella prospettiva di favorire il benessere può risultare spesso necessario restare in contatto anche con le emozioni negative, anch'esse funzionali ad un benessere visto in termini più globali e a lungo termine. Chi di voi s'interessa al cinema per ragazzi avrà avuto modo di recente di vedere *Inside out*, il film di animazione che

Prendersi cura della felicità

Voglio farti felice

Cosa rende felici i nostri bimbi? Passare del tempo con loro. Le coccole ad esempio permettono di scambiare tanti tipi di emozioni: quelle che richiedono consolazione al pari di quelle che sprigionano gioia

a cura di **Alessandra Cavallin***

te. Paradossalmente però siamo così focalizzati a proteggere la loro salute e la loro psiche che dimentichiamo di fare le cose che li rendono felici. Siamo tutti presi dall'evitare che piangano, si arrabbino o che si rattristino, che dimentichiamo di cercare del tempo vero per stare con loro, e condividere momenti felici. **Concentrati sul non farli piangere, ci dimentichiamo di farli ridere.** D'altra parte nella vita capita spesso, non solo con i bambini: siamo così preoccupati di invecchiare per esempio da scordarci di godere della nostra età. Anche con i bambini succede di spendere tante, troppe, energie su qualcosa che non è in nostro potere, pensando di rispondere alla loro richiesta di felicità, mentre li stiamo solamente riempiendo di oggetti *felici*. Le coccole potrebbero essere il segreto: coccolare è molto diverso dal viziare rispondendo ad ogni capriccio di un bambino per timore di crearli frustrazione per un no o per un'emozione negativa. Le coccole ci permettono di scambiare affettuosamente tanti tipi di emozioni, quelle che richiedono consolazione al pari di quelle che sprigionano gioia.

Claudia Peridighe, psicoterapeuta e autrice de *Il linguaggio del cuore* (Erickson, 2015) consiglia di promuovere il benessere dei propri figli, **chiedendosi che cosa li renda felici e non quanto siano felici**, ovvero impegnarci a riconoscere quali siano i comportamenti che favoriscono il loro benessere, cercando

ci ha fatto conoscere da vicino alcune emozioni che ci abitano fin da piccolissimi come Gioia, Tristezza, Rabbia, Paura e Disgusto. In tanti abbiamo amato Tristezza, la vera e inaspettata eroina della storia.

Anche l'editoria per ragazzi ha negli ultimi tempi posto un'attenzione particolare sul tema della felicità nella prospettiva del diritto dei bambini di essere accolti e riconosciuti nella loro interezza e pecu-

liarità. **I bambini devono essere felici. Non farci felici** (EdiCart, 2015) scritto da Elisabetta Rossini e Elena Urso è un piccolo libro illustrato che si rivolge anche agli adulti. Nasce dalla raccolta dei post più belli inviati alla nota pagina Facebook delle autrici, consulenti pedagogiche che con grande leggerezza e semplicità danno voce ai sentimenti dei bambini e spunti di

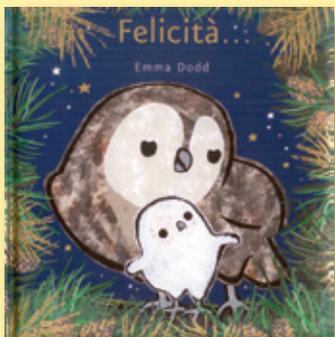




riflessione per gli adulti.

“I bambini sentono le nostre emozioni più di quanto ascoltino le nostre parole”

Comunica invece grande tenerezza e affetto il nuovo illustra-



to dell'autrice Emma Dodd, **Felicità...** (Ippocampo, 2014) che con uno stile grafico originale racconta l'amore dei genitori per i figli. Vincitrice

di numerosi premi, l'autrice è nota per i suoi piccoli albi dedicati all'universo delle emozioni e degli affetti, realizzati con una tecnica mista semplice, ma di grande effetto, realizzati con carte lucide e brillanti, utilizzabili con i bambini fin dalla primissima infanzia. I bambini sono attratti da questi giochi di luce e di riflessi, così come dallo stimolo sensoriale che rende i differenti materiali utilizzati piacevoli al tatto. Le immagini sono delicate e rasserrenanti e trasmettono un'atmosfera sognante, calda e confortevole come un abbraccio. In *Felicità...* mamma gufo descrive al suo gufetto tutte le caratteristiche, tenere e buffe insieme, che la rendono felice ed orgogliosa. È grazie al rapporto di vicinanza e di profondo rispetto sviluppatosi con le persone a lui più vicine che ogni bambino può costruire la propria identità con serenità e fiducia. Della felicità bisogna prendersi cura, è un cucciolo da ammaestrare con amore e dolcezza.

* La Libreria Erickson

Animali in difficoltà

Un Natale a casa per Iago e Kira

Spazio agli animali in difficoltà: l'associazione Il Cercapadrone onlus segnala questo mese la storia e l'appello di Iago e Kira, oggi accuditi grazie a Lav Trentino. Iago è nato a gennaio del 2003, ha trascorso 5 anni in famiglia e poi si sono aperte per lui le porte di un orribile canile fatto di tavole di legno usurate, pavimento duro e scivoloso, nessuna copertura dal freddo e dal caldo, cibo somministrato direttamente sul pavimento. Poco dopo lo ha raggiunto Kira, una dolce cagnolina di tre anni e insieme hanno condiviso una vita di solitudine, abbandono e maltrattamenti **fino a quando la Lav non ha ottenuto il sequestro giudiziario dell'intera struttura e li ha portati in salvo.**



“Sono molto uniti e per questo vorremo trovare una famiglia speciale che decida di accoglierli nella propria vita insieme – spiegano i volontari Lav Trentino - soprattutto perché sappiamo che a Iago non resta tanto da vivere; sarebbe molto bello poter regalare loro il primo vero natale in una vera casa. **Offriremo il supporto gratuito del nostro educatore cinofilo durante l'inserimento.**”

Per informazioni sull'adozione dei due cagnolini, che si trovano in Trentino, contattare: LAV, sede del Trentino, e-mail lav.trentino@lav.it, telefono 331.1507169; per sostenere i progetti donare sul conto IT43J081453509000000048951 (Mdt)

L'ultimo rapporto UNICEF descrive i risultati 2000-2015 nella lotta alla povertà nel mondo dell'infanzia. Una fotografia in chiaroscuro. Le sfide che la nuova Agenda 2030. Il ringraziamento di UNICEF Trentino alle tante persone attive nel progetto Pigotta in tutto il Trentino

di **Natalina Mosna**

Sintitola “Al di là delle medie statistiche” l'ultimo rapporto dell'UNICEF che fotografa i risultati registrati dal 2000 al 2015 nella lotta alla povertà e alle disuguaglianze nel mondo dell'infanzia: nonostante gli importanti risultati raggiunti, **la disuguaglianza nelle opportunità ha lasciato milioni di bambini in condizioni di povertà**, esposti a un elevato rischio di mortalità infantile (0-5 anni), privi di accesso all'istruzione o in condizioni di malnutrizione cronica.

Considerato il tasso attuale di progresso e l'incremento demografico, le stime ci dicono che se non interverranno significativi cambiamenti 68 milioni di bambini sotto i 5 anni moriranno, di qui al 2030, soprattutto per cause che si potrebbero prevenire; che 119 milioni di bambini soffriranno di malnutrizione cronica nel 2030 e che (e questo è un dato che fa riflettere) ai ritmi attuali potrebbero servire ancora 100 anni perché le ragazze delle famiglie più povere dell'Africa Sub-sahariana completino il ciclo della scuola secondaria inferiore.

Sono queste le sfide che la nuova Agenda 2030 (17 obiettivi di sviluppo sostenibile suddivisi in 169 obiettivi specifici), approvata dall'Assemblea Generale delle Nazioni Unite nel settembre scorso, mette al centro nel proprio programma. Sarà necessario andare oltre le medie statistiche, operare laddove verranno individuati i bambini più vulnerabili ed esclusi e rafforzare a livello locale i sistemi sanitari, educativi e di protezione sociale per aiutare un maggior numero di bambini a sopravvivere e a sviluppare le loro potenzialità.

Il ringraziamento per le Pigotte trentine

In questa grande partita della sopravvivenza dei bambini in tanti paesi africani diventano fondamentali anche le piccole azioni, come quelle delle volontarie che confezionano le Pigotte e che hanno permesso che anche nel 2015 finanziassimo 1800 kit salvavita, comprendenti medicinali e assistenza per la salute materna e infantile, vaccini contro le principali malattie killer, zanzariere che proteggono dalla malaria.

E per questo che ogni anno ci sentiamo in

dovere di ringraziare pubblicamente, attraverso questa rivista che raggiunge tutte le valli trentine, chi realizza le bambole e chi le adotta.

Grazie a SAIT, che ci permette di mantenere un contatto fecondo con le nostre volontarie socie delle Famiglie Cooperative, grazie alle scuole che s'impegnano nel progetto Pigotta: l'Istituto comprensivo Rovereto Nord – Scuola Media Negrelli, le elementari di Faver, di Civezzano, di Lases, di

FOTO UNICEF



Grazie alle volontarie che confezionano le Pigotte nel 2015 è stato possibile finanziare 1800 kit salvavita

Rapporto UNICEF

“Al di là delle medie statistiche”

Priorità ai bambini più poveri, sfida globale per i prossimi 15 anni

Tuenno, le medie di Avio, le elementari di Gardolo che hanno collaborato con le nonne della RSA Stella del Mattino. Grazie agli utenti del Centro diurno psichiatrico di Tione che da anni proseguono nell'impegno.

Grazie alle signore di Moena e Tassullo; al Gruppo anziani di Via Belenzani, al Centro Diurno Girasole e al Circolo Tovazzi di Trento; all'Associazione culturale Il Seme di Solteri; all'Associazione Tutti Insieme di Transacqua, all'Associazione Anziani Acli di Ruffrè e Vigo di Ton, alle Donne Rurali di Sover, al Circolo Ricreativo Culturale La Sco-

la di Ragoli, al Circolo La Meridiana di Meano, al gruppo di Mattarello, al Centro Anffas di Cavalese. Grazie alle signore del Circolo Anziani di Tuenno; a nonna Antonia di Calliano per aver confezionato in questi anni più di 3.000 Pigotte; alle signore di Montagne, Ceniga, Lavis, Roveré della Luna, Revò, Besenello, Vezzano, Stravino, Calavino, Toss, Pergine, Ischia, Grigno, Roncogno, Sarche, Arco, Massone, Strembo, Carisolo, Civezzano, Tesero, Mori, Riva del Garda, Rovereto, Volano, Terzolas, Aldeno, Caldes, Coredo, Monclassico.

Grazie ai comuni di Trento, Aldeno, Caldes,

Rabbi, Tuenno, Coredo, Sfruz, Smarano, Vervò, Tres, Sardonico, Sporminore, Vermiglio, Brentonico, Taio, Breguzzo, Stenico, Ragoli, Terres, Monclassico, Tassullo, Revò, Calavino, Cavizzana, Cis, Cavalese, Ton e ai comuni del Comprensorio della Valle di Fassa che aderiscono al progetto “Per ogni bambino nato, un bambino salvato”.

E infine un grazie alle “staffette”, uomini e donne che fanno la spola fra il Comitato e chi confeziona le Pigotte portando materiale e notizie: anche grazie a loro nel 2015 abbiamo potuto raccogliere più di 36.000 Euro e finanziare più di 1.800 kit salvavita.

Nella speranza di aver ricordato tutti, ringraziamo anche coloro che ci aiuteranno nella gestione e nella promozione delle adozioni della Pigotta: a tutti un augurio sincero di Buon Natale!

FOTO UNICEF



DOVE TROVARE LE PIGOTTE

Chi volesse regalare o regalarsi le Pigotte, le troverà:

• A TRENTO:

- il 16, 17 e 18 dicembre al Mercatino della solidarietà, in via Garibaldi dalle 10 alle 19
- presso il Centro Anziani di Via Belenzani 49 a Trento fin dai primi giorni di dicembre
- nella sede Unicef presso il Liceo Scientifico Leonardo da Vinci entrata Via Madruzzo 24, a Trento (tel. 0461.986793). Siamo aperti lunedì e mercoledì dalle 15.30 alle 17.30 e il giovedì dalle 9 alle 11 (comitato.trento@unicef.it)

• a COREDO presso il Museo Costumi Popolari dal Mondo dal 23 dicembre al 6 gennaio tutti i giorni dalle 15.30 alle 18.30, Via Casa Marta 2 (qui le troverete anche in estate...)

- a ROVERETO presso il negozio Venturini (Via Mazzini 15, Rovereto) per tutto il mese di dicembre
- ad ARCO presso Pavimenti Morandi (Via Giovanni Prati, 5)
- ad AVIO alla scuola media durante le udienze generali il 5 dicembre
- a TESERO presso la Dolomiten Sportwear L'offerta minima richiesta rimane di 20 Euro.

Stagione 2015-2016

Trentino a teatro

Gli spettacoli di dicembre

Info e dettagli sulle convenzioni Carta In Cooperazione su www.laspesainfamiglia.it

Trento

CENTRO SERVIZI CULTURALI S. CHIARA

Prosa

Teatro Sociale

3, 4 e 5 dicembre, ore 20.30

6 dicembre, ore 16

MAGAZZINO 18



uno spettacolo di e con Simone Cisticchi scritto con Jan Bernas regia Antonio Calenda

17, 18 e 19 dicembre, ore 20.30

20 dicembre, ore 16

FATHER AND SON

(ispirato a "Gli Sdraiati" e "Breviario comico")

di Michele Serra con Claudio Bisio



e con i musicisti Laura Masotto violino Marco Bianchi chitarra regia Giorgio Gallione

Natale e Capodanno

Teatro Sociale

24 dicembre, ore 16

25, 26 e 28 dicembre, ore 20.30

27 dicembre, ore 18

"SEMIANYKI" (La Famiglia)

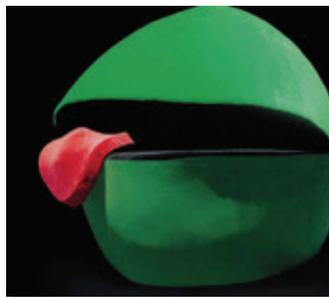
Licedei Clown Theatre, San Pietroburgo



31 dicembre, ore 21

1 gennaio, ore 18

MUMMENSCHANZ



Jazz

Rovereto, Teatro Melotti

3 dicembre, ore 21.00

ROY AYERS

Teatro Ragazzi

"Diritti negli occhi"

Teatro Cuminetti

5 e 6 dicembre, ore 16

VOGLIO LA LUNA

di Simone Guerro

e Lucia Palozzi

età consigliata dai 4 anni

19 e 20 dicembre, ore 16

Compagnia Fondazione Aida

BUON NATALE BABBO NATALE

di Raffaele Latagliata

età consigliata dai 4 anni

Scappo a teatro

Teatro Cuminetti

10 dicembre, ore 10

Compagnia The Play Group
ROMEO AND JULIET...
MAYBE!

(spettacolo in lingua inglese) dagli 11 ai 15 anni

■ Con Carta In Cooperazione: tariffa "ridotto convenzioni" (pari a uno sconto del 10% circa) per l'acquisto dei biglietti d'ingresso e sugli abbonamenti della Stagione teatrale di prosa, danza, musical e jazz, operetta. Carta in Cooperazione dà diritto all'acquisto di un biglietto e un abbonamento.

Trento

TEATRO PORTLAND

11 dicembre, ore 21

Teatro La Ribalta

PERSONAGGI



Liberalmente ispirato a "Sei personaggi in cerca d'autore" di L. Pirandello

di Antonio Viganò coreografia di Julie Anne Stanzak

con Michele Fiocchi, Rodrigo Scaggiante

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

Trento

TEATRO SAN MARCO

La famiglia va a teatro

29 novembre, ore 15.30 e 17.30
I MUSICANTI DI BREMA

■ Con Carta In Cooperazione: • sconto del 10% sul biglietto d'ingresso (massimo 2 biglietti ridotti per ogni Carta In Cooperazione).

Per prenotare online www.teatrosanmarco.it

Trento, Estro Teatro
FANTASIO 2015

Sabato 12 e domenica 13 dicembre (ore 20.45, Teatro San Marco), è di scena Fantasio 2015, il Festival Internazionale di Regia Teatrale, organizzato da Estro Teatro e dalla Compagnia Gianni Corradini; il festival vede protagonisti i registi, che devono allestire una scena del medesimo testo teatrale con pochissimo: 10 giorni per le prove, alcuni attori, un budget ridottissimo per costumi e scenografie e 20 minuti per la rappresentazione; i registi conosceranno il testo da rappresentare solo il giorno

del loro arrivo in città ai primi di dicembre.

Aspettando Fantasio

Aperitivi con i registi al Café de la Paix, per conoscere da vicino i protagonisti di Fantasio 2015.

Venerdì 4 dicembre (Teatro Portland) andrà in scena *In nome di nessuno*, *Giocando a carte con la storia*, la nuova produzione di Estro Teatro-Teatro E.

Giovedì 10 dicembre (Teatro San Marco), serata dedicata alla memoria del fondatore di Fantasio, Gianni Corradini, con la presentazione del primo studio per lo



spettacolo **31 agosto-1 luglio**. *My life* (produzione Estro Teatro), che debutterà nel 2016, e con la partecipazione di alcune associazioni attive nella lotta contro i tumori. **L'incasso della serata sarà devoluto in beneficenza.**

Fantasio: www.festivalregia.it o la pagina facebook Festival-Fantasio Piccoli.

EstroTeatro

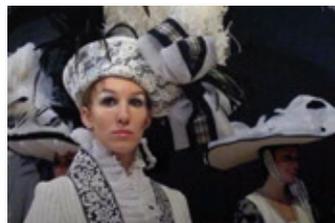
■ Con Carta In Cooperazione: • biglietto d'ingresso a tariffa ridotta per gli spettacoli della Stagione teatrale organizzata dalla Compagnia. *Convenzione valida per due persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio);* • sconto 10% sui corsi annuali, seminari intensivi e workshop dedicati al teatro, al cinema e ad altre discipline artistiche

Trento**PRO LOCO RAVINA**

■ Con Carta In Cooperazione:
• **tariffa ridotta** (35 euro anziché 42) sull'abbonamento
Prevendita degli abbonamenti dal 9 dicembre al bar "Agorà" di Ravina, e agli sportelli della Cassa Rurale di Aldeno e Cadine, filiali di Ravina, Romagnano.

Rovereto**TEATRO ZANDONAI**

4 dicembre, ore 20.45
Compagnia Corrado Abbati
MY FAIR LADY



di A.J. Lerner, musiche
di F. Loewe
esclusiva nazionale

9 dicembre, ore 20.45
Teatro Stabile di Bolzano
LA SCELTA DI CESARE
di Pino Loperfido
con Andrea Castelli
regia di Andrea Brandalise

16 e 17 dicembre, ore 20.45
Compagnia della Rancia
CABARET



con Giampiero Ingrassia,
Giulia Ottonello
regia di Saverio Marconi

■ Con Carta In Cooperazione:
• **sconto del 10%** su abbonamenti e biglietti interi

Pergine**TEATRO DEL COMUNE
DI PERGINE VALSUGANA****Prosa**

10 dicembre, ore 20.45
Teatro Stabile di Bolzano
LA SCELTA DI CESARE



di Pino Loperfido
con Andrea Castelli
regia di Andrea Brandalise

14 dicembre, ore 20.45
Gank - Teatro degli Incamminati
CYRANO DE BERGERAC
di Edmond Rostand -
traduzione di Mario Giobbe
con Antonio Zavatteri,
Alberto Giusta, Alice Arcuri,
e Carlo Sciacaluga

Teatro ragazzi

6 dicembre, ore 16
Teatrino dell'Erba matta
I MUSICANTI DI BREMA



di Daniele Debernardi
Ogni nonno che accompagna
il nipote avrà diritto
all'ingresso omaggio
età consigliata dai 3 anni

20 dicembre, ore 16
**OUVERTURE
DES SAPONNETTES**
concerto per bolle di sapone
di e con Michele Cafaggi
età consigliata dai 3 anni

17 dicembre, ore 20.45
**THE BASTARD SONS
OF DIONISO**

Concerto
19 dicembre, ore 18
**BANDA SOCIALE
DI PERGINE**
con complesso giovanile
Concerto di musiche
natalizie internazionali
dirige il M.o Claudio Dorigato

■ Con Carta In Cooperazione:
• **tariffa ridotta** su biglietti
d'ingresso a spettacoli e abbonamenti.

Borgo Valsugana

Teatro Comunale di Tezze
Teatro Stabile di Bolzano
LA SCELTA DI CESARE
di Pino Loperfido
con Andrea Castelli
regia di Andrea Brandalise

**Teatro del Centro Scolastico
di Borgo**
28 novembre, ore 20.45
Associazione Figli delle Stelle
TACCO 12
**Il coraggio di rompere
il silenzio**
di Lorena Guerzoni

■ Con Carta In Cooperazione:
• **tariffa ridotta** su biglietti d'ingresso agli spettacoli e abbonamenti.

Vezzano**TEATRO VALLE DEI LAGHI**

Specchi riflessi
5 dicembre, ore 20.45
IO SONO
Concerto di e con
PAOLA TURCI
Unica data in Trentino



20 dicembre, ore 20.45
**CONCERTO GOSPEL
DI NATALE**
di Coro Sing the Glory
di Rovereto

Teatro famiglie

7 dicembre, ore 10
Fondazione Aida
**UN BRUTTO
BRUTTISSIMO
ANATROCCOLO**
regia di Pino Costalunga



■ Con Carta In Cooperazione:
• **tariffa ridotta** sui biglietti d'ingresso agli spettacoli.

**Riva del Garda
Arco, Nago-Torbole**

**Sala Mille Palazzo dei
Congressi di Riva del Garda**
1 dicembre, ore 21
Compagnia Abbondanza/Bertoni
ESECUZIONI - Duo d'assoli



produzione Compagnia
Abbondanza/Bertoni
di e con Michele Abbondanza
e Antonella Bertoni

14 dicembre, ore 21
Teatro Stabile di Bolzano
LA SCELTA DI CESARE
di Pino Loperfido
con Andrea Castelli
regia di Andrea Brandalise

29 dicembre, ore 21
evolution dance theater
BLACK&LIGHT
direttore artistico, coreografo,
effetti speciali Anthony Heint

■ Con Carta In Cooperazione:
• **sconto del 10%** circa sul biglietto d'ingresso agli spettacoli;
• **sconto del 10%** circa sugli abbonamenti

Tione di Trento**COMUNE DI TIONE DI TRENTO**

**A Teatro
con mamma e papà**
6 dicembre, ore 15
Fondazione Aida
**UN BRUTTO
BRUTTISSIMO
ANATROCCOLO**
regia di Pino Costalunga

■ Con Carta In Cooperazione:
• **Sconto del 10%** su abbonamenti e biglietti.



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

DALL'OBIEZIONE DI COSCIENZA AL SERVIZIO CIVILE UNIVERSALE

a cura di Dario Fortin, ed. Il Margine, Trento 2014

È la storia di quarant'anni d'impegno giovanile e adulto, in Trentino, nel percorso dal 'servizio militare obbligatorio' all' 'obiezione di coscienza' al 'servizio civile universale provinciale'. Punto di riferimento originario in Villa Sant'Ignazio, sulla collina di Trento. *"Il servizio civile universale in Trentino è legge! Primogenitura, frutto della collaborazione tra enti di servizio civile e Provincia autonoma, dall'albero di un territorio attento alle istanze sociali del mondo giovanile e adulto"*. Vi troviamo i contributi di Pompeo Vi-

ganò, Livio Passalacqua, Emanuele Rossi, Dario Fortin, Marco Dallari, Riccardo Bonacina, Johnny Dotti, Giampiero Girardi: il servizio civile è un momento educativo soprattutto per i ragazzi, un investimento per il bene comune; la scelta fra pace e guerra è una scelta tra costruzione e distruzione;



LA SPOSA DELLA NEVE

di Maria Annita Baffa, ed. Alfa Beta Verlag, Merano 2015

È dedicato "a tutte le donne che soffrono". L'autrice è nata a S. Sofia d'Epiro, paese 'arberesh', minoranza etnolinguistica albanese, in provincia di Cosenza; Maria Annita è trapiantata a Trento, dove risiede e lavora. Qui scrive di una donna che parte da Trento e ritorna al suo passato, nel Meridione, ancorato alla sua comunità 'arberesh', al suo humus esistenziale profondo e permeante l'intera vita, a una cultura che è l'essere di Sofia, la protagonista della narrazione, e che era l'essere della mamma di Sofia, *"quella sposa bambina, stretta al braccio del padre, che andava verso la chiesa, e i parenti e gli amici seguivano cantando gli antichi canti benauguranti tramandati di generazione in generazione... due uomini precedevano per spalare la neve e aprire, così, la strada: era il tre di gennaio e aveva nevicato tutta la notte... sì, era bella come il primo giorno dell'incontro con papà al frantoio del nonno..."*; è l'essere di una catena di uomini e donne, di una comunità, la comunità 'arberesh', nel Meridione d'Italia eppure perennemente se stessa. Un racconto che attraverso le cose semplici del quotidiano, tra emozioni, memorie, riflessioni, citazioni in 'arberesh', celebra il vivere di un popolo, "con la nostalgia di tutti e di tutto".

LE FORMAZIONI CORALI ROVERETANE

a cura di Mariano Veronesi e Gianni Patrich,
ed. Osiride, Rovereto 2015

In terza pagina si aggiunge "Con calligrafie dell'autore". Perché Paolo Miorandi pratica anche la disciplina dello *shodo*, la nobile arte della calligrafia orientale. Un voler immergersi nel modo di essere giapponese, sevizato dalla catastrofe nucleare di un agosto di guerra. Per cercar di capire l'accaduto, la reazione, la capacità di rimettersi in piedi di un popolo, senza dimenticare. Il 6 e il 9 agosto 1945 gli Americani sganciavano due bombe atomiche su Hiroshima e su Nagasaki. *"Il mondo venne ridotto a nulla più di una nuvola"*

TERESINA, IL SEGRETO DI UNA VITA

di Fabiola Crosina, ed. Curcu&Genovese, Trento 2015

In terza pagina si aggiunge "Con calligrafie dell'autore". Perché Paolo Miorandi pratica anche la disciplina dello *shodo*, la nobile arte della calligrafia orientale. Un voler immergersi nel modo di essere giapponese, sevizato dalla catastro-

LE STORIE DI ALDINO

di Aldo Polo, Youcanprint 2015

Dopo "Era soltanto ieri", "Una storia semplice", "Chapeau", il trentino Aldo Polo continua il suo racconto con "Le storie di Aldino. Storie per bambini e poesie per grandi": un piccolo libro diviso appunto in due parti, che Polo dedica ai "bambini dai 5 ai 99 anni".

La prima parte, di brevissimi racconti, è una sequenza di ricordi, di vita vissuta: istantanee dell'infanzia, semplici e vivide, ricche delle descrizioni di quei dettagli che subito evocano il passato recente, situazioni e particolari nei quali

identificarsi immediatamente, con nostalgia e tenerezza, perché parti di un tempo della vita denso di sogni e speranze, oggi così distante da sembrare frutto della fantasia. La serie di piccoli racconti finisce così con lo svolgere quasi una funzione introduttiva alla seconda parte del libro, che raccoglie ventuno poesie in dialetto trentino (complete di glossario essenziale), nelle quali Aldo Polo esprime il suo sentire più attuale: piccoli e grandi eventi che fanno parte della vita prendono qui la forma delle parole più spontanee, quelle del dialetto, e offrono una chiave d'interpretazione delle emozioni, dei sentimenti che abitano l'anima. (c.g)



Aldo Polo

Le storie di Aldino

storie per i bambini e poesie per grandi



il servizio civile oggi è al bi-vio o di una lenta eutanasia o di nuovi orizzonti; si tratta di realizzare con i giovani il primato della coscienza, allargando la 'mission' personale; il servizio civile è impegno e formazione politica; nel servizio civile si immette volontariato e gratuità; i valori storici del servizio civile sono la base per il suo rilancio; anche nel servizio civile ci si gioca il senso della vita.



di polvere soffiata via dal venella guerra”.



fe nucleare di un agosto di guerra. Per cercar di capire l'accaduto, la reazione, la capacità di rimettersi in piedi di un popolo, senza dimenticare.

Il 6 e il 9 agosto 1945 gli Americani sganciavano due bombe atomiche su Hiroshima e su Nagasaki. "Il mondo venne ridotto a nulla più di una nuvola di polvere soffiata via dal venella guerra”.

Mart Rovereto
5 dicembre 2015 - 3 aprile 2016

La coscienza del vero Capolavori dell'Ottocento. Da Courbet a Segantini

Circa 70 opere provenienti dalle Collezioni del Mart e da prestigiose raccolte pubbliche e private, tra le quali spiccano i lavori di maestri indiscussi come **Gustave Courbet**, **Giovanni Segantini**, **Francesco Hayez**, **Giovanni Boldini** e **Franz Lenbach** ma anche **Carlo Bello-sio**, **Mosè Bianchi**, **Giustiniani Degli Avancini**, **Alessandro Guardassoni**, **Pompeo Marino Molmenti**, **Eugenio Prati**, **Giuseppe Tominz**: è "La coscienza del vero", la mostra che indaga alcuni momenti della cultura figurativa ottocentesca, nella stagione compresa tra il Romanticismo e l'Impressionismo, ovvero fra il 1840 e il 1895, anno della prima Biennale di Venezia. È in quell'epoca che l'adesione al Vero connota le principali espressioni artistiche in Italia, da sud a nord, nella pittura, nella letteratura e nella fotografia. Avviato dalla pittura magistrale di **Gustave Courbet** (in mostra con un'intera sala a lui dedicata), il **Realismo** contribuì a svincolare la pittura e la scultura dai temi mitologici e aristocratici in favore dell'autenticità delle classi subalterne, della borghesia, del proletariato, dei contadini. Preferendo la pittura *en plein air* agli atelier e le rappresentazioni soggettive alle regole delle accademie, i pittori dell'Ottocento svelarono il rapporto tra realtà e rappresentazione

Giuseppe Tominz
Doppio ritratto
(1830)
Fioretto Giampaolo
Antichità



soprattutto nei ritratti e negli autoritratti.

La mostra intende cogliere questo nesso, destinato a diventare uno dei nodi delle avanguardie artistiche e campo d'indagine della contemporaneità. In una riflessione filosofica sul passato e sul presente "La coscienza del vero" lega la cultura ottocentesca all'oggi: il passato e la mitologia lasciano il posto al racconto, alla cronaca della contemporaneità.

Mart Rovereto

T. 0464 438887 - www.mart.trento.it
Numero verde: 800 397760



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta in Cooperazione: biglietto d'ingresso a tariffa ridotta nelle sedi del Mart e della Casa d'Arte Futurista Depero di Rovereto; tariffa agevolata per visite guidate per gruppi.

WORKSHOP AL CID, ROVERETO

Appuntamento con la danza contemporanea

In attesa del nuovo ciclo di corsi di ogni tipo che riprenderanno con l'inizio del prossimo anno, sono due gli imperdibili appuntamenti di dicembre: il primo è il workshop di danza contemporanea, il 12 e 13 dicembre,

con **GERMAN JAUREGUI** il danzatore e collaboratore della famosa compagnia belga **Ultima Vez**, un'occasione unica per tutti gli appassionati e i cultori della danza contemporanea per esplorare e conoscere il vocabolario e la tecnica del coreografo Wim Vandekeybus.

Costo: 135 euro. Per i possessori di Carta In Cooperazione sconto dal 5% al 10% sulla quota d'iscrizione.



Il secondo è il **LAB'N'CO** di **CID Formazione e animazione territoriale**, il workshop d'approfondimento alla scoperta di differenti approcci della tecnica contemporanea, attraverso incontri di danza (il sabato: 5 dicembre, 19 dicembre, 16 gennaio), condotti

da giovani coreografi, protagonisti della nuova scena contemporanea italiana: Francesca Manfrini, Alice Zanoni, Elisa Darù.
Costo: 40 euro per l'iscrizione ad ogni singolo incontro

Per iscrizioni e informazioni

cid@centrodelladanza.it
www.centrodelladanza.it
tel. 0464 431660





FolgariaSki

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **Sconto 20% Skipass giornaliero festivo Full Day** sui prezzi ufficiali adulto (29,50€ invece di 37€) e senior (25,50€ invece di 32€) valido nella skiarea Folgaria - Fiorentini
- **Sconto 20% Skipass giornaliero feriale Full Day** sui prezzi ufficiali adulto (27€ invece di 34€) e senior (25,50 invece di 32€) valido nella skiarea Folgaria-Fiorentini

Gli sconti Carta In Cooperazione

UN INVERNO SUGLI SCI



Per i soci possessori di Carta In Cooperazione ci sono gli sconti e le tariffe agevolate sugli impianti di risalita e per le lezioni con i Maestri di sci in moltissime località del Trentino

- **Sconto 10% Skipass plurigiornaliero** da 2 a 14 giorni adulto e senior, valido per tutti gli impianti della skiarea ALPE Cimbra Folgaria - Fiorentini-Lavarone

- **Per i gruppi una gratuità ogni 25 persone** (su prenotazione con elenco nominativi).

Senior: nato prima del 30.11.1950. Questi sconti non valgono nel periodo dal 22.12.2015 al 6.1.2016. Tutti gli sconti non si applicano sulle tariffe junior e bambino e non sono cumulabili con altre promozioni in corso.

- **Sconto 10% su giornaliero e plurigiornaliero anche nel periodo di alta sta-**

gione (dal 22.12.2015 al 6.1.2016).

Per usufruire degli sconti i Soci dovranno presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione unitamente ad un documento d'identità. Convenzione valida per due persone.

Biglietterie vendita skipass Folgaria: Folgaria: Ufficio Centrale - Via Roma; Francolini; Fondo Grande; Serrada; Fondo Piccolo; Passo Coe; Costa; Ortlesino; Fiorentini.

Info: 0464.720538

commerciale@folgariaski.com
www.folgariaski.com



Paganella Ski

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

SCONTATO 20%	PREZZO UFFICIALE	Con Carta in Cooperazione
SKIPASS GIORNALIERO PAGANELLA		
ADULTI	€ 39,00	€ 31,00
SENIOR	€ 33,00	€ 26,00
JUNIOR	€ 27,00	€ 22,00
BAMBINI	€ 20,00	€ 16,00
SKIPASS 4 ORE PAGANELLA		
ADULTI	€ 33,00	€ 26,00
SENIOR	€ 28,00	€ 22,00
JUNIOR	€ 23,00	€ 18,00
BAMBINI	€ 17,00	€ 14,00
SCONTATO 15%	PREZZO UFFICIALE	Con Carta in Cooperazione
SKIPASS STAGIONALE PAGANELLA		
ADULTI	€ 500,00	€ 435,00

Junior: nati dopo il 30.11.1999 con documento.

Bambini: nati dopo il 30.11.2007 con documento.

Senior: nati prima del 30.11.1950 con documento.

Per i gruppi è prevista una gratuità ogni 20 persone. Lo sconto sullo stagionale sarà applicato esclusivamente ai Soci residenti fuori regione. I residenti nelle province di Trento e Bolzano già beneficeranno di un particolare sconto deciso dal Consorzio. Per usufruire dello sconto i Soci



dovranno presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione (carta che varrà per 2 persone) unitamente ad un documento d'identità. La convenzione vale per 2 persone ed ha validità dal 16/11/2015 al 3/4/2016.

Il Socio titolare della Carta potrà cedere la stessa ad un familiare (inteso coniuge e/o figlio) che, presentandola alla biglietteria con copia del documento d'identità del Socio, potrà usufruire della convenzione. Anche in questo caso la convenzione sarà valida per 2 persone purché familiari - come sopra specificato - del Socio. Gli sconti non valgono nel periodo dal 22/12/2015 al 9/1/2016.

KEYCARD Il comprensorio utilizza il sistema keycard "mani libere" come supporto per lo skipass. Le keycard contengono un microprocessore, non devono essere gettate al termine dell'utilizzo poiché possono essere riutilizzate. Al momento dell'emissione viene richiesta una **cauzione di € 5,00** per ogni skipass, che sarà restituita alla consegna dello skipass, integro e ben conservato, a fine giornata.

Paganella
My fun SKI area

Info: 0461.585588
skipass@paganella.net
www.paganella.net

Ski Center Lavarone

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **Sconto 20% skipass giornaliero full day festivo** (prezzo ufficiale adulto 33 €, senior 29 €)
- **Sconto 20% skipass giornaliero full day feriale** (prezzo ufficiale adulto 31 €, senior 29 €)
- **Sconto 10% skipass plurigiornaliero** da 2 a 14 giorni valido per gli impianti Ski Center Lavarone
- **Per i gruppi è prevista una gratuità ogni 25 persone** (su prenotazione tramite elenco nominativi)



Convenzione non valida nel periodo di alta stagione (dal 22/12/15 al 6/1/16). Per usufruire degli sconti basta presentare alle casse la Carta In Cooperazione insieme al documento d'identità. Convenzione valida per due persone.

Info: 0464.783335
info@lavaroneski.it
www.lavaroneski.it



Carta In Cooperazione

Per informazioni

Sait, Ufficio Relazioni Soci, 0461.808641

ufficio.soci@sait.tn.it

Altre convenzioni su <http://www.e-coop.it/web/politiche-sociali/vacanze-sulla-neve>

Pejo 3000

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

SCONTO GIORNALIERO:

- **Sconto 6 € su skipass adulto** (prezzo ufficiale bassa stagione € 29 e € 34 in alta stagione);
- **Sconto 5 € su skipass senior** - nati prima del 30.11.1950 (prezzo ufficiale bassa stagione € 26 e € 31 in alta stagione);
- **Sconto 4 € su skipass ragazzi** - nati dopo il 30.11.1999 (prezzo ufficiale bassa stagione € 20 e € 24 in alta stagione).
Ogni Carta in Cooperazione è valida per tre persone.

“3x2” (compri 3 e paghi 2)

- Possibilità di ritirare 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, **valido nei giorni di sabato**. L'offerta è valida solo con l'acquisto di 1 skipass adulto al prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti.



Le condizioni speciali s'intendono valide dietro presentazione della Carta In Cooperazione all'atto dell'acquisto del servizio da parte del legittimo intestatario della medesima o da parte di soggetti appartenenti allo stesso nucleo familiare dell'intestatario (inteso coniuge e/o figli). Qualora si presentasse ad una delle biglietterie un familiare questi dovrà presentare la Carta In Cooperazione accompagnata dal proprio documento d'identità e dalla copia del documento d'identità del Socio titolare della Carta In Cooperazione. Ogni Carta "In Cooperazione" è valida per 3 persone: socio + 2 accompagnatori, oppure familiare del socio (coniuge o figlio) + 2 accompagnatori. I vantaggi offerti ai Soci non sono cumulabili con altre offerte in corso, potranno essere utilizzati una sola volta al giorno.



Info: www.skipejo.it
0463.753238

Monte Bondone

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **Skipass 3x2 dal lunedì al sabato:** possibilità di ritirare 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, dal lunedì al sabato. L'offerta è valida sull'acquisto di uno skipass giornaliero adulto a prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti (escluso il periodo dal 24.12.15 al 6.1.16).
- **Sconto di euro 7,50 dal lunedì al venerdì sullo skipass Adulto dal 28.11.15 al 21.12.15:** possibilità di acquistare ad euro 22 invece di euro 29,50 lo skipass giornaliero adulto dal lunedì al venerdì.
- **Sconto di euro 7,50 dal lunedì al venerdì sullo skipass Adulto dal 7.1.16 al 29.1.16, dal 7.3.16 al 3.4.16:** possibilità di acquistare ad euro 24 invece di euro 31,50 lo skipass giornaliero adulto dal lunedì al venerdì.
- **Sconto di euro 9,50 dal lunedì al venerdì sullo skipass Adulto dal 30.1.16 al 6.3.16:** possibilità di acquistare ad euro 24 invece di euro 33,50 lo skipass giornaliero adulto dal lunedì al venerdì.



- **Skipass stagionale adulto ad euro 320 invece di euro 380** se acquistato dopo il 14.12.2015. Prima di questa data lo skipass è infatti in prevendita.

Convenzione valida per il Socio oppure per un suo familiare (coniuge o figlio in possesso di copia di documento d'identità del Socio). Per usufruire degli sconti i Soci dovranno presentare alle biglietterie la Carta In Cooperazione unitamente ad un documento di identità. Queste offerte non sono cumulabili con altre promozioni.



Info: 0461.948187
www.ski.montebondone.it
funivie@montebondone.it

Associazione Maestri di Sci del Trentino

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **Sconto 10%** su lezioni collettive
- **Sconto 10%** su lezioni individuali (per 1 persona)
- **1 quota gratuita** su lezioni individuali (per 2-3 persone - familiari del socio coniuge e/o figli).

Convenzione valida dal 11/1/2016. (È esclusa dalla convenzione la settimana di carnevale) La convenzione sarà ripetibile ma non cumulabile con eventuali altre promozioni in corso. Convenzione valida per due persone appartenenti allo stesso nucleo familiare (coniuge e/o figli) per i soli corsi collettivi.



Info: 0461.826066
www.trentinosci.it

La convenzione è valida esclusivamente nelle scuole di sci presenti in elenco:

Scuola	Località
ALTA VAL DI FEMME	PREDAZZO
ALPE CERMIS CAVALESE	CAVALESE
ALPE DI PAMPEAGO	TESERO
CAMPITELLO	CAMPITELLO DI FASSA
VIGO DI FASSA PASSO COSTALUNGA	VIGO DI FASSA
SAN MARTINO DI CASTROZZA	S.MARTINO DI CASTROZZA
ALTOPIANO FOLGARIA	FOLGARIA
SCIE DI PASSIONE	FOLGARIA
LAVARONE	LAVARONE
MONTE BALDO	BRENTONICO
DOLOMITI DI BRENTA	ANDALO
EUROCARVING	ANDALO
ADAMELLO BRENTA	MADONNA DI CAMPIGLIO
CAMPO CARLO MAGNO	MADONNA DI CAMPIGLIO
NAZIONALE DES ALPES	MADONNA DI CAMPIGLIO
AEVOLUTIONI	FOLGARIDA
AZZURA	FOLGARIDA
FOLGARIDA DIMARO	FOLGARIDA
MARILLEVA	MARILLEVA
VAL DI PEJO	PEJO
PINZOLO	PINZOLO



Di nuovo, il piacere di produrre

Oltre 60 anni di esperienza,
artigianalità e tradizione
del cioccolato trentino

Pia Marsilli e Claudio Salvetti nel 1954 aprirono CISA. In pochi anni CISA, dal Trentino, è diventata una delle aziende più quotate a livello nazionale. Ancor oggi il cioccolato è prodotto con la ricetta segreta delle origini. L'anno scorso è partito il nuovo progetto imprenditoriale. Dopo l'incontro con Giancarlo Cipriani ed Emanuela Corradini, ed il coinvolgimento dei figli Mauro e Franco Salvetti, un sogno è diventato realtà: i macchinari ripartirono, lo staff era nuovamente all'opera, 10 dipendenti ri-assunti, 70% donne.

Dalle uova di Pasqua alle tavolette, ai cioccolatini ad altri ambiziosi progetti: cioccolato in abbinamento con materie prime rurali del Trentino. Cisa 2054 punta a mantenere l'autenticità e l'artigianalità dei prodotti, sempre alla ricerca di nuove idee e proposte.
A Rovereto, www.cisa2054.com.



ecolavatrici ecoasciugatrici


ecoAdige

Eco Asciugatrici ad alta efficienza

Eco Lavatrici ad alte prestazioni A+++



OFFERTA IMBATTIBILE

Acquista ora la nostra Eco Asciugatrice subito lo sconto del **50%** sull'acquisto di una Eco Lavatrice Professional

EcoAdige presenta la rivoluzionaria Eco Asciugatrice che cambierà la tua vita

ASCIUGA STIRA E IGIENIZZA IL TUO BUCATO

**BUONO SCONTO DEL 15 % RISERVATO
DA PRESENTARE AL MOMENTO DELL'ACQUISTO**



**ECO-BONUS DETRAZIONE -50%
FINO AL 31 DICEMBRE 2015**

ECOADIGE effettua consegna ed installazione gratuite e offre servizio di assistenza da tecnici qualificati in tutto il territorio del Trentino Alto Adige.

Show Room & Store Mori (TN)

Via Marconi, 10

Tel 347/7164752

www.ecoadige.com



Movimento con il bastone Magie... col manico di scopa

Gli esercizi con il bastone sono un classico dell'attività motoria, e anche se il mondo fitness crea nuove proposte sempre più sofisticate, il bastone rimane un protagonista del movimento a casa come in palestra. È facilmente reperibile e ha un costo ridotto: a casa per esempio si può utilizzare il manico della scopa! È quindi per tutte queste ragioni che vi proponiamo 2 esercizi con il bastone.

Posizione di partenza: schiena dritta, bastone impugnato (le mani impugnano il bastone con i palmi rivolti verso il basso ad una larghezza maggiore delle spalle) e posato sulle gambe, piedi ben appoggiati al pavimento. (foto 1)



Esercizio 1: Dalla posizione di partenza portare il bastone in alto sopra la testa, arti superiori distesi (foto 2), e flettere il busto a destra (foto 3) e successivamente a sinistra (foto 4).



Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 3 serie da 3 ripetizioni (1 ripetizione = 1 movimento a destra e 1 movimento a sinistra)

Esercizio 2: Dalla posizione di partenza portare il bastone all'altezza delle spalle (arti superiori distesi) (foto 5) ed effettuare una torsione del busto a destra (foto 6) e successivamente una torsione del busto a sinistra (foto 7); la testa segue il movimento del busto.



Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 3 serie da 3 ripetizioni (1 ripetizione = 1 movimento a destra e 1 movimento a sinistra)



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

stare in salute

Nutraceutica

Nutrire il cervello

Come proteggerlo con i farma-alimenti

Tè verde, cioccolato, caffè, curcuma, noci e frutta in guscio, mele, piccoli frutti rossi, olio extravergine d'oliva, pomodoro, crucifere, acidi grassi omega-3: sono i farma-alimenti ai quali è dedicato un piccolo libro, di Silvana Hrelia, intitolato "Nutrire il Cervello. Come proteggerlo con i suggerimenti della Nutraceutica", edito da Pendragon di Bologna (2015).

Utilizzando le più recenti conoscenze nel campo della Nutraceutica, la scienza che si occupa della tutela della salute attraverso gli alimenti e le loro proprietà specifiche, il libro è dedicato al tema della prevenzione delle malattie neurodegenerative tramite l'assunzione di particolari alimenti che possono essere considerati, per i loro effetti benefici, come veri e propri farmaci (farma-alimenti).

Ad ognuno di questi alimenti viene dedicato un capitolo che ne descrive le caratteristiche nutrizionali e tutte quelle proprietà "speciali" che li rendono efficaci sul cervello, in quanto possono aiutarlo a funzionare in modo corretto.

Silvana Hrelia insegna in numerosi corsi della Scuola di farmacia, Biotecologie e Scienze Motorie dell'Università di Bologna; i suoi principali interessi di ricerca riguardano la biochimica cellulare



e la biochimica della nutrizione; ha pubblicato più di 150 articoli per riviste scientifiche e numerosi capitoli di libri.

I proventi del libro sono devoluti alle attività di ricerca del Centro Studi per la Ricerca sul Coma che ne ha promosso la edizione.

Buone abitudini, lettura dell'etichetta e attenzione al "sale nascosto"

Meno sale è meglio



Gli italiani consumano circa 10 anche 15 grammi di sale al giorno, cioè una quantità 2-3 volte superiore a quanto raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), ovvero 5 grammi (per i bambini molto meno).

L'uso eccessivo di sale porta all'ipertensione arteriosa, che aumenta il rischio di malattie cardiovascolari, patologie renali e di ictus (prima causa di disabilità nei paesi industrializzati); ma troppo sale porta anche all'osteoporosi.

Per ridurre il consumo di sale e riabituare il palato al vero sapore dei cibi basta seguire alcune regole, come: mangiare molta frutta e verdura, che va condita con poco sale o nulla, e a questo proposito, per limitare o sostituire l'uso del sale è **raccomandato**

l'uso delle spezie, delle erbe aromatiche, dell'aceto e del limone. Quando usiamo il sale poi preferiamolo sempre iodato.

Va limitato il consumo di alimenti confezionati (lavare i cibi in scatola prima di mangiarli), così come va ridotto il consumo di alimenti salumi, formaggi, sottoaceti, olive, pesce affumicato: per tutti questi alimenti, particolare attenzione va riservata alla lettura dell'etichetta, che indica la quantità di sale o di sodio contenuta, ricordando però che sale e sodio non sono la stessa cosa, ma che **ad 1 grammo di sodio corrispondono circa 2,5 grammi di sale da cucina.**

"Sale nascosto" si trova poi in alimenti dove non ce lo aspettiamo, come molti alimenti dolci, ad esempio biscotti e cereali: anche per questo motivo è importante leggere bene le etichette.



Cupcake glassati al cacao

Ingredienti per 12 cupcake:

Per l'impasto:

2 uova • 125 g di zucchero di canna
1 fialetta di Aroma vaniglia PANEANGELI
25 g di Sciroppo di glucosio PANEANGELI
1 pizzico di sale • 200 g di panna • 225 g di farina bianca
mezza bustina di **LIEVITO PANE DEGLI ANGELI**
50 g di Granella di nocciole PANEANGELI

Per decorare:

Glassa al cacao PANEANGELI • Palline arcobaleno PANEANGELI • Ghiaccia Reale PANEANGELI

Preparazione:

- Sbattere in una terrina uova e zucchero per circa 1 minuto, aggiungere gradatamente aroma, glucosio, sale e panna.
- Continuare a sbattere per circa 1 minuto.
- Con una frusta a mano incorporare al composto la farina e il **LIEVITO PANE DEGLI ANGELI** setacciati e la granella di nocciole.
- Distribuire l'impasto in 12 stampini di carta (diametro 7 cm) e cuocere per 20 minuti circa, nella parte media del forno preriscaldato (elettrico: 180°C, ventilato: 170°C, gas: nella parte alta del forno a 180°C).
- Preparare la ghiaccia reale come indicato in confezione e creare delle decorazioni su carta da forno.
- Sciogliere la glassa come indicato in confezione e glassare i dolcetti.
- Terminare con le palline arcobaleno e le decorazioni preparate con la ghiaccia.



Prepara e decora con...





Ricette, bottiglie e libri

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



Gusto e salute

Venerdì baccalà

Sano, magro, ma anche nutriente e goloso, il baccalà si presta a mille ricette, che si fanno amare anche dai più piccoli

LINGUINE CON CIPOLLE E BACCALÀ

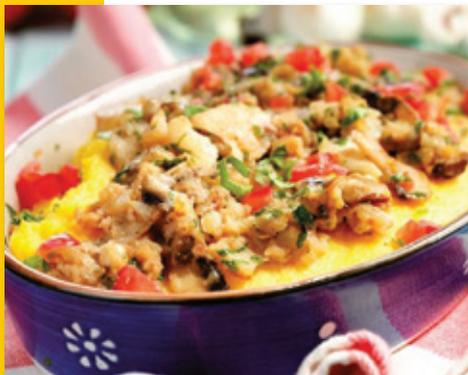
Per 4 persone: 350 g di linguine, 300 g di filetto di baccalà ammollato, 2 cipolle rosse, 2 rametti di timo, 5 cucchiaini di olio di oliva en, sale e pepe.

Tagliare le cipolle a mezzaluna, sciacquarle sotto acqua corrente, cuocerle (non bruciacchiare) in padella a fuoco dolce con olio e timo; spezzettare il baccalà, scottarlo in acqua bollente per 2-3 minuti, scolarlo e unirlo alle cipolle; bagnare con poca acqua, aggiustare di sale e cuocere coperto per 10 minuti; cuocere la pasta, scolarla al dente e saltarla nel condimento, unite il timo fresco, pepe macinato al momento e a piacere un filo d'olio. (Fiorfiore in cucina, 3/2015)

BACCALÀ, FUNGHI E PEPERONI CON POLENTA

Per 4 persone: 300 g di baccalà ammollato, 250 g pomodori pelati, 100 g di funghi freschi tipo champignon, 1 peperone, olio d'oliva en, sale e pepe, 250 g di farina di mais (anche precotta).

Pelare e spinare il baccalà, poi soffriggere in un tegame di coccio con poco olio, i funghi tri-



tati e il peperone tagliato a pezzetti, aggiustare di sale e pepe; quando tutto sarà ben soffritto aggiungere i pelati, mescolare, versare 1 l. d'acqua e cuocere a fuoco vivace per circa 20 minuti. Preparare a parte la polenta. Servire il baccalà ben caldo con la polenta. (ricetta Fiorfiore Coop).

POLPETTINE DI BACCALÀ

Per 6 persone: 500 g di patate, 2 uova, 400 g di baccalà ammollato,



1 cucchiaino di prezzemolo, 1 spicchio d'aglio, 2 cucchiaini di grana, sale e pepe, olio per friggere (questa ricetta è perfetta per riciclare il baccalà avanzato). Salsa Aioli: 1-2 spicchi d'aglio, 1 tuorlo d'uovo a temperatura ambiente, olio d'oliva en, 1 limone, senape, sale, latte q.b.

Lavare il baccalà e lasciarlo in ammollo in acqua fredda qualche ora; in tegame coperto d'acqua, farlo cuocere 5 minuti dall'ebollizione, spegnere e far raffreddare; lessare le patate, scolarle subito, sbucciarle, passarle al setaccio, metterle in una terrina e aggiungere l'aglio e il prezzemolo tritati. Sfilettare il baccalà, togliendo le lisce, unirlo alle patate, le uova leggermente battute e al grana; regolare di sale e pepe; se l'impasto è molle aggiungere poco pangrattato; con le mani bagnate formare delle palline e

passarle nel pangrattato; friggere in abbondante olio caldo.

Salsa Aioli: mettere in un pentolino, coperti di latte e acqua, gli spicchi d'aglio e far cuocere piano, scolarli e sbucciarli; mescolare il tuorlo d'uovo, aggiungere goccia a goccia l'olio d'oliva, mescolando; quando la salsa inizia a essere densa, aggiungere olio (se troppo dura, aggiungere succo di limone); unire una punta di senape e sale, ridurre a crema gli spicchi d'aglio e aggiungerli alla maionese, fino ad ottenere il gusto desiderato.

BACCALÀ AL LATTE

Per 6 persone: 2 filetti di baccalà ammollati, 500 g di cipolle, 2 spicchi d'aglio, 4 acciughe sotto sale, 1 l di latte, 1 mazzetto di prezzemolo, 100 g di grana grattugiato, farina q.b., olio d'oliva en, sale e pepe.

In un largo tegame far appassire nell'olio le cipolle tritate con le acciughe; unire il prezzemolo e l'aglio tritati, cuocere per 5 minuti. Pulire i 2 filetti di baccalà, aprirli a metà per lungo, ricoprire con metà soffritto, spolverizzare con farina e grana, salare e pepare. Richiudere le metà a libro, facendo aderire, tagliare a tranci trasversali e premere bene, affinché non esca il ripieno, infarinare i tranci, disporli in tegame (meglio di



coccio), versare sopra il soffritto, il grana rimasto e il latte fino a ricoprirli. Portare ad ebollizione, coprire e cuocere per 3 ore a fuoco basso, scuotendo di tanto in tanto. Servire con crostini di polenta o di pane a piacere. (da: Nuovo consumo, www.consumatori.e-coop.it/)

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

Un tempo le massaie di campagna in autunno, coglievano, prima che i tordi le beccassero, le mele cotogne per porle fra la biancheria nei cassettoni o negli armadi: quei frutti, secondo antiche tradizioni simbolo d'amore, fecondità e felicità coniugale, spandevano così per mesi un profumo speciale che sapeva di vecchia casa, spesso modesta, ma pulita e ordinata. Quand'erano stramaturi, le nostre nonne, che non avevano probabilmente letto i versi di Virgilio inneggianti alla "mela dalla peluria fine e bianca", o la leggenda delle "mele d'oro" nel giardino delle Esperidi, trasformavano le cotogne nella squisita cotognata.

Oggi si stanno riscoprendo questi antichi frutti che, come altre specie spontanee e/o inselvaticchite, vengono spesso considerati "minori", benché siano ottimi sia dal punto di vista alimentare che

da quello medicinale: così accade che le amiche mi chiedano la ricetta della gelatina di cotogne o quella della cotognata.

Il melo cotogno (*Cydonia vulgaris*) è una pianta rustica della famiglia delle Rosacee, forse originaria dell'Asia occidentale (Persia, Turkestan, Arabia,

La cotogna è utilizzata in fitoterapia per le sue proprietà astringenti e come antinfiammatorio delle mucose dello stomaco e dell'intestino; ha inoltre proprietà stomatiche (cura le

Il profumo delle mele cotogne

Una dura...dolcissima

Antica, dimenticata e ora riscoperta, la profumatissima mela cotogna ha molte qualità e utilizzi da conoscere. In cucina? ecco la ricetta della deliziosa cotognata

di Iris Fontanari



La ricetta La cotognata

Le cotogne si possono conservare fuori dal frigo anche per due mesi; si possono tagliare a spicchi e seccare all'aria o in forno, e poi riporre in barattoli di latta. La preparazione più antica e famosa con questi frutti è la **cotognata**, una marmellata deliziosa. Ecco la ricetta delle nostre nonne:

Ingredienti: 1 kg di mele cotogne passate, 1 kg di zucchero, zucchero a velo (poco), carta oleata.

Pulire con uno straccio le cotogne dalla peluria, tagliarle in 4 parti, levare i torsoli ma non la buccia (contiene molta pectina utile per l'addensamento) e cuocerle in una pentola, coperte d'acqua; quando saranno perfettamente cotte, metterle in un telo e lasciar colare il succo per almeno 12 ore (con il succo si può fare la gelatina: per 1/2 litro di succo servono 400 g di zucchero); passare al setaccio o al passaverdura le cotogne rimaste nel telo, pesare la polpa, rimetterla al fuoco con la stessa quantità di zucchero e far cuocere, mescolando fino a che il composto si stacchi completamente dalla pentola; versarlo su un pezzo di marmo oleato, spolverizzarlo di zucchero e lasciarlo asciugare per 3-4 giorni, quindi tagliare a quadretti, passare più volte ogni pezzo nello zucchero a velo e avvolgerlo in carta oleata; sistemare i pezzi in vasi o in scatole di latta, chiudere ermeticamente i recipienti e riporli in un luogo buio, fresco e asciutto.

dove cresce spontanea) introdotta in Europa in tempi antichissimi. Presso i Greci e i Romani questo frutto veniva mangiato crudo col miele e serviva anche per preparare una specie di sidro. Fino al XVII sec. la cotogna fu considerata uno dei frutti più utili e salutari, soprattutto per la sua proprietà astringente. Oggi è coltivato in quasi tutta Europa, persino sulle coste meridionali della Norvegia.

Del cotogno si distinguono due varietà: il melo cotogno, a frutto tondeggiate, e il pero cotogno, a frutto oblungo; i frutti del primo sono preferiti dall'industria perché più adatti alla manipolazione, quelli del secondo sono i più richiesti sul mercato e anche i più coltivati.

Il cotogno si presenta sotto forma di arbusto, sia coltivato che inselvaticchito, ma può raggiungere l'altezza di 8 metri e serve pure da portainnesto per il pero e per il melo; ha foglie grandi, ovali o ellittiche, con margine intero, lisce e verdi di sopra, pelose e grigio-biancastre di sotto; fiori grandi e di colore bianco-rosato.

I frutti, carnosì, molto duri, di colore giallo e ricoperti di fine lanugine, contengono molti semi simili a quelli della mela; vanno lasciati sull'albero fino alla fine di ottobre; appena colti si conservano in un luogo asciutto e aerato, disposti su graticci o a strati in cassette, fino a raggiungere la maturazione; tuttavia anche quando sono ben mature, le cotogne, soprattutto se selvatiche, non hanno un sapore gradevole perché, a causa dell'alto contenuto di acido malico, tannino e pectina, "legano" un po' la lingua; dopo la cottura però acquistano un sapore dolce-zuccherino; esistono però varietà che danno frutti "buoni" anche al naturale.

La pianta, sensibile al gelo invernale, predilige un clima temperato e un'esposizione al sole; il suo terreno ideale è poco calcareo, fresco e leggero, permeabile, non soggetto a prolungata siccità né a ristagni d'acqua.



infiammazioni della bocca e della gola), eupeptiche (stimola l'appetito e la buona digestione), emollienti ed antidiarroeiche.

Con la polpa si prepara un *decocto* tonico e astringente (ed emolliente), utile per regolare l'intestino e combatterne le infiammazioni, e per fare gargarismi contro il mal di gola: basta cuocere il frutto (buccia compresa) in poca acqua e un po' di zucchero, passare al setaccio e mangiarne qualche cucchiaino al giorno.

I semi, ricchi di amigdalina, emulsina, sostanze tanniche e mucillagine, hanno notevoli proprietà astringenti ed emollienti; si usano per preparare un *decocto* mucillaginoso (20 g di semi tritati in 200 g d'acqua) per clisteri o irrigazioni calmanti e astringenti e per combattere le infiammazioni vaginali e intestinali.

carta



in cooperazione

Autunno umido? Inverno freddo? Quickly: il massimo comfort a risparmio energetico



Autunno: biancheria umida in giro per la casa? Non sarà più un problema, con l'asciugatrice a gas Rinnai Dry Soft 6 kg (metano o gpl, certificata CE), la più compatta, tecnologica e sicura presente sul mercato.

L'eccezionale prezzo di Rinnai Dry Soft 6 kg riservato ai soci possessori di Carta In Cooperazione è di 1.299,30€, comprensivo di Iva, predisposizione per scarico fumi e consegna a domicilio! E, quale ulteriore

vantaggio, un buono da 25€ da spendere presso la propria Famiglia Cooperativa. Sempre più successo riscuote inoltre la campagna **"Presenta un amico a Quickly"**: a chi ha già acquistato un'asciugatrice tramite Quickly, possiede Carta In Cooperazione e segnala un nuovo cliente che acquisterà questo straordinario prodotto, Quickly riconoscerà un buono da 50€ spendibile presso la propria Famiglia Cooperativa.

È possibile prenotare la prova gratuita per una settimana chiamando il 3207687650 (Stefano), concordando direttamente la consegna dell'asciugatrice presso la propria abitazione.

Qualche ambiente di casa non si scalda abbastanza? La soluzione è **RADIALIGHT**, i radiatori elettrici e scaldasalviette di nuova generazione certificati CE e 100% made in Italy: **Deko & Plano**, con l'innovativo sistema Dual Therm, permettono una dolce diffusione del calore in soli 5 cm di spessore, mantenendo basso il consumo energetico grazie all'innovativo sistema di regolazione. **Helisea & Acanto**, dalla facciata completamente radiante, risolvono i problemi di bagni non abbastanza caldi e svolgono anche la funzione di scaldasalviette e accappatoi.



Deko & Plano



Helisea & Acanto

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sui prodotti Radialight Plano & Deko (da € 370 Iva inclusa) ed Helisea & Acanto (da € 279 Iva inclusa) **sconto del 10%**. **Per ogni radiatore acquistato oltre al primo, i soci riceveranno un buono da 25€** da spendere presso la propria Famiglia Cooperativa.

Operazione a premio ai sensi del D.P.R. n.430/2001 riservata ai Soci possessori di Carta in Cooperazione. Regolamento disponibile presso SAIT e Sifri Forniture Tecnologiche srl

Quickly

Rovereto, via Lungo Leno Sinistro 22
Tel 3207687650
www.asciugatriceagas.it



ChiamaTutti

1000

FATTI UN REGALO! COMUNICHI CON TUTTI A SOLI 10€ AL MESE

- ▶ 1000 minuti + 1000 SMS verso tutti
- ▶ Web 2 Giga senza limiti
- ▶ Per Sempre

Passa a CoopVoce dal 19 novembre al 10 gennaio 2016

coop voce

Comunicare è semplice.



Scopri le offerte CoopVoce su
www.coopvoce.it

Condizioni della promozione: L'offerta "ChiamaTutti 1000", sottoscrivibile tra il 19/11/15 ed il 10/01/16, prevede 1000 minuti di chiamate nazionali, verso numeri fissi e mobili, 1000 SMS nazionali e 2 Giga di traffico internet nazionale ogni 30 giorni. I minuti sono tariffati sugli effettivi secondi di conversazione e le connessioni internet a singolo kbyte. Al superamento del traffico voce ed SMS compresso verranno applicate le condizioni del piano tariffario sottostante per il traffico voce ed SMS, mentre il traffico internet sarà gratuito ma la velocità di compressione sarà limitata a 32 kb/sec. L'offerta ha un costo di 10€ al mese e si rinnova automaticamente ogni 30 giorni in caso di credito sufficiente. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta risulterà sospesa per 7 giorni. Per riattivarla sarà necessario ricaricare entro la scadenza dei 7 giorni, altrimenti l'opzione verrà disattivata. I minuti, gli SMS ed i Mega non consumati nel mese, non si sommano con i minuti e gli SMS o il traffico internet del mese successivo. Per maggiori dettagli sulle compatibilità e su tutte le offerte visita il 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 Degasperis, 2 • MALÈ Via 4 Novembre • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MOENA Strada De Praelon, 26 • PERGINE Piazza Gavazzi, 6 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Piazzale Mimosa • ROVERETO Millenium Center - Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31 - Piazza 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 - Piazza G.Cantore, 30 - Via Brigata Acqui, 2 - Via Solterti, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Madonna Bianca - Via C.Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - Piazza 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 • SEDILO Via Gerolamo Segato, 11

più convenienza al socio



CONSEGNA

DALL'1 AL 31 DICEMBRE 2015

AI SOCI CHE HANNO EFFETTUATO LA PRENOTAZIONE ENTRO IL 23 NOVEMBRE 2015

nr.
255

CESTO MULTIUSO CON PRODOTTI NATALIZI



Per riporre la biancheria,
le riviste o i vostri oggetti.
Cesto rettangolare in bambù
con maniglie, foderato.
Dimensioni: cm 53x35x22h

Solo per i Soci

49,90 €

- Pandoro Bauli incartato a mano g 750
- Bottiglia spumante Gran Reale Gancia ml 750
- Bottiglia vino Cabernet Moranera ml 750
- Scatola cotechino cotto Bellucci g 250

- Sacchetto lenticchie Tenuta del Cervo g 200
- Confezione Pasta I Gigli Dalla Costa g 200
- Crema di funghi porcini L'oro della Montagna ml 150
- Busta Misto funghi con Porcini L'oro della Montagna g 20

- Bag caramelle Delizie di Bosco Feletti g 100
- Confezione cantucci al cioccolato Vergani g 100
- Tavoletta di cioccolato extra fondente Motta g 100
- Sacchetto boules al cioccolato Motta g 85

CONSEGNA

DAL 7 AL 31 DICEMBRE 2015

AI SOCI CHE HANNO EFFETTUATO LA PRENOTAZIONE ENTRO IL 30 NOVEMBRE 2015

nr.
284

KIT COMPLETO GASATORE D'ACQUA SODASTREAM JET

Composto da:

- gasatore
- 1 bottiglia
- bombola CO₂

Solo per i Soci

49,90 €



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 dove è stato effettuato l'acquisto.

più convenienza al socio



OFFERTA

FINO AL 31 DICEMBRE 2015

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Kiamami Valentina

PROGETTO BAGNO



SPECCHIO DALLAS

60x60 cm

60x90 cm

Solo per i Soci
anziché € 169,00

139,00 €

Solo per i Soci
anziché € 199,00

165,00 €

BOX DOCCIA MODELLO ERICE



regolabile cm 70 - 80

Solo per i Soci
anziché € 165,00

129,00 €



BOX DOCCIA SEMICIRCOLARE MODELLO GIADA

90x90x185 H cm

Solo per i Soci
anziché € 214,00

169,00 €

80x80x185 H cm

Solo per i Soci
anziché € 209,00

169,00 €

MOBILE BAGNO MODELLO PERLA PROMENADE



Solo per i Soci
anziché € 329,00

299,00 €



MOBILE BAGNO MODELLO FIEMME

Solo per i Soci
anziché € 429,00

349,00 €

I prezzi sono comprensivi di trasporto e consegna tramite corriere direttamente all'indirizzo del cliente, montaggio escluso. Verifica le modalità di consegna sul modulo d'ordine. ASSISTENZA POST VENDITA DITTA KV STORE 0465 940355 - info@kvstore.it

STUFA INFRAROSSI CAMPINGAZ IR5000

Solo per i Soci
anziché € 150,00

129,90 €



TERMOVENTILATORE BAGNO TOUCH

Solo per i Soci
anziché € 119,00

99,00 €



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 dove è stato effettuato l'acquisto.

più convenienza al socio



OFFERTA

FINO AL 31 GENNAIO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

SPAZZANEVE ELETTRICO ALPINA AS 31 E



- Motore: elettrico 1100W / 230V
- Larghezza operativa: 31 cm
- Altezza collettore: 23 cm
- Peso netto: 6,5 kg
- Manubrio: telescopico
- Impugnatura: regolabile
- Facile da riporre
- Nessun olio - formula "plug&play"



Solo per i Soci
anziché € 99,90
89,90 €

SPAZZANEVE A SCOPPIO ALPINA AS 62



- Spazzaneve ad elevata capacità operativa
- Motore: GGP SM 70
- Potenza: 212 cc
- Sistema di avvio: elettrico 230 V e manuale a strappo
- Larghezza operativa: 62 cm
- Altezza collettore: 50 cm
- Trasmissione/marce: 5 avanti / 2 retro
- Ruote: 13"
- Turbina: Ø 24 cm / dentata
- Rotazione: getto 190°
- Presa: "One Hand"



Solo per i Soci
anziché € 849,00
799,00 €

OFFERTA

FINO AL 29 FEBBRAIO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

STUFE A PELLETTA

Non perdere quest'occasione per riscaldare la tua casa

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



PETRA
SERPENTINO
9 kW
EVA CALOR

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



NEW
VIGO II
9,5 kW
ecoforest
Solo per i Soci
anziché € 2.509,00
1.949,00 €



CIES
10 kW
ecoforest
Solo per i Soci
anziché € 2.989,00
2.329,00 €



VIGO DIAMANTE
9,5 kW
ecoforest
Solo per i Soci
anziché € 2.109,00
1.549,00 €



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 €

ASSISTENZA TEL. 0461 823575



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 dove è stato effettuato l'acquisto.

più convenienza al socio



OFFERTA

DAL 7 DICEMBRE 2015 AL 31 GENNAIO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

timberholz

PELLETS TIMBERHOLZ

15 KG

Solo per i Soci

anziché € 4,69

4,39 €



NATUR PELLETS

15 KG

Solo per i Soci

anziché € 4,95

4,69 €



Pellet di qualità certificata "TIMBERHOLZ"

ridurre spese e consumi nel massimo rispetto dell'ambiente perché... non tutti i pellet sono uguali!

Il riscaldamento a pellet assicura comfort negli ambienti e risparmio nei consumi, ma consente anche di utilizzare un combustibile che deriva da fonti rinnovabili e di ridurre le emissioni inquinanti.

Il nostro pellet nasce dal legno vergine ed è un prodotto completamente naturale, senza aggiunta di leganti e/o additivi. Attraverso lavorazioni meccaniche la segatura di legno di abete 100%, finemente lavorata, viene prima sottoposta ad altissime pressioni, quindi viene fatta passare attraverso una filiera con fori; il calore generato durante queste fasi di lavorazione attiva l'effetto legante della lignina, una sostanza naturale presente nel legno, che determina la compattezza della forma a cilindro del pellet.

Un pellet di qualità assicura una maggiore resa calorica, un impatto ambientale neutro in termini di emissioni di CO₂, una migliore manutenzione e durata dell'impianto di riscaldamento. Ed è quanto garantisce TIMBERHOLZ, il pellet selezionato dal Consorzio delle Famiglie Cooperative Trentine.



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 dove è stato effettuato l'acquisto.

più convenienza al socio



OFFERTA

FINO AL 29 GENNAIO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

CIASPOLE DA NEVE



- Ottimo galleggiamento sulla neve
- Fascia con doppio cricchetto per la sistemazione e centratura di tutte le scarpe
- Base ciaspola in propilene
- Paletta - talloniera - meccanismo alzo: tutti in nylon 6/6 con elastomero
- Doppia dentatura longitudinale inferiore per massima aderenza su terreno obliquo
- Sacca portaciaspole inclusa

MODELLO UOMO:
Colori royal - antracite

MODELLO JUNIOR/DONNA:
Colori rosso - verde

MODELLO BIMBO:
Colore rosso

NOVITA

Solo per i Soci

84,90 €

Solo per i Soci

82,90 €

Solo per i Soci

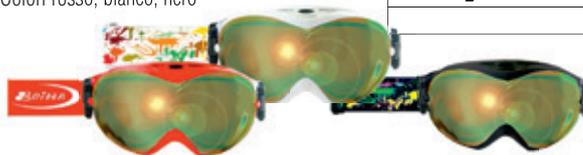
74,90 €

MASCHERA SCI REVO

- Maschera sci per adulti, avvolgente, elastica e resistente
- Ottima protezione dai raggi nocivi del sole, dal freddo e dalla neve
- Perfetta visuale
- Lente: doppia in policarbonato ANTIFOG colore caffè specchiata REVO
- Colori rosso, bianco, nero

Solo per i Soci

31,90 €



CASCO SCI

Solo per i Soci

31,90 €

- Calotta esterna in ABS
- 8 prese d'aria aerodinamiche
- Ventilazione frontale e posteriore
- Paraorecchie removibili morbidi e traspiranti
- Imbottitura interna Soft-Touch in tessuto tecnico traspirante removibile e lavabile + seconda imbottitura interna per regolazione misure dalla 54 alla 60
- Sistema di regolazione posteriore Roll Fit che permette di regolare perfettamente il casco anche in movimento
- Ferma occhiale posteriore per impedire la perdita della maschera
- Certificazione europea EN1077
- Colori nero, rosso spider, multicolor



ZAINO TECNICO LT 18

Solo per i Soci

28,90 €



- Zaino tecnico capacità 18 Lt
- Copertura impermeabile in caso di pioggia
- Leggero e di piccole dimensioni è ottimale per escursioni giornaliere sulla neve, in bicicletta o trekking in montagna

COMPLETO INTIMO TECNICO

- Completo in SEAMLESS Meryl SKINLIFE che aderisce al corpo come una seconda pelle garantendo massima libertà di movimento
- Isola la pelle ed elimina il calore in eccesso rimuovendo il sudore dal corpo
- Taglie S/M - L/XL



Solo per i Soci

44,90 €



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 dove è stato effettuato l'acquisto.

più convenienza al socio



OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

TRENTO

Via Degasperi, 1-17
tel 0461 - 362600

ROVERETO

Via del Garda, 95
tel 0464 - 426000

coop SUPERSTORE

OFFERTA DAL 10 AL 31 DICEMBRE

MI

OFFERTA DAL 26 NOVEMBRE AL 9 DICEMBRE



SMARTPHONE SAMSUNG A500 GALAXY A5

- Display 5"
- Rete 4G LTE
- Sistema Operativo Android 4.4
- Processore Quad Core 1.2 GHz
- Ram 2 GB
- Memoria 16GB incluso Sistema Operativo
- Fotocamera 13 Megapixel
- Batteria 2300 mAh
- Bluetooth 4.0, WiFi, NFC, Hsdpa 42,2 Mbps
- Garanzia 2 anni

PREZZO OFFERTA € 329,00
€ 289,00

PREZZO SOCI € 259,00

SCONTO 21%

coop VOCE

Comunicare è semplice.

INOLTRE SE PASSI A COOPVOCE HAI 3 MESI GRATUITI DI CHIAMATUTTI 1000

Scopri tutti i dettagli dell'offerta a punto vendita

POLACCO UOMO/DONNA/RAGAZZO TIMBERLAND

Vari modelli
Un esempio: modello uomo o donna in nabuck

PREZZO OFFERTA € 199,00
€ 149,00

PREZZO SOCI € 139,00

SCONTO 30%



MICROPILE UOMO O DONNA RAPAX

Mezza zip, 100% poliestere, colori assortiti, taglie dalla S alla XXL

PREZZO OFFERTA € 13,00
€ 10,00

PREZZO SOCI € 9,00

SCONTO 30%

OFFERTA DAL 26 NOVEMBRE AL 24 DICEMBRE



MAGLIA UOMO O DONNA MISTO CASHMERE

Modelli e colori assortiti, taglie dalla S alla XXL

PREZZO OFFERTA € 49,00
€ 41,00

PREZZO SOCI € 31,00

SCONTO 36%

OFFERTA DAL 26 NOVEMBRE AL 9 DICEMBRE

LINEA COTTURA EVOLUTA TOGNANA

Con fondo thermo 3D che grazie agli speciali canali riduce i tempi di cottura consentendo risparmio di energia

ESEMPIO:

padella 1 manico cm 24

PREZZO OFFERTA € 24,50
€ 18,37

PREZZO SOCI € 15,92

SCONTO 35%

casseruola 2 manici cm 20

PREZZO OFFERTA € 22,90
€ 17,17

PREZZO SOCI € 14,88

SCONTO 35%

bistecchiera cm 34x24

PREZZO OFFERTA € 29,90
€ 22,42

PREZZO SOCI € 19,43

SCONTO 35%



OFFERTA DAL 26 NOVEMBRE AL 24 DICEMBRE



VILLAGGI E PAESAGGI NORDICI CON LUCI A LED, MUSICA E MOVIMENTO

Con trasformatore da 4,5 V

VILLAGGIO CON FUNIVIA
cm 26,5x26,5x23,5

PREZZO OFFERTA € 64,90
€ 49,00

PREZZO SOCI € 45,00

SCONTO 30%

PAESAGGIO CON SCIVOLO
cm 37x24x27

PREZZO OFFERTA € 79,90
€ 64,00

PREZZO SOCI € 59,00

SCONTO 26%

VILLAGGIO CON CASTELLO
cm 47x33x28

PREZZO OFFERTA € 109,90
€ 89,00

PREZZO SOCI € 79,00

SCONTO 28%

A NATALE DONA UN SORRISO

DAL 28 NOVEMBRE AL 24 DICEMBRE 2015



REGALA 30 CENTESIMI
ai clown di corsia della
Croce Rossa Italiana
acquistando le decorazioni
di Natale Disney!



a soli 1,90 €



Croce Rossa Italiana
Comitato Provinciale di Trento
Comitato Provincia Autonoma di Bolzano - Alto Adige



www.laspesainfamiglia.coop

Decor assortiti a seconda della disponibilità del Supermercato. Iniziativa valida in tutti i punti vendita aderenti che espongono il materiale promozionale.