

cooperazione tra consumatori

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXIII • GENNAIO 2016



Iniziative
e appuntamenti

**LA COOPERAZIONE
CON LA SCUOLA**

Da gennaio

**IL LABORATORIO
SCOLASTICO
IN FAMIGLIA
COOPERATIVA**

**2016
AUGURI
DI BUON ANNO!**



**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



FINO AL 31 MAGGIO 2016

IL RISPARMIO TI PREMIA

Con un Piano di Accumulo PAC  NEF
di almeno 50 euro al mese, costruisci
un capitale e puoi vincere splendidi premi

ESTRAZIONE FINALE

TOYOTA YARIS HYBRID COOL 5P
PIAGGIO MP3 HYBRID 300IE
MI.GI MTB ELETTRICA



ESTRAZIONI MENSILI

2 IPHONE 6S
3 IPAD AIR 2
4 CLICK & GROW SMART HERB
6 PARROT FLOWER POWER



www.ilrisparmiotipremia.it

Concorso a premi valido dal 01/11/2015 al 31/05/2016, promosso da
CASSA CENTRALE BANCA - CREDITO COOPERATIVO DEL NORD EST S.p.A.
Montepremi complessivo € 57.104,60 IVA inclusa.

Regolamento completo sul sito www.ilrisparmiotipremia.it

Prima dell'adesione leggere il Prospetto Informativo nonché le Informazioni chiave per
gli Investitori - KIID - disponibili sul sito web www.nef.lu o presso le Banche Collocatrici.



Casse Rurali
Trentine



16

■ **Miglior del recupero: il riuso**

Gli oggetti usati hanno una nuova occasione di vita prima di diventare rifiuti, grazie al nuovo "Centro di Riuso" di Tione. Ecco com'è stato creato e come funziona



32

■ **Carni e buon senso**

Come descrive la dieta mediterranea, è importante avere una alimentazione variata, ricca di verdure, legumi, cereali, frutta e tanta acqua.



34

■ **Extravergine Coop: 100% italiano**

L'olio extravergine Coop "100% italiano" è al riparo da frodi, certificato e sicuro. I controlli del "naso elettronico" particolarmente affinato sugli oli, usato per stabilire l'autenticità di un prodotto



34

■ **La crema senza olio di palma**

È arrivato nei punti vendita il nuovo vasetto da 350 gr della crema spalmabile Solidal Coop con olio di girasole e burro di cacao: si abbattano i grassi saturi ma non cala il gusto!

sommario

Primo piano

- 6 **In Famiglia Cooperativa il laboratorio scolastico di Educazione al consumo consapevole**
- 7 **Le Famiglie Cooperative, la Cooperazione e la Scuola**

Famiglie cooperative

- 9 **Famiglia Cooperativa del Vanoi "Fare" lo sport insieme, divertendosi**
- 13 **Famiglia Cooperativa Vallate Solandre A Vermiglio e al Passo del Tonale. Rinnovarsi e innovare** di Marina Mattarei
- 14 **Riva del Garda, Blue Garden Inaugurato il più grande supermercato di Coop Alto Garda**
- 15 **Famiglia Cooperativa Vallate Solandre Sardegna doppio (e multiservizio)**

Cooperazione

- 10 **Rapporto Euricse 2015 Economia cooperativa** La rilevanza, l'evoluzione e le nuove frontiere della cooperazione italiana

Cooperazione di consumo

- 12 **I Corsi alle cantine Cavit e Mezzacorona Brindisi di (quasi) fine anno**

Fa' la cosa giusta

- 16 **Il Centro di Riuso di Tione Miglior del recupero: il riuso. La nuova vita degli oggetti usati** a Dario Pedrotti

Ambiente

- 17 **Il futuro dei rifiuti. Ridurre, riusare, valorizzare la materia** di Maddalena Di Tolla Deflorian

Educazione e famiglia

- 19 **Un manuale per aiutare e farsi aiutare Prendersi cura degli anziani in famiglia** di Jacopo Tomasi

Etica dello sviluppo

- 21 **ONU/Agenda 2030: 17 Obiettivi per uno sviluppo sostenibile La nostra speranza di cambiare il futuro** di Alberto Conci

Società

- 24 **La Tenda Rossa di Cadine Uno spazio dove ri-trovarsi** di Antonella Valer

Tempo libero

- 25 **CID Centro Internazionale della Danza Gennaio: nuovo inizio**
- 30 **Gli sconti Carta In Cooperazione Insieme sulla neve**

Cultura

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

Alimentazione

- 32 **Carni e buon senso per tutelare la salute**

Prodotti coop

- 34 **Il naso elettronico non tradisce: l'extravergine Coop è 100% italiano**

Coltivare

- 37 **Conservare le olive Tradizione sottovetro** di Iris Fontanari

rubriche

- 12 **Cooperazione di consumo** Notizie e appuntamenti

- 23 **Libri: le recensioni del mese** a cura di Franco Sandri

- 36 **Mangiare e bere.** Ricette. Torte, tortini e quiche

NOVITÀ

Per i Soci
con Carta InCooperazione
un ulteriore

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



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



Italia – Alto Adige – Val Passiria
Hotel Bergland***
Viaggio autonomo, 5 notti in camera doppia,
mezza pensione, skipass incluso per 3 giorni

per persona a partire da € 239,00 - Soci € **227,50**



Italia – Alto Adige – Val Senales
Hotel Vernagt am See****
Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia,
libero accesso al centro benessere

per persona a partire da € 209,00 - Soci € **198,50**



Italia – Umbria – Castiglione del Lago
Hotel della Corgna***
Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia,
colazione inclusa

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



Austria – Tirolo
Hotel Eggerbräu***
Viaggio autonomo, 5 notti in camera doppia,
mezza pensione, corso di sci gratis
per bambini

per persona a partire da € 199,00 - Soci € **189,00**



Austria – Salisburghese
Hotel Gasthof Bad Hochmoos***
Viaggio autonomo, 5 notti in camera doppia,
mezza pensione, libero accesso al centro
benessere

per persona a partire da € 219,00 - Soci € **208,00**



Austria – Tirolo
Hotel Zum Mohren****
Viaggio autonomo, 3 notti in camera doppia,
mezza pensione, skipass incluso per 2 giorni

per persona a partire da € 299,00 - Soci € **284,00**

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 XXIII - GENNAIO 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, Corrado Corradini,
Maddalena Di Tolla Deflorian,
Iris Fontanari, Cristina Galassi,
Dario Guidi, Marina Mattarei,
Diego Nart, Dario Pedrotti,
Dirce Pradella, Franco Sandri,
Jacopo Tomasi, Antonella Valer.

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 14-12-2015

La tiratura del numero di dicembre 2015
di "Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 92.515 copie

editoriale

di Giuseppe Ciaghi

Gesti quotidiani di ecologia

Per quanti vivono sul serio il movimento cooperativo e ne conoscono il tessuto sociale, l'attività e le potenzialità, insieme alle lacune, alle difficoltà e ai pregiudizi che vi aleggiano intorno, spesso creati ad arte dai profeti del libero mercato - che hanno tutt'altri obiettivi dalla realizzazione del bene comune e da un'equa distribuzione delle risorse e dei proventi del lavoro, oltre che dal rispetto dell'ambiente - i risultati emersi dalle indagini di Euricse ed illustrati in occasione dei 120 anni della Federazione trentina delle cooperative non hanno rappresentato una sorpresa.

Che la società cooperativa paghi più tasse delle società per azioni non è una novità, ma un dato di fatto, così come il calo dei dipendenti in queste ultime in confronto all'incremento nelle altre.

Le une hanno per obiettivo il profitto, e quando questo si riduce, i primi a pagarne le conseguenze sono gli occupati e i territori dove insistono, spesso abbandonati per altri lidi; le seconde invece sono al servizio della persona, cercano di crearle condizioni di vita decorose in un habitat culturale rispettoso del prossimo e della natura, fanno ricadere sui soci i proventi del loro lavoro quando non li reinvestono in attività imprenditoriali capaci di creare altre opportunità di occupazione, non certo nella finanza per far soldi sulle spalle altrui.

Da qui, per analogia, denunciare quanto è capitato di questi tempi nell'area dei servizi pubblici dopo la loro privatizzazione il passo è breve: gli uffici postali sono scomparsi nei paesi di montagna e nelle valli periferiche con enormi disagi specie per le persone anziane e per chi non dispone di automezzi, mentre quelli rimasti aperti si sono trasformati in sportelli bancari con personale ridotto al lumicino, code interminabili degli utenti e gran perdita di tempo magari per spedire solo una "prioritaria". Certo, adesso il settore rende, produce milioni di euro di utile! Per chi? e a danno di chi? Discorso simile s'impone per le ferrovie e i trasporti pubblici, dove in nome del profitto si specula non solo sul numero delle linee e sul personale, ma anche sulla manutenzione di mezzi, binari e quant'altro, come spesso emerge nelle cronache degli incidenti. Quanto sta capitando nel campo della sanità con la riduzione dei servizi nelle valli e nelle periferie non fa che confermare che i servizi al cittadino non possono e non debbono dipendere da logiche di profitto e di mercato.

Si impone la necessità di cambiare metodo, di un'educazione civica mirata al perseguimento del bene comune, al rispetto dell'altro e dell'ambiente naturale, una missione che il nostro movimento sta portando avanti da anni coinvolgendo la scuola e le istituzioni, associazioni ed enti responsabili nonché particolarmente sensibili verso queste tematiche.

Quale l'alternativa? Ce lo hanno detto i luminari riunitisi a Parigi nella prima metà di dicembre con un invito all'ecologia da parte di tutti.

Noi però siamo convinti che la cultura ecologica non si può ridurre ad una serie di risposte parziali ai problemi emergenti dell'inquinamento; un'ecologia integrale è fatta anche di semplici gesti quotidiani nei quali spezzare la logica della violenza, dello sfruttamento, dell'egoismo; dovrebbe essere uno sguardo diverso, un pensiero, una politica, un programma educativo, uno stile di vita e una spiritualità... proprio come suggerisce Educa, il Festival dell'educazione organizzato dalla Cooperazione sociale trentina, in programma per il prossimo aprile e ora in corso di preparazione.



17° anno scolastico

In Famiglia Cooperativa il laboratorio scolastico di Educazione al consumo consapevole

È pronto ad iniziare, nel mese di gennaio, il 17° anno dell'Educazione al Consumo Consapevole delle Famiglie Cooperative nelle scuole

Ultimi ritocchi organizzativi prima dell'avvio, in gennaio, del nuovo anno scolastico dell'**Educazione al consumo consapevole**, il modulo di Educazione cooperativa promosso dall'Ufficio educazione e cultura cooperativa della Federazione Trentina della Cooperazione in collaborazione con Sait e con le Famiglie Cooperative.

L'attività, come di consueto, vede le Famiglie Cooperative impegnate direttamente, attraverso l'ospitalità offerta agli studenti nei negozi, che bene svolgono la funzione di "laboratori scolastici". L'Ufficio Educazione e Cultura Cooperativa

della Cooperazione Trentina, infatti, promuove la diffusione dei valori cooperativi nelle Scuole attraverso percorsi basati sul confronto e la condivisione, e in stretta collaborazione con le cooperative del territorio.

Il modulo **Educazione al consumo consapevole** ha l'obiettivo di portare i temi del consumo dentro le scuole, partendo dalla conoscenza del mondo del consumo cooperativo trentino e del suo ruolo, del servizio reso dalle Famiglie Cooperative alla comunità; grande attenzione è poi riservata ai temi dei valori irrinunciabili dei prodotti alimentari (sicurezza alimentare, eticità, rispetto ambientale nelle produzioni, ecc., che corrispondono alle caratteristiche dei prodotti a marchio Coop), e quindi allo sviluppo di una nuova consapevolezza nel fare la spesa.

I bambini delle elementari e i ragazzi delle medie che partecipano a questo modulo hanno dunque



la possibilità di conoscere aspetti importanti legati alla spesa e alle caratteristiche dei prodotti alimentari e possono sperimentarlo subito, attraverso la "prova pratica" della spesa "diversa" prevista nei negozi delle Famiglie Cooperative, che diventano così anche punti di riferimento quotidiano per saperne di più in materia di consumo consapevole e di cooperazione.

Nei prossimi numeri della rivista torneremo su questo tema con nuovi approfondimenti e con i dettagli dell'attività 2016 del modulo **Educazione al consumo consapevole** in tutto il territorio trentino. (c.g.)

Info

Ufficio Educazione Cooperativa
Federazione Trentina della Cooperazione
Tel. 0461 898243

ISCRIZIONE ENTRO IL 30 GENNAIO 2016

Racconta la tua ACS!

Partecipa anche tu al concorso per la realizzazione della raccolta di Storie delle Associazioni Cooperative Scolastiche

In occasione del 120° anno di fondazione della Federazione Trentina della Cooperazione, l'Ufficio Educazione cooperativa ha deciso di sostenere un'iniziativa rivolta a tutte le Associazioni Cooperative Scolastiche attive nelle scuole della Provincia Autonoma di Trento, con l'obiettivo di promuoverne l'operato e la grande qualità espressa. Ogni anno, infatti, **un centinaio di Associazioni Cooperative Scolastiche, per un totale di circa 2000 alunni e alunne e 400 insegnanti coinvolti, sono promotrici dei valori e dei principi della cooperazione fra i più giovani.** Crediamo fortemente che costituiscano un

patrimonio formidabile di conoscenze, relazioni, progetti, idee ed energie. Un patrimonio talmente complesso e variegato da renderne però difficile spesso la comunicazione tanto all'esterno quanto a chi l'esperienza la vive in prima persona (e spesso la corretta narrazione di un'esperienza è anche uno strumento che aiuta a comprendere appieno l'importanza e la ricchezza di ogni vissuto).

Proprio per **far emergere queste bellissime storie** è stato promosso il concorso "Save the Story: racconta la tua ACS!". L'adesione dovrà essere comunicata all'Ufficio educazione cooperativa della Federazione Trentina della Cooperazione entro il **30 gennaio 2016** tramite la compilazione della scheda d'iscrizione on-line (<http://www.coopeduca.it/News/Save-the-story-racconta-la-tua-ACS>)

I partecipanti dovranno impegnarsi nella narrazione (tramite **un testo narrativo o un video**) dell'esperienza della propria Associazione

**SAVE THE STORY:
racconta
la tua ACS**

La vita non è quella che si vive.
Ma quella che si ricorda.
E come la si ricorda per raccontarla.
Gabriel Garcia Marquez

**INIZIATIVA
PER LE SCUOLE**

Concorri a realizzare la
raccolta di Storie delle
Associazioni Cooperative
Scolastiche presenti nella
Provincia Autonoma di
Trento

**Educazione
Cooperativa**

REFERENTI E CONTATTI
Federazione Trentina della Cooperazione
Ufficio Educazione e Cultura Cooperativa
Via Sagorini 20 - 38125 Trento
tel. 0461 898243 - fax 0461 898243
educacoop@ftcoop.it

Cooperativa Scolastica (ACS) prestando particolare attenzione al processo democratico, alla solidarietà, ai valori e principi cooperativi



Venerdì 4 dicembre i ragazzi e gli insegnanti della scuola Primaria "Odoardo Focherini e Maria Marchesi" di Rumo hanno voluto ringraziare pubblicamente tutti i soci delle Famiglie Cooperative aderenti al Consorzio Sait, in particolare la **Famiglia Cooperativa Castelli d'Anania**, per aver donato alla scuola i "buoni" dell'iniziativa "**Cari soci, fate i buoni scuola**" ed aver così permesso alla scuola stessa di ricevere **una telecamera, un microscopio, una stampante fotografica, uno stereo ed una lavagna interattiva, per un totale di oltre 360 mila punti!** Durante la serata la presidente della Famiglia Cooperativa Castelli d'Anania, Graziella Berti, ha inoltre consegnato **il proiettore per la lavagna interattiva** direttamente ai ragazzi che hanno ringraziato con alcune canzoni (nella foto in basso). La raccolta dei punti ora prosegue con la nuova edizione alla quale la scuola ha nuovamente aderito, visto il precedente successo.

nel loro complesso, al coinvolgimento delle realtà cooperative e delle comunità locali.

I video e i racconti prodotti dovranno essere consegnanti **entro il 10 maggio 2016** (vedi regolamento pubblicato on-line).

La documentazione raccolta sarà pubblicata sul sito dell'Ufficio educazione cooperativa, su quello della Federazione Trentina della Cooperazione e sui principali mezzi d'informazione della Cooperazione Trentina. Un'apposita Commissione valuterà il materiale prodotto individuando i migliori video e racconti nelle tre diverse categorie. È previsto **un riconoscimento per le tre migliori produzioni di ciascuna sezione e per ogni categoria**; tra i premi, i buoni-acquisto (in collaborazione con Sait e Famiglie Cooperative) per acquistare prodotti utili per le scuole (a catalogo) nei negozi della Cooperazione di consumo trentina. La consegna dei riconoscimenti avrà luogo nel corso di una specifica manifestazione **entro il 31 maggio 2016**.

Federazione Trentina della Cooperazione
Ufficio Educazione e Cultura Cooperativa
educacoop@ftcoop.it

"Cari soci, fate i buoni scuola"

Le Famiglie Cooperative, la Cooperazione e la Scuola

La Scuola Primaria di Rumo racconta le attività svolte dalla sua Associazione cooperativa scolastica e, come la Scuola Primaria di Livo-Varollo, ringrazia i soci della Famiglia Cooperativa per aver donato così tanti "buoni-scuola"

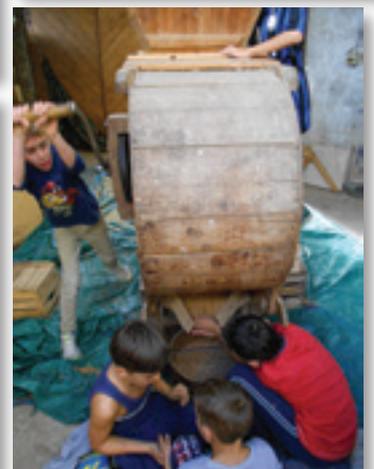


Grazie ai soci della Famiglia Cooperativa che hanno donato oltre **360 mila punti** dell'iniziativa "**Cari soci... fate i buoni scuola**", la scuola Primaria di Rumo ha ricevuto una telecamera, un microscopio, una stampante fotografica, uno stereo, una lavagna interattiva e un proiettore per la lavagna interattiva.

LA SCUOLA PRIMARIA DI LIVO-VAROLLO

Anche dalla Scuola Primaria di Livo-Varollo è giunto alla nostra redazione un grande ringraziamento, nel quale si legge: "Gli alunni, insieme agli insegnanti della scuola primaria di Livo, ringraziano vivamente i genitori e tutti coloro che hanno collaborato alla raccolta punti dell'iniziativa "**Cari soci, fate i buoni scuola**". Grazie al contributo di tutti sono stati raccolti **molti pun-**

ti che hanno reso possibile l'acquisto di materiale scolastico di cui la scuola aveva





necessità. La collaborazione di tutti quanti ha permesso alla scuola di usufruire di notevoli vantaggi”.

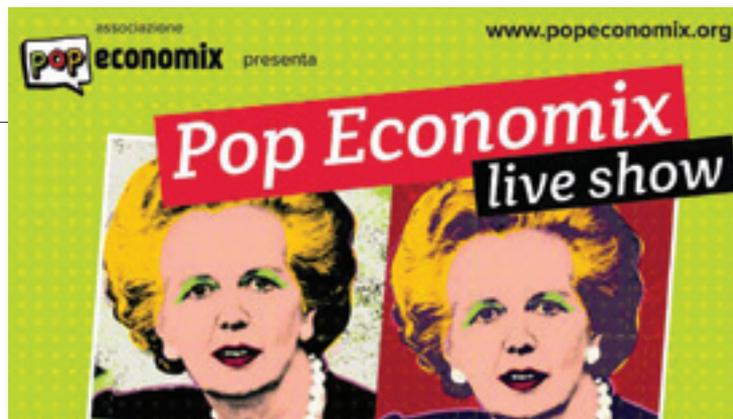
L'ASSOCIAZIONE COOPERATIVA SCOLASTICA DI RUMO

Durante la serata del 4 dicembre sono state proiettate le immagini (che corredano anche la pagina precedente) delle attività svolte dall'Associazione cooperativa scolastica, istituita tra i ragazzi della scuola, denominata “Un sogno smarrito”, attraverso la quale i ragazzi hanno scelto di imparare a coltivare il frumento e la segala per fare la farina da pane, il granoturco per fare la farina da polenta, i meli antichi per essiccare le mele e per fare l'aceto; e di imparare a raccogliere le noci, a conoscere e lavorare l'argilla, a tagliare la legna nei boschi, a produrre meno rifiuti: riscoprire insomma tutte quelle attività e conoscenze, ora quasi smarrite, che aiutano ad avvicinarsi ad un modo di vivere più sano e consapevole.

“CARI SOCI... FATE I BUONI SCUOLA” 2016

La nuova edizione “Cari soci... fate i buoni scuola” prenderà il via in marzo, ma in qualche modo si è già aperta lo scorso novembre: ogni 100 bustine vuote della raccolta di figurine “Esplorando il corpo umano: l'alimentazione” (in distribuzione dal 10 ottobre al 14 novembre) conservate e portate in classe da bambini e i ragazzi, la scuola potrà ritirare presso i negozi aderenti un buono-scuola da 500 punti, che consentirà di ricevere gratuitamente materiale didattico, durante appunto la 2ª edizione di “Cari Soci fate i buoni... scuola”. (c.galassi)

Pop Economix Live Show è uno spettacolo teatrale che ripercorre, con ironia e rigore, questi anni di crisi, dal crack dei mutui immobiliari alle tensioni sul debito in Europa. Una occasione unica per approfondire e comprendere cause e conseguenze della crisi economica.



Richieste di partecipazione: entro il 15 febbraio 2016

Pop Economix Live Show da dove allegramente vien la crisi (e dove va)

Lo spettacolo sulla crisi economica per le scuole superiori trentine

Pop Economix è un percorso d'informazione e animazione culturale che propone l'economia come linguaggio accessibile a tutti perché tutti possano fare scelte responsabili.

L'associazione e il progetto Pop Economix nascono nel 2013 dalla conferenza spettacolo *Pop Economy* di Alberto Pagliarino e Nadia Lambiasi che in oltre 100 città italiane ha raccontato il fallimento di Lehman Brothers e l'avvio della crisi mondiale. Pop Economix è frutto dell'incontro tra teatro, cultura economica, giornalismo, prodotto da Banca Etica, Teatro Popolare Europeo e Il Mutamento-Zona Castalia. È un progetto non profit, aperto al contributo e al sostegno da parte di chi pensa che l'informazione sia presupposto di democrazia, libertà e giustizia, anche nella vita economica e finanziaria. Popeconomix.org è il magazine che racconta notizie, storie e parole dell'economia. Un luogo in cui voci e mezzi espressivi

diversi raccontano a tutti ciò che avviene nel mondo dell'economia globale.

Lo spettacolo è a ingresso libero ed è rivolto a tutte le Scuole Superiori di Secondo Grado, i CFP e IFPP della Provincia Autonoma di Trento.

L'appuntamento è per il 15 aprile 2016 dalle ore 10 alle 11.30 circa, all'Auditorium F. Melotti di Rovereto (corso Bettini 43, presso il MART) e sarà un evento ospitato all'interno della nuova edizione di Educa, il Festival dell'educazione.

ISCRIZIONI

L'Ufficio Educazione Cooperativa della Federazione Trentina della Cooperazione accoglierà tutte le richieste che perverranno entro il 15 febbraio 2016 fino ad esaurimento posti. Per presentare domanda di partecipazione all'evento/spettacolo compilare modulo on line:

<http://www.coopeduca.it/News/Pop-Economix-Live-Show-Lo-spettacolo-sulla-crisi-economica-per-le-scuole-superiori-trentine>

LO SPETTACOLO

Come nasce la crisi economica globale? Come funzionano le bolle finanziarie? Come la crisi dagli Stati Uniti è arrivata in Europa? L'austerità ci fa bene? Chi sono i responsabili? E noi, siamo solo vittime innocenti? *Pop Economix Live Show* è uno spettacolo che racconta la crisi globale che ci ha investito: lo fa in modo semplice, divertente e puntuale attraverso gli occhi di un narratore. Una narrazione teatrale di impegno civile, comica e drammatica insieme.

Pop Economix Live Show è la versione ampliata e arricchita dello spettacolo *Pop Economy* (dal 2012 ad oggi oltre 200 repliche in oltre 130 città italiane, in festival, rassegne, fabbriche, scuole, oratori, università, meeting sulla finanza, festival sull'ambiente, stagioni teatrali, teatri

comuni, teatri occupati, piazze, assemblee, fiere, convegni, aziende, corsi di formazione).

Lo spettacolo racconta la storia di Jack, l'americano medio che ha creduto nel sogno del mutuo per tutti. Ma è anche la storia di un patto segreto, stipulato tra Christoforos Sardelis, il responsabile del debito pubblico greco, con una grossa banca internazionale: Goldman Sachs. È la storia di Lehman Brothers, una delle più grandi banche d'affari del pianeta, fallita da un giorno all'altro senza lasciare traccia, del suo direttore generale Richard Fuld, ma anche del prof. Mario Rossi, insegnante, che per guadagnare quanto Fuld intascò in un anno, avrebbe dovuto cominciare a insegnare all'epoca dei Sumeri!

Pop Economix Live Show è nato per restituire significato e spessore a parole abusate, per rendere tutti in grado di capire e dunque di scegliere, liberamente e consapevolmente.

A Canal San Bovo la Famiglia Cooperativa del Vanoi è da sempre un vero punto di riferimento. Due dei suoi tre punti vendita, a Lausen e Prade, sono anche gli unici negozi del paese e quindi sono il luogo dove ci si incontra quotidianamente e rappresentano molto di più di un semplice negozio.

Fondata nel 1894, la Cooperativa ha oggi circa 350 soci, la presidente è **Manuela Gobber**. I 121 anni di storia di questa Famiglia Cooperativa la

strati il bilancio 2014/2015 e il programma della stagione 2015/2016.

Così, nelle stesse ore, i bambini hanno avuto una bella occasione di festa e compagnia e i genitori hanno potuto partecipare all'assemblea dell'Unione Sportiva e contribuire al suo buon andamento. A fare da punto di riferimento per tutti è stata ancora una volta la Famiglia Cooperativa, sia per la sua capacità organizzativa ed attrattiva, sia per

consigliere di una Famiglia Cooperativa sa di rappresentare una risorsa importante per la comunità; questa consapevolezza motiva ciascuno nell'agire quotidiano, spinge a non fermarsi, a creare nuove collaborazioni, a valorizzare ogni risorsa, ogni interazione”.

Famiglia Cooperativa del Vanoi

“Fare” lo sport insieme, divertendosi

A Lausen un pomeriggio insieme per giocare, fare sport e scambiarsi le figurine. E per organizzare la nuova stagione dell'Associazione sportiva: dove e come? In Famiglia Cooperativa

rendono integrante della comunità, una preziosa risorsa per tutti, ma anche qualcosa di più: attraverso la Famiglia Cooperativa le forze della comunità si uniscono e vengono valorizzate.

Il 7 novembre scorso, ad esempio, la Famiglia Cooperativa insieme all'Unione Sportiva Vanoi ha

la disponibilità di spazi come quello della sala del Consiglio, che è a tutti gli effetti un luogo dove la comunità si ritrova per organizzarsi, per programmare, per valorizzare le risorse disponibili.



organizzato a Lausen **“Vanoi che divertimento”**, una giornata per bambini, ragazzi e famiglie con giochi a squadre all'aperto, la castagnata accompagnata da tè e vin brulé e lo scambio delle figurine **“Esplorando il corpo umano: Palimentazione”**, che nel periodo dal 10 ottobre al 14 novembre la Cooperazione di Consumo Trentina ha offerto in omaggio a soci e clienti, e che rappresenta anche l'anello di congiunzione tra la prima e la seconda edizione di **“Cari soci fate i buoni scuola”**, in partenza a marzo 2016.

All'interno della giornata del 7 novembre, presso la sala del Consiglio della Famiglia Cooperativa, c'è stata anche l'Assemblea annuale dell'Unione Sportiva Vanoi, durante la quale sono stati illu-



Alcuni momenti della festa per bambini, ragazzi e famiglie organizzata dalla Famiglia Cooperativa del Vanoi con l'Unione Sportiva Vanoi il 7 novembre a Lausen

A raccontarci della bella giornata del 7 novembre è stato **Corrado Loss**, il direttore della Famiglia Cooperativa del Vanoi che, impegnato anche nell'Unione Sportiva Vanoi, rende possibile tutto questo e allo stesso tempo lo rappresenta. “Essere impegnati in una Cooperativa in una zona, bellissima, come quella nostra, – ci spiega – significa sempre dare e ricevere qualcosa in più. Un direttore, un

Come quella con il mondo dello sport, o quella con la Scuola. In occasione del 120° anniversario della fondazione della Cooperativa, l'anno scorso, i bambini delle **elementari del Vanoi** avevano rappresentato con i loro bellissimi disegni cosa vuol dire **“fare cooperazione”** nella loro valle e nelle valli trentine. E più recentemente, l'adesione dei soci della Famiglia Cooperativa all'iniziativa **“Cari soci fate i buoni scuola”** ha permesso alla Scuola locale di ricevere molti “buoni-scuola”, con i quali scegliere poi materiale didattico e attrezzature molto utili. (c.galassi)

120° della Cooperazione

La nostra cooperazione: prossimità alla gente e condivisione di responsabilità

“L'onda di solidarietà della cooperazione ha saputo risolvere tanti problemi”. Nell'omelia della messa celebrata per i 120 della Federazione Trentina della Cooperazione, l'arcivescovo Luigi Bressan ha riconosciuto l'attualità dei valori originari della cooperazione: “Quella radice è ancora feconda e non si è disseccata, ma porta linfa innovatrice, benché qualcuno pensi che sia superata”.

Il vescovo ha quindi citato due Papi: Giovanni Paolo II, in occasione della sua visita a Trento il 29 aprile 1995 (“Qui il cristianesimo si è fatto animatore di cultura e persino elemento, in un certo senso di sviluppo economico, come documenta il vasto movimento cooperativistico di ispirazione cristiana”) e **Papa Francesco**, che il 28 febbraio scorso ha invitato il mondo della cooperazione ad essere “motore” per risollevare la parte debole della società. “Continuate a perfezionare, a rafforzare e ad aggiornare le buone e solide realtà che avete già costruito - ha incoraggiato Papa Francesco -. **Però abbiate anche il coraggio di uscire da esse fino alle periferie esistenziali dove la speranza ha bisogno di emergere**”.

A coltivare la speranza “in un mondo travagliato” ha invitato anche il vescovo Bressan, che ha detto: “Proprio mentre attorno a noi vi sono crisi economiche, attacchi alla pace, alla libertà religiosa, alla democrazia, noi credenti non abbassiamo le braccia e non arrestiamo il pensiero innovatore”.

Infine, dopo averne ribadito le profonde radici cristiane, l'arcivescovo ha rivolto un vibrante appello al mondo cooperativo trentino: “Una delle note dominanti della nostra Cooperazione è stata sempre **la prossimità alla gente** e va soppesato attentamente tale valore prima di distaccarsi per utilità finanziaria, giungendo a un allontanamento solo quando è indispensabile. **Vi è anche una corresponsabilità dei soci, che non possono semplicemente delegare né pretendere di avere unicamente servizi o favori e non portare insieme anche i pesi di un'epoca travagliata.** Nello spirito della vera cooperazione, infatti, non è logico essere soltanto fornitore o utente, ma si è operatori se si condividono responsabilità, nel fare e nel decidere insieme”. (C. Corradini)

Rapporto Euricse 2015

Economia cooperativa

La rilevanza, l'evoluzione e le nuove frontiere della cooperazione italiana

Le cooperative contribuiscono in modo molto significativo alla formazione del prodotto interno lordo e all'occupazione. E hanno reagito alla crisi in modo diverso dalle altre forme di impresa

Tra i suoi momenti culturali, la Festa per il 120° anniversario della Federazione Trentina della Cooperazione (Trento, 20-22 novembre 2015) ha proposto la presentazione del terzo Rapporto di Euricse sulla cooperazione in Italia. Euricse, con sede a Trento, è un istituto europeo di ricerca sulla cooperazione e le imprese sociali. Il rapporto è stato presentato da Carlo Borzaga, economista dell'Università di Trento e presidente di Euricse.

Le analisi contenute nello studio dimostrano che in Italia le cooperative nel loro insieme contribuiscono in modo molto significativo alla formazione del prodotto interno lordo e all'occupazione e hanno reagito alla crisi in modo diverso dalle altre forme di impresa, presentando una dinamica anticongiunturale. (C. Corradini)



Nel rapporto Euricse la fotografia delle 70 mila imprese cooperative

Le 70 mila imprese cooperative italiane valgono l'8,5% del Pil con un valore della produzione di 108 miliardi. Negli anni della crisi l'occupazione è aumentata di 100 mila unità. E, contrariamente a quanto tanti pensano, anche la pressione fiscale è più alta che per le società per azioni

di Dario Guidi

Valgono l'8,5% del Pil italiano, con un valore della produzione che ha superato i 108 miliardi di euro. Nel quinquennio 2008-2013 (cioè gli anni più bui della crisi) hanno messo a segno una crescita del 14% pari a circa 10 miliardi di euro. Hanno aumentato gli occupati di oltre 100 mila unità arrivando alla

quota complessiva di 1 milione e 257 mila dipendenti a fine 2013, con una percentuale di assunti a tempo indeterminato (cioè stabilmente) che è intorno al 75%.

Parliamo delle quasi **70 mila cooperative italiane** (67.062 cooperative più 1.904 consorzi e 376 banche di credito cooperativo), fotografate in un imponente lavoro da parte dell'**Euricse, l'Istituto Europeo di ricerca sull'impresa cooperativa e sociale** (www.euricse.eu/it), che ha analizza-

to i dati di 28 mila bilanci sull'arco di cinque anni. Un lavoro prezioso, che conferma il ruolo che questa forma di organizzazione economica svolge, ma che riserva anche qualche grossa sorpresa, specie per i molti osservatori esterni condizionati da vecchi luoghi comuni e da qualche pregiudizio. La sorpresa consiste nel fatto che, raffrontando l'insieme di voci che definiscono la pressione fiscale complessiva, le imprese cooperative pagano più "tasse" delle società per azioni: esattamente la **pressione fiscale** sulle prime, nel 2013, era pari al 7,7% sul valore della produzione, contro il 6,8% delle Spa (Società per azioni). Si aggiunga a questo che, mentre come già detto, **le cooperative hanno continuato a crescere e ad assumere, le Spa, nel quinquennio 2008-2013, hanno ridotto l'occupazione di 500 mila unità.**

LE DIFFERENZE DELLA COOPERAZIONE

Quel che emerge dal lavoro che abbiamo fatto – spiega il professor Carlo Borzaga, presidente di Euricse e docente di economia all'Università di Trento – è che **la cooperazione più che anticiclica, rispetto all'andamento del mercato, è aciclica, nel senso che è strutturalmente orientata verso priorità diverse da quelle delle altre imprese private.** Questo perché le cooperative nascono e vivono per rispondere ai bisogni dei propri soci. Chi aderisce o lavora in una cooperativa è questo che chiede. Ciò mette inevitabilmente al centro il tema del **lavoro** e del ruolo delle persone.

Dunque questo spiega perché le società per azioni abbiano avuto una reazione opposta di fronte alla crisi, perché sono portate a tutelare il capitale, e, adeguandosi all'andamento del ciclo, di fronte alle difficoltà riducono il **costo del lavoro** licenziando le persone o scaricano il problema sullo Stato ricorrendo agli ammortizzatori sociali. Il risultato è che durante questi lunghi anni di crisi la risposta delle cooperative nel suo insieme ha garantito un saldo occupazionale positivo, al contrario di quanto avvenuto nelle Spa. Il che non vuol dire che non ci siano state cooperative che hanno incontrato **difficoltà** anche molto dure. Ma guardando al dato relativo ai settori più colpiti, come può essere l'edilizia, sul piano della difesa dei posti di lavoro, le cooperative si comportano comunque meglio delle imprese di capitale. Ovviamente questi risultati sul piano dell'occupazione sono derivati anche da una scelta che le cooperative hanno fatto di **ridurre** drasticamente i **profitti**, come emerge dai bilanci che abbiamo studiato: da 500 milioni di utile ad inizio periodo, nel 2012 si arriva addirittura a un dato negativo". **Dunque l'equazione è semplice: difesa dell'occupazione, ma meno profitti, proprio perché il fattore lavoro è nella cooperativa un elemento centrale.**

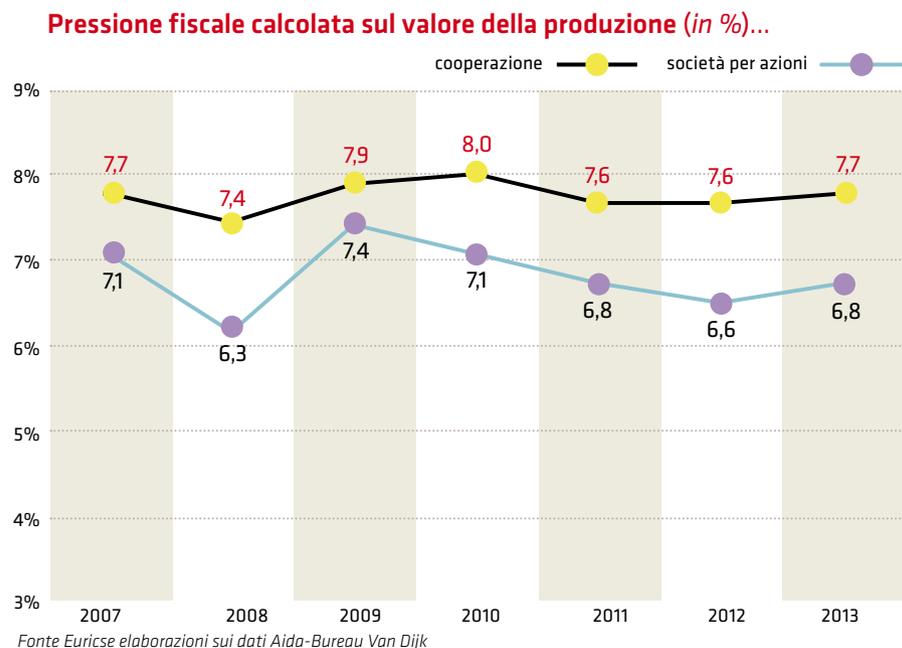
L'analisi di Borzaga fornisce un'evidenza piena del bisogno e della necessità di avere nel nostro paese

(ma non solo), un **pluralismo** di forme economiche, nel quale la cooperazione possa continuare a svolgere un ruolo importante e positivo visto il fortissimo bisogno, specie pensando ai più giovani, di creare lavoro e di costruire le condizioni per uno sviluppo sostenibile.

PRESSIONE FISCALE E SPA

L'indagine Euricse fornisce poi, sempre nel raffronto con i bilanci delle Spa, altre cifre che parlano da sole. Nel periodo 2007-2013, vista la loro crescita, le cooperative hanno costantemente in-

anche in altre forme che sono **l'Irap, le tasse sul lavoro e attraverso gli oneri sociali** a carico del lavoratori. Quando si parla di pressione fiscale, si deve far riferimento a tutti questi elementi mettendoli in rapporto col valore della produzione. Dunque, se si vogliono fare raffronti corretti e omogenei, tra cooperazione e Spa, è bene partire da qui e non limitarsi a



Pressione fiscale: è più alta nelle coop che nelle società per azioni

crementato il loro apporto alla **finanza pubblica**, mentre le Spa lo hanno diminuito. Sommando infatti i differenziali annuali in questo periodo, si rileva che le cooperative hanno versato alle **casse dello Stato** 5 miliardi e 475 milioni in più di quelli che avrebbero versato mantenendo la produzione al livello del 2007. Nello stesso periodo le Spa hanno invece **ridotto il loro contributo all'erario** di ben 15 miliardi e 735 milioni.

E qui si arriva alla questione della pressione fiscale, principale tema su cui pesano i luoghi comuni e i pregiudizi citati all'inizio. "Sostanzialmente, l'unico vantaggio fiscale di cui la cooperazione gode è la **detassazione degli utili non distribuiti**, un vantaggio che per altro nel corso degli anni ha subito progressive **limitazioni**, sino a quelle introdotte da Giulio Tremonti quando era ministro delle Finanze - spiega Borzaga -. Questo vantaggio, per altro, è legato a precisi **vincoli** che le imprese cooperative devono rispettare, proprio a garanzia di quei principi di mutualità e intergenerazionalità che sono alla base della cooperazione. Ma, chiarito questo, la tassazione che un'impresa subisce non si chiude certo col capitolo dell'Ires entro cui sta il tema degli utili che abbiamo citato. Le imprese pagano tasse

una singola voce. Ed è quanto abbiamo fatto noi, ricavando per la prima volta un indicatore che svela come in realtà **siano le cooperative ad avere una pressione fiscale maggiore.** Questo in tutti e sei gli anni coperti dalla nostra indagine". Dunque il risultato è che la pressione fiscale delle cooperative è stata del 7,7% sul valore della produzione, rispetto al 6,8% delle Spa (nel 2013), con uno scarto sostanzialmente costante negli anni dal 2007 in poi. Per chi volesse conoscere più nel dettaglio dati e metodologie dell'**indagine**, sul sito Euricse sono disponibili sia una sintesi, sia l'intera indagine in tutti i suoi capitoli. (www.consumatori.e-coop.it)

Tenuti da sommelier professionisti e magistralmente ospitati all'interno di due tra le più importanti cantine trentine, i corsi di degustazioni vini promossi in occasione della raccolta punti Sinfonia hanno rinnovato il successo dei corsi di cucina "Golosità dolci



le tecniche di degustazione, fino allo studio degli abbinamenti vini/cibo e agli abbinamenti di ciascun vino al calice di forma e dimensione ideale per esaltarne le caratteristiche organolettiche. Al termine di questa parte teorica è iniziata la visita alla cantina vera e propria, dove

di una bottiglia di vino ad ogni partecipante al corso. Quattro serate davvero molto piacevoli, molto apprezzate dagli iscritti per l'atmosfera professionale e allo stesso tempo molto ospitale ed accogliente. (c.g.)

I CORSI ALLE CANTINE CAVIT E MEZZACORONA Brindisi di (quasi) fine anno

Nuovo grande successo in novembre-dicembre per i corsi riservati ai soli soci possessori di Carta In Cooperazione: questa volta gli appuntamenti erano dedicati alla degustazione di vini



Alcuni momenti dei recenti corsi di degustazioni vini riservati ai soli soci possessori di Carta In Cooperazione

e salate", organizzati in estate. Quattro gli appuntamenti, sempre a numero chiuso e sempre di sabato, dalle 15 alle 19: il 14, il 21 e il 28 novembre e il 5 dicembre; 25 gli iscritti ad ogni data (i corsi erano riservati ai soci possessori di Carta In Cooperazione, la quota d'iscrizione era di 35 euro, oppure 2000 punti Sinfonia). Ad accogliere i partecipanti al corso, nel primo e nel terzo appuntamento, sono stati Antenore Toscani e Davide Semenzano, sommelier della **Cantina Mezzacorona**: nell'affascinante atmosfera della Cantina Storica il corso è stato prima dedicato ad una illustrazione dei principi generali del processo di vinificazione, partendo da una carrellata sui vini italiani che ha offerto una immagine d'ineguagliabile ricchezza del patrimonio vitivinicolo italiano; sono poi stati presi in esame gli strumenti e



i partecipanti hanno potuto degustare i vini Mezzacorona, concludendo la serata con le bollicine del Trento Doc Mezzacorona.

Il 21 novembre e il 5 dicembre è stato invece il sommelier Stefano Pallaver a condurre i partecipanti al corso lungo l'itinerario della conoscenza del vino che **Cavit** ha strutturato nelle sue cantine: un percorso ricco e stimolante, che ha unito l'illustrazione teorica alla esemplificazione pratica che grande efficacia e che si è concluso con la fase delle degustazioni e il brindisi con il Trento Doc Altemasi.

Il momento finale dei saluti, in ciascuna delle quattro occasioni, è stato accompagnato dall'omaggio

Mezzacorona

Fondata nel 1904, la cooperativa Mezzacorona ha oggi circa 1600 soci. Mezzacorona, tra le cantine più moderne e dinamiche d'Italia, è stata la prima, negli anni '70, a puntare in Trentino sulle Doc e sulla produzione integrata, controllando l'intera filiera, e poi sulla ricerca enologica, grazie alla Cantina sperimentale di microvinificazione e al Laboratorio di analisi e controllo della qualità, e su strutture moderne ed efficienti, creando la "Cittadella del Vino", che ospita oltre 30.000 visitatori l'anno.

Cavit

La storia della Cantina Viticoltori del Trentino inizia nel 1950: oggi è una cooperativa che unisce 11 cantine sociali trentine, con 4500 viticoltori associati. Cavit raccoglie, esamina e seleziona le materie prime prodotte dalle cantine associate, controllando ogni fase: dall'affinamento all'imbottigliamento, sempre nel rispetto dell'ambiente. Cavit collabora con l'Istituto Agrario San Michele all'Adige (Fond. E. Mach), che forma i tecnici più qualificati, e con altri centri di ricerca enologica nazionali. Il risultato è una qualità premiata da innumerevoli riconoscimenti nazionali e internazionali.

Anno di frenetica attività, il 2015, per le Famiglie Cooperative Valli di Rabbi e Sole e Cogolo: il 1° ottobre la fusione e l'avvio della neonata Famiglia Cooperativa Vallate Solandre; il 25 dello stesso mese, l'assemblea elettiva del nuovo Consiglio di amministrazione; il 29 novembre, l'inaugurazione del riqualificato negozio di Vermiglio; infine, il 5 dicembre, l'inaugurazione del nuovo punto vendita al Passo del Tonale. Naturalmente l'avvio dei percorsi per la realizzazione di questi progetti non è stato contestuale, e invece il loro sviluppo e completamento si sono accavallati.

I due progetti sui negozi sono partiti, come Famiglia Cooperativa Valli di Rabbi e Sole, rispettivamente a Vermiglio 3 anni fa e al Tonale 1 anno e mezzo fa, con logiche differenti.

AL TONALE

L'ingresso nel mercato turistico di questa località (con tutti i rischi che comporta entrare in un mercato già presidiato) da parte della Cooperativa vuole, oltre a soddisfare la richiesta dei soci residenti, consentire il recupero di una quota di mercato che compensi la perdita stimata prodotta dai concorrenti (Iperpoli e Conad) in bassa valle. Provare anche in questo modo a mantenere i nostri negozi nelle piccole comunità, al servizio dei soci e dei territori solandri, per contrastare una desertificazione altrimenti inevitabile.

Un negozio in locazione di 200 mq, 2500 referenze, con un investimento importante in termini d'idee e soluzioni innovative per gli impianti, le attrezzature e l'arredamento, studiato per il turista. Qualcuno ha provato a dipingere questa intrapresa come una violenza della "grande coop" nei confronti dei privati gestori di piccole realtà "di vicinato"! Il mercato attuale è sì presidiato da privati, ma dei quali una società (affiliata Despar) ne detiene l'80%, (1,8 milioni di €).

A VERMIGLIO

La logica sottostante l'investimento di Vermiglio è profondamente differente: a preoccupare era lo stato di salute della struttura, in particolare lo stato del solaio della zona di scarico merci e la struttura portante del parcheggio, sulla

quale vi era già stato un intervento di manutenzione straordinaria 2 anni fa. Obiettivo primario era l'eliminazione delle cause che generavano il degrado, ossia le infiltrazioni di acqua e sale provenienti dalla sede stradale; interlocutori privilegiati con cui condividere l'intervento operativo il Comune e la Pat, ufficio strade. La Famiglia Cooperativa si è fatta promotrice delle problematiche comuni e della ricerca delle soluzioni migliori, in un'ottica di bene comune (eliminazione

tà ambientale (pannelli solari per l'acqua calda, rivestimento a cappotto esterno, impianto d'illuminazione a led con inserimento della domotica – progetto di ricerca, questo, avviato con il dipartimento di Ingegneria dell'università di Trento che prevede il caso-studio di 1 anno sul negozio di Vermiglio per

Famiglia Cooperativa Vallate Solandre A Vermiglio e al Passo del Tonale Rinnovarsi e innovare

Un 2015 d'intensa attività, tutta orientata al mantenimento dei negozi nelle piccole comunità, per contrastare una desertificazione altrimenti inevitabile. Con una capacità d'innovazione che testimonia quanto vitale e dinamica sappia essere ancora oggi la cooperazione nelle nostre comunità

di Marina Mattarei



Nel negozio rinnovato di Vermiglio è stato dedicato un bello spazio alla valorizzazione della bottigliera e dei prodotti del territorio

delle barriere stradali, utilizzo promiscuo del parcheggio di proprietà a favore del bisogno pubblico e alla qualificazione urbanistica dell'edificio). L'intervento sulla struttura ha consentito un ampliamento della superficie di vendita di 200 mq (da 400 a 600 mq su 2 piani), un miglioramento del servizio (pane self service, laboratorio per il reparto macelleria, vetri sui banchi-frigo, spazio personalizzato per la valorizzazione della bottigliera e dei prodotti del territorio, reparto senza glutine ecc). Ma anche attenzione al risparmio energetico e alla sostenibili-

testare il risparmio e la valorizzazione della merceologia con l'utilizzo di questi dispositivi, ed eventualmente estendere questa modalità su tutta la rete dei nostri negozi).

Nella pavimentazione dell'ingresso al negozio abbiamo inserito il motivo della rosa dei venti, che orienta la Cooperativa, ora Famiglia Cooperativa Vallate Solandre, orienta la propria operatività secondo la bussola della propria mission, nella distintività, testimoniando quanto vitale e dinamico sappia essere ancora oggi lo strumento cooperativo per le nostre comunità, a 120 anni dalla nascita della prima Famiglia Cooperativa del territorio (Celledizzo, nel 1895).

Questa è la celebrazione più riuscita che potessimo attuare, fuori da ogni retorica autoreferenziale, in un tempo che vede affermare in maniera violenta la logica del capitalismo più spinto anche nel territorio solandro, dove lo scopo del profitto individuale prevarica la tutela del bene comune, verso cui invece i operatori continuano il proprio impegno.



I primissimi dati sono già positivi: buoni gli afflussi, bene le vendite, grande la soddisfazione di soci e clienti per il nuovo punto vendita di Coop Alto Garda al Blue Garden (Riva del Garda).

Il più grande supermercato di Coop Alto Garda (circa 1500 metri quadrati la superficie) si distingue anche per essere il più ecologico, ad esempio grazie anche alle etichette elettroniche che consentono di ridurre il consumo di carta; e il più tecnologico, con totem interattivi per conoscere i prodotti e le offerte, ma anche con le casse self e i salvatempo che consentono di essere particolarmente veloci se si hanno solo pochi minuti per la spesa. Dopo l'inaugurazione del centro commerciale in cui si trova questo nuovo supermercato (lo scorso 27 novembre), l'apertura al pubblico nel giorno successivo ha subito fatto registrare un grande interesse. «Puntiamo molto su questo supermercato - ha spiegato la presidente **Chiara Maino**. Fin da quando abbiamo intuito l'opportunità di essere presenti in questa nuova realtà commerciale, ci siamo impegnati a fondo per essere certi di poterne fare parte. Oggi questo è realtà, ma il percorso non è stato facile e l'esito non era scontato. Questo nuovo negozio rilancerà la cooperativa e voglio ringraziare tutti quanti hanno contribuito a renderne possibile l'apertura».

La direttrice **Arianna Comencini** ha sottolineato l'importan-

za dell'impegno quotidiano dei collaboratori: «Siete professionali e motivati ed è da questo che si può impostare il lavoro dei prossimi mesi e dei prossimi anni. Il contesto è difficile, non si può sbagliare». Per **Danilo Lorenzi**: «Mi sono sem-

RIVA DEL GARDA, BLUE GARDEN

Inaugurato il più grande supermercato di Coop Alto Garda

È il più ecologico, il più tecnologico, il più moderno. Ma anche qui il sorriso e l'impegno dei collaboratori fanno la differenza



pre sentito coinvolto nelle scelte della cooperativa. Altrettanto voglio fare io, nel ruolo di caponegozio, con tutti i collaboratori». Insomma, anche se ha tutte le caratteristiche del grande supermercato, la sfida per questo nuovo negozio è di non perdere mai la sua anima e i valori propri della cooperazione: tra gli scaffali, come in tutti gli altri negozi Coop Alto Garda, soci e clienti troveranno sempre il sorriso

e l'impegno dei collaboratori della cooperativa. Anche per questa ragione il momento del taglio del nastro è stato una vera festa vissuta con tutti i dipendenti e i soci, in particolare quelli che hanno fatto la storia della più grande cooperativa di consumo del Trentino: ad impugnare le forbici è stato proprio uno di quelli che sa sempre andare oltre al proprio dovere, e offrire qualcosa in più, dimostrando di credere nella cooperazione e in Coop Alto Garda. Così, con un po' di imbarazzo, vinto grazie al boato di apprezzamento dei colleghi, l'onore è toccato a **Fabrizio Chiarani**.

Per le prime settimane di apertura del negozio sono state pensate una serie di **offerte particolari, ulteriori rispetto a quelle pubblicate sul depliant che si riceve a casa**. Il negozio è aperto tutti i giorni, domeniche comprese, con orario continuato 8.30 - 20.

BLUE GARDEN Il Blue Garden è un complesso aperto, progettato e costruito con la massima attenzione al risparmio energetico (dispone di un impianto fotovoltaico di oltre 85 KW), un luogo dove passare una giornata tra shopping, sport (dispone anche di terrazza panoramica con skatepark), relax e buona cucina, dedicato sia ai rivani, sia ai turisti nazionali e internazionali sia, ancora, a chi arriva dai comuni o dalle province vicine.

Il centro commerciale ospita 40 attività: qui si trova ad esempio il primo negozio Sarni Gioielli del Trentino Alto Adige, e negozi come Salmoiraghi & Viganò, Tally Weijl, Rinascimento, Piazza Italia, Cisalfa, ConTè Scarpe e gli spazi di Colibri, la nuova libreria interattiva. La ristorazione comprende proposte a km zero e cucina etnica. I negozi sono aperti tutti i giorni, domeniche comprese, dalle 10 alle 20, i ristoranti restano aperti fino alle 24.



In occasione dell'apertura del nuovo negozio al Blue

Garden, Coop Alto Garda propone il concorso Coopart, dedicato alle opere artistiche (foto, quadri o sculture) che rappresentino il marchio Coop, o uno dei suoi prodotti, e valorizzino il territorio dell'Alto Garda. L'opera va consegnata, in busta o in scatola chiusa, alla sede della Coop Alto Garda,



Partecipa a Coopart!

p.le Mimosa 8/10 a Riva del Garda, **entro le 18 del 22 febbraio 2016**. La premiazione è programmata per il 12 marzo: il primo classificato riceverà **buoni spesa per un valore di 250 euro, il secondo per 200 euro e il terzo per 150**.

Possono partecipare tutti i soci di Coop Alto Garda, titolari di Carta In Cooperazione; sono ammessi anche i figli dei soci e i gruppi di studenti purché frequentanti un istituto del

territorio dell'Alto Garda e Ledro.

Tutte le info su www.coopaltogarda.it

Aperto nel 2007 dalla stessa Famiglia Cooperativa di Povo per provare, come Cooperazione di consumo, a dare una risposta al bisogno di servizi essenziali di questo piccolo centro così vicino a Trento, il negozio di Saldagna ha dimostrato non solo di aver colto nel segno, ma di dover offrire di più. E la Famiglia Cooperativa di Povo ha ancora una volta studiato la soluzione giusta e nuova, dando forma ad un negozio “multiservizi” doppio rispetto a prima (182 metri quadrati rispetto ai circa 90 del 2007), dove ad esempio trovare anche i giornali (ma anche il distributore di bevande calde e la vendita di combustibili), e “tutto quanto serve”, poiché il suo assortimento è stato definito anche sulla base delle indicazioni e delle esigenze espresse da soci e clienti.

“Quello che inauguriamo oggi – ha detto la presidente **Alessandra Cascioli** all’evento di aper-



Famiglia Cooperativa di Povo

Raddoppio (e multiservizio) a Saldagna

Evitare la desertificazione commerciale e offrire una risposta efficace ai bisogni di Saldagna. Il negozio multiservizio della Famiglia Cooperativa ha raddoppiato la sua superficie e migliorato l’assortimento. Un esempio significativo di collaborazione tra pubblico e privato

tura, lo scorso 25 novembre – è un esempio significativo di sinergia tra pubblico e privato, tra Comune di Trento e Famiglia Cooperativa di Povo. L’immobile è di proprietà del **Comune di Trento**. I lavori di ampliamento sono stati realizzati dal **Servizio Edilizia Pubblica**. L’arredamento è stato curato dalla **Famiglia Cooperativa**. Sono stati rispettati i tempi programmati per riconsegnare il negozio alla comunità. Un ringraziamento particolare lo indirizzo all’ex presidente della Famiglia Cooperativa, Roberto Merz, per aver dato il via e guidato gran parte dell’iter del progetto”.

Il sindaco di Trento, **Alessandro Andreatta**, ha sottolineato che “uno dei principi ispiratori della nostra amministrazione comunale è garantire servizi ai cittadini nel capoluogo e nei sobborghi. Quanto realizzato e inaugurato oggi lo dimostra”. Ha poi ricordato che “il punto vendita della Famiglia Cooperativa non è solo un luogo di acquisto ma anche un

luogo di socialità”; all’inaugurazione erano presenti anche gli assessori comunali **Italo Gilmozzi** e **Roberto Stanchina**.

Paola Dal Sasso, vicepresidente per il settore del consumo della Federazione Trentina della Cooperazione, ha messo in luce l’importanza del senso di appartenenza e della fedeltà di acquisto di soci e clienti, fondamentali per garantire futuro al punto vendita; all’evento ha partecipato anche **Giuseppe Fedrizzi**, responsabile del settore consumo della Cooperazione Trentina.

A tagliare il nastro inaugurale del negozio di Saldagna è stata la signora **Annamaria Gardumi** (socio della Famiglia Cooperativa) e **don Severino** ha benedetto il punto vendita.

Il responsabile del negozio è **Giovanni Mesisca**, con lui la collaboratrice **Natasha Decarli**.

La Famiglia Cooperativa di Povo, 120 anni di sto-

ria e 3700 soci, ha negozi anche a **San Donà**, **Cognola**, oltre ovviamente a **Povo**, e nella vicina **Sprè**, dove a fine ottobre ha inaugurato il punto vendita completamente rinnovato: un ambiente di nuova concezione, molto piacevole ed accogliente, capace di offrire un servizio molto comodo e veloce.

Il direttore della Famiglia Cooperativa di Povo è **Marco Weber**, a capo di uno staff di 49 collaboratori. Il fatturato è di 9 milioni 600 mila euro. (D. Nart)

PANE
A LIBERO SERVIZIO



DISTRIBUTORE DI
BEVANDE CALDE



VENDITA QUOTIDIANI
LOCALI



UN NEGOZIO PIÙ GRANDE
E CON PIÙ SERVIZI

“Il negozio della Famiglia Cooperativa non è solo un luogo di acquisto ma anche un luogo di socialità”, ha sottolineato il sindaco di Trento, **Alessandro Andreatta** all’inaugurazione del punto vendita di Saldagna

VENDITA
COMBUSTIBILI



REPARTO ORTOFRUTTA
AMPLIATO





“**O**mi arrestate, o trovate il modo per farmelo fare in modo legale.” Stando a chi c’era, è cominciato con queste parole il percorso che ha portato all’apertura del primo centro di riuso permanente in provincia di Trento. Un percorso che, come spesso accade, è stato intrapreso soprattutto per una passione contagiosa.

A richiedere l’arresto era una operatrice del centro di raccolta materiali di Tione, appassionata, appunto, di riuso, e quindi “rea” di non riuscire ad accettare che

averne avuto parere positivo, i tecnici della Comunità di Valle delle Giudicarie, delegata dai 36 comuni che la compongono alla gestione del ciclo dei rifiuti, hanno redatto un nuovo regolamento per il Centro di Raccolta di Tione, che prevede un articolo dedicato al “Centro di Riuso”. Le finalità di questo Centro potrebbero sembrare le solite “buone intenzioni”, ma leggerle finalmente in un regolamento operativo, ne cambia completamente il peso: contrastare e superare la cultura dell’usa e getta; sostenere la diffusione di una cultura del riuso dei beni basata su principi di tutela ambientale e di solidarietà sociale; promuovere il reimpiego ed il riutilizzo dei beni usati, prolungandone il ciclo di vita oltre le necessità del primo utilizzatore, in modo da ridurre la quantità

IL CENTRO DI RIUSO DI TIONE

Meglio del recupero: il riuso La nuova vita degli oggetti usati

centinaia di cose, ancora perfettamente utilizzabili, andassero buttate, seppur correttamente differenziate. Il problema era che la legge parlava (e parla) chiaro: appena un bene varca la soglia di un centro di raccolta diventa formalmente un rifiuto, e come tale va trattato. Non è quindi possibile recuperare nulla, neanche per darlo gratuitamente a chi ne avesse bisogno.

Così le buone intenzioni degli operatori, e anche dell’ex sindaco Zubani, che aveva dotato Tione di uno dei primi centri di raccolta materiali della Provincia, augurandosi che potesse diventare anche un luogo di socialità, dove scambiarsi oggetti, andavano a sbattere contro le norme.

“Ma la passione spesso conduce, a soddisfare le proprie voglie”, cantava De Andrè, e dato che questa volta non c’erano mogli di mezzo, questa storia va a finire meglio di quella di Bocca di Rosa. Grazie alle pressanti richieste che provenivano dagli operatori infatti, si è riusciti a trovare una soluzione che salvasse capra e cavoli, oltretutto a costo zero.

UN NUOVO REGOLAMENTO PER “CENTRO DI RIUSO”

Dopo essersi confrontati con i competenti uffici provinciali e

Gli oggetti usati portati al Centro di raccolta materiali hanno una nuova occasione di vita prima di diventare rifiuti, grazie al nuovo “Centro di Riuso” di Tione. Ecco come è stato creato e come funziona

di rifiuti da avviare a smaltimento o recupero; realizzare una struttura di sostegno a fasce deboli della popolazione; superare il fenomeno del rovistamento nei cassonetti o nei luoghi di conferimento dei rifiuti eliminando così potenziali situazioni di pericolo.

Infatti al paragrafo successivo vengono illustrate la disciplina dell’attività di riutilizzo, e l’uovo di Colombo utilizzato per trasformare le buone intenzioni in buone prassi. Quello che è stato fatto, è realizzare “una specifica area del centro destinata esclusivamente per tale funzione e quindi fuori dal campo di applicazione del D.M. 8 aprile 2008”, dove l’attività di riuso “è svolta contestualmente alla normale attività del centro di raccolta (secondo i medesimi orari) ed è gestita e coordinata dal medesimo personale addetto alla gestione del centro”.

DOVE GLI OGGETTI NON SONO ANCORA RIFIUTI

In pratica, è stata stralciata una piccola superficie dal perimetro formale del Centro di Raccolta Materiali, dove quindi gli oggetti non sono ancora rifiuti. Chi arriva con qualcosa di cui vuole disfarsi, ma che è ancora utilizzabile, può scegliere, consigliato anche dagli operatori “appassionati”, se gettarlo nei cassoni dedicati, o lasciarlo nella



Centinaia di oggetti, ancora perfettamente utilizzabili e funzionanti: perché buttarli? Al centro di raccolta materiali di Tione gli oggetti usati possono continuare da essere utili grazie Centro di riuso permanente

“zona franca” del Centro di Riuso, sotto forma di donazione per cessione gratuita. In questo caso viene compilato un registro dove viene indicato chi e quando ha portato il bene e, successivamente, chi e quando lo ha ritirato. La registrazione serve soprattutto per monitorare chi ritira gli oggetti, in modo da evitare fenomeni di accaparramento da parte di persone che poi li rivendono, ma permette anche di avere un’idea di quanto questo metodo stia funzionando. Dal 1° maggio 2015 sono stati infatti registrati poco meno di mille “movimenti” e leggendo il registro si trova di tutto: televisione, gas, bici, scarponi, sacco a pelo, comodino, sveglia, cavallo a dondolo, e molto, molto altro.

LE RICADUTE POSITIVE

Le ricadute positive di questa iniziativa sono davvero molte. A livello ambientale, si evita che vengano buttati oggetti e apparecchi ancora funzionanti, per i quali anche il riciclaggio comporterebbe comunque una perdita di energia e materie prime. A livello economico, oltre al risparmio per chi entra in possesso di questi beni, c’è il risparmio per la Comunità di Valle (e quindi per i cittadini), che non li deve smaltire. Ricordiamo infatti che al momento solo lo smaltimento dei rifiuti da apparecchi elettrici ed elettronici è, per gli enti gestori, a costo zero.

Visto il successo del centro di Tione, sono in previsione l’apertura di altri due Centri del Riuso nella Comunità di Valle delle Giudicarie, che saranno probabilmente a Storo, per la Val del Chiese, e a Carisolo, per la Val Rendena. Ci auguriamo che altre Comunità di Valle prendano presto il buon esempio, magari anche su sollecitazione dei nostri lettori. (D. Pedrotti)

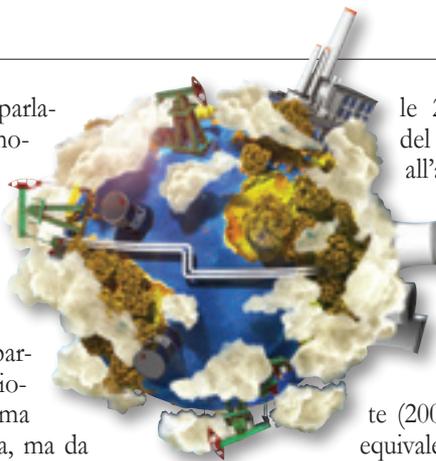
In questo periodo si è tornati a parlare di ambiente, soprattutto a motivo della Conferenza delle Nazioni Unite sul clima svoltasi a Parigi a dicembre. È dunque di qualche interesse analizzare lo sviluppo delle politiche ambientali in Trentino, come una sorta di bilancio temporaneo e parziale. Partiamo dal caso della gestione dei rifiuti, e dal dato di una stima diffusa e certo molto grossolana, ma da considerare, secondo la quale **i rifiuti sarebbero causa del 3% circa delle emissioni di anidride carbonica**. Una decina di anni fa ferveva in Trentino il dibattito e il conflitto contro la costruzione dell'inceneritore. Allora la raccolta differenziata era a livelli molto bassi nel nostro territorio e non esisteva alcuna attenzione pubblica o politica per ridurre i rifiuti a monte della differenziata. Dietro le posizioni degli ambientalisti c'era un'idea profonda di futuro e di corretta gestione dei rifiuti, studiata su scala internazionale, guardando il meglio fatto all'estero. Quell'idea si sta rivelando realistica, si sta iniziando a realizzare anche nel nostro territorio, seppure solo *in nuce*. All'epoca, alcuni politici poco lungimiranti dissero "Senza l'inceneritore mangeremo rifiuti". Gli ambientalisti e i comitati di cittadini allora proponevano la possibilità di **ridurre fortemente i rifiuti, di portare la raccolta differenziata sopra il 70% e di attivare un insieme di politiche e azioni che creassero un "frame", un contesto culturale e sociale favorevole al riuso e alla valorizzazione della materia**.

Di fatto gli analisti internazionali affermano da anni (e gli ambientalisti riportavano allora quegli studi) che una virtuosa gestione della materia, che la preservi insieme all'energia usata per darle forma, con la riduzione degli sprechi e del suo degrado, e poi con la raccolta differenziata spinta, sia non solo un bene per l'ambiente ma anche per l'economia locale, essendo una pratica "*labor intensive*", che produce posti di lavoro e filiere corte e medie, oltre a produrre un risparmio rivendendo la materia recuperata.

Se all'epoca questo veniva bollato troppo spesso come utopistico e romantico, oggi possiamo dire che il 4° Aggiornamento del Piano provinciale dei rifiuti, approvato a dicembre 2014, contiene ben 20 pagine di azioni per ridurre i rifiuti, ed ha di fatto accolto le idee degli ambientalisti "romantici". Molto resta da fare, tuttavia quelle previsioni sono in campo e alcune delle azioni previste si stanno realizzando, più o meno bene ma concretamente.

RISULTATI IN NUMERI

Diamo alcuni numeri, citando proprio il Piano provinciale rifiuti della Provincia di Trento. "In particolare, per quest'ultimo (rifiuto residuo avviato a smaltimento - ndr), si è passati dal-



le 215.700 tonnellate all'anno del 2002 alle 63.700 tonnellate all'anno del 2013, con una diminuzione rispetto a inizio del decennio di circa il 70%. Parallelamente, è diminuita anche la produzione pro-capite di rifiuto residuo, passando dai 387,6 kg per abitante equivalente (2002) ai 103,6 kg per abitante equivalente (2013) -73%".

certa adesione dai ristoratori) e alle **ecofeste**, arrivando alla organizzazione della **Settimana per la riduzione dei rifiuti** e fino agli **acquisti verdi** per amministrazioni ed enti pubblici e poi al progetto **Siticibo**, con la redistribuzione attraverso il Banco alimentare del cibo rimasto invenduto nei supermercati. Sono tutte azioni da ampliare e migliorare, però ci sono.

Politiche ambientali/gestione dei rifiuti

Il futuro dei rifiuti

Ridurre, riusare, valorizzare la materia

Una gestione virtuosa della materia, che la preservi insieme all'energia usata per darle forma. La riduzione degli sprechi. La raccolta differenziata spinta. Il riuso. Rappresentano tutti un bene per l'ambiente, e per l'economia locale

di Maddalena Di Tolla Deflorian

L'utopia e il romanticismo hanno vinto sul cinismo ottuso, dunque. Non abbiamo mangiato rifiuti, le discariche non si sono esaurite in pochi mesi, i costi non sono volati alle stelle. I cittadini collaborano, le amministrazioni agiscono.

LE AZIONI DEL PIANO

Elenchiamo alcune delle azioni che il Piano prevede oggi. Si parte dall'incentivazione del **compostaggio domestico**, che ha un impatto notevole sulla riduzione dei rifiuti e dell'inquinamento dei siti di smaltimento, per passare all'**ecoristorazione** (progetto solo avviato ma che riscontra una

LE IMPRESE DEL RIUSO

Citiamo come di particolare interesse per il futuro (ma ancora non avviata) la previsione di lanciare le cosiddette **IMPRI**, ovvero le **imprese del riuso**, con corsi di formazione e finanziamenti ad hoc. Riprenderemo in futuro questo tema, se possibile. Sarà infatti soprattutto la dimensione economica a conservare le buone pratiche, accanto alla coerenza politica da continuare a spronare da parte della società. Anche se ancora manca un vero sito internet dedicato alle filiere della materia e dei rifiuti, la Provincia ha intanto creato il sito www.eco.provincia.tn.it, con consigli e informazioni. Molto resta da fare, i limiti in alcuni casi sono evidenti, a volte c'è più enfasi che concretezza ma la nuova vita della materia è iniziata anche qui.





Sportello assicurativo

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

I DANNI DEL VANDALO L'Assicurazione Atti Vandalici Auto

L'assicurazione auto contro gli atti vandalici è una polizza, non obbligatoria, che copre i danni provocati alla vettura assicurata da atti di vandalismo e da eventi sociopolitici come disordini, sabotaggio, terrorismo, tumulti popolari, scioperi, dimostrazioni, sommosse.

In generale viene considerato "atto vandalico" un atto doloso - compiuto da terzi - che ha arrecato danno all'autoveicolo. Per ottenere il rimborso dall'assicurazione

dei danni subiti, l'assicurato deve presentare denuncia alle Autorità. Per tutelarsi da eventuali truffe, solitamente la Compagnia assicurativa si avvale dell'intervento di un perito per verificare che il danno non sia

stato volontariamente arrecato per poter fruire della copertura assicurativa ad esempio per riparare un danno preesistente.

Il costo della "garanzia atti vandalici" può variare a seconda della compagnia: per questo motivo il consiglio è quello di richiedere più preventivi alle compagnie per poter valutare le condizioni proposte da ognuna e scegliere la polizza che conviene di più. Inoltre bisogna tenere presente che per questa tipologia di copertura la compagnia di assicurazione prevede quasi sempre una franchigia o uno scoperto per i danni causati all'auto dagli atti di vandalismo. Questo significa che una parte del danno (quota fissa o in percentuale) rimane a carico dell'assicurato. (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.

IL CERCAPADRONE Billy e Sabbia

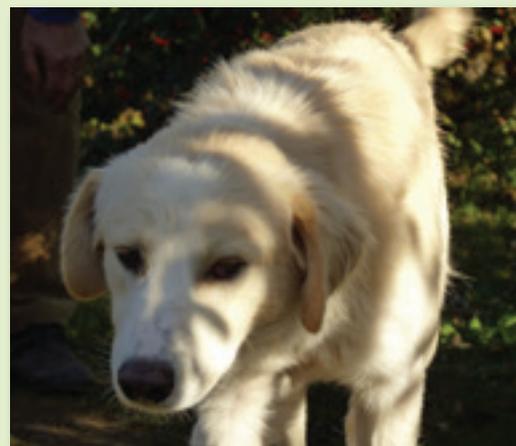
Billy è un simpatico cagnino meticcio segugio, del peso di circa 12 kg. È cieco, perché qualcuno gli ha sparato in faccia, distruggendogli occhi e vista, lasciandogli decine di pallini da caccia in varie parti del muso, delle orecchie, sulle gengive e alla radice dei denti. È stato trovato vagante in Sicilia e portato in un rifugio dall'Oipa. L'associazione trentina il Cercapadrone onlus, delegazione di Trento, ha raccolto l'appello dei volontari di Oipa per aiutarlo. La collaborazione tra le due associazioni, fra le prime del genere attuate in Trentino, ha permesso di far viaggiare Billy fino al Trentino, dove ora vive a casa di una volontaria. Billy si affida in adozione con percorso di conoscenza. Per lui si preferisce una casa con

giardino e un altro cane, tranquillo, che gli faccia da guida. Adora la compagnia di altri cani e delle persone, ha un rapporto pacifico con i gatti e con i bambini.

Sabbia è un giovane cane di taglia medio-grande (25/28 kg), anche lui salvato da Il Cercapadrone. Si trova in Trentino a casa di volontari. Ha un carattere socievole con cani e gatti, è sano e allegro. Si affida in adozione preferibilmente in casa con giardino e altri cani. (Mdt)



Per conoscerli contattare Il Cercapadrone onlus, delegazione di Trento e Provincia, tel. 349 2302344 (no sms, solo chiamate. Il numero vale solo per questo appello, per nessun altro scopo) oppure trento@ilcercapadroneonlus.it, www.ilcercapadroneonlus.it, <https://www.facebook.com/IlCercapadroneOnlusTrento>
Se volete aiutare l'associazione, potete donare su paypal segreteria@ilcercapadroneonlus.it oppure sul conto bancario Banca Prossima (Gruppo Intesa Sanpaolo) iban: IT64P0335901600100000122508 codice BIC: BCITITMX



Il principio fondamentale di ogni relazione di cura è quello di costruire un rapporto positivo e costruttivo. Questo non può prescindere dal rispetto dell'altro, che significa attenzione alle esigenze, ascolto dei punti di vista, presa in carico dei bisogni. Quando la relazione si rivolge ad una persona anziana la questione diventa ancora più delicata, poiché spesso non sono di semplice individuazione le sue necessità. Le demenze rappresentano uno dei problemi più stringenti del nostro tempo. Queste patologie, infatti, oltre ad avere un significativo impatto socio-sanitario, rappresentano una delle maggiori cause di disabilità nella popolazione, tanto che l'Organizzazione Mondiale della Sanità da qualche anno ha inserito i disturbi neurologici tra le priorità della sua agenda globale. Ovviamente il maggior fattore di rischio per l'insorgenza di queste malattie è l'età. E con una popolazione anziana in continua crescita in tutto il mondo, anche in virtù di un'aspettativa di vita che aumenta a ritmo costante, è facile prevedere un'impennata di casi. Molti studi internazionali prevedono che nel 2020 le persone con demenza supereranno i 48 milioni, per raddoppiare nei successivi vent'anni. Ma, proprio per l'entità del fenomeno e la sua diffusione sempre maggiore, stanno prendendo corpo delle metodologie che hanno un doppio obiettivo: da una parte considerare la persona malata, metterla al centro, tenere conto delle sue esigenze e fare il possibile per migliorare la sua qualità di vita;



raccoglie una serie di riflessioni e consigli pratici per scegliere l'assistente familiare adatta e mettere tutti nelle condizioni di vivere in sintonia sotto lo stesso tetto. Il libro riporta anche diverse **testimonianze dirette** di badanti, anziani e familiari che possono essere d'aiuto nella vita quotidiana e si rivolge a tutti quei familiari che si confrontano con l'esperienza intensa, coinvolgente e complessa del prendersi cura di un anziano fragile.

Un manuale per aiutare e farsi aiutare

Prendersi cura degli anziani in famiglia

L'avanzare dell'età può accompagnarsi alla demenza senile, con le conseguenti grandi difficoltà della famiglia nell'accudimento dell'anziano. È importante favorire una convivenza serena con la badante

di **Jacopo Tomasi**

dall'altra valorizzare approcci non farmacologici che si basino su relazioni positive tra il paziente e le persone con cui vive, in particolare i familiari che si occupano di lui.

Tra le criticità di queste patologie c'è, infatti, la difficoltà di instaurare una relazione serena tra la persona affetta da demenza e i suoi familiari, oppure gli operatori socio-sanitari. La persona malata è spesso confusa, irascibile, può faticare a esprimersi a livello verbale. Per questo sono importanti approcci che sappiano toccare le corde giuste. Come un musicista che, con sensibilità e professionalità, suona il motivo adatto a ogni contesto. Moltissime famiglie negli ultimi anni si sono dovute confrontare con problematiche di questa natura e la scelta spesso è andata nella direzione di affiancare all'anziano una persona che potesse offrire cure senza dover portare l'anziano in strutture esterne, dandogli la possibilità di mantenere lo stile e le abitudini di vita il più possibile inalterati.

Come gestire il rapporto con una persona estranea che affiancherà i familiari nel prendersi cura dell'anziano? Come trovare l'assistente familiare «giusta»? A chi rivolgersi? Come organizzarsi? Quali procedure seguire per metterla in regola e quanto va pagata? Come favorire una convivenza positiva? Domande alle quali moltissime famiglie italiane si trovano a dover rispondere, spesso senza un sostegno adeguato.

Proprio per offrire una guida utile Erickson ha pubblicato recentemente il libro *Una badante in famiglia*, di Giovanna Perucci: un volume che



Una badante in famiglia si presenta come un manuale di facile consultazione, ma non è un semplice compendio di nozioni generali o di ricette già pronte. È piuttosto uno strumento, che chiama in causa continuamente chi lo utilizza e che al tempo stesso si presta a molti usi in diversi contesti e da parte di diverse persone - figli, coniugi, nuore e generi, nipoti, ma anche assistenti familiari - che si trovano a gestire la cura di una persona anziana a casa.

APPUNTAMENTI IN LIBRERIA

Sabato 23 gennaio, ore 10:30, età 4-6 anni.

Storie che fanno la differenza. "In una notte di temporale" Lettura animata per bambini e genitori, seguita da un'attività creativa per i bambini e una breve riflessione pedagogica per i genitori. A cura delle Fabuline.

Giovedì 28 gennaio, ore 18.

Una badante in famiglia. Come, dove, quando: consigli per trovare la persona giusta e conviverci bene. Incontro con Giovanna Perucci, autrice e psicologa specializzata nel lavoro con anziani e familiari. Primo dei tre appuntamenti (28 gennaio, 27 febbraio, 25 marzo) organizzati da La Libreria Erickson dedicati a chi vive o lavora con persone anziane con Alzheimer, demenze o altre problematiche.

Gli incontri sono gratuiti e si svolgono presso La Libreria Erickson, Via del Pioppeto, Gardolo. È richiesta la prenotazione telefonica allo 0461-993963.

Sulla collina di Trento, tra Madonna Bianca e Villazano 3, sorge il complesso di Villa O'Santissima: un luogo incantato che include una grande abitazione e una serie di edifici inseriti in un ampio parco con piante secolari di 90 specie diverse. Precedentemente proprietà dell'Arcidiocesi di Trento, il complesso è stato acquistato dalla **cooperativa sociale SAD** che ha in serbo per quest'area un progetto molto ambizioso, che fa tesoro del successo della propria esperienza di *cobousing* per anziani fatta con la Casa alla Vela (vedi box). Realizzerà infatti, dopo una ristrutturazione che terrà conto anche della tutela del bene storico artistico, **un polo di servizi sociali, culturali e assistenziali per anziani** (circa 30) e giovani (circa 70), residenziale ma anche aperto a tutta la comunità. "Per progettare questo intervento – spiega la presidente **Daniela Bottura** – abbiamo guardato al futuro e cercato di dare una risposta nuova, concreta e di qualità alla fascia di anziani parzialmente autosufficienti, per promuoverne il benessere".

"Abbiamo accettato la sfida di tentare di dare valore ai nostri valori – aggiunge **Diego Agostini**, amministratore delegato di SAD –: la centralità della persona, il rapporto con la comunità e la costruzione di relazioni. Il progetto dà risposte in un contesto futuro dove convivranno il calo delle risorse pubbliche e l'aumento della domanda".



se". L'Arcidiocesi impiegherà il ricavato della transazione (1,6 milioni) per riqualificare le canoniche dismesse per destinarle all'accoglienza dei poveri, in questo momento in particolare dei profughi.

"Oggi – ha detto **Carlo Della-sega**, direttore generale della Federazione Trentina della Cooperazione – le parole d'ordine sono *competitività, meritocrazia e selettività*. Noi operatori riaffermiamo con

Un polo intergenerazionale di servizi sociali, culturali e assistenziali Uno spazio dove le generazioni s'incontrano e si aiutano

Residenziale ma anche aperto a tutta la comunità. Per anziani, ma anche per giovani. Arriva un nuovo polo di servizi sociali, culturali e assistenziali. Un progetto che valorizza l'anziano non come destinatario di assistenza, ma come protagonista, co-gestore del servizio

di **Dirce Pradella**

"Siamo contenti di aver ceduto la struttura a SAD, – commenta Mons. **Lauro Tisi**, Vicario generale dell'Arcidiocesi di Trento – per la qualità del progetto, che valorizza l'anziano non come destinatario di assistenza, ma come protagonista, co-gestore del servizio. Innovativo, poi, il tentativo di mantenere in collegamento giovani e anziani, favorendo lo scambio di esperienze e di risorse".

orgoglio il termine *inclusione: nessuno deve restare indietro*. La fecondità di iniziative sociali e di welfare nel nostro movimento è alta. E questo ha conseguenze positive non solo per la comunità, ma anche per l'occupazione: dal 2008 al 2015 l'occupazione nel movimento cooperativo trentino è cresciuta del 15%".

COSA SARÀ COSTRUITO

Le proiezioni del centro studi Ermeneia prevedono che entro il 2030 gli ultra65enni saranno oltre il 26% della popolazione trentina (oggi sono circa il 20%) e si troveranno a fare i conti sempre di più con il problema della solitudine. Per far fronte a quella che diventerà un'emergenza sociale, la cooperativa proporrà a circa 30 anziani diversi **progetti di coabitazione personalizzati** in base al livello di autosufficienza e alle altre necessità specifiche ed una serie di programmi che coinvolgeranno anche la comunità circostante. A ciò la cooperativa affiancherà **uno studentato che accoglierà 70 studenti**, creando 'contaminazione' di luoghi e di esperienze tra giovani e anziani e continuando a potenziare iniziative basate sull'**intergenerazionalità**. La villa e le costruzioni adiacenti (18.000 metri cubi in un'area di circa 1,2 ettari) saranno ristrutturate ed integrate con interventi volti a garantire sicurezza, accessibilità e spazi adeguati; accanto agli alloggi verrà realizzato un **centro di aggregazione e svago** aperto agli ospiti residenti e agli anziani della zona, con attività che coinvolgeranno anche volontari di tutte le età: studenti, scout, associazioni locali, ecc.

Altre strutture accoglieranno ambulatori di medicina generale e specialistica, una palestra per corsi di ginnastica e/o attività di riabilitazione e locali di servizio. Infine, alcuni spazi saranno destinati agli uffici per la gestione delle strutture e ad **un polo culturale, basato sulle iniziative de La Scuola di SAD**, l'organismo dedicato alla formazione e alla ricerca della cooperativa. I lavori cominceranno tra circa un anno, l'investimento della cooperativa è di circa 7 milioni di euro.



Dal marzo 2014 è attiva a La Vela (Trento) la speciale "casa anziani" gestita dalla cooperativa sociale **SAD**. La casa è frutto di un progetto innovativo unico in Italia, di cosiddetto "cohousing

Cohousing intergenerazionale Abitare insieme

intergenerazionale", che riunisce sotto lo stesso tetto (in una casa ristrutturata composta da 3 appartamenti, grande terrazza e giardino), 5 signore anziane, 7 studenti universitari e una badante (che si alterna con una seconda durante il riposo della prima). Obiettivo: fornire una soluzione di socialità e convivenza agli anziani che allunghi il tempo di indipendenza, allontanando la prospettiva della casa di riposo. Il tutto con costi accessibili e con l'aiuto degli studenti universitari che abitano all'ultimo piano, che fanno compagnia, organizzano le feste di compleanno e aiutano nella cura dell'orto.



causate dall'insensata follia di pochi, ritengo sia importante investire per affidare alle generazioni future un mondo che non sia un cumulo di macerie avvelenate. Ed è per questo che considero importante l'impegno preso a New York nel settembre scorso durante l'assemblea generale delle Nazioni Unite, dove sono stati stabiliti i 17 Obiettivi per uno sviluppo sostenibile da realizzare entro il 2030, in continuità con gli Obiettivi del millennio scaduti a dicembre 2015.

Il documento programmatico, la cosiddetta Agenda 2030, prende le mosse dalle "imponenti sfide" cui l'umanità deve far fronte: "Miliardi di nostri cittadini continuano a vivere in condizioni di povertà mentre si nega loro una vita dignitosa. Ci sono disuguaglianze crescenti all'interno e tra i Paesi. Ci sono

za, così come l'innovazione scientifica e tecnologica in settori diversi come la medicina e l'energia".

Nella polarizzazione fra l'urgenza delle sfide e le nuove opportunità vanno collocati e compresi i 17 obiettivi dell'Agenda 2030, sui quali vale la pena di porre brevemente l'attenzione.



1. Porre fine alla povertà in tutte le sue forme. L'obiettivo è quello di mettere fine alla povertà estrema, in modo tale

ONU/Agenda 2030: 17 Obiettivi per uno sviluppo sostenibile

La nostra speranza di cambiare il futuro

Negli ultimi anni mi è capitato spesso di mettere l'accento sulle tragedie che l'umanità sta vivendo. E sulla distanza, non so se più incosciente o irresponsabile, fra queste tragedie che ci circondano e la nostra illusione che tutto il dolore del mondo possa essere tenuto fuori dalla porta. Un dolore così grande e sconfinato, da mettere duramente alla prova ogni tentativo di ristabilimento della giustizia: non è troppo grande il sogno di diminuire il dolore del mondo, che è il dolore degli oppressi, di ristabilire un minimo di giustizia, di dare voce e dignità a chi non ha voce, di rimettere al centro le vittime, di rovesciare un sistema che prospera sulla sofferenza dei deboli, che affida alle armi la spartizione del mondo, che consegna le ricchezze nelle mani di pochi, che calpesta i diritti delle generazioni future a vivere in un ambiente a misura d'uomo?

La domanda non è retorica. Mi sembra al contrario un interrogativo centrale, perché riguarda il senso dell'impegno per la pace, per la concordia, per la riconciliazione, per la giustizia di tanti uomini e donne che non vogliono cedere alla logica della violenza. Il problema è serio, perché non riguarda tanto la nostra visione della natura umana, ma piuttosto lo spazio che riteniamo esista per modificare la storia e il significato che attribuiamo a tale impegno. O, detta in altre parole, **il valore della nostra speranza intesa come possibilità concreta di cambiare il futuro.**

Insomma, come tante altre volte è accaduto nella storia, ci troviamo di fronte a un interrogativo che non lascia scampo: ne vale la pena? Vale la pena costruire ogni giorno qualcosa di positivo, credere nella dignità delle persone, lottare contro i mercanti di morte e chi cavalca la paura, continuare a lavorare incessantemente nella direzione di un mondo governato da una logica diversa da quella della sopraffazione?

Io credo di sì: è per questo che, nonostante le voci di tanti che conoscono solo il linguaggio della rassegnazione o del cinismo di fronte alle tragedie

Può tutto il dolore del mondo essere tenuto fuori dalla porta? Oppure lo si deve guardare, conoscere e reagire, per affidare alle generazioni future un mondo che non sia un cumulo di macerie avvelenate?

di **Alberto Conci**

enormi disparità di opportunità, ricchezza e potere. [...] La spirale dei conflitti, l'estremismo violento, il terrorismo e le crisi umanitarie [...] rischiano di invertire molti dei progressi di sviluppo compiuti negli ultimi decenni". E tuttavia, si legge nell'introduzione, *"è però anche un tempo di immense opportunità. [...] Nella generazione passata centinaia di milioni di persone sono usciti dalla condizione della povertà estrema. L'accesso all'istruzione è notevolmente aumentato sia per i ragazzi che per le ragazze. La diffusione delle tecnologie dell'informazione e della comunicazione e l'interconnessione globale hanno un grande potenziale per accelerare il progresso umano, per colmare il divario digitale e per sviluppare una società della conoscenza"*



che nessun abitante del pianeta abbia un reddito inferiore a 1,25 dollari al giorno (un dato che resta comunque impressionante...). Accanto a ciò si prevede la realizzazione e il potenziamento dei sistemi di tutela sociale per i gruppi e le persone più vulnerabili.



2. Azzerare la fame, realizzare la sicurezza alimentare, migliorare la nutrizione

e promuovere l'agricoltura sostenibile. L'11,8% della popolazione mondiale rimane sottanutrita. Il piano delle Nazioni Unite integra il diritto al cibo con la promozione dell'agricoltura sostenibile: una scelta che sottolinea la relazione stretta fra giustizia sociale e sviluppo sostenibile.



3. Garantire le condizioni di salute e il benessere per tutti a tutte le età.

Essenziali per l'Agenda sono la riduzione della mortalità materna e di quella infantile, l'accesso universale ai sistemi sanitari, l'equità sul piano delle cure e dell'accesso ai farmaci, la prevenzione, la fine di epidemie come AIDS, tubercolosi, epatite, malaria, la lotta contro commercio e diffusione di stupefacenti.





4. Offrire un'educazione di qualità, inclusiva e paritaria e promuovere le opportunità di apprendimento durante la vita per tutti. L'obiettivo è offrire a tutti i bambini e le bambine l'istruzione primaria e secondaria completa, gratuita e di qualità, per garantirne il pieno sviluppo. Accanto a ciò vanno potenziate l'istruzione da 3 a 6 anni, la formazione e la lotta all'analfabetismo adulto, e le opportunità di accesso all'università. Perché la cultura è occasione di incontro, di dialogo e di pace.



5. Realizzare l'uguaglianza di genere e migliorare le condizioni di vita delle donne.

L'obiettivo è la lotta contro la discriminazione di genere, l'eliminazione della violenza contro le donne, il riconoscimento della parità sociale, culturale, economica e politica. Alla base c'è la consapevolezza che non è possibile lo sviluppo di una comunità umana se non si riconoscono i diritti fondamentali della donna.



6. Garantire la disponibilità e la gestione sostenibile di acqua e condizioni igieniche per tutti. Questo è un tema centrale sul piano dei diritti della persona e su quello geopolitico. Da una parte perché l'accesso universale all'acqua pulita e gestita in modo sostenibile e ai servizi igienici è un diritto umano fondamentale; dall'altra perché la gestione equa e pacifica delle risorse idriche si inserisce solo nel quadro della cooperazione internazionale.

7. Assicurare l'accesso all'energia pulita, a buon mercato e sostenibile per tutti. A fronte di 1,3 miliardi di persone che vivono senza allacciamenti all'elettricità, si afferma la necessità di garantire un accesso universale all'energia



liscie l'erogazione di 100 miliardi di dollari all'anno nella lotta contro il cambiamento climatico a favore dei Paesi più poveri. Accanto a ciò si stabilisce l'importanza dell'istruzione per costruire una coscienza ecologica diffusa fin dalla scuola.

a prezzo equo. Allo stesso tempo si sottolinea la necessità di incrementare le energie rinnovabili riducendo le emissioni inquinanti, una questione che interessa da vicino anche i nuovi Paesi industrializzati come Cina e India.



8. Promuovere una crescita economica duratura, inclusiva e sostenibile, la piena e produttiva occupazione e un lavoro decoroso per tutti. L'obiettivo è quello di puntare alla piena occupazione per il 2030; di riconoscere la piena dignità dei lavoratori e delle lavoratrici; di eliminare le peggiori forme di lavoro minorile; di garantire uno sviluppo del lavoro che non comporti il degrado ambientale; di porre termine a ogni forma di schiavitù e di lavoro forzato.



9. Costruire infrastrutture resistenti, promuovere l'industrializzazione sostenibile e inclusiva e favorire l'innovazione. A questo livello è molto importante il richiamo alla sostenibilità, all'incremento delle risorse per la ricerca, allo sviluppo di tecnologie non inquinanti, alla condivisione dei risultati della ricerca anche grazie all'accesso universale a internet.



10. Riduzione delle disuguaglianze tra i Paesi. La situazione attuale è drammatica, se si tiene conto che sette cittadini su dieci vivono oggi in Paesi dove la disuguaglianza economica è maggiore rispetto a 30 anni fa. Occorre dunque operare a due livelli: la riduzione della disparità fra Paesi ricchi e poveri e la riduzione della forbice interna. Importante qui il richiamo a attuare politiche dei flussi migratori "programmate, responsabili e ben gestite".



11. Rendere le città e le comunità sicure, inclusive, resistenti e sostenibili. Il tema è spesso trascurato, ma si dimentica che ormai nelle megalopoli vivono decine di milioni di persone. Si sovrappongono qui molti obiettivi, dal diritto alla casa all'istruzione, dalla sanità ai servizi sociali, dal lavoro al trasporto. È sottolineata anche la necessità di interconnettere città, periferie e zone rurali.



12. Garantire modelli di consumo e produzione sostenibili. A questo livello è necessario: razionalizzare la produzione e l'utilizzo delle risorse naturali nei cicli produttivi; dimezzare i rifiuti alimentari nel ciclo di vendita al dettaglio e quelli prodotti dai consumatori; ridurre le perdite di cibo nella filiera; contrastare lo spreco di cibo; ridurre l'utilizzo di sostanze chimiche in fase produttiva e sviluppare tecniche di produzione ecocompatibili.



13. Fare un'azione urgente per combattere il cambiamento climatico e il suo impatto. È, comprensibilmente, uno dei pilastri dell'agenda. Qui non ci si limita a raccomandare un maggiore impegno, ma si stabi-

liscie l'erogazione di 100 miliardi di dollari all'anno nella lotta contro il cambiamento climatico a favore dei Paesi più poveri. Accanto a ciò si stabilisce l'importanza dell'istruzione per costruire una coscienza ecologica diffusa fin dalla scuola.



14. Salvaguardare gli oceani, i mari e le risorse marine per un loro sviluppo sostenibile. Si anticipa al 2020 la scadenza di quasi tutti gli obiettivi: la riduzione delle cause dell'inquinamento e dell'acidificazione degli oceani; la razionalizzazione della pesca; il contrasto alla pesca illegale; la salvaguardia delle popolazioni costiere e delle piccole isole dalle conseguenze del surriscaldamento, della pesca abusiva, del turismo di massa.



15. Proteggere, ristabilire e promuovere l'uso sostenibile degli ecosistemi terrestri, la gestione sostenibile delle foreste, combattere la desertificazione, fermare e rovesciare la degradazione del territorio e arrestare la perdita della biodiversità. Allo stesso modo è necessario intervenire per la protezione del suolo, da una parte eliminando le cause di inquinamento, dall'altra intervenendo a tutela del territorio con politiche di prevenzione, tenendo conto dell'equità sociale nella distribuzione di risorse e utili.



16. Promuovere società pacifiche e inclusive per lo sviluppo sostenibile, garantire a tutti l'accesso alla giustizia, realizzare istituzioni effettive, responsabili e inclusive

a tutti i livelli. È particolarmente interessante che questo obiettivo non sia focalizzato unicamente sui focolai di guerra, ma che stabilisca linee ampie di intervento sul piano politico e sociale. In particolare, da una parte la riduzione dei tassi di mortalità a causa della violenza, la lotta allo sfruttamento e il contrasto alla criminalità; dall'altra la promozione dei diritti umani, la partecipazione democratica, la libertà di accesso alle fonti di informazione, la trasparenza delle istituzioni. Importante il richiamo a "ridurre significativamente" il commercio di armi e i flussi finanziari ad esso connessi.



17. Rinforzare i significati dell'attuazione e rivitalizzare le collaborazioni globali per lo sviluppo sostenibile. A questo livello mi limito

a sottolineare la scelta di potenziare partenariati multilaterali per l'attuazione dell'agenda, l'impegno richiesto ai Paesi più ricchi di destinare lo 0,7 % del PIL alla cooperazione internazionale e l'attuazione di interventi per ridurre le forme più gravi di debito estero dei Paesi poveri.

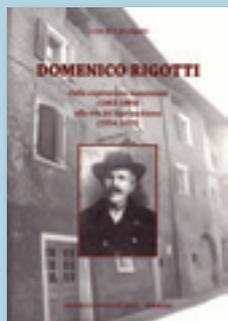
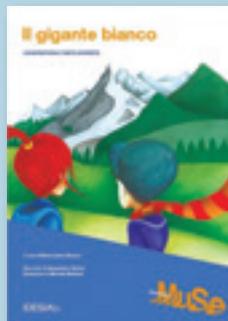
Siamo di fronte a un'utopia? Non credo. L'utopia sarebbe quella di pensare che possiamo continuare ad andare avanti con il degrado ambientale, l'ingiustizia strutturale e la violenza. Per questo continuo a pensare che ciò che i cinici considerano il libro dei sogni sia l'unica realistica possibilità per il futuro. Di tutti.



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



Nello scorso numero, per un errore d'impaginazione, sotto il titolo "Teresina, il segreto di una vita", di Fabiola Crosina, ed. Curcu&Genovese, è stato pubblicato il testo della presentazione del libro "Lessico di Hiroshima" di Paolo Miorandi, ed. Il Margine.

Ce ne scusiamo molto con i lettori, con Fabiola Crosina, con le edizioni Curcu&Genovese, con Paolo Miorandi e con la casa editrice Il Margine

TERESINA, IL SEGRETO DI UNA VITA

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

Sulla strada che da Ampola andava a Storo c'era la 'Tola', casa di Teresa e luogo di cambio dei cavalli della diligenza. Tutto è cominciato là, alla 'Tola'. E là vorrebbe ritornare Teresa, ora che sta rileggendo le lettere tra il Messico e la 'sua' valle di Ledro; rivede commossa foto antiche con i volti della 'sua' gente, ricorda quel 21 febbraio del 1908 quando suo padre furibondo e ubriaco cacciò tutti da casa e finirono per due giorni nella grotta delle capre; ricorda la vita intensa in quel grumo di case dai ritmi lenti e dalle primavere piene di luce "che saturano i sensi". E

poi la guerra, i tre soldati italiani che la violentarono ("i soldati non sono uomini, sotto la divisa diventano bestie feroci"); ricorda con angoscia il bimbo che spuntava nel suo grembo, la fuga da casa perché - diceva sua mamma - "la gente è cattiva, la gente parla, le parole feriscono e tu sei troppo giovane". Venne l'amore vero e la mano salda di Giovanni che la portò in Messico: "Giovanni era per me pace". Ma troppo di Teresa era rimasto alla 'Tola', in quella terra verde o ghiacciata, con cieli blu-lucente o grigi di pioggia o tracciati dai lampi dei temporali o confusi di fiocchi di neve dondolanti, tra rocce che uscivano dalle abetaie. Lei era rimasta là, con il suo segreto.



IL GIGANTE BIANCO

di M.L. Dinacci, A. Sartori, M. Molinari, ed. Idesia, Trento 2015

Due bambini in cerca di avventure, una guida alpina e una glaciologa. Si incontrano per caso lassù, lungo i costoni e gli anfratti di ghiaccio del Gigante bianco, mentre il giorno finisce e scende la neve. Il ghiacciaio li ospita e racconta loro i suoi segreti: come si può dormire, in caso di emergenza, in una 'truna' scavata nella crosta di neve e ghiaccio; perché la neve fonde e lo zucchero si scioglie; ogni fiocco di neve è unico e irripetibile, "come una parola nuova che nessuno ha mai scritto prima"; le impronte

del camoscio e il verso dell'aquila; un vecchio scarpone ricordo di guerre; i funghi di ghiaccio, come bussole naturali; il 'pianto' del ghiacciaio; cos'è un inghiottitoio e come calarsi nella pancia del ghiacciaio; il tunnel per uscire al sole e scoprire un ciuffo di stelle alpine. E poi le morene, i crepacci, i due bambini inghiottiti nel buio del ghiacciaio, il trovarsi salvati quarto piano del Muse, "mentre l'aquila, appesa a un cavo, spalanca le sue grandi ali sopra di loro e immobile li segue un'altra volta ancora".

Il libro-racconto si chiude con la sezione di giochi e di approfondimenti scientifici tratti dal percorso di visita del Muse.

DOMENICO RIGOTTI

(a cura di) Tullio Rigotti, ed. Grafica 5, Arco 2015

È frutto della curiosità dell'autore per la vita e le avventure del bisnonno, Domenico Rigotti, che nutrito d'idee mazziniane fino alla cospirazione, tra il 1914-15 divenne guida dei fuoriusciti, coloro cioè che auspicavano il distacco del Trentino dall'Impero asburgico e tentavano l'espatrio clandestino per arruolarsi nell'esercito italiano. Già nell'elenco degli 'accusati di alto tradimento' (Tribunale di Innsbruck, 1 aprile 1865) è presente anche "Domenico Rigotti, d'anni 17, celibe, contadino di Nago", poi

prosciolto "per insufficienza di prove legali". Questo e altri elenchi, i dibattiti processuali, la descrizione delle persone coinvolte, documentano come nel corso dell'800 la tensione per la piena autonomia del Trentino dal Tirolo o anche per il suo distacco dall'Impero fosse presente soprattutto nei circoli intellettuali e politici del territorio provinciale. Il 'fuoriuscitismo' del periodo a ridosso della prima guerra mondiale ne è conseguenza; comunque si giudichi, anch'esso "è un pezzo dell'identità nazionale". Anche qui appare come l'autonomia speciale del Trentino "non sia solo frutto di un intervento legislativo, ma derivi da una storia lunga e complessa".

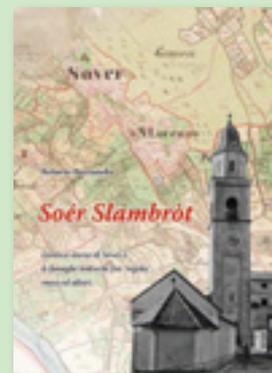
SOÈR SLAMBRÒT

di Roberto Bazzanella, ed. Grafica Pasquali, Fornace (Tn) 2015

L'antica storia di Sover e delle famiglie tedesche, fra regole, masi e altari. Oltre le pagine di storia sul nascere e sullo sviluppo del paese, il fondarsi del diritto comunitario, l'origine dei nuclei agrofornestali, le architetture e le figurazioni sacre... gli argomenti di maggior novità e di sicuro interesse, non solo per gli abitanti di questo borgo cembrano, sono le documentazioni storiche e linguistiche relative alla derivazione dei più diffusi cognomi e alla parlata dialettale locale. Così per *slambròt* e *slambrotanti*. Dal XIII secolo i Conti del Tirolo, in contrapposizione al potere vescovile tridentino, puntarono a favorire la germanizzazione del territorio, anche attraverso

l'immigrazione di coloni di origine tedesca (tirolesi e bavaresi), e con loro la lingua. L'uso dell'antico tedesco (*slambròt*) perdurò fino al Settecento. All'azione dei Conti del Tirolo si sovrappose quella del Capitolo del Duomo di Trento, signore di Sover, che per il massimo sfruttamento del territorio agevolò famiglie contadine di origine tedesca.

Mescolanze di culture, contaminazioni linguistiche, influssi germanici sulle architetture, sull'arte, sulle tradizioni religiose, il sorgere dei masi... ne furono la conseguenza. Tuttora viva e percepibile.



Ci fu un tempo in cui la Tenda Rossa era il luogo sacro delle donne, lo spazio in cui si svolgevano le attività femminili più importanti. Nella Tenda Rossa le donne partorivano assistite da altre donne che poi si prendevano cura delle puerpere e dei neonati. Nella Tenda Rossa le donne più anziane e sagge trasmettevano il loro sapere e la loro esperienza alle giovani ra-



La Tenda Rossa di Cadine

Uno spazio dove ri-trovarsi

Restituire alle donne un luogo e un tempo per incontrarsi, cercare e dare sostegno e comprensione, ridare dignità al sapere femminile, ripristinando una dimensione sacra. Quella della vita, e dei suoi cicli

di Antonella Valer



ed esperta nel campo dell'educazione al ciclo mestruale e dello sviluppo spirituale e psicologico delle donne. L'abbiamo incontrata e intervistata.

Qual è il senso del tuo lavoro e da dove nasce?

Il mio lavoro sulla ciclicità delle donne è iniziato quando, trentenne, ho dovuto occuparmi della mia salute mestruale e per farlo ho scoperto che rispettare i tempi del ciclo e del corpo a scapito delle richieste del mondo esterno mi dava la possibilità non solo di stare meglio, ma di utilizzare forze ed energie diverse. Ho capito che tutte le donne hanno la possibilità di avere la propria guida interiore per il proprio benessere e la propria azione nel mondo e che questa ciclicità è un dono potente, misconosciuto e svalutato in una società patriarcale tutta centrata sulla produttività e sulla crescita illimitata. Ciclicità significa alternanza di azione e di riposo. Ho provato a connettere le 4 stagioni dell'anno e le stagioni del ciclo mestruale delle donne, suggerendo una pratica di consapevolezza del ciclo mestruale, su tre livelli: benessere (gestione dello stress, la salute e i ritmi vitali), creatività (non solo biologica ma anche professionale) e spiritualità (la chiamata che non riguarda solo l'io ma abbraccia il sé e mette in contatto con il mondo: è la dimensione dell'essere a servizio dell'universo).

Come si sviluppa questa ciclicità e qual è il potenziale creativo?

Le 4 fasi del ciclo sono le 4 fasi di qualunque progetto creativo. Nella primavera interiore (preovulazione) tutto è possibile: si può giocare con le idee che, come boccioli, vanno protette interiormente; è tempo di ingenuità, leggerezza e condivisione. Nell'estate interiore (fase ovulatoria del ciclo) il progetto si fa concreto e si mostra al mondo; questa è la fase in cui le donne si sentono potenti, riconosciute, piene di energia. L'autunno interiore (fase premenstruale) è il tempo

dello sfrondamento, della "separazione della pula dal grano"; il momento in cui si critica il progetto stabilendo cosa è davvero essenziale; in questa fase si fanno sentire i bisogni interiori e quelli degli altri contano meno; c'è maggiore sensibilità e permeabilità; è questa per molte donne la fase critica; se i bisogni interiori non vengono ascoltati e si dà retta alle richieste del mondo esterno il corpo si lamenta e si ribella. Infine l'inverno interiore (la mestruazione) è il momento del ritiro nel tempio interiore in cui si ha accesso ad una connessione profonda, con l'energia di tutte le donne, dell'universo. C'è una possibile "ricaduta politica" di questo lavoro?

Certo, questo lavoro delle donne sul loro corpo non ha solo un potenziale di benessere, è anche un progetto politico: un programma per la sostenibilità della Terra, i cui segnali di estrema sofferenza dicono chiaramente che non si stanno rispettando i suoi ritmi e i suoi cicli... È necessario un cambio di paradigma. Anche gli uomini hanno bisogno di ciclicità, ma i loro ritmi non sono regolati dal ciclo interiore; possono però attingere alla saggezza del corpo delle donne per ridare equilibrio al sistema. Il mio lavoro sulla consapevolezza, con le donne, è il mio contributo politico alla sostenibilità del mondo.

Che senso ha oggi una "Tenda rossa in ogni quartiere"?

È un importante spazio dove le donne possono riappropriarsi della saggezza del loro corpo, riconoscere la ciclicità, valorizzarla. Uno spazio per essere e non per fare. Un tempo apparentemente vuoto per stare con sé e con altre, sperimentare la sorellanza tra donne in uno stare insieme che diventa nutriente per ciascuna. La tenda rossa è anche il luogo dove si propongono attività guidate da donne esperte per ridare spazio e dignità al sapere femminile.

APPUNTAMENTI IN TENDA ROSSA 2016

La tenda è a Cadine (Tn), via Androna 1

È aperta ogni primo e terzo venerdì del mese, dalle 19 alle 22, per chiacchierare, riposare, meditare e stare con altre donne

La Benedizione mondiale del grembo

di Miranda Gray: una meditazione per guarire e risvegliare l'energia femminile in occasione della luna piena. Nel 2016: 22 febbraio, 21 maggio, 18 agosto, 16 ottobre, 14 dicembre
Danza Tandava. La danza sacra di Shiva, con Stefania Gadotti, il primo giovedì del mese, ore 19

La luna in noi. Percorso di accompagnamento al menarca: per mamme e figlie (10-12 anni).

Il prossimo percorso è in febbraio

Celebrazione di rituali di passaggio. La

tenda rossa è a disposizione per ritualizzare i passaggi importanti per le donne: il menarca, la nascita, la menopausa. Riti di passaggio, riti di benvenuto, riti di saluto, riti di sorellanza.

Per approfondire:

Alexandra Pope, Mestruazioni, Terra Nuova edizioni



EstroTeatro

LABORATORIO D'ATTORE

In programma per febbraio un laboratorio dedicato all'attore, condotto da **Alessandra Frabetti**. Il lavoro verterà sugli aspetti fondamentali che definiscono la recitazione come atto creativo autonomo dell'attore, anche quando un testo ne guida le linee principali. L'accadimento dell'atto teatrale è base essenziale del lavoro dell'attore ed essendone il fulcro stesso, la sua interpretazione è interessante ed emozionante solo se è posta in relazione all'altro, solo se ciò che accade "qui ed ora" è vissuto come un imprevisto, pur nel paradosso del testo previsto

e replicato di volta in volta. È importante ricostruire questa libertà interpretativa anche all'interno di un'opera che lascia uno spazio apparentemente ristretto.

È richiesto ai partecipanti di presentarsi con monologhi o scene dialogate a memoria, scelti liberamente, possibilmente condivisi con altri compagni e accurati sul piano fonetico e della dizione. Ciò consentirà di esplorare le possibilità offerte da un testo per giungere a un'interpretazione articolata e complessa, una sorta d'impronta originaria per il futuro percorso teatrale.

Il laboratorio si terrà da venerdì 12 a domenica 14 febbraio (12/2 ore 19-23; 13/2 ore 10-14 e 15-21; 14/2 ore 9-14.30).

EstroTeatro
Scuola di teatro e cinema - Compagnia teatrale

A condurre i partecipanti sarà **Alessandra Frabetti**, attrice professionista dal 1975, da anni dedita anche alla formazione dell'attore. *Il laboratorio prevede una quota d'iscrizione di 150 euro, per i soci possessori di Carta In Cooperazione è previsto uno sconto del 10%.*

Per informazioni e iscrizioni:
info@estroteatro.it

CID Centro Internazionale della Danza

LA ZATTERA DI NESSUNO, laboratorio, condotto da **Piera Principe**, in forma di viaggio ispirato all'Odissea. Un percorso pensato per rinnovare la relazione e il con-tatto con il nostro corpo. **Sabato 23 gennaio, domenica 21 febbraio, sabato 19 marzo, sabato 16 aprile, ore 14.30-17;** costo: 180 € per 16 ore di lezione, per i possessori di Carta In Cooperazione sconto dal 5 % al 10%

PIZZICA E DANZE POPOLARI DEL SUD ITALIA, laboratorio con **Manuela Rorro**: pizzica pizzica basso Salento e bassa Murgia, tarantella di Carpino (Gargano), sonu a ballu (tarantella calabrese), ballo sul tamburo (tamburiate campane). **Sabato 23 e 30 gennaio; 13, 20 e 27 febbraio e 5 marzo, ore 14.30-17;** costo: 145 € per 15 ore di lezione, per i possessori di Carta In Cooperazione sconto dal 5 % al 10%

IL CORPO INSOLITO, seminario di danza contemporanea e metodo Feldenkrais® condotto da **Marta Melucci**: relazionarsi col limite, scardinare gli automatismi, assecondare la comodità, scoprire ciò che è essenziale o superfluo, per sviluppare una danza che integri creatività, cura, piacevolezza ed espressività. Il seminario è rivolto a tutti. **Sabato 30 gennaio (ore 15-19), domenica 31 gennaio (ore 10-14);** costo: 90 €, per i possessori di Carta In Cooperazione sconto dal 5 % al 10%

HILAL DANCE. Durante il workshop condotto da **Suraya Hilal** si esploreranno le varie forme di espressione corporea, con training profondo sul respiro che promuove centratura, potenza, agilità. Uno stile espressivo ispirato all'estetica araba che dà vita ad un linguaggio nuovo e attuale. **Sabato 6 febbraio (ore 14-18), domenica 7**

CID Centro Internazionale della Danza

Gennaio: nuovo inizio

Dedicati alla danza e al movimento, ma anche al gioco per i più piccoli, riprendono il via in gennaio i corsi del Cid



febbraio (ore 10-14); costo: 90 €, per i possessori di Carta In Cooperazione sconto dal 5 % al 10%

CID Formazione e Animazione Territoriale

DANZARE GIOCANDO 3/6 ANNI con **Francesca Laghi**. 1° febbraio-30 maggio, ogni lunedì, ore 16.45-17.45; costo 131 euro per 15 incontri.

DANZA AFRO con **Solò Diedhiou***. Con musica dal vivo. 11 gennaio-14 marzo, ogni lunedì, ore 20-21.30; costo 150 € per 10 incontri

OFFICINA MOVIMENTO, laboratorio con **Gloria**

Potrich*, danza contemporanea. 19 gennaio-24 marzo ogni martedì e giovedì, ore 20-21.30, costo 250 € per 20 incontri

LEZIONI DI GRUPPO DI METODO FELDENKRAIS® con **Luna Pauselli***: un'attività confortevole, non faticosa e mai forzata.

19 gennaio-22 marzo, ogni martedì, ore 19-20; costo 120 € per 10 incontri

CONTACT IMPROVISATION con **Nataschia Belsito***. Lavoro a terra e fluidità del movimento,

per capire come organizzare il proprio corpo per danzare da soli e in coppia. 19 gennaio-29 marzo, ogni martedì, ore 18-20, costo 160 € per 10 incontri. **Sabato 16 gennaio prova aperta.** **STRETCHING** con **Lucia De Vettori***. Tanti benefici: mi-



glioramento mobilità articolare, rilassamento muscolare, prevenzione dolori articolari e mal di schiena. 13 gennaio-30 marzo, ogni mercoledì ore 18-19; costo 85 € per 12 incontri

PILATES con **Lucia De Vettori***. Migliore postura, forma più equilibrata, muscolatura tonica e articolazioni più elastiche. 29 gennaio-22 aprile, ogni venerdì, ore 18-19, costo 85 € per 12 incontri

ZUMBA® con **Cristiana Bertelli***. Combina tutti gli elementi di fitness e cardio, condizionamento muscolare, equilibrio e flessibilità. 15 gennaio-4 marzo, ogni venerdì, ore 19-20; costo 60 € per 8 incontri

* Per questi corsi i possessori di Carta In Cooperazione potranno usufruire di uno sconto dal 5 % al 10% iscrivendosi telefonicamente allo 0464 431660.

Per info e iscrizioni
cid@centrodelladanza.it
www.centrodelladanza.it
tel. 0464 431660



Popopò, Porta i Popi al Portland

Dentro le storie, insieme a mamma e papà

Spettacoli, laboratori, corsi e spazi nuovi per stare, grandi e piccoli, insieme



Con il PoPoPò Portland si offre come luogo dove il mondo dei bambini e quello degli adulti possano incontrarsi, oltre il rapporto familiare che si vive nel quotidiano. Il teatro costituisce da sempre un ottimo strumento per le relazioni poiché si basa su livelli differenti

della nostra percezione ed ha un'ampia gamma di linguaggi: la parola, il gesto, il movimento nello spazio, l'immagine, il ritmo. Il Portland, piccolo e raccolto, è un luogo particolarmente adatto allo sviluppo di queste dinamiche.

I bambini siedono per terra a due veri passi dai personaggi delle fiabe a cui assistono; al termine dello spettacolo l'occasione per fermarsi è offerta dalle merende che le mamme "volontarie" preparano per tutti. Gli spettacoli si svolgono la domenica alle ore 15.30 e 17.30. Il primo appuntamento dell'anno sarà domenica 17 gennaio, con **"La vera storia di Peter Pan: un sogno per vivere"** (a partire dai 4 anni). La prenotazione è consigliata.

La novità 2016 è il **laboratorio-spettacolo "VICINI VICINI. Piccole storie in cui mettere le mani, i piedi e anche il naso..."**, condotto da Giacomo Anderle e Camilla Vico e dedicato ai bambini dai 2 ai 4 anni e i loro genitori. In ogni incontro (circa un'ora) c'è una prima



parte di racconto, una seconda dedicata al gioco (attraverso la manipolazione di materiali, la creazione di suoni, l'uso di colori), e un momento conclusivo in cui insieme si ripercorre la storia, scoprendo nuove possibilità. L'idea è quella di mettere a disposizione dei bambini un contesto adatto ai loro tempi di attenzione, notoriamente molto brevi. Uno spettacolo, per



Castello del Buonconsiglio

Le Scelte di Grezler

Una collezione patrimonio di tutti

Opere a tema sacro e profano, ritratti, battaglie e paesaggi, tutti realizzati tra il tra il Cinque e l'Ottocento: insieme raccontano della passione e dell'amore per le arti di Claudio Grezler, per anni presidente di Itas, Istituto Trentino Alto Adige per Assicurazioni.

Per Grezler cercare sul mercato opere d'arte da poter acquisire

e poi appendere alle pareti di casa era motivo di grande felicità e soddisfazione personale: egli amava guardarle, studiarle, farle restaurare, spesso chiedeva pareri ad esperti del settore come Nicolò Rasmo o all'amico Egidio Martini che in molte occasioni lo orientò nell'acquisto dei dipinti. Negli anni prese così forma una ricca quanto variegata quadreria personale, **prevalentemente costituita da dipinti di**

artisti italiani e fiamminghi del '500-'800.

Per volontà di Grezler la quadreria, confluita alla sua morte nella collezione d'arte dell'ente assicurativo, è esposta al pubblico, dal 1989, nella prestigiosa sede del Castello del Buonconsiglio: **Grezler desiderava infatti che la raccolta, costruita "con tempo, fatica, sacrifici" non andasse dispersa, ma soprattutto potesse divenire un patrimonio di tutti.**

IL GIARDINO INCANTATO DEL CASTELLO

Il giardino di Castelvecchio, sempre all'interno del Buonconsiglio, si è trasformato quest'anno (fino al 10 gennaio) in un magnifico spazio natalizio, con i ciliegi e i cachi addobbati di rosso e una decina di pini illuminati con luci bianche soffuse, sistemati attorno ai tronchi degli alberi. L'atmosfera natalizia e la magnifica cornice

architettonica del Castello contribuiscono a rendere questo d'incontro affascinante e magico del luogo, perfetto per scattare una foto-ricordo, assaggiare un dolce tipico locale o riscaldarsi con un tè o un vin brulé della caffetteria del museo "Barone al castello", che si affaccia sul Giardino Incantato.



quanto semplificato e breve, costringe i bambini a restare seduti e in silenzio per troppo tempo. In "Vicini Vicini" invece i bambini potranno partecipare attivamente alla storia che sarà loro raccontata.

Primo appuntamento il 23 gennaio, ore 11, 15 e 17. In gennaio partirà anche **"IL GIOCO DELLE TRASFORMAZIONI"**, (per bambini di 4-5 anni), condotto da Giacomo Anderle. Il corso avrà durata trimestrale e cadenza settimanale con incontri di un'ora il mercoledì pomeriggio. Infine, dopo il successo delle edizioni 2015, torna dal 6 febbraio il corso di lettura da alta voce per adulti **"LEGGERE AI BAMBINI"** condotto da Ornella Marcon (quattro appuntamenti pomeridiani il sabato).

Raccogliendo questa importante eredità, il museo del Castello del Buonconsiglio, in un'armonia d'intenti con ITAS, rende oggi omaggio a questa importante figura di collezionista con una nuova iniziativa di valorizzazione della sua raccolta. I dipinti, dopo un'impegnativa e proficua campagna di restauri e di nuovi studi, sono proposti al pubblico in un percorso espositivo arricchito da altre pregevoli opere della collezione dell'istituto assicurativo, che lo stesso Grezler aveva contribuito ad arricchire negli anni della sua presidenza.



Carta In Cooperazione

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione biglietto d'ingresso a tariffa ridotta in tutte le sedi (Castello del Buonconsiglio, Castel Beseno, Castello di Stenico, Castel Thun)

Mart, Rovereto LE COLLEZIONI L'invenzione del moderno L'irruzione del contemporaneo

Da dicembre 2015 i maggiori capolavori del Mart, da Medardo Rosso agli artisti delle ultime generazioni, passando per Felice Casorati, Carlo Carrà, Giorgio de Chirico, Fortunato Depero e Alberto Burri, Lucio Fontana, Mario Merz, Bruce Nauman, vengono presentati al pubblico in un nuovo allestimento cronologico e tematico pensato dal direttore Gianfranco Maraniello con i curatori Daniela Ferrari e Denis Isaia.

La mostra è un racconto costituito da vere e proprie pietre miliari della storia dell'arte moderna e contemporanea, un percorso storico-artistico di carattere cronologico che sottolinea la grande continuità tra le tendenze che hanno caratterizzato le vicende dell'arte dalla fine dell'ottocento a oggi; attraverso il novecento e le sue anime, fino alle sperimentazioni della contemporaneità e i nuovi media,

Con "Le Collezioni" il Mart attraversa quasi due secoli di storia dell'arte italiana e internazionale e si conferma una grande macchina didattica i cui punti di forza sono il dialogo con il grande pubblico e la qualità della proposta culturale



Il Mart invita a delineare i perimetri dell'arte e a superarli.

La mostra "Le Collezioni" occuperà stabilmente due delle quattro gallerie del museo nelle quali troveranno spazio, a rotazione, le più importanti opere del Mart. Al primo piano l'allestimento racconta "L'invenzione del moderno" e al secondo piano accompagna il visitatore attraverso "L'irruzione del contemporaneo".

Si susseguiranno, di volta in volta, focus tematici e monografici per approfondire le radici dell'arte italiana contemporanea, i movimenti storici internazionali e le nuove emergenze artistiche. Con le narrazioni costruite attorno ai capolavori assoluti del Mart, si conferma l'identità di un museo con una forte vocazione internazionale e sempre più legato alla propria storia, al proprio territorio e al proprio patrimonio.

Mart Rovereto

T. 0464 438887

Numero verde: 800 397760

www.mart.trento.it

Il BabyMart raddoppia

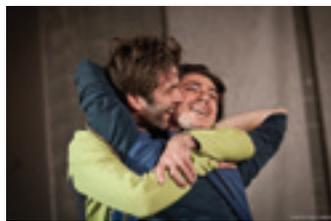
Il Mart ha recentemente inaugurato i nuovi spazi al piano terra che ospitano la biglietteria, il guardaroba e il bookshop, ed ha raddoppiato il **Babymart**, lo spazio pensato per la sosta autogestita delle famiglie, spostato al secondo piano del Museo. Nei Babymart i bambini possono muoversi in tutta sicurezza, giocare, leggere, disegnare e fare una sosta durante la visita al Museo. Le due nuove sale sono state realizzate pensando alle **diverse fasce d'età**: la prima è dedicata ai più piccini, dagli 0 ai 5 anni, la seconda è dedicata ai bambini **dai 6 ai 12 anni**. I bambini e i loro accompagnatori possono utilizzare i giochi e i materiali che il Mart mette a disposizione del pubblico e, se vogliono, lasciare in ricordo della loro visita un disegno.

Il progetto Babymart è realizzato in collaborazione con Casse Rurali Trentine e Cartoleria Marco



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.

TrentoCENTRO SERVIZI
CULTURALI S. CHIARA**Natale e Capodanno**Teatro Sociale
31 dicembre, ore 21
1 gennaio, ore 18**MUMMENSCHANZ****Prosa**Teatro Sociale
14, 15 e 16 gennaio, ore 20.30
17 gennaio, ore 16**IL FU MATTIA PASCAL**versione teatrale di Tato Russo
dal romanzo di Luigi Pirandello28, 29 e 30 gennaio, ore 20.30
31 gennaio, ore 16**CALENDAR GIRLS**di Tim Firth
Traduzione e adattamento
Stefania Bertola
regia Cristina Pezzoli
con Angela Finocchiaro,
Laura Curino**In Danza**Teatro Sociale
12 gennaio, ore 20.30
Compagnia Virgilio Sieni
LE SACRE**Teatro Ragazzi**Teatro Cuminetti
9 e 10 gennaio, ore 16
Compagnia Rodisio
ODE ALLA VITA**Stagione 2015-2016****Trentino a teatro****Gli spettacoli di gennaio**Info e dettagli sulle convenzioni Carta In Cooperazione
su www.laspesainfamiglia.coopdi e con Manuela Capece
e Davide Doro
*età consigliata dai 4 anni*23 e 24 gennaio, ore 16
Compagnia La luna nel letto**SEMINO**di Michelangelo Campanale
con Annarita De Michele
e Daniele Lasorsa
*età consigliata dai 3 anni***Scappo a teatro**Teatro Cuminetti
26 gennaio, ore 10
FIGLI DELLA MONTAGNAregia e drammaturgia
Elena R. Marino
Compagnia Teatrincorso e
allievi Laboratorio Sperimentale
Giovani - Scuole di Trento
dagli 15 ai 19 anni■ Con Carta In Cooperazione:
tariffa "ridotto convenzioni" (pari a
uno sconto del 10% circa) per l'ac-
quisto dei **biglietti d'ingresso** e sugli
abbonamenti della Stagione teatrale
di prosa, danza, musical e jazz, ope-
retta. Carta in Cooperazione dà diritto
all'acquisto di un biglietto e un abbo-
namento.**Trento****TEATRO PORTLAND**8 gennaio, ore 21
Compagnia del Sole
I NUMERI DELL'ANIMAdialogo iniziatico
sulla Virtù e dimostrazione
dell'immortalità dell'anima
con Flavio Albanese, Loris
Leoci e Roberto de Chirico22 gennaio, ore 21
ATIR Teatro Ringhiera
S(LEGATI)di e con Jacopo Bicocchi
e Mattia Fabris**PoPoPò: Porta i popi
al Portland!**17 gennaio, ore 15.30 e 17.30
**LA VERA STORIA
DI PETER PAN:
un sogno per vivere**di Silvia Salvaterra
per bambini dai 4 anni in su■ Con Carta In Cooperazione:
• **biglietto d'ingresso a tariffa ridotta**
(10€ anziché 12€) per gli spettacoli
della Stagione teatrale La Bella Sta-
gione presso il Teatro Portland.
• **sconto 10% sui corsi** organizzati
dalla Scuola di teatro.**Trento****PRO LOCO RAVINA**Teatro Demattè
16 gennaio, ore 20.45
Filodrammatica San Martino
di Fornace
REPARTO PATERNITÀ
spettacolo comico in italiano
di Ray Cooneyadattamento e regia
di Camillo Caresia30 gennaio, ore 20.45
Filodrammatica Sopramonte
**PRIMA DE
N'RABIARTE... CONTA**
spettacolo brillante in
dialetto trentino
Da "Natale al basilico"di V. Di Piramo
Traduzione e adattamento
di Valerio Bombardelli
Regia di Luigi Agostini■ Con Carta In Cooperazione:
tariffa ridotta (35 euro anziché 42)
sull'abbonamento**Rovereto****TEATRO ZANDONAI****Teatro Civile**19 gennaio, ore 20.45
Cooperativa Teatrale Prometeo
ALTERATI
di Ila Covolan
con Michele Comite
regia Laura Curino25 gennaio, ore 20.45
Fondazione Teatro di Napoli
**QUALCUNO VOLO
SUL NIDO DEL CUCULO**di D. Wasserman, dall'omonimo
romanzo di K. Kesey
con Daniele Russo,
Elisabetta Valgoi
regia Alessandro Gassmann■ Con Carta In Cooperazione:
• **sconto del 10%** su abbonamenti e
biglietti interi**Pergine****TEATRO DEL COMUNE
DI PERGINE VALSUGANA****Danza**4 gennaio, ore 20.45
LO SCHIACCIANOCI
Compagnia di ballo

Raffaele Paganini
musiche di P.I. Cajkovskij -
coreografie di M. Petipa
con Vittorio Galloro
e Arianna Lacita Gonzalles
étoiles del Balletto Nacional
de Cuba
regia di Luigi Martelletta

Prosa

7 gennaio, ore 20.45
*Fondazione Luzzati - Teatro
della Tosse*

LA LEZIONE



di Eugène Ionesco
con Enrico Campanati, Elena
Gigliotti e Franco Ravera
regia di Valerio Binasco

14 e 16 gennaio, ore 20.45
ariaTeatro

MY ROMANTIC HISTORY
Una commedia romantica
di D.C. Jackson - traduzione
di Marco Ghelardi
con Giuseppe Amato,
Denis Fontanari, Alice Melloni
e Paola Mitri
regia di Chiara Benedetti

21 gennaio, ore 20.45
*Teatro Stabile del Friuli Venezia
Giulia*

OBLIVION:
the human jukebox



di Davide Calabrese
e Lorenzo Scuda
musiche di Lorenzo Scuda
regia di Giorgio Gallione

28 gennaio, ore 20.45
Teatro dell'Argine
**UN BÈS - ANTONIO
LIGABUE**
di Mario Perrotta
*Premio Ubu 2013 - Premio
Hystrio-Twister 2014*

30 gennaio, ore 20.45
*Ass. Arbalete, Fondazione
Campania dei Festival,
E 45 Napoli Fringe Festival*
CIAULA TO THE MOON



di nO (Dance first. Think later)
ideazione e regia
di Elena Gigliotti

Teatro ragazzi

10 gennaio, ore 16
Dedalo furioso / Matàz Teatro
**I VESTITI NUOVI
DELL'IMPERATORE**
dalla fiaba di H.C. Andersen
regia, adattamento,
drammaturgia di Matàz Teatro
età consigliata dai 6 anni

24 gennaio, ore 16
ariaTeatro / Teatro delle Garberie
LULÙ
ispirato a Lulù di G. Solotareff
drammaturgia di Klaus Saccardo
età consigliata dai 3 anni

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

Borgo Valsugana

**Teatro del Centro Scolastico
di Borgo**
1 gennaio, ore 17
Salonorchester Labirinti Armonici
**Concerto di Capodanno
SULLE ONDE
DEL DANUBIO**
musiche: J. Strauss, F. Lehar,
C.M. Ziehrer, F. von Suppe,
I. Ivanovici
Andrea Ferroni violino principale

Teatro Comunale di Tezze
16 gennaio, ore 20.45
Ass. Culturale Theama
**L'INCREDIBILE FUGA
di Claude e Margot (in fuga)**



di P. Palmade e C. Duthuron
con A. Zago, M. De Luca,
M. Fazenda, M. Zandonà
regia di P. Piccoli e A. Genovese

Teatro di Olle
16 gennaio, ore 20.45
Compagnia "Nino Berti", Rovereto
TUTI BONI DE CIACERAR
di Loredana Cont

Teatro di Olle
23 gennaio, ore 20.45
*Filodrammatica "San Martino"
di Fornace*
REPARTO PATERNITÀ
tratto da "È una caratteristica
di famiglia" di Ray Cooney

Teatro di Olle
**A teatro con mamma
e papà**
30 gennaio, ore 16.30
I Burattini di Daniele Cortesi
IL MANTELLO FATATO
Gioppino nell'antro dell'orco
di e con Daniele Cortesi

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

Vezzano

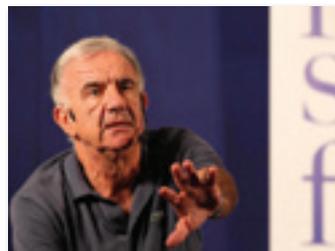
TEATRO VALLE DEI LAGHI

Cinema
Cinema
6 gennaio, ore 16.30
INSIDE OUT
regia di Peter Docter

29 gennaio, ore 20.30
STILL ALICE
regia di Richard Glatzer
e Wash Westmoreland

Specchi riflessi
16 gennaio, ore 20.45
Finisterrae teatri / Giacomo Anderle
ULISSA SULLA BANCHISA

23 gennaio, ore 20.45
RECITAL
di GENE GNOCCHI



Famiglie a teatro
24 gennaio, ore 16.30
Fondazione Aida



HANSEL & GRETEL E LA POVERA STREGA

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

Riva del Garda Arco, Nago-Torbole

**Teatro Casa della Comunità
di Nago**
16 gennaio, ore 21
*Fondazione Luzzati - Teatro
della Tosse di Genova*
**HO MESSO UN DUBBIO
AD AMLETO**



di A. Bergallo e A. Begnini
con Alessandro Bergallo

**Sala Mille Palazzo dei
Congressi di Riva del Garda**
25 gennaio, ore 21
*Bon Voyage Produzioni, Civit'arte
2013 Festival di Bagnoregio*
L'AVARO
di Molière
con Lello Arena, Fabrizio Vona,
Francesco Di Trio
regia di Claudio Di Palma

**Centro Giovani
Cantiere 26 - Arco**
29 gennaio, ore 21
Compagnia Emit Flesti-Trento
**EICHMANN. UN
CRIMINALE MODERNO**
**Processo alla banalità
del male**
con A. Dalla Costa, O. Marcon,
C. Cristoforetti,
drammaturgia e regia
di Maura Pettoruso

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



Gli sconti Carta In Cooperazione

Insieme sulla neve



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

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



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

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

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 stagione** (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; Ortesino; Fiorentini.

Info: 0464.720538

commerciale@folgariaski.com
www.folgariaski.com



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>

tempo

libero



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 dall'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.



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

Scuola	Località
ALTA VAL DI FIEMME	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



Info: 0461.826066
www.trentinosci.it

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.



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

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 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





I cotechino e lo zampone, l'arrostato e l'agnello, la pancetta e la soppressata, la fiorentina e il prosciutto, la braciola e il wurstel: tutta roba che potrebbe stare (e probabilmente ancora sarà) in qualche menù tipico del periodo natalizio di tanti italiani. Il problema è che tutto quanto è anche finito nel libro nero dei

Una questione di quantità e qualità Carni e buon senso per tutelare la salute

Facciamo il punto dopo che un ente internazionale come la Iarc ha inserito carni rosse e insaccati tra i gruppi di sostanze che, se consumati in dosi eccessive, aumentano il rischio di tumori. Andrea Ghiselli: "Tenere una dieta variata è fondamentale per la nostra salute"

cattivi, ovvero nell'elenco delle sostanze, alcune sicuramente altre probabilmente, cancerogene. Ormai la cosa è nota e fiumi di inchiostro sono stati spesi per spiegare e commentare la valutazione assunta dagli esperti della Iarc, l'International agency for research on cancer (cioè l'Agenzia internazionale per la ricerca sul cancro), braccio dell'Organizzazione mondiale della sanità per la vigilanza in questo campo. Per l'esattezza la Iarc ha inserito insaccati, salumi e carni trasformate nel

gruppo 1 (sostanze sicuramente cancerogene) e le carni rosse nel gruppo 2A (sostanze probabilmente cancerogene).

Tra i tanti commenti successivi a questa decisione, molti sono quelli che hanno teso a ridimensionare un allarme forse eccessivo esploso nei primi giorni e soprattutto a spiegare un po' meglio cosa significa esattamente il pronunciamento dello Iarc, un pronunciamento che, lo ribadiamo subito, non vuole assolutamente dire che occorre smettere di mangiar carne (cosa che qualcuno può legittimamente decidere di fare), ma che **occorre contenere questo consumo, come del resto da anni spiegano i nutrizionisti. Perché la cosa migliore è avere un'alimentazione variata e ricca di apporti diversi, un po' come prevede il model-**

lo della dieta **Mediterranea**, cioè lo stile alimentare tipico delle nostre terre centrato soprattutto sul consumo di verdure, frutta e poi cereali, pasta, pane, legumi, latticini, formaggio e via, in dosi calanti, sino a carni e dolci.

In questi giorni sono usciti diversi articoli sui media in cui Iarc dichiara che farà un panel a breve per chiarire che la carne è un alimento importante nella dieta delle persone. Per inquadrare meglio il tema del consumo delle carni siamo andati a chiedere un parere al **dottor Andrea Ghiselli, dirigente al Centro di ricerca per gli alimenti e la nutrizione**, che da anni si occupa e studia proprio queste tematiche.

Cosa c'è di nuovo sul tema del rapporto tra carni rosse e salute umana?

Il recente pronunciamento della Iarc non ha detto niente di nuovo. Noi sappiamo già da diversi anni, almeno dal 2007, che **un consumo troppo spavaldo di carni rosse e insaccati non fa bene alla salute. Non solo perché aumenta il rischio di tumori, ma anche in relazione a possibili problemi cardiovascolari e di diabete.** È bene precisare che noi sappiamo che c'è una relazione tra consumo di carni e insorgere di alcune malattie, ma non sappiamo esattamente il perché. Le ipotesi scientifiche sono molte e vanno dal tenere in grassi a quello di sale, ma sostanzialmente tre sono i maggiori imputati: la formazione di nitrosammine per opera dei nitriti usati come conservanti, oppure di ammine eterocicliche derivanti dalla cottura ad alte temperature o di ferro eme, la forma cioè sotto la quale il ferro è contenuto nelle carni. La conferma o meno di queste tre ipotesi porterebbe a esiti diversi perché ad esempio, sia le ammine eterocicliche che il ferro eme, sono presenti anche nelle carni bianche che non sono indicate come cancerogene. Le nitrosammine possono formarsi in alcuni salumi, ma non in tutti e sicuramente non nella carne fresca. Dunque la **decisione dello Iarc di inserire nel-**

LA CLASSIFICAZIONE IARC Dal fumo, all'alcol: cambiano i livelli di rischio

Per inquadrare più correttamente il pronunciamento dello Iarc (International agency for research on cancer) sul rapporto tra tumori e consumo di insaccati o carni rosse è bene aver presente anche le altre sostanze presenti nelle tabelle di indicazione del rischio. Ad esempio del **gruppo 1**

(i **sicuri cancerogeni**, dove sono stati inseriti gli insaccati e le carni lavorate) fanno parte tanto sostanze come plutonio e amianto, quanto **fumo** da tabacco, ma anche la radiazione solare (cioè prendere la tintarella) o l'alcol etilico presente nel vino o nella birra.

Evidente come, a sostanze incluse nello stesso gruppo, corrispondano però livelli di pericolosità assai diversi. La stima (dati Iarc) è che i decessi per tumori da consumo di carni lavorate siano ogni anno 34 mila in tutto il mondo, mentre i decessi da consumo di alcol siano 600 mila

(quasi 20 volte tanto), mentre quelli associati al fumo di sigarette siano 1 milione (cioè 30 volte tanto). Ma non è che visti questi dati non si possa più prendere il sole o bere un bicchier di vino...

Se passiamo al **gruppo 2A**, sostanze **probabilmente cancerogene**, (dove è ora finita la carne rossa), in questo gruppo troviamo le emissioni da **frittura** ad alte temperature, le emissioni da **combustione di biomasse** (come bruciare legna), ma anche gli steroidi e l'esposizione a sostanze chimiche usate nell'attività di parrucchiere (per vedere l'elenco dello Iarc <http://monographs.iarc.fr/ENG/Classification>).

Dati oggettivi che dunque fanno capire come il problema stia nell'usare buon senso, nell'evitare panico ed eccessi, ma comportandosi da persone informate e responsabili.

la lista dei cancerogeni si limita a registrare i dati di correlazione con certe malattie ma non spiega ancora quale sia il meccanismo pericoloso. Un alimento, qualsiasi alimento, contiene componenti benefici (e gli stessi esperti della Iarc riconoscono alle carni rosse il pregio di apportare proteine nobili, e importanti micronutrienti come la vitamina B12, il ferro e lo zinco), che componenti potenzialmente tossici. Mettere sul banco degli imputati un alimento invece che una parte di questo significa toglierli per sempre la possibilità di redenzione. Perché se scoprimmo la causa, il meccanismo attraverso il quale il consumo di carni lavorate favorisce la formazione del cancro allora si potrebbe anche intervenire sulla formulazione degli alimenti di cui parliamo per eliminare o ridurre il problema. Si può fare ricerca scientifica per la produzione di alimenti diversi ecc. Tutto questo non può esistere se il colpevole invece di essere l'elemento X è tutto l'alimento. In termini più semplici: noi ad oggi non possiamo dire che un salume in sé è cancerogeno, possiamo solo rilevare una relazione tra un elevato consumo di certi prodotti e l'aumento del rischio di ammalarsi".

Il rischio è commisurato alla quantità di carne che si consuma. Oggi in Italia mangiamo troppa carne? Che dati esistono sui consumi?

I consumi si possono calcolare in due modi. Uno più semplice ma anche molto più approssimativo, legato ai bilanci alimentari nazionali (le Food balance sheet della Fao) e si riferisce ai volumi di determinati alimenti disponibili al consumo (produzione più importazione meno esportazione) oppure uno molto più preciso e sofisticato fondato sulle indagini di sorveglianza dei consumi alimentari, ma questo secondo tipo di dati, che sono quelli veramente attendibili, quando viene pubblicato riflette la situazione di qualche anno prima. I nostri ad esempio risalgono all'ultima rilevazione effettuata che è del 2005-2006...

E cosa dicono questi dati?

Dicono che gli italiani, includendo bambini e vegetariani, consumavano più di 100 grammi di carni al giorno, oltre la metà delle quali rossa, e quasi 200 grammi di carni conservate a settimana. Questi valori sono troppo alti, anche perché trattandosi di una media, vuol dire che c'è chi mangia quantità veramente elevate di carne rossa e tutti i giorni. Che la crisi economica di questi anni, così come la crescente attenzione culturale verso certi stili di consumo possa aver ridotto i livelli del 2005 può essere ragionevole pensarlo. Ma è anche vero che se le carni rosse rientrano tra i prodotti più costosi, e quindi magari tagliati per motivi di bilancio familiare, wurstel e mortadella sono tra i prodotti che costano meno...

Dunque qual è il consumo equilibrato di carne che dovremmo tenere?

Per la carne rossa fresca la quantità che è bene non

superare è quella di 2-3 porzioni a settimana (1 porzione equivale a 100 grammi). Secondo i dati del World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research l'aumento del rischio si ha da consumi superiori ai 400-450 grammi a settimana. Quanto ai salumi, rispetto ai dati di consumo 2005-2006 è sicuramente bene andare a una riduzione. Qui non c'è una quantità raccomandata da non superare. Quel che si può dire è che secondo i dati Iarc il consumo di 50 grammi



DIETA VARIATA. Come descrive la dieta mediterranea, è importante avere una alimentazione variata, ricca di verdure, legumi, cereali, frutta e tanta acqua, ma senza esagerare con singoli alimenti ("è la dose che fa il veleno"). Per la carne rossa fresca la quantità da non superare è quella di 2-3 porzioni a settimana (1 porzione equivale a 100 grammi).

di salume al giorno aumenta il rischio di tumore al colon del 18% (considerando che la media di chi si ammala di questo tipo di tumore è di 64 persone su 100 mila, significa che questo dato salirebbe a 72 persone su 100 mila pari allo 0,07% ndr). Per le carni bianche (pollame e coniglio) non c'è invece alcuna limitazione, ma è bene che tutti abbiano presente alcune regole generali da seguire nella propria dieta.

Viste le abitudini alimentari degli italiani, quali consigli è opportuno dare?

La base della nostra alimentazione devono essere i prodotti vegetali (verdure, legumi, cereali e frutta), oltre al bere tanta acqua. L'importante

è avere una dieta variata senza esagerare con singoli alimenti, così come descrive la dieta mediterranea. Rispetto ai dati ufficiali sul consumo di carne e di salumi, l'obiettivo che ci dobbiamo dare è di sostituire qualche porzione settimanale di carni (3 o 4) con altrettante porzioni di legumi e di pesce. E comunque quando si mangia carne, a prescindere dal documento Iarc, ci sono precauzioni importanti da tenere nelle cotture. Specie nelle grigliate e nei barbecue bisogna evitare che i liquidi che colano dai prodotti in cottura, cadendo e bruciando a contatto con le braci possano essere restituiti all'alimento tramite i fumi, i quali potrebbero contenere prodotti poco raccomandabili come le diossine. Una grigliata ogni tanto va bene, ma non dev'essere l'abitudine ed è meglio usare metodi diversi, temperature meno elevate ed evitare le bruciature sulla carne stessa".

Dunque il problema non è quello di non mangiare più carni rosse e insaccati, ma mangiarne nelle giuste quantità. Occorre aver presente che la Iarc parla al mondo e non solo all'Italia.

Tra i diversi paesi esistono livelli di consumo molto diversi, con nazioni come Usa, Australia e Argentina che superano di tanto le nostre quantità. Così come ci sono realtà dove il consumo di insaccati vuole dire mangiare quasi solo wurstel o bacon, che sono prodotti ben diversi rispetto a salumi come quelli italiani che sono in larga parte carni stagionate tal quali e comunque con un ridotto contenuto di sale e, in molti prodotti (come i prosciutti crudi) senza altro conservante tranne che il sale. Poi c'è lo stile di vita che ognuno decide di darsi. Tutto quel che abbiamo detto qui è riferito a medie di consumo. E per chiunque non è difficile stabilire quanto la sua alimentazione si avvicina o si discosta dalla media e dai modelli che qui abbiamo indicato come più corretti e salutari. (www.consumatori.e-coop.it)

Benessere degli arti inferiori MOVIMENTO DI GAMBE!

La salute e il benessere degli arti inferiori sono fondamentali per affrontare serenamente gli impegni quotidiani. Questo mese ci siamo focalizzati sulla presentazione di due esercizi per rinforzare questa parte importantissima del nostro corpo.

Posizione di partenza

1: in piedi, fianco sinistro rivolto verso la sedia, piedi uniti, mano sinistra in appoggio sullo schienale, mano destra sul fianco destro (foto 1);



Posizione di partenza

2: in piedi, fianco destro rivolto verso la sedia, piedi uniti, mano destra in appoggio sullo schienale, mano sinistra sul fianco sinistro (foto 2)



Esercizio 1: dalla posizione di partenza n. 1, portare il ginocchio destro verso il petto (foto 3) e tornare alla posizione di partenza; successivamente, dalla posizione di partenza n. 2, portare il ginocchio sinistro verso il petto (foto 4) e tornare alla posizione di partenza.



Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 2 serie da 10 ripetizioni sia con l'arto destro sia con l'arto sinistro.

Esercizio 2: dalla posizione n. 1, sollevare la gamba destra lateralmente e distesa (foto 5) e tornare alla posizione di partenza (attenzione ai movimenti bruschi e alla postura scorretta: non è importante elevare eccessivamente la



gamba, basta poco, ma ben fatto); successivamente, dalla posizione di partenza n. 2 sollevare la gamba sinistra lateralmente e distesa (foto 6) e tornare alla posizione di partenza. Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale; eseguire 2 serie da 10 ripetizioni sia con l'arto destro sia con l'arto sinistro.



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

L'olio extravergine Coop "100% italiano" è al riparo da frodi, certificato e sicuro. In Coop Italia un "naso elettronico", il gascromatografo Heracles II, è usato per stabilire l'autenticità di un prodotto, e sugli oli è particolarmente affinato

EXTRAVERGINE DAVVERO!



Da sempre garantiamo l'olio extravergine di oliva a marchio Coop. Dal 2001 dichiariamo la provenienza dei nostri oli extravergini. Selezioniamo e verifichiamo i frantoi, controlliamo la realizzazione del prodotto su tutta la filiera dalla sua origine. Per gli oli italiani risaliamo anche agli uliveti.

Perché se un prodotto non è sicuro, di sicuro non è Coop.

È sugli scaffali il vasetto con la nuova ricetta per la crema spalmabile Solidal Coop: al posto dell'olio di palma sono stati impiegati l'olio di **girasole** e il burro di **cacao**.

Coop, sul fronte nutrizionale, privilegia da sempre l'utilizzo di grassi più nobili e nutrizionalmente equilibrati, come l'olio extravergine di oliva o gli oli monoseme. L'obiettivo principale di questo cambio di ricetta è stato dunque quello di realizzare un alimento con **più basso contenuto di grassi saturi che infatti sono**



Non era extravergine l'olio venduto da una serie di grandi case produttrici, ma era di categoria "2", ovvero semplice "olio vergine", meno pregiato e meno costoso. Con questa accusa sostenuta dal pm Raffaele Guariniello, sette aziende olearie di primo piano dovranno rispondere di frode in commercio. Marchi tra i più noti sono finiti, così, sul banco degli imputati in quella che può definirsi un'inchiesta "annunciata". Se fosse davvero extravergine tutto l'olio che viene venduto come tale, infatti, regioni come la To-

scattati gli approfondimenti: ispezioni, tracciabilità, nuovi controlli, eventualmente il ritiro dagli scaffali. Ma non ce n'è stato bisogno. Heracles II inoltre si è accorto delle anomalie. Circa il **4% dei 300 campioni di olio "100% italiano"** analizzati in un anno, infatti, non ha superato la prova e sono partiti gli approfondimenti: in tutti i casi era olio extravergine non Coop.

Da **Martino Barbanera**, responsabile del laboratorio analisi di Coop Italia, e **Fernando Gottar-**

no con le loro gambe e saranno estese ai 5 oli **regionali dop** e **igp** a marchio Coop (Taggiasca, Toscano, Umbro dei Colli Martani, Terre di Bari e Val di Mazara) mentre in parallelo – spiega Sonia Scaramagli, che se ne occupa – "stiamo verificando altri prodotti come il **miele**, ad alto rischio di frode e falsificazione". (www.consumatori.e-coop.it)

Vero extravergine, vero italiano

Il naso elettronico non tradisce: l'extravergine Coop è 100% italiano

scana, la Liguria o la Puglia dovrebbero avere ben altre **superfici coltivabili**. In più un'annata produttiva storta ha ridotto le quantità in commercio favorendo operazioni contrarie alla legge come le **declassificazioni** mascherate.

La buona notizia è che l'**olio extravergine Coop "100% italiano"** non solo è al riparo da frodi, certificato e sicuro, ma esiste in Coop Italia un "naso elettronico", il gascromatografo Heracles II, usato per stabilire l'autenticità di un prodotto, che sugli oli è particolarmente affinato.

Al termine di un paio di anni di analisi effettuate nel laboratorio di Coop Italia, i risultati sull'olio extravergine di oliva Coop 100% italiano hanno decretato che è **italiano di nome e di fatto**. Questo il verdetto del gascromatografo acquistato a metà 2013. In caso di non conformità sarebbero

di, che di Heracles II è l'esperto "addestratore" ci siamo fatti spiegare come si è giunti a questi risultati.

"Dal 2013 ad oggi Heracles è stato addestrato facendogli **'annusare'** oli italiani di provenienza certa. Un lavoro enorme di impostazione e validazione scientifica (senza precedenti in Italia, ndr) fatto in collaborazione con le **Università** di Udine, Bologna e Barcellona. Il gascromatografo Heracles II lavora restituendo l'impronta aromatica di un determinato olio standard, che assieme a un elevato numero di campioni con le stesse caratteristiche va a costruire un **modello** di riferimento. Con questo modello successivamente vengono confrontati i campioni **'incogniti'** per stabilire quanto siano simili statisticamente".

Ora che i modelli ci sono, le analisi proseguiranno



Da sempre Coop garantisce il suo olio extravergine di oliva. Dal 2001 dichiara la provenienza degli oli extravergini. Seleziona e verifica i frantoi, controlla la realizzazione del prodotto su tutta la filiera dalla sua origine. Per gli oli italiani risale anche agli uliveti. Perché se un prodotto non è sicuro, di sicuro non è Coop.

Solidal Coop: quasi dimezzati i grassi saturi della crema spalmabile

La crema spalmabile senza olio di palma

È arrivato nei punti vendita il nuovo vasetto da 350 gr della crema spalmabile Solidal Coop con olio di girasole e burro di cacao: si abbattano i grassi saturi ma non cala il gusto!



stati quasi dimezzati, passando dal 13,2% al 7,0%.

Il valore così ottenuto nel prodotto finito si posiziona ben al di sotto del contenuto di **grassi saturi** in analoghi prodotti presenti sul mercato. In questo modo Coop aiuta i consumatori a

rispettare il tenore massimo consigliato di assunzione nella dieta giornaliera di questa tipologia di grassi. C'è poi da ricordare che la crema spalmabile di nocciole e cacao magro è Solidal perché il cacao

che contiene appartiene al circuito **equo e solidale** del Perù, dello Swaziland e della Repubblica Dominicana che significa condizioni commerciali più giuste per i piccoli produttori e le loro comunità. (www.consumatori.e-coop.it)



Ricette, bottiglie e libri

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



Golosità dal forno

Torte, tortini e quiche

Merende ricche, antipasti o brindisi festosi in famiglia o con gli amici: le torte salate, facili e veloci da preparare, sono sempre gradite e stuzzicanti

QUICHE DI FORMAGGIO DI CAPRA CON NOCI E PANCETTA

Per 4 persone: 200 ml di panna fresca, 3 uova, 1 tuorlo, 6 cucchiaini di grana grattugiato, 100 g di formaggio caprino, 5 noci, 60 g di pancetta a dadini, 1 rotolo di pasta sfoglia Coop, timo, sale e pepe

Sbattete le 3 uova in una ciotola, aggiungete la panna, i formaggi e amalgamate; aggiustate di sale e pepe. Stendete il rotolo di pasta sfoglia disponendolo in una pirofila rotonda in modo che i bordi rimangano sollevati; versate il ripieno all'interno della sfoglia, aggiungete le noci spezzettate,

la pancetta e il timo, spennellate i bordi con il tuorlo sbattuto e cuocete in forno a 180°C per 30-35 minuti. (*Fiorfiore in cucina, 12/2015*)

TORTINO AROMATICO CON PORRI E PATATE

Per 4 persone: 22 g di farina bianca "0", 400 g di porri, 400 g di patate, 1 cucchiaino concentrato di pomodoro, 4 cucchiaini di grana, 4 foglie di salvia, 1 cucchiaino di rosmarino tritato, 4 rametti di timo, ½ cucchiaino di curcuma, olio d'oliva ev, sale e pepe



Tritate le erbe aromatiche e mettetele in padella con 3 cucchiaini d'olio e la curcuma; scaldate in padella per poco tempo e fate insaporire. Lessate le patate per 30 minuti, poi sbucciatele e passatele allo schiacciapatate. Disponete la farina a fontana, aggiungete l'olio aromatico, una presa di sale e l'acqua tiepida necessaria per ottenere una pasta morbida come la consistenza del lobo di un orecchio. Impastate, poi lasciate riposare la pasta coperta con la pellicola per almeno 30 minuti.

Tagliate i porri e rosolateli con due cucchiaini d'olio a fuoco basso in una padella dal fondo pesante e con il coperchio. Dopo 7-8 minuti unite il concentrato

di pomodoro sciolto in un po' d'acqua calda, salate e pepate. Aggiungete le patate, mescolate e fate insaporire per 3 minuti: il tutto deve risultare ben asciutto; fuori dal fuoco aggiungete il grana grattugiato e mescolate bene. Stendete la pasta sottile formando una sfoglia rotonda di 30 cm di diametro, quindi adagiatela in una tortiera oliata da 26 cm di diametro; farcirla con il ripieno, ripiegate il bordo verso interno, decora telo con i rebbi di una forchetta e infornate a 200° C per 20 minuti. (*Fiorfiore in cucina, 12/2015*)

TORTINO CON PORRI, GRUVIERA E NOCCIOLE

Per 6-8 persone: 250 g di pasta brisèe, 3 porri, 2 uova, 50 g di gruviera, 50 ml di panna fresca, 50 ml di latte, 3 cucchiaini di nocciole, olio d'oliva ev, prezzemolo, sale e pepe

Mondate i porri, tagliateli a rondelle e fateli appassire in una padella con un filo d'olio e un pizzico di sale; spegnete il fuoco e fate raffreddare; lavorate il gruviera grattugiato con la panna, le uova, il latte, un pizzico di sale e di pepe; unite una manciata di prezzemolo tritato e i porri. Stendete la pasta brisèe e rivestitevi uno stampo di 18 cm di diametro foderato con carta da forno; riempite con il composto ai porri, spolverizzate con le nocciole tritate grossolanamente e cuocete in forno a 180°C per 25 minuti. Servite il tortino tiepido o freddo, accompagnandolo a piacere con altre rondelle di porro stufate in padella con un filo d'olio. (*Fiorfiore in cucina, 12/2015*)



Senza burro TORTA DI SEMOLINO CON UVETTA

Per 6 persone: 120 g di semolino, 200 g di ricotta, 100 g di zucchero, ½ l di latte, 3 uova, ½ baccello di vaniglia, 50 g di uvetta, 1 limone, Cognac.

Ammollate l'uvetta nel Cognac. Scaldate il latte con il baccello di vaniglia inciso a metà nel senso della lunghezza; eliminate la vaniglia, versate il semolino a pioggia mescolando con una frusta e cuocete per alcuni minuti; togliete dal fuoco e lasciate raffreddare. A parte mescolate le uova con lo zucchero, la ricotta e la scorza di limone grattugiata; unite

il composto al semolino mescolando con una frusta elettrica. Aggiungete l'uvetta scolata dal liquore e versate in una teglia di 24 cm di diametro; cuocete la torta in forno per 30 minuti a 180°C; lasciatela raffreddare e spolvera tela con lo zucchero a velo. (*Fiorfiore in cucina, 10/2014*)





(...) ho nell'orto un bell'olivo che quest'anno mi ha regalato un paio di kg di olive: vi chiedo una ricetta per conservarle, evitando la spremitura. (F.P.)

Diversi sono i metodi per conservare le olive, ogni regione italiana ha le proprie usanze e così possiamo ottenere olive in salamoia o essiccate al forno, con il sale, messe sott'olio o conservate con l'aceto.

Si possono usare olive verdi (ancora acerbe), rosse (quando iniziano a maturare), nere (del tutto mature). Di solito le prime si conservano in salamoia, le seconde sott'olio o sott'aceto, mentre le ultime si conservano in recipienti senza l'aggiunta di liquidi. Ecco alcuni metodi.

Salamoia aromatica. Occorrono: 2 kg di olive non troppo mature, 10 chiodi di garofano, 1 manciata di semi di finocchio, 2 spicchi d'aglio, qualche foglia di basilico, sale marino integrale, acqua.

Lavare le olive in acqua corrente, porle in un vaso di vetro coperte d'acqua con qualche cucchiaio di sale; cambiare l'acqua ogni giorno, per almeno 10 giorni, e a giorni alterni per i successivi 20 giorni; far bollire 2 l. d'acqua con 2 hg di sale, i chiodi di garofano, i semi di finocchio, l'aglio e il basilico. Scolare le olive, metterle in un vaso, coprirle con la salamoia aromatica; chiudere ermeticamente il vaso e lasciare a macero le olive per altri 2 mesi prima di consumarle.

Alla pugliese. Lavare le olive con abbondante aceto, scolarle, metterle in un recipiente, alternandole con strati di sale grosso e qualche foglia di alloro, spicchi d'aglio e peperoncino rosso piccante. Lasciarle riposare per 10 giorni, mescolandole delicatamente ogni giorno nell'acqua che avranno mandato fuori; farle scolare, esporle al sole finché saranno asciutte, quindi metterle nei vasi, con semi di finocchio selvatico, e conservarle senza mai chiudere i vasi.

Variante: mettere direttamente le olive a seccare al sole, cospargere di sale fino, rigirarle di tanto in tanto fino ad essiccazione. Immergerle quindi per

coltivare



1/2 ora nell'aceto e, scolate, porle in vasetti di vetro, condite con olio, aglio, prezzemolo tritato e peperoncino. I vasi chiusi vanno poi riposti in dispensa. *NB! Le olive nere si possono seccare anche in forno, quindi conservare in luogo fresco e asciutto dentro sacchetti di carta con l'aggiunta di qualche foglia d'alloro.*

Alla calabrese. Mettere delle olive nere del tutto sane in un cestello o in una cassetta di legno, cospargerle con abbondante sale grosso e pressarle, mettendovi sopra un coperchio tenuto fermo da un sasso. Ogni tanto mescolare e aggiungere sale, se necessario; dopo 20 giorni, asciugarle al sole per breve tempo, farle bollire in una pentola piena d'ac-

no in 2-3 parti, ma solo se si desidera consumarle poco tempo dopo averle poste in salamoia.

Olive rosse sottaceto. Coglierle le olive quando sono rosse e cominciano a maturare; lasciarle per 15 giorni in un recipiente coperte d'acqua da cambiare almeno 1 volta al giorno. Farle poi sgocciolare e asciugare bene. Lavare del sedano, prezzemolo e menta; farli asciugare perfettamente. Il giorno dopo

Conservare le olive

Tradizione sottovetro

Verdi, rosse, nere, in salamoia, al forno, sott'olio, con tanti aromi o solo il sale: le olive si conservano da sempre in tanti modi diversi. Ecco qualche ricetta

di Iris Fontanari

sistemare le olive nei vasi alternandole con pezzi di gambi di sedano, spicchi d'aglio, prezzemolo tritato, menta fresca. Versare l'aceto fino a 3/4 del vaso e colmare con l'olio, chiudere ermeticamente i vasi e conservarli in cantina o in un locale buio, fresco e asciutto.



qua per 1-2 minuti, scolarle bene e asciugarle al sole, infine disporle in un recipiente poi riempito con olio d'oliva; mescolare bene affinché ogni oliva si impregni d'olio. Conservare in vasi di vetro ermeticamente chiusi accertandosi, ogni tanto, che non manchi olio. La ricetta prevede anche l'aggiunta di spicchi d'aglio, foglie d'alloro stropicciate, scorza d'arancia tritata, e se gradito il peperoncino.

Olive verdi in salamoia. Lasciare le olive per 10-15 giorni in abbondante acqua, rinnovandola almeno 1 volta al giorno. Metterle poi in vasi di coccio o di vetro alternandole con peperoncino rosso piccante, spicchi d'aglio e foglie di alloro. Colmare ogni vaso con una salamoia di acqua e sale (1 l. d'acqua e 100-200 g di sale), chiudere i vasi. *Variante.* Alternare le olive a foglie d'alloro e mettere in mezzo al vaso un limone intero con 3-4 incisioni fatte per il lungo; anche le olive si incido-

La ricetta Torta rustica

Ingredienti: g 450 di farina, g 150 di lievito di birra, g 200 di olive verdi o nere, 5 acciughe sotto sale, olio d'oliva, sale, capperi.

Stemperare il lievito in un po' d'acqua tiepida, impastarlo con acqua, un pizzico di sale e poca farina fino ad ottenere un composto di giusta consistenza ed elasticità; lasciarlo riposare 1/4 d'ora l'impasto, aggiungere la rimanente farina e l'acqua necessaria per ottenere una normale pasta da pane. Mescolare le acciughe dissalate, sfilettate e tritate a metà delle olive, snocciolate e tritate, e ai capperi tritati. Spianare la pasta, distribuirvi il composto di olive, arrotolarla su se stessa, avvolgerla a spirale, guarnirla con le olive intere rimaste, trasferirla in una tortiera unta d'olio e spennellarla d'olio; far cuocere in forno per 1/2 ora. È ottima sia calda che fredda.



Chiama Tutti

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 compreso verranno applicate le condizioni del piano tariffario sottostante per il traffico voce ed SMS, mentre il traffico internet sarà gratuito ma la velocità di connessione 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 • BORG 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 Prealon, 26 • PERGINE Piazza Gavazzi, 6 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Piazzale Mimosa • ROVERETO Millenium Center - Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31 - 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 Solteri, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Madonna Bianca - Via C. Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - Piazza Lodron, 28 • TUEENNO Piazza Alpini, 24 • VEZZANO Via Roma, 45 • VILLALGARINA Via 25 Aprile, 50 • **PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18 • **PROVINCIA DI BELLUNO:** AGORDO Via Insurrezione, 18 • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11

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



BUONA DAVVERO!

La ricetta della nostra crema spalmabile con nocciola e cacao magro si rinnova. Abbiamo sostituito l'olio di palma con l'olio di girasole e il burro di cacao perché la nuova crema contenga meno grassi saturi e sia nutrizionalmente più equilibrata.

INFOCOOPNET



coop
LA COOP SEI TU.

Per maggiori informazioni consulta
il sito www.e-coop.it

più convenienza al socio



PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 GENNAIO 2016

CONSEGNA DAL 22 AL 29 FEBBRAIO 2016

TRAPUNTA PAGODA DOUBLE CALEFFI



1 PIAZZA

nr.	nr.	nr.	nr.
1	2	3	4

Solo per i Soci

44,90 €

2 PIAZZE

nr.	nr.	nr.	nr.
5	6	7	8

Solo per i Soci

64,90 €

- In morbida microfibra
- Imbottitura SOFY® in fibra di poliestere anallergica
- Misure: singola, cm 170x260; matrimoniale, cm 260x260

SALVADIVANO PAGODA DOUBLE CALEFFI



1 POSTO

nr.	nr.	nr.	nr.	nr.
9	10	11	12	13

Solo per i Soci

22,90 €

2 POSTI

nr.	nr.	nr.	nr.	nr.
14	15	16	17	18

Solo per i Soci

29,90 €

3 POSTI

nr.	nr.	nr.	nr.	nr.
19	20	21	22	23

Solo per i Soci

39,90 €

- In morbida microfibra
- Protegge e si adatta perfettamente alla forma del divano
- Lavabile in lavatrice e non si stira
- Misure: 1 posto: per poltrone con schienale fino a cm 110
2 posti: per divani con schienale fino a cm 180
3 posti: per divani con schienale fino a cm 220

nr.
28

ASCIUGACAPELLI CV8730 + ARRICCIACAPELLI CF2112 ROWENTA

Solo per i Soci

58,90 €

Asciugacapelli:

- Asciugacapelli professionale
- Potenza 2200W
- Motore professionale AC
- Funzione Ionic
- Tecnologia Ceramica
- Concentratori professionali 6 mm e 8 mm

- Diffusore
- Regolazione 6 posizioni
- Tasto Aria fredda (30°C)
- Griglia metallica amovibile con sistema a calamita
- Gancio

Arricciacapelli:

- Rivestimento in Ceramica
- Diametro 16 mm
- Punta di sicurezza antiscottature
- Cavo pivotante



nr. 27 **AEROSOL ULTRASUONI LAICA MD6026**

Solo per i Soci

49,90 €



- Ideale per bambini, per persone che hanno difficoltà nell'utilizzo di inalatori monodose e per chi soffre di gravi forme d'asma
- Ideale per il trattamento di disturbi polmonari, tracheiti, bronchiti sinusiti, allergie e raffreddori
- Estremamente rapido e silenzioso
- Il trasduttore produce onde sonore ad alta frequenza che attivano le microgoccioline di liquido
- Dotato di un ventilatore elettrico che soffia il medicinale nebulizzato direttamente nella gola e/o nel naso
- Fornito di: maschera adulti, maschera pediatrica, boccaglio, raccordo per maschera, tubo di collegamento aria, ampolla porta medicinale
- Prodotto certificato secondo la direttiva sui "Dispositivi medici 93/42/EEC"

nr. 25 **TAGLIA-CUCE SINGER 14SH654**

Solo per i Soci

229,00 €



- Dotata di differenziale
- Rifiniture fino a 4 fili e 2 aghi
- Lunghezza punto da 1 a 4 mm
- Ampiezza punto da 3 a 7 mm
- Velocità max 1300 punti/minuto
- Braccio libero per lavori a tubolare

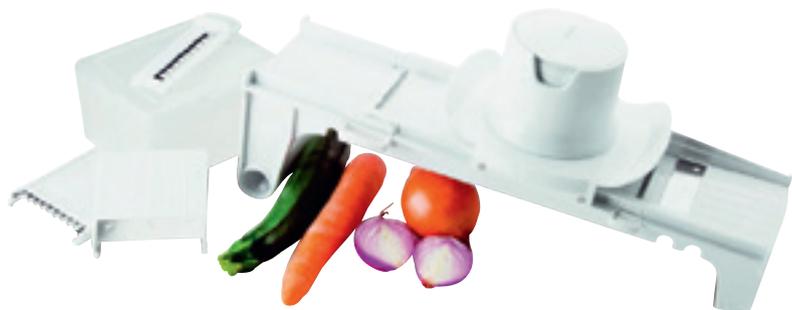
nr. 26 **MANDOLINO TAGLIA/AFFETTA EASY ACEA**

Mandolino per tagliare e affettare verdure in:

- cubetti/rombi, cialde, julienne ondulate, julienne, rondelle, rondelle ondulate
- con scatola porta lame
- dimensioni
mm 130x405x200 (mandolino)
mm 125x145x75 (contenitore lame)

Solo per i Soci

29,90 €



nr. 29 **ASPIRAPOLVERE ROWENTA RO2544WA**

Solo per i Soci

85,90 €



- Aspirapolvere a traino senza sacco
- Super compatto
- Prestazioni 2000W
- Eco: Risparmio energetico -30%
- Tecnologia ciclonica, per un'elevata separazione della polvere dall'aria
- Filtro HepaH10
- Spazzola combinata e parquet
- Accessori: accessorio 2 in 1 con bocchetta lancia e bocchetta per imbottiti
- Ruote morbide e grandi
- Maniglia trasporto
- Tubo telescopico
- Cassetta ciclonica 1,2 lt
- Avvolgicavo automatico
- Filo extralungo mt 7,5
- Classe efficienza energetica A

nr. 24 **STENDIBIANCHERIA GULLIVER NATURALE FOPPAPEDRETTI**



- Stendibiancheria pieghevole
- I bracci sono indipendenti e si aprono anche solo in parte
- Si chiude completamente occupando pochissimo spazio
- Dotato di 4 ruote alla base di cui 2 con freno per un facile spostamento
- Aperto completamente ha 27 metri di filo per stendere
- Telai gambe di legno massello di faggio verniciato
- Bacchette stendibiancheria in alluminio verniciato
- Colore naturale
- Dimensioni (HxPxL): aperto cm 105x80x174; chiuso cm 103x55x14

Solo per i Soci

125,90 €

più convenienza al socio



PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 GENNAIO 2016

CONSEGNA DAL 22 AL 29 FEBBRAIO 2016

LIBRERIA REVOLUTION

- Libreria in kit di montaggio
- Melaminico mm 18



BIANCO GRAFFIATO VISIONE

3 VANI
cm 80x30x104 h

nr.
30

nr.
31

Solo per i Soci
49,90 €

6 VANI
cm 42x30x200 h

nr.
33

nr.
32

Solo per i Soci
65,90 €

6 VANI
cm 80x30x200 h

nr.
34

nr.
35

Solo per i Soci
79,90 €

OFFERTA

FINO AL 29 GENNAIO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

CIASPOLE DA NEVE



UOMO:
royal - antracite

JUNIOR/DONNA:
rosso - verde

BIMBO:
rosso

NOVITA

Solo per i Soci
84,90 €

Solo per i Soci
82,90 €

Solo per i Soci
74,90 €

ZAINO TECNICO LT 18

Solo per i Soci
28,90 €



CASCO SCI

Solo per i Soci
31,90 €



MASCHERA SCI REVO

Solo per i Soci
31,90 €



COMPLETO INTIMO TECNICO

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



OFFERTA

FINO AL 31 GENNAIO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

 SPAZZANEVE ELETTRICO ALPINA AS 31 E Solo per i Soci anziché € 99,90 89,90 €	 SPAZZANEVE A SCOPPIO ALPINA AS 62 Solo per i Soci anziché € 849,00 799,00 €	 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 €
---	--	--	---

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!

 NEW VIGO II 9,5 kw Solo per i Soci anziché € 2.509,00 1.949,00 €	 CIES 10 kw Solo per i Soci anziché € 2.989,00 2.329,00 €	 VIGO DIAMANTE 9,5 kw Solo per i Soci anziché € 2.109,00 1.549,00 €	 ATENAS 14 kw Solo per i Soci anziché € 3.590,00 2.749,00 €	 PETRA SERPENTINO 9 kw Solo per i Soci anziché € 1.990,00 1.359,00 €	 PARIS 10 kw 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



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 2 AL 13 GENNAIO

LINEA COTTURA FORNO DOLCE E SALATO BALLARINI

Rivestimento interno antiaderente in teflon

Esempi:

TORTIERA LISCIA cm 28

STAMPO CROSTATI cm 28

STAMPO PIZZA cm 32



PREZZO € 7,90
OFFERTA € 4,90

PREZZO SOCI 3,90 **SCONTO 50%**

DAL 14 GENNAIO AL 3 FEBBRAIO CONSEGNA A DOMICILIO ENTRO IL 18 MARZO*

DIVANO 3 POSTI CON CHAISE LONGUE E LETTO ESTRAIBILE



- Struttura in massello di abete
- Rivestimento non sfoderabile in tessuto Action idrorepellente, irrestringibile, smacchiabile e lavabile
- Imbottitura in poliuretano espanso indeformabile
- Piedini in plastica colore nero

- Disponibile nei colori beige, rosso, antracite, blu o tortora
- Dimensioni cm 242x165x91

PREZZO € 715,00
OFFERTA € 539,00
 PREZZO SOCI 499,00 **SCONTO 30%**

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

DAL 14 AL 27 GENNAIO CONSEGNA DAL 18 FEBBRAIO AL 2 MARZO

LAVATRICE ZOPPAS PWH71241A

Giri 1200, classe efficienza energetica A+++, numero programmi 16, esclusione centrifuga, capacità di carico 7 kg, programmazione lavaggio ritardata, dimensioni cm 85x58x60, garanzia 2 anni



PREZZO € 399,00
OFFERTA € 349,00

PREZZO SOCI 279,00 **SCONTO 30%**

LAVATRICE CARICA DALL'ALTO INDESIT ITWD61052WIT

Giri 1000, classe efficienza energetica A++, numero programmi 18, esclusione centrifuga, capacità di carico 6 Kg, programmazione lavaggio ritardata, dimensioni cm 90x40x60, garanzia 2 anni



PREZZO € 469,00
OFFERTA € 439,00

PREZZO SOCI 349,00 **SCONTO 25%**

ASCIUGATRICE ELECTROLUX RDH3675PFE

Funzionamento condensazione, classe efficienza energetica A+, capacità di carico 7 Kg, garanzia 2 anni



PREZZO € 689,00
OFFERTA € 599,00

PREZZO SOCI 479,00 **SCONTO 30%**

ACCONTO 50,00 €

DAL 14 GENNAIO AL 3 FEBBRAIO CONSEGNA A DOMICILIO ENTRO IL 4 MARZO*

POLTRONA RELAX MANUALE MODELLO LULU'

- Sfoderabile
- Imbottitura in poliuretano espanso
- Seduta con memory
- Colori disponibili:
tessuto: rosso, grigio, blu o sabbia;
ecopelle: rosso, grigio-perla, nero o beige
- portata max 130kg
- dimensioni cm 76x85/162x107
- Garanzia 2 anni



PREZZO € 485,00
OFFERTA € 385,00
 PREZZO SOCI 339,00 **SCONTO 30%**

BATTERIA AL LITIO RICARICABILE PER POLTRONA MODELLO LULU'

PREZZO € 150,00
OFFERTA € 120,00
 PREZZO SOCI 105,00 **SCONTO 30%**

** CONSEGNA E INSTALLAZIONE COMPRESA NEL PREZZO IN TUTTA ITALIA (ESCLUSO ISOLE E CALABRIA, PER LE QUALI È PREVISTO UN SUPPLEMENTO CONSEGNA DI 20 EURO)

più convenienza al socio



OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

TRENTO | ROVERETO

Via Degasperi, 1-17
tel 0461 - 362600

Via del Garda, 95
tel 0464 - 426000

coop
SUPERSTORE

DAL 14 AL 27 GENNAIO - CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 15 GIORNI

FERRO A CALDAIA IMETEC IRON MAX ECO PROFESSIONAL 2500 9257Z

- Potenza 2000 Watt,
- Caldaia da 0,8 litri in acciaio inox
- Piastra in acciaio inox
- Vapore regolabile
- Funzione Eco: consente un risparmio energetico del 30%
- No caricamento continuo acqua
- tasti separati
- Ferro e caldaia
- Garanzia 2 anni

PREZZO OFFERTA € 99,00
€ 85,00
PREZZO SOCI 74,00
SCONTO 25%



DAL 14 AL 27 GENNAIO - CONSEGNA A DOMICILIO DAL FORNITORE

BIKE MAGNETICA PIEGHEVOLE JK1.1

- Struttura in acciaio
- Inerzia volano 4 kg
- Regolazione sforzo manuale 8 livelli
- Computer multifunzione
- Cardio - hand grip
- Sella ergonomica e regolabile
- Con ruote di trasporto



- Dimensioni Aperto cm 81x43x113
- Chiuso cm 48x40x132
- Portata max utente 100 kg

PREZZO OFFERTA € 169,00
€ 149,00
PREZZO SOCI 129,00
SCONTO 23%

BIKE MAGNETICA TEKNA JK215

- Struttura in acciaio
- Inerzia volano 5 kg
- Regolazione sforzo manuale 8 livelli
- Computer multifunzione
- Cardio - hand grip
- Sella regolabile in orizzontale e verticale
- Con ruote di trasporto



- Dimensioni cm 78x53x126
- Portata max utente 100 kg

PREZZO OFFERTA € 209,00
€ 184,00
PREZZO SOCI 159,00
SCONTO 23%

FIT BIKE JK4150

- Volano 20 kg
- Sistema frenante a tamponi
- Trasmissione a cinghia
- Regolazione sforzo micrometrica
- Computer LCD multifunzione
- Cardio - hand grip
- Sella regolabile in orizzontale e verticale
- Con ruote di trasporto



- Dimensioni cm 106x50x105
- Portata max utente 130 kg

PREZZO OFFERTA € 349,00
€ 299,00
PREZZO SOCI 249,00
SCONTO 28%

PEDANA MAGNETICA JK FITNESS JK2.0

- Struttura in acciaio
- Resistenza magnetica
- Regolazione sforzo manuale 8 livelli,
- Rilevazione cardiaca
- Palmare
- Display cristalli liquidi
- Nastro 33,5x110 cm
- Richiudibile
- Ruote trasporto
- Dimensione aperto 129,5x70x124 cm
- Dimensione chiuso 138x57,5x128 cm
- Portata massima 100 kg



PREZZO OFFERTA € 199,00
€ 174,00
PREZZO SOCI 149,00
SCONTO 25%

PEDANA ELETTRICA JK2.2

- Inclinazione elettrica su 12 livelli
- 4 Velocità preimpostate (1-20 km/h)
- Motore - 3 hp continuativi
- Nastro antiscivolo cm 48x140 ammortizzato
- 16 Programmi di allenamento preimpostati
- Cardio - hand grip
- Schermo lcd
- Ruote di trasporto
- Preassemblato
- Portata max utente 130 kg
- Accessori: Mp3, USB, slot per SD portaborraccia, altoparlanti



PREZZO OFFERTA € 799,00
€ 699,00
PREZZO SOCI 599,00
SCONTO 25%

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
- ti bastano meno punti per avere i premi

Fatti Socio ora! Ricevi subito 20 punti.

