

cooperazione tra consumatori

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXIII • GIUGNO 2016



Caldonazzo,
16-19 giugno

**TRENTINO
BOOK FESTIVAL**

CASTELLI TARENTINI

Gli appuntamenti dell'estate

**PARCHI AVVENTURA,
A TEMA E ACQUATICI**

Con gli speciali sconti
Carta In Cooperazione



Più ortofrutta, più salute

PIÙ FRUTTA E VERDURA NEL PIATTO

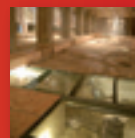
Dovremmo mangiarne 500 grammi al giorno,
ma ne consumiamo sempre meno
La regola dei 5 colori e quella delle 5 porzioni



VACANZE RAGAZZI: CON CARTA
IN COOPERAZIONE SCONTI AL MARE
O IN MONTAGNA, PER STUDIARE
LE LINGUE, FARE SPORT, IMMERGERSI
NELLA NATURA



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



SOLUZIONI PER LA CASA SOTTO UN UNICO TETTO.



FINANZIAMENTI



ASSICURAZIONI



VETRINA
IMMOBILIARE

Scopri il vantaggio di avere un interlocutore unico per tutte le esigenze legate al mondo della casa. Informati presso una filiale delle Casse Rurali Trentine per conoscere le soluzioni più adatte.



**Casse Rurali
Trentine**



ANNO XXIII - GIUGNO 2016

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,
Maddalena Di Tolla Deflorian,
Silvia De Vogli, Iris Fontanari,
Cristina Galassi, Dario Guidi,
Dario Pedrotti, Franco Sandri,
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 14-5-2016
La tiratura del numero di maggio 2016
di "Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 87.087 copie



sommario

Cooperazione di consumo

- 6 **Frutta & verdura: il buon piatto piange**
di Dario Guidi
- 10 "Sinfonia"
"Cari soci fate in buoni... scuola" non va in vacanza
- 11 **I libri di scuola? Con le Famiglie Cooperative il risparmio è garantito.**
- 12 Coop Trentino di via Solteri e di Ravina
La spesa si paga con lo smartphone
- 14 Trentino Book Festival, 16-19 giugno 2016
Aldiquà e aldilà del limite
A Caldonazzo il festival dei libri e delle storie

Famiglie Cooperative

- 13 Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné
In assemblea per condividere tutti i valori della Cooperativa

Mobilità

- 16 L'applicazione Flinkster
Car Sharing: si fa tutto con lo smartphone

Educazione e famiglia

- 18 Il Festival dell'educazione
Educa: un successo che lascia tracce
di Silvia De Vogli
- 19 Quando la perfezione è un'esigenza dei genitori
Non si può essere sempre il numero uno
a cura di Alessandra Cavallin
- 20 Cavalese. **English Sport Camp in Trentino**

Etica dello sviluppo

- 21 Vecchi muri, nuove barriere e diritti umani
Dietro chilometri di muri
di Alberto Conci

Ambiente

- 22 Più informazione e conoscenza
Noi e l'orso. Qualcosa sta cambiando
di Maddalena Di Tolla Deflorian

Fa' la cosa giusta

- 24 La colorazione naturale dei tessuti
Il tintore (naturale) è tornato
di Dario Pedrotti

Cultura

- 26 Festival Oriente Occidente
Il festival cerca performer
- 27 Castello del Buonconsiglio
Un'estate di mostre ed eventi nei Castelli

Tempo libero

- 28 Parchi avventura, a tema e acquatici. **Estate nei parchi**

Coltivare

- 33 Frutti di bosco. **Il lampone sul balcone**
di Iris Fontanari

rubriche

- 13 **Cooperazione di consumo**
Notizie e appuntamenti
- 25 **Libri: le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- 32 **Mangiare e bere.**
Ricette. **Ingredienti di stagione**
Gustosa semplicità

**IL LAVORO NERO
DÀ SOLO
PESSIMI FRUTTI.**



**SCEGLI I FRUTTI
DELLA LEGALITÀ.**

**OGNI GIORNO COOP SI IMPEGNA
A GARANTIRTI LA LEGALITÀ DEL LAVORO.**

L'ortofrutta che acquisti nei nostri negozi, controllata lungo tutta la filiera produttiva, proviene solo da fornitori che aderiscono al nostro codice etico. Per questo, con Coop sei in buone mani. Se vuoi saperne di più vai su e-coop.it/buonigiusticoop



Il Sait, consorzio della cooperazione di consumo trentina, si presenterà ai soci in assemblea il prossimo 29 maggio (centro congressi Interbrennero) con un bilancio senza scossoni. **“Le vendite sono rimaste stabili** - afferma il presidente Renato Dalpalù - mentre siamo riusciti



stessi nel medio lungo termine. **Il rapporto tra indebitamento e risultato operativo di conseguenza evidenzia un costante miglioramento**, passando dal 10,6 del 2010 al 4,8 del 2015. **“Risultati conseguiti sotto la direzione di Luigi Pavana a cui va il nostro ringraziamento”**.

milioni di euro circa. Si è poi ritenuto opportuno adeguare al valore di patrimonio netto quello iscritto a bilancio della partecipazione in Trento Sviluppo Srl (Superstore), analogamente a quanto fatto dal socio Coop Alleanza 3.0. Complessivamente queste ope-

Domenica 29 maggio a Trento

Il Consorzio verso l'assemblea dei soci



ti a conseguire dei **miglioramenti sotto il profilo dei costi**. A sostanziale parità di risorse trasferite alle Famiglie Cooperative il risultato è migliorato”. **Il fatturato è di 303 milioni 195 mila euro, quasi 4 in più dell'anno precedente**. Anche l'utile della gestione caratteristica è **umentato rispetto al 2014**: 1,957 milioni a fronte di 1,607 dell'anno precedente. Per Dalpalù si conclude il secondo mandato di presidenza. **“Dal completamento della piattaforma logistica, abbiamo quasi dimezzato l'indebitamento**, trasformandolo dal breve al medio e lungo termine, e selezionato il nuovo direttore, che avrà il compito di rilanciare il core business aziendale. In questo contesto è stata assunta anche la decisione di **riallineare al mercato il valore dei beni immobili di proprietà non più strategici**. In scadenza di mandato, consegno un Consorzio che ha affrontato le diverse criticità che erano sul tavolo”, prosegue Dalpalù.



Il nuovo direttore del Consorzio Sait Luca Picciarelli con il presidente Renato Dalpalù

LA POSIZIONE FINANZIARIA

Completata la ristrutturazione finanziaria, con lo spostamento del debito da breve a medio-lungo termine. Nel 2010 i debiti verso le banche ed i soci (Famiglie Cooperative) erano pari a circa 104 milioni di euro e quasi tutti nel breve termine, mentre al 31 dicembre 2015 questi si erano ridotti a circa 58 milioni di euro con la maggioranza degli

Il 29 maggio il Sait sottoporrà ai soci (le Famiglie Cooperative) la proposta di bilancio 2015. Bene la gestione: il risultato è migliorato rispetto al 2014, l'utile sfiora i 2 milioni. Dimezzato l'indebitamento. Riallineati i valori dei beni immobiliari alle valutazioni di mercato attuali conseguenti alla crisi del mercato. Le relative svalutazioni hanno inciso sul bilancio per 10 milioni di euro circa, ma la solidità patrimoniale e finanziaria consente di assorbire il risultato finale negativo e di guardare con fiducia al futuro

UNA SVOLTA SULLE VENDITE

Le vendite, seppur stabili, offrono margini di miglioramento. La crescente spinta concorrenziale e politiche aziendali non sempre adeguate hanno portato a risultati non del tutto soddisfacenti. **“Abbiamo lavorato - spiega Dalpalù - per individuare prima un profilo e successivamente la persona a cui affidare la guida operativa del Consorzio con l'obiettivo di recuperare dinamismo commerciale ed immagine”**. Il nuovo direttore **Luca Picciarelli** sta lavorando alla pianificazione del rilancio commerciale di Sait, che si muoverà su tre principali direttrici: qualità della proposta, enfasi sulla convenienza, accoglienza nei punti vendita. **“Ho trovato un'azienda sorprendente per la qualità della proposta e per i valori che trasmette** - afferma Picciarelli - sono questi gli aspetti che vogliamo consolidare in futuro”.

LA GESTIONE STRAORDINARIA

La chiusura del mandato triennale, il completamento della ristrutturazione finanziaria e il cambio di direzione hanno portato il presidente Dalpalù a sottoporre la proposta di riallineamento ai valori di mercato dei beni immobili di proprietà non più strategici posseduti da Sait direttamente o attraverso Coopersviluppo. Le relative svalutazioni prudenziali hanno inciso sul bilancio per 10

razioni portano il risultato finale negativo prossimo a 11 milioni. **“In questo momento la situazione patrimoniale e finanziaria del Consorzio - ha commentato il presidente Dalpalù - non desta preoccupazioni ed ha la capacità di assorbire questa scelta**. A riprova, in queste settimane stiamo definendo due operazioni finanziarie nel medio termine per complessivi 10 milioni di euro, che ci permetteranno di ridurre il costo del nostro indebitamento e rappresentano altresì la conferma della fiducia del sistema bancario nei nostri confronti”.

LE CARICHE IN SCADENZA

L'assemblea del 29 maggio è chiamata a rinnovare un terzo del consiglio ed eleggere il presidente. **In scadenza, oltre a Renato Dalpalù, sono la vicepresidente Clara Mazzucchi e i consiglieri Giorgio De Ros, Heinrich Grandi, Paola Dal Sasso, Mauro Rizzi e Giocchino Casanova**. I nominativi dei candidati o eventuali riconferme saranno proposti dai convegni comprensoriali sul territorio attualmente (10 maggio) in corso. (W.Liber)

Anche se è vero che di cibo, di cibo buono e sano si parla tantissimo in quest'epoca e che l'attenzione per un'alimentazione naturale ed equilibrata cresce, ciò non toglie che cose da sistemare nel nostro rappor-

anche se con un positivo segno di recupero nel 2015 (+3% sull'anno precedente), il consumo di frutta e verdura in Italia è in calo. Basti dire che nel 2000 si consumavano 9,5 milioni di tonnellate, contro gli 8,15 milioni del 2015. Una riduzione del 15%, iniziata ben prima della crisi economica scatenatasi nel 2007-2008.

settore, eppure un 64% degli italiani pensa sia avvenuto il contrario. No, i prezzi di frutta e verdura non sono cari e soprattutto va fatto un raffronto più ampio in base a quel che si chiama rapporto di sostituzione energetico: se mangio 100 grammi di ortofrutta ho mediamente un apporto energetico di 40 calorie, mentre se mangio 100 grammi di derivati dai cereali, dolciumi o altro, di calorie ne ho 400".

Frutta & verdura il buon piatto piange

Si parla tanto di cibo e salute, ma i consumi di ortofrutta in Italia, dal 2000 ad oggi, sono calati del 15%. Per l'Oms dovremmo mangiarne 500 grammi al giorno, e invece arriviamo appena oltre i 300. La sfida per recuperare questo distacco passa dalla consapevolezza di noi consumatori e dalla qualità



di Dario Guidi

to con l'alimentazione e con una dieta che sia corretta e, appunto, salutare, ce ne sono ancora tante (basta per tutti pensare ai problemi legati all'obesità). E, in una fase in cui tantissimi consumatori stanno scopren-

Meno ortofrutta nel piatto, meno salute

Ormai da una decina d'anni i consumi viaggiano, infatti, intorno agli 8 milioni di tonnellate, col picco minimo del 2013 (7,8 milioni). Dunque nel 2015 il consumo medio di frutta e verdura di una famiglia è stato di 331 chilogrammi (contro i 379 del 2006). Difficile indagare le cause di questo calo, che sicuramente sono molteplici, ma pare probabile che, più che motivi legati ai prezzi, pesino aspetti educativi, di conoscenza e di attrattività verso prodotti che comunque rappresentano le eccellenze della nostra tradizione alimentare (dai pomodori agli agrumi, dalle mele alle zucchine, dai peperoni all'uva e via elencando).

Secondo l'Oms (l'Organizzazione mondiale della sanità) di frutta e verdura occorrerebbe mangiarne **500 grammi al giorno**. Anche se l'Italia, nella media europea, è tra i paesi messi meglio (è seconda dietro la Grecia), come spiega il professor Roberto Della Casa, docente di marketing e gestione dei prodotti agroalimentari all'Università di Bologna, **in Italia il consumo di questi prodotti si attesta sui 303 grammi al giorno (erano 361 nel 2000)**. "Uno dei problemi - spiega Della Casa -, quando si scopre che mangiamo poca frutta e verdura, è che il 70% degli italiani pensa che questo dato non sia riferito a loro, perché sono convinti di mangiarne già abbastanza, ma non è così. È vero che non è semplice stabilire quanti grammi d'insalata ci sono nella ciotola. Il punto è che c'è uno scarto tra il percepito e la realtà".

Forse frutta e verdura sono percepite come care? "C'è uno scarto tra percezione e realtà anche su questo fronte - continua Della Casa - ad esempio tra 2013 e 2014 c'è stato un abbassamento medio dei prezzi di questo

E considerando anche i problemi di obesità nella nostra società, è possibile fare una stima dei maggiori costi che derivano al sistema sanitario nazionale da una alimentazione errata: "con la società Agrotex - spiega Della Casa - abbiamo fatto delle stime e solo per le patologie cardiovascolari abbiamo ipotizzato che, se non ci fosse stato il calo di consumi di ortofrutta dal

Sembra che i danni causati dalle difficoltà economiche degli ultimi anni abbiano coinvolto negativamente anche i consumi alimentari degli italiani e che la ridotta capacità di acquisto abbia portato a ridurre non solo il consumo delle proteine e dei grassi di origine animale, aspetto sul quale si potrebbe e dovrebbe concordare, ma anche il consumo di verdure e frutta.

Abbiamo vanificato lo slogan delle cinque porzioni da consumare ogni giorno, sottovalutando il valore "protettivo" dei vegetali: sia per l'apporto di vitamine, minerali, ma anche di fibre e molecole antiossidanti, sia per il minore impatto calorico sulla razione alimentare di una popolazione troppo sedentaria e perciò in sovrappeso.

Purtroppo, tendiamo a



do specifiche linee di prodotti (ricchi di fibre, senza grassi, privi di glutine, ecc.) è forse utile riparlare anche di concetti e di prodotti che dovrebbero essere la base su cui costruire la nostra alimentazione. Per questo vogliamo occuparci del consumo di frutta e verdura, un consumo che è alla base della corretta alimentazione secondo le indicazioni della "celebre" dieta mediterranea e della piramide alimentare definita dall'Istituto italiano di nutrizione, secondo la quale di frutta e verdura occorrerebbe mangiarne 5 porzioni al giorno. Il punto è che,



2000 a oggi (da 361 grammi al giorno a 303), avremmo risparmiato 3,4 miliardi di euro. Guardando avanti, se per i prossimi 8 anni avessimo il consumo ottimale di 500 grammi al giorno il risparmio sarebbe di 8,9 miliardi di euro. Oltre ovviamente al prevenire migliaia di decessi per queste patologie”.

Meno sprechi e più insalate pronte

Sempre guardando ai consumi di ortofrutta in questi anni, dentro al trend di calo e alle difficoltà, sono da evidenziare comunque anche altre modifiche che sono intervenute negli stili di consumo delle famiglie. “Da un lato c’è meno spreco – spiega Claudio Mazzini, direttore di questo settore in Coop Italia –. Con la crisi si è diffusa una maggior consapevolezza, c’è più attenzione alla sobrietà, si compra solo ciò che serve. Il risultato, ovviamente molto positivo, è che si spreca meno. L’altro grande cambiamento, pur nel contesto di calo complessivo che rimane, è legato alla crescita sia dei prodotti biologici che anche di prodotti che hanno un contenuto di servizio più alto, penso alle insalate già lavate e imbustate, a verdure già lavorate e pronte per l’uso. Sono prodotti che costano di più, ma che le famiglie cercano perché danno una risposta alle esigenze di gestione familiare dei tempi, oppure, come per il biologico, rispondono a una ricerca di qualità e salubrità”.

Dunque una quota di consumatori è pronta a spendere di più per determinati tipi di prodotti. Ed è anche importante notare come nell’arco degli ultimi anni il peso della distribuzione moderna e quindi delle catene come Coop abbia un peso sempre maggiore rispetto ai volumi di venduto. Se nell’anno 2000 la quota di distribuzione moderna

I consumi di ortofrutta degli italiani nel 2015



FRUTTA

4.464.466 tonnellate
più 3,7% sul 2014



ORTAGGI

3.686.949 tonnellate
più 2,2% sul 2014



TOTALE

8.151.415 tonnellate
più 3% sul 2014

Il consumo ortofrutta 2000 - 2015

9,521

milioni/
tonnellate

Anno 2000

8,151

milioni/
tonnellate

Anno 2015

-15%

Differenza tra anno 2000 e 2015

Fonte: Settore ortofrutta Coop Italia su dati Cso/Gfk Italia

Consumo giornaliero procapite

303 gr

Consumo degli Italiani
(anno 2014)

500 gr

Dose raccomandata dall’Organizzazione
mondiale della sanità

Fonte: Monitor ortofrutta 2014

sul totale della frutta e verdura vendute in Italia valeva il 36%, nel 2015 è arrivata al 63%. Dunque il peso dei negozi tradizionali e dei mercati è in calo. Anche le meritorie e interessanti iniziative di vendita diretta, la ricerca “del km zero”, coprono piccoli segmenti di mercato e non sono in grado di incidere più di tanto sulle tendenze di fondo e di aumentare le vendite (che è poi l’obiettivo fondamentale per tutti).

Prodotti più attrattivi

“Non da oggi, come Coop, siamo impegnati in una riflessione per migliorare l’attrattività di questi prodotti – spiega ancora Mazzini – Se uno apre il Web è sommerso da blog e commenti che spiegano come



Frutta e verdura: ogni giorno cinque porzioni

di Eugenio del Toma

presidente onorario dell’Associazione italiana di dietetica e nutrizione clinica

trasferire sui cibi e sulle industrie alimentari le colpe del nostro “stile di vita” definendo ingrassanti anche delle mini-porzioni di pane e pasta. Abbiamo dimenticato che gli agricoltori italiani sono sopravvissuti alla fatica e alla miseria di altri tempi con un’austerità alimentare basata però su altissimi consumi di carboidrati complessi: pane, pasta, polenta, riso, patate e soprattutto verdure in abbondanza e di ogni tipo. Oggi, troppe famiglie hanno tagliato la spesa proprio nel settore verdura e frutta, ritenendosi erroneamente quasi voluttuario!



Riguardo poi alle **5 porzioni giornaliere**, tra frutta e verdure fresche, invocate dagli esperti, va precisato che il concetto di porzione varia da paese a paese e in Italia un normale ristorante serve contorni di verdure più abbondanti rispetto agli analoghi locali nord-europei. Le raccomandazioni delle “Linee Guida per una sana alimentazione italiana” precisano che una porzione di frutta è di circa 150 g al netto (un’arancia o una mela o due mandarini, due albicocche, ecc.); per le insalate la porzione “pulita” è di almeno 50 g, per gli ortaggi 250 g (un finocchio o due carciofi).

Al di sopra di questo minimo non ci sono pericoli nutrizionali (salvo per i colitici, che hanno specifiche controindicazioni personali) ma al di sotto bisognerà rivedere le proprie abitudini perché gli studi epidemiologici ormai lo impongono, almeno a chi ha il buonsenso di fare prevenzione.

L’informazione nutrizionale è ancora troppo accentrata sulle proibizioni, piuttosto che sui consigli protettivi. Personalmente, diffido delle forzature veganiche ma non si può ignorare che le Società Scientifiche competenti propongono un ragionevole incremento di verdure e frutta in cambio di un maggiore autocontrollo (non certo proibizioni!) nel consumo di proteine e grassi animali con un tetto anche per zuccheri e dolciumi. In conclusione, soprattutto per chi non ha la voglia o il tempo (ma bisogna trovarlo!) per camminare almeno mezzora tutti i giorni, la verdura deve accompagnare i pasti principali mentre la frutta, oltre a concluderli, potrebbe alternare o sostituire altri spuntini notoriamente graditi ma ipercalorici.

Glifosato, la posizione di Coop

Il glifosato è l'erbicida più utilizzato al mondo ed in Italia viene utilizzato in agricoltura nelle fasi di pre-semina/trapianto (lontano dal momento di raccolta). A seguito delle recenti notizie di cronaca apparse sui giornali, Coop ha attuato un piano straordinario di controlli sui prodotti coinvolti che ha riconfermato l'assenza del glifosato dal prodotto a marchio

Per Coop la tematica pesticidi, il loro corretto utilizzo in campo agricolo ed i possibili residui negli alimenti sono da sempre un'area di grande impegno. Risale a 25 anni fa la raccolta di un milione di firme, promossa da Coop, per richiedere una normativa che ne regolamentasse, in senso restrittivo, uso e residui; nello stesso periodo nascevano le prime filiere di prodotti a Marchio basate su tecniche di produzione integrata e biologica. Da sempre Coop è particolarmente attenta alle valutazioni relative ai fitofarmaci ammessi in agricoltura ed in più occasioni ha adottato il **principio di precauzione** sospendendo o limitando l'uso di principi attivi sospetti. Nello specifico, per quanto riguar-



da il glifosato, ci troviamo di fronte ad una spaccatura del mondo scientifico.

Se da un lato lo **IARC (Agenzia Internazionale per la Ricerca sul Cancro)**, effettuando un'analisi sui lavori scientifici pubblicati, ha classificato il glifosato come a rischio, prevalentemente per gli operatori/utilizzatori agricoli, e "probabilmente cancerogeno" e "genotossico", dall'altro la Commissione Europea ha portato a termine, attraverso l'**Istituto tedesco BfR (Bundesinstitut für Risikobewertung)**, la nuova valutazione tossicologica (comprensiva anche del lavoro IARC e delle potenziali dosi di assunzione), concludendo nel rapporto che è improbabile che il glifosato costituisca un pericolo di cancerogenicità e genotossicità per l'uomo e propone nuovi livelli di sicurezza che renderanno più severo il controllo dei residui dello stesso negli alimenti. Entro giugno co-

munque la **Commissione europea** si dovrà pronunciare in merito al rinnovo dell'autorizzazione del glifosato.

Il glifosato è **l'erbicida più utilizzato al mondo** ed in Italia viene utilizzato in agricoltura nelle fasi di pre-semina/trapianto (lontano dal momento di raccolta). È inoltre particolarmente utilizzato sulle colture OGM resistenti quali soia, mais e cotone e in alcuni casi anche come coadiuvante nell'essiccazione dei cereali. Usato nei frutteti, per controllare le piante infestanti, trova inoltre largo uso anche in contesti extra agricoli, come disseccante lungo i binari ferroviari e nei bordi di strade e autostrade ed è inoltre presente in molti prodotti per il giardinaggio e l'hobbistica. Per quanto riguarda gli alimenti sia ad uso umano che animale attualmente esistono limiti di legge solo per i prodotti non trasformati.

I prodotti a marchio Coop, ove applicabile, provengono da coltivazioni che adottano la produzione integrata, pertanto l'eventuale utilizzo di glifosato è limitato; inoltre la **politica del NO OGM**, adottata da diversi anni sui prodotti a marchio

Coop, ha sicuramente influito nel ridurre l'utilizzo in agricoltura di tale principio attivo.

Il glifosato è inserito nei piani di controllo dei prodotti a marchio Coop e a seguito delle numerose verifiche effettuate negli anni non ne sono **mai stati rilevati residui** se non in tracce. Ribadendo il nostro impegno a riguardo, a seguito delle recenti notizie di cronaca apparse sui giornali è stato prontamente implementato **un piano straordinario di controlli** sui prodotti coinvolti che ha riconfermato l'assenza del glifosato.

Coop pertanto chiede al mondo agricolo e dei produttori di fitofarmaci di **individuare soluzioni alternative** all'uso del glifosato che possano portare ad avere un minore impatto sia per l'uomo che per l'ambiente. *Chiara Faenza, responsabile sostenibilità e innovazione valori di Coop Italia (<http://consumatori.e-coop.it>)*

COOP, PRODOTTI ITALIANI PER L'85%

Le ricorrenti polemiche che capita di vedere su giornali e Tv circa la tutela delle produzioni italiane o la minaccia di presunte invasioni di prodotti stranieri richiedono di dare un qualche chiarimento, almeno per quanto riguarda il rigoroso approccio di Coop su questo tema.

Nei negozi e supermercati Coop di tutta Italia l'85% del totale della frutta e verdura vendute vengono dall'Italia. Il 15% che viene dall'estero è in gran parte rappresentato dalle produzioni come banane (ne consumiamo 454



consumare ortofrutta tutti i giorni faccia bene alla salute. Ma c'è ancora tanto da fare per tradurre questa informazione in consumi. Da un lato occorre che i produttori riescano a porre sempre maggior attenzione alla qualità e non solo alle quantità. Poi c'è da continuare a fare un lavoro educativo e informativo. Quanto ai nostri punti vendita cerchiamo di curare molto l'esposizione. Al Supermercato del futuro realizzato dentro ad Expo abbiamo lavorato, con grande apprezzamento da parte dei visitatori, sul tenere insieme prodotti di uno stesso colore, anche perché il colore è legato a specifiche proprietà e sostanze presenti nella frutta e nella verdura. E ruotando i colori si ottiene una alimentazione più sana e completa". Dunque occorre far sì che ognuno di noi si convinca che frutta e verdura fanno bene e che sono un consumo moderno e appetibile. Cosa per niente impossibile. Basta pensare a un segmento molto piccolo, come quello della frutta secca che però ha avuto un boom incredibile proprio perché entrata nella dieta di tanti come fattore di prevenzione che aiuta la nostra salute. Oppure pensiamo a quanti sportivi usano la frutta secca durante i loro allenamenti per garantirsi un apporto energetico adeguato. Ma cose simili stanno avvenendo, specie negli Usa, per i broccoli e il cavolo nero che, per le loro proprietà benefiche, stanno vivendo un autentico boom di consumi. Eppure al di là delle mode più o meno esasperate, basta andare ai fondamentali ad esempio usando il sistema dei colori, per fare un ripasso delle proprietà positive che frutta e verdura contengono.

La regola dei cinque colori

Se ad esempio partiamo dal **rosso** (cioè pomodori, fragole, anguria, peperoni, ciliegie, bietole, ecc.) significa che abbiamo alto contenuto di due fotocomposti con azione

mila tonnellate in un anno) o ananas (77 mila tonnellate) che qui da noi non crescono pur essendo divenute una componente importante e stabile dei nostri consumi. **Se si tolgono questi prodotti esotici di obbligata provenienza straniera, la quota di produzioni italiane nei negozi Coop arriva al 95%.** Spesso le produzioni straniere sono le primizie, cioè quelle che aprono la stagione in attesa della maturazione dei prodotti italiani. Un esempio che riguarda i primi meloni che compaiono sui banchi proprio in queste settimane, come poi le angurie. Altri prodotti come i kiwi, sono ora coltivati anche in Italia. Ma la produzione nostrana non è in grado di coprire il fabbisogno sui 12 mesi, per cui per le altre fasi dell'anno ci si rivolge all'estero.

Ortaggi e frutta: ecco i più consumati dagli italiani nel 2015



	tonnellate	% sul 2006
1 patate	662.352	- 0,7
2 pomodori	543.438	+ 2,9
3 insalate e indivie	428.092	+ 2,7
4 zucchine	240.369	+ 0,6
5 carote	189.483	+ 0,1
6 cipolle	180.557	+ 3,8
7 finocchi	179.077	+ 0,2
8 melanzane	178.915	+ 2
9 peperoni	164.379	+ 5,5
10 cavolfiori	75.474	+ 0,7



	tonnellate	% sul 2006
1 mele	811.825	- 6,5
2 arance	540.615	- 14
3 banane	454.828	- 0,1
4 pere	377.267	- 5,3
5 clementine	270.047	+ 10,6
6 pesche	245.900	+ 0,2
7 meloni	228.619	+ 14,4
8 uva	169.235	- 3
9 kiwi	118.440	- 5,1
10 nettarine	111.698	+ 3,2

Fonte: Settore ortofrutta Coop Italia su dati Cso/Gfk Italia

antiossidante: il licopene e le antocianine e che abbiamo un'alta presenza di vitamina C. Se invece ci spostiamo sul **giallo-arancio** (carote, arance, limoni, meloni, pesche, ecc.) avremo anche qui tanta vitamina C, flavonoidi e carotenoidi; andando sul **verde** (asparagi, insalate varie, spinaci, zucchine, kiwi) avremo magnesio, vitamina C, acidofolico e clorofilla, se andiamo **sul blu/viola** (melanzane,

radicchio, fichi, frutti di bosco, prugne, uva nera, ecc.) avremo antocianine, carotenoidi, potassio, magnesio e vitamina C; se ci spostiamo sul **bianco** (cavolfiore, cipolla, finocchio, aglio, sedano, mele, porri, ecc.) avremo polifenoli e flavonoidi. Non ci mettiamo qui ad approfondire (sul sito del Ministero della salute e navigando in rete si trovano ampi materiali su questo schema), ma è chiaro

che, seguendo la stagionalità di questi prodotti, alternando i colori e con le infinite possibilità di combinazione nei diversi menu, mangiare frutta e verdura oltre che far bene, è tutt'altro che rinunciare al gusto e alla qualità. (www.e-coop.it)

Coop e olio di palma

Coop sostituisce l'olio di palma in tutti i suoi prodotti alimentari

In seguito alla pubblicazione del dossier EFSA (l'autorità europea per la sicurezza alimentare) che evidenzia la presenza di **alcuni composti contaminanti nell'olio di palma**, il cui consumo con percentuali importanti viene sconsigliato soprattutto a bambini e adolescenti, il Ministro della Salute Beatrice Lorenzin ha chiesto al Commissario Europeo per la salute e la sicurezza alimentare Vytenis Andriukaitis di avviare una verifica urgente ed approfondita.

In base a questi nuovi elementi **Coop**, coerentemente con il "principio di precauzione" da sempre applicato, **ha sospeso la produzione dei prodotti a proprio marchio che contengono olio di palma.**

Per questi prodotti Coop accelererà il processo di **sostituzione dell'olio di palma, privilegiando l'impiego di olio extravergine di oliva o oli monosemi** e ricorrendo a ricette e formulazioni più equilibrate da un punto di vista nutrizionale.

Coop ha già sostituito l'olio di palma in oltre **100 prodotti a marchio Coop** molto importanti; tra questi ricordiamo i prodotti delle linee destinati ai bambini **"Crescendo"** e **"Club 4-10"**, così come i prodotti della linea **"Viviverde"** e la **crema**

spalmabile Solidal Coop.

La sostituzione dell'olio di palma nei rimanenti 120 prodotti a Marchio avverrà nei prossimi mesi. Ci scusiamo quindi con i clienti e i soci per le mancanze temporanee di alcuni prodotti nei nostri punti di vendita.

Coop tutela i consumatori applicando i concetti di corretta ed equilibrata alimentazione. Per que-

sto ha avviato da molto tempo programmi di riduzione dell'utilizzo di tutte le sostanze che, se assunte in quantità elevate, possono produrre problemi alla salute, come il sale, gli zuccheri, i grassi. La decisione di eliminare l'olio di palma rientra in queste scelte di fondo. (www.e-coop.it)

Le materie prime di tutti i prodotti Coop sono consultabili sul sito del Catalogo: www.catalogoprodotti.coop.it

ADDIO OLIO DI PALMA!

Coop sostituisce l'olio di palma in tutti i suoi prodotti alimentari a Marchio Coop.



tina e del suo Ufficio Educazione Cooperativa e Scuola, delle Casse Rurali Trentine e del progetto Risparmiolandia, e di Family in Trentino. Come funziona? Con i punti della raccolta Sinfonia accumulati automaticamente con la Carta In Cooperazione facendo la spesa (un punto elettronico per ogni euro di spesa) i soci possono richiedere in negozio il buono-scuola da 500 punti da consegnare alla propria scuola, che a sua volta potrà trasformarlo in strumenti per la propria attività didattica, scegliendoli tra i tanti messi a

conclusione della prima edizione di Sinfonia, nel settembre 2015, il testimone è passato in ottobre alla raccolta di figurine "Esplorando il corpo umano" (consegnando le bustine vuote alle scuole queste successivamente ottenevano ugualmente i buoni-scuola); poi dal 20 novembre è arrivata l'iniziativa "Collezione il gusto" (i punti raccolti potevano essere utilizzati per richiedere i buoni-scuola). Infine, dallo scorso 21 marzo, insieme alla nuova edizione di Sinfonia, è tornata anche la 2ª edizione di *Cari soci fate i buoni... scuola!*

Con "Sinfonia", a favore della scuola

"Cari soci fate i buoni... scuola" non va in vacanza

La scuola è terminata, ma l'iniziativa *Cari Soci fate i buoni... scuola!* continua anche durante l'estate e a settembre potrete nuovamente consegnare i buoni alle scuole: c'è tempo, infatti, fino al **31 dicembre 2016** per raccogliere i punti della seconda edizione della raccolta Sinfonia con la Carta in Cooperazione, e poi ancora fino al **31 gennaio 2017** per convertire i vostri punti in buoni-scuola da consegnare alla scuola preferita; a loro volta, le scuole potranno utilizzare i buoni fino alla **fine di febbraio 2017** per ricevere gratuitamente i materiali didattici preferiti.

Cari soci fate i buoni... scuola! si propone infatti di offrire un aiuto concreto alla scuola fornendo materiale didattico, attrezzature informatiche e multimediali a tutte le scuole dell'infanzia, primarie e secondarie di primo grado pubbliche, private e paritarie delle province di Trento, Bolzano, Belluno, Bergamo, Brescia e Verona che desiderano partecipare all'iniziativa (iscrivendosi su www.incooperazioneperlascuola.it).

Per raggiungere questo obiettivo *Cari soci fate i buoni... scuola!* coinvolge attivamente le famiglie, i bambini e i ragazzi, gli insegnanti: tutti insieme, partecipando al progetto, sperimentano di poter contribuire a rendere migliore la propria scuola.

Il progetto è stato promosso in collaborazione della **Federazione della Cooperazione Tren-**

Anche per tutta l'estate sarà possibile richiedere i Buoni Scuola da 500 punti alle casse del vostro negozio: a settembre potrete consegnarli direttamente alla scuola

BUONI SCUOLA 2015: I RISULTATI

Alla prima edizione di hanno aderito **429 scuole**, **346** delle quale hanno potuto scegliere e ricevere **21300 premi** per un valore complessivo di oltre **105 mila euro**.

I materiali più richiesti? carta, blocchi, quaderni, penne, pennelli, pennarelli, acquerelli, carta crespata, pongo, cartone colorato e cartoncini ondulati; colla, forbici, cucitrici, post-it; porta listini, buste perforate, cartelle; stampanti, tablet, notebook, videoproiettore interattivo, cuffie per pc, telecamera, lavagna interattiva; dizionari, telescopi, microscopi calcolatrici ed etichettatrici



disposizione nel catalogo online (www.incooperazioneperlascuola.it).

Avviata nel settembre 2014, la possibilità di raccogliere punti a favore di *Cari Soci fate i buoni... scuola!* non è mai stata interrotta: a

La continuità dell'iniziativa ha trasformato questo progetto in una bella abitudine per tante famiglie e scuole. Ad oggi sono **446 le scuole primarie e secondarie di primo grado che hanno scelto di partecipare**.

E il bilancio della prima edizione dell'iniziativa, stilato lo scorso febbraio, ci ha raccontato di **346 scuole** (429 le scuole iscritte) che hanno chiesto e ricevuto quasi **21300 premi**, cioè una media di più di 60 oggetti utili per ogni scuola, per un **valore complessivo di oltre 105 mila euro**; tanti i prodotti indispensabili richiesti (come carta, penne e colla), ma sono stati **oltre 200 gli strumenti più preziosi (stampanti, lavagne interattive, impianti stereo, telecamere e così via)** che le scuole hanno ricevuto grazie a questo bel progetto. (c.g.)



I libri di testo per le scuole secondarie e l'università sono prenotabili online o in negozio, dal 6 giugno, con lo sconto del 15% per tutti e l'aggiunta di un buono sconto 5% solo per i Soci da utilizzare su una spesa

Dal 6 giugno

I libri di scuola?

Con le Famiglie Cooperative

il risparmio sui libri scolastici è garantito.

E il sito per la prenotazione online è tutto nuovo!



UNA BELLA NOVITÀ!

Dai uno stile ai tuoi libri acquistando le esclusive copertine protettive che puoi personalizzare a tua scelta con:

- testi, in particolare il nome dello studente e la classe;
- loghi originali, come mostrano le immagini sottostanti.

LIBRI DI TESTO

PER TUTTI **SOLO PER I SOCI**
di affiliazione su una spesa*

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

PRENOTALI ON LINE SUL SITO
WWW.LASPESAINFAMIGLIA.COOP
oppure alla cassa e ritirati nel tuo punto vendita.

6 giugno inizio prenotazioni • 18 luglio inizio consegne libri prenotati
9 ottobre chiusura prenotazioni • 31 ottobre ultima data ritiro libri

NOVITÀ 2016: COPERTINE PERSONALIZZATE
PROTEGGI I TUOI LIBRI E RISPARMIA TEMPO!
SCOGLI LE COPERTINE E RICEVERAI I TUOI LIBRI GIÀ INVIATI

PER INFORMAZIONI SULLE COPERTINE CON I TUOI TESTI E I LOGHI CHE PREFERISCI, VISITA IL NOSTRO SITO WWW.LASPESAINFAMIGLIA.COOP

di libri scolastici adottati dalla propria classe: sarà così più semplice procedere alla prenotazione.

Il sito inoltre offre sempre la possibilità di **cercare i testi singolarmente**, inserendo per ciascuno il codice ISBN a 13 cifre (es. 9788812345678) presente sulla lista rilasciata dalla scuola.

Una volta inserita la prenotazione online, si potrà scegliere il **negozio preferito** per il ritiro ed inserire e-mail e numero di cellulare per essere avvisati quando i libri sono pronti per la consegna.

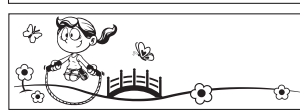
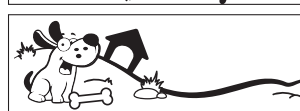
Lo stato dell'ordine potrà essere monitorato comodamente **da casa**, in attesa di ricevere l' sms. A questo punto, non resterà che ritirare i libri nel negozio scelto, pagando direttamente al ritiro.

Per prenotare invece nei punti vendita è sufficiente presentare la lista dei testi rilasciata dall'istituto scolastico. Anche in questo caso i libri andranno successivamente ritirati nel supermercato di fiducia, semplicemente esibendo il modulo di prenotazione. **Le consegne sono previste a partire dal 18 luglio** in una o più soluzioni a seconda della reperibilità dei testi.

Novità: copertine personalizzabili

Quest'anno c'è un motivo in più per prenotare i libri con le Famiglie Cooperative: sia online che nei punti

Take it easy! 😊



La scuola sta per terminare e con le Famiglie Cooperative è già possibile ordinare i libri per tornare sui banchi a settembre. Dal 6 giugno infatti si apriranno le prenotazioni (online o nel punto vendita) per i libri di testo delle scuole secondarie e dell'università, sui quali è previsto **uno sconto del 15% per tutti** sul prezzo di copertina e l'aggiunta di **un buono sconto 5% solo per i Soci** da utilizzare su una spesa.

Su www.laspesainfamiglia.coop le liste di adozione sono già pronte

Da quest'anno la prenotazione online è ancora più comoda e veloce! Basterà infatti collegarsi a www.laspesainfamiglia.coop dove è possibile accedere alla pagina di prenotazione e trovare la lista dei libri della scuola. **Le liste di adozione sono infatti precaricate**, per individuare in pochi click l'elenco

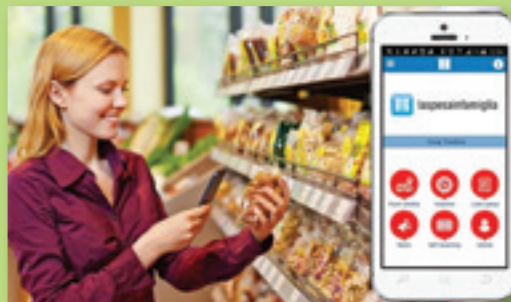
ATrento nei supermercati Coop Trentino dei Solteri e di Ravina è da qualche settimana possibile pagare la spesa con lo smartphone, grazie a *Wallet*, il nuovo "borsellino digitale" delle Casse Rurali Trentine. **"Wallet, contanti digitali" è un servizio gratuito** per tutti i clienti possessori di carta di credito o prepagata: per pagare basterà inquadrare con lo smartphone il QR code disponibile in negozio. È un sistema di pagamento sicuro perché protetto da codici di sicurezza e semplice perché basta iscriversi al servizio e associare il proprio smartphone a una carta di pagamento per essere

COOP TRENTINO DI VIA SOLTERI E DI RAVINA

La spesa si paga con lo smartphone

abilitati ad acquistare.

Il servizio di pagamento con smartphone avviato nei due supermercati Coop Trentino di Ravina e dei Solteri è un'innovazione che s'inserisce in un contesto più ampio di rinnovamento dei punti vendita cooperativi, anticipato dal lancio della App "laspesainfamiglia".



ECCHO COME SI FA

1. Scarica l'app gratuita **LASPESAINFAMIGLIA** dallo store on line sul tuo smartphone.
2. Registrati direttamente sul tuo cellulare oppure online sulla homepage www.laspesainfamiglia.coop.
3. Registrati on line su www.wallet.casserurali.it per abilitare il circuito di pagamento Bemoov.
4. Per abilitare l'app la spesa in famiglia al pagamento della spesa, dovrai - tramite il tuo numero di cellulare - certificare il tuo smartphone.
5. Al termine della spesa, comunica all'operatore di cassa che vuoi effettuare il pagamento con lo smartphone.
6. Ti verrà richiesto di leggere il QR-CODE presente in cassa e dopo l'inserimento del codice di sicurezza della tua carta di credito in automatico si concluderà il pagamento.

Fornire ai soci e ai clienti un prodotto salubre e dagli elevati standard qualitativi è l'obiettivo prioritario che vede impegnata la Cooperazione di Consumo Trentina quotidianamente: all'approfondimento di questa tematica è dedicato l'importante e qualificato appuntamento for-

Seminario di studio, Trento, 8 e 9 giugno 2016

Sicurezza alimentare nei negozi

Dedicato ai presidenti e ai direttori di Famiglia Cooperativa il seminario di studio sui regolamenti, le direttive europee e le leggi che disciplinano la vendita degli alimenti

il tema delle responsabilità e delle sanzioni, e degli **organi di vigilanza**, che approfondiranno le attività di controllo.

Il seminario sulla legislazione alimentare costituisce una delle tappe del lavoro di formazione e sviluppo delle competenze professionali del personale delle Famiglie Cooperative che da tempo vede impegnati Sait e Formazione-Lavoro. Un percorso che si attua attraverso progetti e attività formative diverse e specifiche, che coinvolgono il personale promuovendone la crescita professionale e contribuiscono a sviluppare nuove competenze e abilità.



mativo che Sait e Formazione-Lavoro hanno organizzato per l'8 e il 9 giugno, il seminario di studio dal titolo **"Legislazione alimentare: regolamenti, direttive europee e leggi italiane che disciplinano la vendita degli alimenti"**.

Rivolto ai presidenti e ai direttori di Famiglia Cooperativa, il seminario si svolgerà presso la sede di Sait a Trento in due edizioni nelle due giornate **dalle 9.30 alle 17.30**, e vedrà gli interventi, tra gli altri, dello **Studio Legale Forte di Ferrara**, che tratterà



PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI
valter.adami@formazione-lavoro.net
tel. 0461.275906



professionale sviluppato con il supporto di **Formazione Lavoro**.

Importante anche la collaborazione con i **fornitori locali**: 12 aziende, con le quali si cerca di “fare rete” sul territorio e di dare risposte alla richiesta turistica di prodotti tipici.

Numerose le **azioni a tutela della salute dei consumatori e dell'ambiente**, come ad esempio la vendita di detersivi e

territorio e le Collette Alimentari.

Prosegue in questo ambito il progetto con l'Agenzia Cinformi per la spesa in Famiglia Cooperativa dei **rifugiati ospitati a Miola e a Piazze**.

Illustrati anche i preziosi servizi sociali che, quotidianamente, la Famiglia Cooperativa eroga, come la **spesa a domicilio**, la **spesa su prenotazione via internet**, la **consegna a casa**

Quest'anno all'assemblea annuale dei soci della Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné (al Centro Congressi Piné 1000), prima di illustrare la relazione sulla gestione di un anno di attività e spiegare le cifre del bilancio, è stato analizzato e condiviso il Bilancio sociale.

Il documento, dal titolo **“Oltre i numeri, i valori”**, è lo strumento che, attraverso il resoconto dei molteplici benefici che la Famiglia Cooperativa crea a favore dei soci e della comunità, aiuta a comprendere cosa significa essere Famiglia Cooperativa. È uno strumento che si affianca al bilancio economico – che peraltro la Cooperativa di Piné ha chiuso quest'anno con un risultato netto positivo di ben 54.321 euro – e ne permette una lettura di più ampia e profonda prospettiva.

OLTRE I NUMERI, I VALORI

Il Bilancio sociale della Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné, illustrato all'assemblea dalla vicepresidente **Cristina Casagranda**, descrive innanzitutto la **rete di nove punti vendita** (Miola, Montagnaga, Faida, Nogarè, Centrale, Bedollo, Brusago, Montesover, Baselga di Piné) attivi su un territorio che abbraccia quattro comuni; negozi che forniscono un servizio importantissimo sul territorio e in molti casi sono l'unico negozio del paese; nel corso del 2015 sono stati investiti oltre 32.000 euro per mantenere moderni ed efficienti i negozi; da poco ha preso il via la completa ristrutturazione del punto vendita di Brusago, che sarà pronto, rinnovato e ampliato, per la fine di giugno.

Un'altra voce del Bilancio sociale riguarda l'impegno della Famiglia Cooperativa nell'offrire ai propri soci (2111, 31 nuovi soci del 2015) le migliori condizioni di acquisto possibili: nel corso del 2015 la Cooperativa ha assicurato ben **368.783 euro di sconti esclusivi**; 764 soci inoltre usufruiscono del servizio di pagamento a fine mese.

Ventisei i collaboratori in organico, che sono attualmente impegnati in un percorso di crescita

Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné

In assemblea per condividere tutti i valori della Cooperativa

A Piné un'assemblea partecipata (ben 238 i soci presenti) ha approvato il bilancio 2015, compreso quello sociale, che rende meglio consapevole ogni socio dei tanti benefici che la Famiglia Cooperativa crea a favore dei soci e della comunità



Germano Anesin e Cristina Casagranda (presidente e vicepresidente della Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné) nel momento del ringraziamento ai consiglieri Erino Casagranda ed Eligio Battisti

dei farmaci, ovvero il servizio **Farmaco Pronto**, prima Famiglia Cooperativa a proporlo: esempio che è stato poi seguito da tante consorelle in Trentino.

DARE CONCRETEZZA AI VALORI COOPERATIVI

Nella sua relazione il presidente **Germano Anesin** ha voluto sottolineare il carattere di distintività e responsabilità sociale della Famiglia Cooperativa. *“Siamo diversi e siamo orgogliosi di esserlo, diamo concretezza ai valori cooperativi”*. Commentando il risultato di bilancio ha sottolineato che si tratta di un risultato non casuale, ma fortemente voluto e cercato con determinazione ed impegno quotidiani. *“Oltre all'impegno bisognava metterci il cuore e nessuno si è tirato indietro”*. Commosso il ringraziamento ai consiglieri uscenti che hanno deciso di non ricandidarsi: **Eligio Battisti** di Montesover ed **Erino Casagranda** di Bedollo. *“Si sono impegnati per anni al servizio della comunità – ha detto Anesin – senza chiedere nulla in cambio”*. Riletti gli altri amministratori uscenti che hanno deciso di ripresentare la loro candidatura: **Germano Anesin e Livio Fedel** di Miola, **Paolo Brigadue e Gilberto Svaldi** di Bedollo, **Ivano Casagranda** di Brusago; neo eletta **Daniela Nones** a rappresentare il punto vendita di Montesover.

altri prodotti sfusi, grazie alla quale negli ultimi tre anni sono stati risparmiati ben 14.000 flaconi di plastica!

Fra le iniziative volte al sociale vanno citati gli **sconti alle Associazioni di Volontariato sul**

C'è un limite temporale, dal 16 al 19 giugno 2016. Un limite fisico, in alcuni luoghi da trovare all'interno di Caldonazzo, dal palazzetto al teatro, dal parco alla biblioteca, dalla casa della cultura alla pineta. Ma ci sono altrettanti limiti che vengono valicati: visitatori dal Trentino e turisti, sponsor non solo locali, interessi per i libri e la cultura che vanno oltre il lago. La sesta edizione del Tbf, ideato e diretto da Pino Loperfido, è

prima presentazione con il rovetano **Diego Leoni** che parlerà del suo corposo lavoro sulla **Prima guerra mondiale**.

VENERDÌ 17 GIUGNO

Alle 16.45 fischio d'inizio del Tbf16 in piazza Municipio con le **"Storie al limite dell'area"**, proposte da **Carlo Martinelli** assieme ai fiati del Corpo bandistico di Caldonazzo, che interpreteranno le sigle più famose legate al mondo del cal-

Trentino Book Festival, 16-19 giugno 2016
Aldiquà e aldilà del limite
Il festival della letteratura, dei libri e delle storie è a Caldonazzo

La sesta edizione del Festival internazionale della letteratura è dedicata al limite, in tutte le sue accezioni. E dedica molto spazio anche a mostre, teatro e musica per ogni età

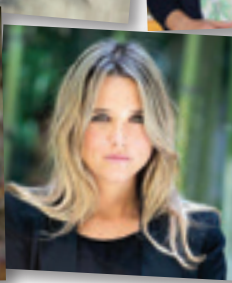
dedicata al limite, in tutte le sue accezioni e oltre al libro dedica molto spazio anche a mostre, teatro, musica.

cio. In serata spazio alla politica internazionale con **Giulietto Chiesa**, che parlerà della **Puntinfobia dell'Occidente** e quindi ai **Wu Ming**, che ripercorreranno con i loro

racconti la Prima guerra mondiale. Per poi tornare ad argomenti più pop, come la presentazione del libro di **Paolo Morando** **"80 L'inizio della barbarie"** seguita dalla musica sicuramente meno barbara da Radioottanta. Prima della musica al teatro di Caldonazzo sarà la volta di **Gianburrasca**.

GIOVEDÌ 16 GIUGNO

Alle 18, inaugurazione delle mostre **"A che ora è la fine del mondo?"** su Rold Dahl, un'esposizione di un collettivo di giovani artisti, "Art for cash" e nella sala consiliare il 15-18 al fronte con **Paolo Monelli**; alle 19



onda” con una storia di immigrazione.

Nel pomeriggio quattro interventi di grande interesse. **Mario Melazzini**, con *“Lo sguardo e la speranza”*. Un medico malato di Sla che tutti i giorni cerca di capire come andare al di là dei limiti. Quindi parla a **Gianluigi Nuzzi**, legato alla Valsugana per questioni familiari ed affettive, che parlerà sulle sue vicende giornalistiche in Oltretevere.

Le due storie che seguiranno saranno storie d'impresa, fra Veneto e Friuli. Quella di **Serenella Antoniazzi**, imprenditrice che non vuole veder fallire la piccola azienda messa faticosamente in piedi dal padre. E quella di



La Cooperazione di Consumo Trentina per la cultura

Tra i sostenitori del Trentino Book Festival c'è per il terzo anno consecutivo il Consorzio Sait insieme alla Famiglia Cooperativa Alta Valsugana.



Devis Bonanni, ex informatico che fa “Il buon selvaggio” a Raveo in provincia di Udine. Serata monopolizzata da **Roberto Vecchioni**.

DOMENICA 19 GIUGNO

A mezzogiorno degustazione con **Francesca Negri**, che presenterà il suo libro “1001 vini”. Nel pomeriggio si superano i limiti in montagna, con l'alpinista **Heinz Steinkötter**, accompagnato dal **Coro La Tor**. Quindi altri tre grandi nomi in successione, partendo dalle 16.30: **Sveva Casati Modignani**, **Magdi Allam** e **Vito Mancuso**. Chiusura dedicata alla precarietà con **Serena Dandini** ed in musica con gli **Audiospettro** ed un omaggio a David Bowie.

Limite generale è quello che il programma è molto dinamico, per luoghi e orari, vale la pena rimanere aggiornati guardando www.trentinobookfestival.it.

TBF JUNIOR

Per i bambini e i ragazzi: teatro, laboratori, letture

Tbf16 molto interessante anche per giovani lettori, con sei appuntamenti **per bambini dai 3 anni fino alla scuola elementare** ed oltre. Si comincia venerdì 17 in teatro con *“Il giornalino di Gian Burrasca”*, produzione della Fondazione Aida. Gianburrasca è educato a non mentire mai, dice sempre la verità, anche quella che non dovrebbe o potrebbe dire. Per questo sono tante le incomprensioni e i malintesi, a volte spassosi, che si vengono a creare tra Gian Burrasca, le sorelle, i loro mariti e tutta una carrellata di personaggi indimenticabili. Spettacolo adatto ai bambini sopra i 6 anni, così come *“Magie della scienza”*, **laboratorio di esperimenti scientifici** in biblioteca sabato alle 10.30. Alle 16 in Sala



Marchesoni **Barbara Balduzzi** e **Iaria Antonini** propongono la lettura *“Un sasso nella strada”* per i bambini della scuola materna. Alle 21.30 in piazza Municipio **Massimo Lazzeri** con il Corpo bandistico di Caldonazzo propone la fiaba de *“Il gatto con gli stivali”*.

La domenica comincia con un altro appuntamento per i piccoli fra i 3 ed i 6 anni, *“Topo Tip. Non voglio fare il bagnetto!”* alle 10.30 in Sala Marchesoni. Infine alle 16 nella stessa sala spettacolo per i ragazzi dagli 8 anni in su dedicato a **Roald Dahl** ed alla sua capanna.

LE MOSTRE

Guerra, arte e romanzi per ragazzi nelle mostre del Tbf16. Nella sala consiliare prima esposizione in Italia di parte dell'archivio del giornalista e scrittore **Paolo Monelli**, 250 foto selezionate da Pino Ielen e Luca Giroto, con progetto espositivo di Fulvio Alberini e Massimo Libardi.

La Casa della cultura sarà appannaggio degli artisti di **Art4cash**, 17 artisti che si sono espressi seguendo il tema “A che ora è la fine del mondo?”. Opere fra il cambiamento climatico e la fine della specie umana, fino alla scadenza del nostro pianeta. Art4cash è un collettivo trentino che nasce in contrasto al mercato inflazionato dell'arte con la voglia di esplorare, concepire, rispolverare, creare e sperimentare.



Nella sala Capricci in piazza Vecchia l'istituto Depero di Rovereto celebrerà i 100 anni dalla nascita di **Roald Dahl**, autore di capolavori per ragazzi come “Il GGG”, “La fabbrica di cioccolato”, “Matilde”. Dahl verrà ricordato anche con uno spettacolo di parole e musica ideato da Astrid Mazzola, con le musiche di Simone Cappello. Per Dahl lo spazio creativo era la sua capanna; arredata in modo personale, conteneva tutto ciò che il suo proprietario riteneva necessario per inventare e scrivere.



L'applicazione Flinkster Car Sharing: si fa tutto con lo smartphone

All'Assemblea della Cooperativa Car Sharing una vivace partecipazione dei soci, con tante idee per il presente e il futuro

Per il car sharing trentino l'ultima novità è tecnologica, destinata a semplificare la vita dei fruitori del servizio, che in Trentino hanno raggiunto il mezzo migliaio e ogni giorno utilizzano il parco di 14 autovetture della cooperativa Car Sharing nelle stazioni di Trento, Rovereto e Riva del Garda.

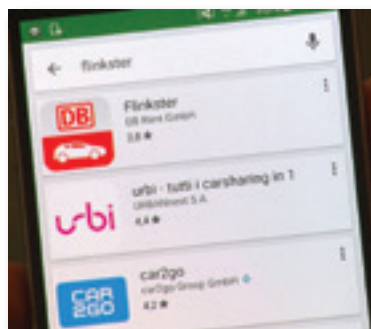
Grazie all'applicazione Flinkster, è ora possibile accedere al servizio con lo smartphone: scaricando e attivando sul proprio dispositivo di telefonia mobile l'applicazione si può prenotare un'automobile, modificare o cancellare la propria prenotazione; l'app ha inoltre funzioni operative: si può aprire e chiudere l'automobile. Un semplice "clic" sostituisce dunque la vecchia tessera magnetica,

che continua però contemporaneamente ad essere pienamente operativa.

Con la app si può verificare se l'auto è in uso o se è a disposizione nel suo stallo, quindi prenotare anche all'ultimo minuto: la logica è di informare in tempo reale anche per individuare le auto disponibili sulla mappa delle città trentine e sud tirolesi e di tutte quelle del circuito Flinkster in Europa (Austria, Germania, Svizzera, Paesi Bassi).

Tutto questo in modo semplice, gratuito, con il proprio smartphone senza ricorrere al computer di casa o di ufficio.

La novità è stata presentata ai soci della Cooperativa Car Sharing riuniti in **Assemblea, giovedì 5 maggio, al Muse**, assemblea che ha approvato il bilancio con un utile di un migliaio di euro e ha fatto il punto a sei anni dall'avvio del servizio sia dal punto di vista dei progetti che della sostenibilità economica nel medio periodo.



L'assemblea della Cooperativa Car Sharing, il 5 maggio al Muse

Il 2015 è stato un anno stabile per quanto riguarda i km percorsi e le ore di utilizzo, ma **ha visto invece una crescita degli utenti**, soprattutto tra le famiglie. I clienti imprese sono fedeli e continuano a garantire lo zoccolo del fatturato.

L'Assemblea ha visto una partecipazione vivace dei soci (persone fisiche e giuridiche) che hanno dato un significativo contributo di idee e motivazioni

sia all'ordinaria operatività, sia alle ipotesi progettuali e sfide che attendono il nuovo consiglio di amministrazione (eletto dall'Assemblea e rinnovato per metà dei componenti).

In particolare la cooperativa punta a diffondere il servizio anche nelle valli, in stretta sinergia con il trasporto pubblico locale e in collaborazione con le amministrazioni comunali, cercando di raggiungere anche i

bisogni dei turisti. **Il car sharing può essere un elemento strategico per un turismo diverso** (il 2017 sarà l'Anno internazionale del turismo sostenibile) che invita gli ospiti ad arrivare in Trentino senza la loro auto.



Sportello assicurativo

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

Un aspetto da considerare con molta attenzione nella scelta della polizza RC Auto sono **le clausole di esclusione e il diritto di**

Il diritto di rivalsa nella Rca

Con la rivalsa la compagnia può chiedere all'assicurato la restituzione della somma pagata al terzo danneggiato

rivalsa che la compagnia può esercitare nei confronti dell'assicurato. Con il diritto di rivalsa la compagnia può richiedere la restituzione della somma pagata al terzo danneggiato.

La legge obbliga la compagnia assicurativa a risarcire il danneggiato nel caso di incidente, tuttavia è anche vero che la compagnia assicurativa può tutelarsi esercitando il diritto di rivalsa nei casi indicati nelle clausole di rivalsa contrattualmente previste. Queste ultime sono solitamente riconducibili ad una serie di ipotesi che hanno ad oggetto **la condotta dell'assicurato al momento dell'incidente.**

Se al momento dell'incidente l'assicurato ha tenuto una delle condotte inserite nelle cause di rivalsa, la

compagnia avrà l'obbligo di risarcire il danno come prevede la legge, ma potrà rivalersi nei confronti dell'assicurato chiedendo la restituzione totale o parziale della somma risarcita.

ECCO I CASI PIÙ COMUNI: guida in **stato di ebbrezza** o sotto l'effetto di **sostanze stupefacenti**; danni ai **passengeri quando il loro numero è superiore** a quello indicato nella carta di circolazione o nel caso in cui non si adottino i supporti adeguati per il trasporto di bambini e animali; guida senza patente, con patente sospesa, scaduta o revocata; guida con patente non conforme al veicolo guidato; **ulteriori tipi di rivalsa** eventualmente previsti dalla propria compagnia assicurativa.

È buona norma, al fine di evitare spiacevoli inconvenienti, chiedere informazioni sulle clausole di esclusione e diritto di rivalsa: è possibile pattuire con la propria compagnia assicurativa la rinuncia o la limitazione del diritto di rivalsa. Questo comporta, il più delle volte, un modesto aumento di premio. Non sempre risparmiare è conveniente: e questo è proprio uno di quei casi. (a. castoldi)

assicom
• TI ASSICURA • AUTO - MOTO - CAMPER

SCOPRI I VANTAGGI PER I SOCI DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENINA

assicom
Iscrizione RUI A 000071448

Via Brennero, 35 - Trento - Tel. 0461 822321
info@assicom-trento.it

PARTNER ASSICURATIVO DEL CONSORZIO SAIT DAL 1982

Un'estate di divertimento, autonomia e crescita, attraverso giochi di gruppo, laboratori di espressività artistica e creatività manuale, sostegno ai compiti estivi, uscite in piscina e ai parchi pubblici, passeggiate ed escursioni, gite ai castelli, parchi divertimento, parchi a tema, località artistiche, culturali, d'interesse ambientale e storico, in un clima di divertimento e grande coinvolgimento: è la proposta del Gruppo Oasi di Cadine dedicata ai bambini e ai ragazzi attraverso il suo "Centro Contrasto".

Il "Centro Contrasto" è un luogo d'incontro, informazione, dialogo e ascolto, uno spazio polivalente aperto a bambini e giovani ma anche a tutta la cittadinanza, grazie alla varietà dei servizi offerti, come il Punto di Prestito della Biblioteca Comunale di Trento. Un luogo per attività collettive e d'incontro comunitario e d'intervento educativo rivolto ai minori. Il Centro è aperto dal lunedì al venerdì (ore 9-11 e 15.30-18.30), mentre nel periodo estivo (giugno e luglio) ospita la **colonia diurna** con il suo ricco calendario d'iniziativa.

L'equipe di lavoro è formata da educatori,

Cadine, Gruppo Oasi, Centro Contrasto

Vacanze al centro estivo

La "Formula 3-extra" dedicata a bambini e ragazzi



operatori e animatori con esperienza pluriennale nel settore, che seguono i bambini in tutte le attività, ogni settimana diverse.

Le iscrizioni per il centro estivo sono aperte: sul sito dell'Associazione ci sono tutte le informazioni e i moduli per l'iscrizione (è anche possibile usufruire dei Buoni di Servizio FSE), che prevede sconti per più fratelli.

Il Gruppo Oasi di Cadine è un'organizzazione

di volontariato Onlus che opera dal 1996 nella promozione dei diritti dell'infanzia e dell'adolescenza, per dare risposta ai bisogni dei minori e delle famiglie, attraverso l'educazione al tempo libero e la realizzazione di percorsi di animazione, laboratori, eventi che sviluppano opportunità d'aggregazione ed espressione.



www.oasi.tn.it

Centro Contrasto, via Molin 34, Cadine (TN), tel. 0461/865481

FAMIGLIE SOLIDALI, MINORI E SERVIZIO SOCIALE

Famiglie insieme in rete

I primi risultati del progetto avviato in marzo a Mezzocorona

In aprile si sono svolte a Mezzolombardo e Mezzocorona le serate informative e formative del progetto "Famiglie in rete", promosse dal Servizio Socio Assistenziale della Comunità Rotaliana-Königsberg e presiedute dal dott. Pasquale Borsellino e dalla dott.ssa Stefania Turra.

"Famiglie in rete" è una iniziativa che coinvolge i cittadini, facendo in modo che creino rete tra loro e il Servizio Sociale, lavorando in sinergia, condividendo competenze e responsabilità, per aprirsi e accogliere quelle famiglie con minori che si trovano in situazioni di momentanea difficoltà.

Dopo le serate, due gruppi di persone hanno dato la propria disponibilità a condividere esperienze e a mettere a disposizione il proprio modo di essere famiglia. In maggio ci sono stati i primi incontri dei due gruppi e nei prossimi mesi i loro componenti troveranno il proprio ruolo all'interno della rete, porteranno generatività (la capacità dell'adulto di dedicarsi e prendersi cura dell'altro) e svilupperanno reciprocità; gli operatori del

Servizio Sociale collaboreranno per la costruzione di legami e relazioni, ponendosi al servizio delle famiglie e del territorio: **in questo modo la rete si aprirà ad accogliere i minori e i loro nuclei familiari.**

Intanto gli operatori di altre realtà, supportate sempre da Borsellino, stanno creando altri gruppi di lavoro. Anche la **Comunità della Vallagarina** si è inserita in questa nuova azione sociale, che è giunta anche ad **Ala** e a **Mori**, dove in aprile si sono svolti gli incontri



di sensibilizzazione, in maggio le famiglie sono state formate e ora possono unirsi in una mutualità orizzontale.

I Servizi territoriali hanno inoltre co-

stituito il tavolo di lavoro "La rete delle reti", un coordinamento provinciale del progetto guidato dal suo ideatore, affinché si crei coesione, e vi sia condivisione e confronto costante sul processo intrapreso. "Famiglie in rete" sta creando un cambiamento culturale, per mettere le persone in prima linea, con l'obiettivo di **essere protagoniste** nel territorio e per il territorio. (Marco Frasnelli, assessore attività Socio Assistenziali Comunità Rotaliana-Königsberg)



Per informazioni:

Servizio Sociale Comunità Rotaliana-Königsberg
tel. 0461 609595
elisabetta.eccher@comunitarotaliana.tn.it
maurizio.colombini@comunitarotaliana.tn.it
www.comunitarotaliana.tn.it



Code per assistere agli spettacoli, posti a teatro e nelle sale dei palazzi esauriti, bambini e ragazzi che per ore hanno animato con la loro vivacità laboratori e gli spazi gioco, ospiti di fama nazionale che hanno attirato da tutto il Trentino un pubblico così numeroso che gli organizzatori hanno dovuto attivare la video conferenza in sa-

ha proposto in 3 giorni più di 60 appuntamenti sul tema "Libertà e Regole". Anche nei momenti più raccolti e meno affollati non è mancato l'entusiasmo e la voglia di mettersi in gioco, segno che, come recita la campagna del festival, l'educazione sta a cuore a molti. Il programma del festival, promosso dalla Provincia autonoma

Il Festival dell'educazione

Educa: un successo che lascia tracce

Grandissima la partecipazione al festival, perché l'educazione sta a cuore a molti. Anche per questo è nata "Didascalie di Educa", la serie di pubblicazioni che diffonde le idee del festival

di **Silvia De Vogli**

le attigue. È il bilancio della VII edizione di EDUCA, il festival dell'educazione che si è tenuto a metà aprile a Rovereto e che

ma di Trento, l'Università degli Studi di Trento, il Comune di Rovereto, e organizzato da Con.Solida, è stato arricchito dall'apporto di nuovi partner (Cooperazione Trentina, Fondazione Bruno

Kessler, Fondazione Franco Demarchi, Iprase, Itas e le Casse Rurali trentine) e dal contributo delle organizzazioni (musei, scuole, cooperative, associazioni enti culturali e di ricerca) selezionate tra le oltre 70 che hanno inviato la loro candidatura con la proposta di buone pratiche ed esperienze inedite.

L'ampio processo partecipativo ha permesso anche di introdurre alcune novità rispetto al passato, come ad esempio "Didascalie di EDUCA", una serie di piccole pubblicazioni per mettere in

ALLENARSI ALLA LIBERTÀ

Il valore educativo dello sport e il ruolo dell'allenatore

di **Gaetano Gebbia**

[...] In ogni team non tutti gli atleti sono uguali, ma ogni giocatore deve sentirsi libero di esprimere il proprio talento nella misura in cui questo viene messo al servizio della squadra, con la consapevolezza che senza

il gruppo il singolo giocatore non potrà mai valorizzarsi. [...] L'allenatore svolge un ruolo chiave in questo sistema di delicati equilibri, di sinergie da sviluppare: deve soprattutto aiutare ogni componente a essere consapevole delle proprie abilità e dei propri limiti e sostenerlo nella ricerca di come può e deve essere utile alla squadra. [...] C'è il rischio che siano proprio gli allenatori a impoverire anziché sviluppare il talento degli atleti; il sistema educativo sportivo - ma non solo - è difatti colmo di disposizioni/istruzioni che vengono riversate sugli atleti. L'allenatore sa quello che si deve e si può fare e soprattutto sa come fare.

L'allenatore che ama controllare la crescita dei propri giocatori, definendo modalità e tempi di sviluppo, rischia di limitarne la libertà nell'interpretazione del gioco e, cosa ancora più grave, la creatività.

Il giocatore che vuole provare un movimento nuovo (nuovo anche soltanto per lui) non deve avere paura di sbagliare, né avvertire il giudizio negativo del suo allenatore, altrimenti non proverà una seconda volta, frenerà il proprio talento,



L'allenatore di basket Maurizio Buscaglia e il giocatore Jamarr Sanders a Educa

preferirà una soluzione certa ad una avventurosa ed a rischio rimprovero! [...] La pedagogia della matita, rossa o blu a seconda dei casi, si rivela lo strumento

didatticamente meno efficace, spesso controproducente. [...] Il "bravo allenatore", fine osservatore, sembrerebbe quello sempre pronto ad evidenziare un errore, a fare una correzione, più incline a sottolineare ciò che il giocatore non sa fare piuttosto che valorizzare le esecuzioni corrette. [...] Niente di più sbagliato! Sarebbe opportuno valorizzare ciò in cui i giovani riescono, rafforzando, fra l'altro, la loro autostima. [...] Ma l'acquisizione della conoscenza, che in ambito sportivo diventa competenza, richiede tempi lunghi e il distacco dal risultato immediato, il che cozza spesso con le aspettative di dirigenti, allenatori e genitori che



circolo le idee del festival, lasciarne traccia e consentire di riportarle nella vita quotidiana. Quattro pamphlet, distribuiti gratuitamente durante la manifestazione, che vista la grande richiesta gli organizzatori del festival hanno deciso di rendere disponibili sul sito www.educaonline.it. La serie ha percorso alcuni dei filoni tematici del festival, come quello dedicato allo sport, di cui pubblichiamo qui un estratto, curato da Gaetano Gebbia, direttore tecnico della Trentino Basketball Academy della Fondazione Aquila.

FESTIVAL DELL'EDUCAZIONE
DIDASCALIE

Su www.educaonline.it si possono scaricare le "Didascalie di Educa", la serie di pubblicazioni che diffonde le idee del festival.

invece inseguono la vittoria subito, ad ogni costo!

[...]Molti giovani non fanno sport per il gusto di farlo, per il piacere che provano nel praticarlo, sviluppando così un'attitudine che si porteranno dietro anche da adulti, ma lo circoscrivono a quel periodo e a una specifica disciplina. Aumenta il rischio di vivere come un fallimento il caso in cui non si raggiungono i risultati sperati; soprattutto non si sviluppa un'adeguata educazione all'attività sportiva in quanto tale ed indipendentemente da una disciplina e dai relativi risultati. La ricerca dei risultati determina spesso comportamenti diseducativi in dirigenti ed allenatori che dimenticano che l'obiettivo principale di chi opera nei settori giovanili è contribuire alla crescita umana, prima ancora che sportiva, dei giovani.

Per leggere la pubblicazione completa:
www.educaonline.it

S spesso i genitori sono ossessionati dal fatto che i figli debbano sapere un sacco di cose, investendo energie e soldi in mille corsi, impegni ed esperienze perché siano sempre *al top*. Da adulti non ci si accorge neppure quante mosse implicite, quasi inconsapevoli facciamo quotidianamente nella vita restituendo ai bambini il messaggio che non rispondono mai abbastanza alle aspettative che abbiamo riposto su di loro usando frasi come: «Potresti farmi contento per una volta almeno e non fare nemmeno un

un boccone amaro, digerirlo bene. Solo così si può crescere e star bene: perché **l'insuccesso "racchiude in sé ghiotte occasioni di crescita e maturazione"**. 3- Ogni volta che si supera un momento difficile si guadagna in autostima. 4- Parlatene, ma con comprensione, e dopo l'ascolto silenzioso un genitore deve aiutare a trovare le parole giuste per esprimerlo. 5- **Consentire l'errore**, perché permette di facilitarne l'elaborazione. Spesso gli adulti intervengono in continuazione per evitare le conseguenze nega-

Quando la perfezione è un'esigenza dei genitori

Non si può essere sempre il numero uno

L'insuccesso di un figlio va accettato, compreso, lasciato sedimentare per il tempo necessario. E poi affrontato per cercare le eventuali soluzioni

a cura di **Alessandra Cavallin***

errore» o «Se ti impegnassi un po' di più saresti il migliore». **Comunichiamo che la nostra felicità dipende dal loro successo, come se questo fosse la cartina tornasole del nostro successo come genitore.** E così tutto rischia di diventare una corsa, competizione e agonismo.

È quasi scontato dire quanto sia significativo invece trasmettere ai figli che in tutto quello che fanno, dalla prova a scuola alla gara sportiva, ciò che conta non è solo il risultato, e che il valore di una persona va oltre la prestazione immediata, in particolare durante l'infanzia e la preadolescenza quando si può giocare, sbagliare e ricominciare sempre.

L'insuccesso di un figlio va accettato, compreso, lasciato sedimentare per il tempo necessario e poi affrontato per cercare le eventuali soluzioni.

Nel libro **Quando manca l'applauso. Come aiutare i nostri figli ad affrontare l'insuccesso** (Franco Angeli, 2015) leggiamo che poiché la nostra società non accetta i perdenti l'insuccesso non è messo in conto e la sconfitta viene vissuta solo come esperienza negativa, in cui cercare colpevoli.

L'autore Roberto Gilardi descrive alcune situazioni tipiche di insuccesso (studio, sport, perdita di motivazione verso passioni) e aiuta il lettore a riflettere su quelle reazioni spontanee che agiamo quasi inconsapevolmente, suggerendo alcune riflessioni. 1- La prima cosa da fare è **abolire dal vocabolario il termine fallimento**, perché decreta una situazione irreversibile. 2- Quando si ha un insuccesso è importante, come

Unire la possibilità di esprimere emozioni negative ma mantenendo, con senso del dovere, gli impegni presi, significa **offrire un modello di tenacia per affrontare i momenti di crisi.**

Di insuccesso parla anche il nuovo racconto dedicato ai bambini di Alberto Pellai, **Voglio essere il numero 2** (Erickson, 2016).

È la storia di Caterina, una bambina di nove anni che non sempre riesce in tutto, di sua sorella maggiore Viola che invece è sempre la numero uno, della loro mamma felice solo per i successi e della nonna

molto in gamba che insegna a Caterina e Viola il segreto più importante: **la bellezza di essere sé stessi, anche se imperfetti.** È una storia che invita a riflettere su quanto la nostra vita e quella dei nostri figli sia vissuta nell'esagerata ricerca della vittoria, e su come invece sia molto meglio partecipare alle sfide senza troppa ansia, dando invece valore all'amicizia e alla solidarietà. Un libro controcorrente,

perché, in un mondo dove tutti sono campioni, vuole aiutare i giovani lettori a essere felici di essere anche... dei numeri due. Un mondo in cui non è necessario essere perfetti.

* La Libreria Erickson



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sconti **dal 10 al 20%** sugli acquisti nella Libreria Erickson e **dal 15 al 20%** sugli acquisti su www.erickson.it.





Vezzano, 11-15 luglio 2016 IL SIPARIO SI ALZI



Anche il Teatro Valle dei Laghi organizza, a grande richiesta, l'immane "Il sipario si alzi", il laboratorio teatrale estivo dedicato ai ragazzi dai 6 ai 12 anni che in questa occasione possono mettere in gioco tutta la loro capacità nel realizzare un vero e proprio spettacolo teatrale. Il laboratorio si svolgerà a Vezzano, al Teatro Valle dei Laghi, dall'11 al 15 luglio

2016, dalle 9 alle ore 16 da lunedì a giovedì, e il venerdì dalle 9 alle 18, per lo svolgimento dello spettacolo finale; ogni giorno i bambini verranno accompagnati a pranzo dagli insegnanti di teatro.

Per tutti i partecipanti il laboratorio sarà l'occasione per avvicinarsi all'arte del teatro in maniera ludica, e allo stesso tempo imparare ad essere attori, registi, scenografi. E allora... che il sipario si alzi su questa fantastica esperienza!!

La quota d'iscrizione a "Il sipario si alzi" è di 160 euro, comprensiva anche del pranzo.



Riduzioni del 10% su iscrizione secondo figlio. È possibile usufruire dei buoni di servizio (con aumento max di euro 10 sul totale della quota per costi amministrativi/assicurativi per la gestione del servizio)

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione riduzione del 10% sulla quota d'iscrizione.

Per informazioni e iscrizioni

Teatro Valle dei Laghi
(sig.ra Laura/Maria Giulia) - tel. 0461.340158
info@teatrovalledeilaghi.it
www.teatrovalledeilaghi.it

Lingua inglese e sport insieme: è la proposta che **English Sport Camp** propone per i ragazzi dagli 8 ai 14 anni, un camp "full immersion" che si terrà anche questa estate a Cavalese.

All'English Sport Camp i ragazzi potranno seguire al mattino un **corso di lingua inglese** con lezioni all'aperto, giochi e studio sotto la guida di **docenti di madrelingua** preparati e qualificati per l'insegnamento delle lingue. I partecipanti saranno divisi in gruppi omogenei in base all'età e alla conoscenza della lingua (valutazione con **test d'ingresso**). La metodologia e i programmi d'insegnamento saranno finalizzati all'apprendimento della lingua inglese in base al livello di preparazione iniziale con l'obiettivo di migliorare la conoscenza della grammatica, della pronuncia e del vocabolario. Il **pomeriggio** è dedicato allo **sport** sempre parlando inglese e i ragazzi potranno scegliere tra le diverse tipologie di camp: il "**multisport dinamic - calcio**", il "**multisport easy**" o il "**camp tennis**", organizzato in collaborazione con il Circolo Tennis Cavalese. Uno staff professionale di preparatori atletici, **istruttori e allenatori** di comprovata **esperienza e capacità**, svolgeranno gli allenamenti e le lezioni utilizzando le numerose **strutture sportive della valle**. Molti sport da poter praticare all'insegna dell'amicizia e del

Cavalese

English Sport Camp in Trentino

■ A Cavalese per i ragazzi dagli 8 ai 14 anni i corsi di lingua e tanto sport. Con lezioni all'aperto, giochi e studio con i docenti di madrelingua



divertimento: **acropark, mountain bike, nordic walking, orienteering, pallavolo, nuoto, tennis, calcio, tiro a segno e altro.**



Per i figli dei soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **CAMP COMPLETO (stage con vitto e alloggio): sconto di 50 euro** sulla quota di partecipazione:
 - 1 settimana: 440 euro (anziché 490)
 - 2 settimane: 900 euro (anziché 950)
- La quota di partecipazione comprende: sistemazione e permanenza in albergo; corso d'inglese di 20 ore settimanali e materiale didattico; corso multi sport o tennis; attività sportive complementari e animazione nel tempo libero; kit vestiario English Summer Camp; tutte le altre spese inerenti all'organizzazione del camp
- **DAY CAMP, dalle 8.30 alle 19 (stage con pranzo): sconto di 30 euro** sulla quota di partecipazione:

- 1 settimana: 260 euro (anziché 290)
 - 2 settimane: 530 euro (anziché 560)
- Prevede la partecipazione a tutte le attività del camp (corso inglese e sport) e il pranzo; sono escluse la cena e il pernottamento (i ragazzi sono impegnati).

ETÀ DEI PARTECIPANTI: i camp sono aperti ai ragazzi / e nati negli anni dal 2002 al 2008. La divisione dei gruppi avverrà tenendo conto dell'età dei partecipanti, del livello di conoscenza della lingua inglese, dello sport praticato.

NOTE IMPORTANTI: gli stage iniziano la domenica pomeriggio e finiscono il venerdì nel tardo pomeriggio. La sorveglianza dei ragazzi e l'assistenza medica sono garantite 24 ore su 24. I posti letto in albergo verranno assegnati dalla direzione del Camp in base al sesso e all'età dei partecipanti ed eventuali richieste specifiche dovranno essere segnalate con adeguato anticipo.

Il giorno di inizio corso dovrà essere consegnato: certificato di idoneità all'attività sportiva agonistica, fotocopia tessera sanitaria, segnalazione di eventuali allergie.

QUANDO: 10-15 luglio: **Corso Inglese + Camp Multisport (Easy e Dynamic-calcio)**
10-15 luglio: **Corso Inglese + Camp Tennis**
31 luglio-5 agosto: **Corso Inglese + Camp Multisport (Easy e Dynamic-calcio)**



Info

www.englishsportcamp.it
tel. 347.3638119
info@englishsportcamp.it

Sono anni, ormai, che di fronte alle ondate migratorie che interessano vaste aree del pianeta si evoca la costruzione dei muri per proteggersi dall'invasione degli stranieri. E spesso accade che mentre si invoca il muro si lanciano slogan che hanno la funzione di mitigarne la drammaticità, come quello di aiutare coloro che fuggono nella loro casa, affinché semplicemente non partano: una soluzione apparentemente efficace, se non fosse che i migranti ambientali o coloro che scappano dalla guerra si lasciano alle spalle situazioni davvero irrecuperabili.

Così accade che la barriera evocata al Brennero non sia che l'ultima puntata di una lunga storia di muri che dopo la seconda guerra mondiale, proprio mentre l'Europa consolidava la propria unione e abbattava le frontiere interne, ha conosciuto uno sviluppo incessante.

Dal 1945 a oggi sono stati eretti nel mondo non meno di 45 muri. Qualcuno è stato abbattuto, come il muro di Berlino o la barriera lunga 240 km fra Austria e Ungheria nel 1989; ma in generale possiamo dire che la costruzione dei muri si configura come una scelta di lunga durata e che essa determina per decenni i rapporti fra gli Stati o i flussi migratori, anche quando le barriere vengono presentate come soluzioni temporanee. Come dire: erigere un muro è molto più semplice e veloce che abbatterlo. Non è naturalmente una questione "tecnica", ma è un problema politico e di psicologia sociale, perché la distruzione dei muri porta con sé paure che non sono facili da contrastare, anche se in molti casi si tratta di timori infondati sul piano razionale. Ma, si sa, l'irrazionalità e l'emotività fanno parte della propaganda politica, ed è proprio per questo che ritengo ci si debba interrogare non solo sulle implicazioni politiche e sociali del proliferare dei muri, ma anche su quelle educative. Perché l'esistenza dei muri, con la "divisione" dell'umanità che portano con sé, ha profonde conseguenze anche sul piano pedagogico.

Giuliana Martirani, docente presso l'università di Napoli, ha recentemente ricordato che le persone che

attualmente vivono in un Paese che non è il loro own, secondo dati ONU, non meno di 175 milioni, pari al 3% della popolazione mondiale. Secondo l'Alto Commissariato delle Nazioni Unite per i Rifugiati (UNHCR), se non cambieranno le politiche internazionali relativamente ai conflitti e le politiche ambientali, entro il 2050 il numero dei soli profughi ambientali potrebbe raggiungere i 250 milioni di persone.

A fronte di questi numeri, che indicano sposta-

menti di enormi dimensioni e che non tengono conto dei piccoli trasferimenti interni, la politica mondiale sembra aver imboccato la strada della costruzione delle barriere come apparente soluzione del problema e tale scelta ha visto **un impressionante incremento dopo l'11 settembre 2001**, con un raddoppio dei muri nel giro di poco più di dieci anni.

LA MAPPA DEI MURI E DELLE BARRIERE DIFENSIVE

La mappa di queste barriere difensive, tracciata da Giuliana Martirani su Mosaico di Pace, è a dir poco impressionante e ci dà le dimensioni

timato); Thailandia-Malaysia, per impedire ai terroristi islamici di raggiungere il proprio territorio".

A questi muri 'storici' vanno aggiunti, ricorda la Martirani, **i muri più recenti:** "Ungheria-Croazia, Ungheria-Slovenia e il muro di Asotthalom al confine ungaro-serbo (175 chilometri); Macedonia-Grecia: c'è un pre-muro, che va di fatto erigendosi nell'area presidiata dai militari della Fyrom (ex Repubblica Ju-

Vecchi muri, nuove barriere e diritti umani

Dietro chilometri di muri

Quali implicazioni educative (non solo politiche e sociali), ha il proliferare dei muri con la "divisione" dell'umanità che porta con sé? Come contrastare la pericolosa illusione di affidare il futuro ai muri dietro i quali confinare gli altri?

di **Alberto Conci**

del fenomeno: "Stati Uniti-Messico 560 km; Usa-Cuba (Guantanamo); Spagna-Marocco (enclave di Ceuta e Melilla, 12 e 8 km); Belfast-Irlanda del Nord (Peace Lines, 13 km); Cipro, 300 km per delimitare i territori rivendicati dalla Turchia; Israele Palestina-West Bank, 643 km; Israele-Egitto 240 km; Marocco-Sahara occidentale (il "muro

goslava di Macedonia); Bulgaria-Turchia, (160 chilometri; al momento è stato completato il primo tratto di 32 chilometri)".

E infine si dovrebbero aggiungere anche quelle barriere la cui costruzione è stata annunciata per contrastare i flussi migratori dei rifugiati, come i 900 km previsti dal governo turco lungo il confine siriano, e gli sbarramenti fra Corea del nord e Cina, Oman e Yemen, Afghanistan e Pakistan.

In un quadro di questo genere, ciò che preoccupa non è tanto la gestione dello sbarramento del Brennero, quanto piuttosto il fatto che esso si colloca in **un contesto nel quale si pensa che il blocco degli spostamenti delle persone sia l'unica garanzia di sicurezza e benessere.** E questo è ovviamente ancora più preoccupante quando ad attuare una tale politica sono Paesi europei, che hanno costruito la propria convivenza proprio sul sogno di abbattere quelle frontiere sulle quali si sono consumate le immensi tragedie di due guerre mondiali e sul riconoscimento



di sabbia", 2735 km e un territorio di 266.000 kmq occupato dal Marocco dal 1975, tra Sahara Occidentale, Mauritania e Algeria per prevenire eventuali attacchi del popolo Saharawi); Botswana-Zimbabwe, 482 km; Turkmenistan-Uzbekistan; Brunei-Malesia; Oman-Emirati Arabi; Iraq-Kuwait; Arabia Saudita-Yemen (1800 km); India-Pakistan (3300 km); Iran-Pakistan (700 km); il filo spinato che divide il Kashmir; Nord Corea-Sud Corea; India-Bangladesh (3200 km una volta ul-





dei diritti e della dignità di tutti gli esseri umani.

L'UNIVERSALITÀ DEI DIRITTI E IL DOVERE DI TUTELARLI

Questo scenario, lo ripeto, non pone solo problemi sociopolitici, economici e di sicurezza, su cui non mi soffermo, ma anche **importanti questioni educative**.

Una di queste in particolare mi pare essenziale: quali strategie educative possiamo mettere in atto per far comprendere a ragazze e ragazzi **la connessione stretta fra l'universalità dei diritti e il dovere di tutelarli?**

Propongo di rileggere, a tale proposito, uno dei saggi più interessanti della **filosofa francese Simone Weil, La prima radice**, concepito fra il 1942 e il 1943: **“La nozione di obbligo, scrive nelle prime pagine, sovrasta quella di diritto, che le è relativa e subordinata**. Un diritto non è efficace di per sé, ma solo attraverso l'obbligo cui esso corrisponde; l'adempimento effettivo di un diritto non proviene da chi lo possiede, bensì dagli altri uomini che si riconoscono, nei suoi confronti, obbligati a qualcosa. L'obbligo è efficace allorché viene riconosciuto. L'obbligo, anche se non fosse riconosciuto da nessuno, non perderebbe nulla della pienezza del suo essere. Un diritto che non è riconosciuto da nessuno non vale molto”. **Come dire: i diritti umani non si difendono semplicemente affermandoli, ma solo nella misura in cui esiste l'obbligo di riconoscerli**. La preoccupazione di Simone Weil è quella relativa all'**efficacia dei diritti umani**, che hanno bisogno del dovere di tutelarli per non restare affermazione vuota.

È questo uno dei cardini che sul piano educativo mi sembrano irrinunciabili oggi: **con-**

ciliare il principio secondo il quale, come afferma Simone Weil, a “ogni essere umano è dovuta la stessa quantità di rispetto e di riguardo, perché il rispetto è dovuto all'essere umano come tale e non conosce gradi”, **con il dovere di rispettare tale diritto** da parte di tutti affinché esso sia efficace.

E sono le caratteristiche di questo obbligo di fronte ai diritti di ogni donna e ogni uomo che continuano a provocarci a settant'anni di distanza.

L'ANTIDOTO AI MURI

Perché, dice Simone Weil, si deve tener conto del fatto che l'obbligo è sempre **“verso ogni essere umano, per il solo fatto che è un essere umano**, senza che alcun'altra condizione abbia ad intervenire”; che “quest'obbligo non si fonda su nessuna situazione di fatto, né sulla giurisprudenza, né sui costumi, né sulla struttura sociale, né sui rapporti di forza, né sull'eredità del passato, né sul supposto orientamento della storia. Perché nessuna situazione di fatto può suscitare un obbligo”; che esso “non si fonda su alcuna convenzione. Perché tutte le convenzioni sono modificabili secondo la volontà dei contraenti”; che esso **“risponde al destino eterno dell'essere umano**. Soltanto l'essere umano ha un destino eterno. Le collettività umane non ne hanno”; e che esso “è incondizionato”.

Mi sembra che in queste parole, pensate nel pieno di una delle più grandi tragedie della storia umana, possiamo davvero **trovare un antidoto educativo, se così si può dire, alla tentazione di immaginare la convivenza umana erigendo altri muri**.

Anche a questo livello credo si possa e si debba lavorare per contrastare la pericolosa illusione di affidare il futuro ai muri dietro i quali confinare gli altri.

Un quadro di sintesi di quanto è stato fatto e degli strumenti ora esistenti per favorire un dialogo sereno e informato, e una possibile convivenza. Fra carnivori e umani nelle Alpi. E fra diversi punti di vista nella comunità locale

di Maddalena Di Tolla Deflorian

Di orso in Trentino si è molto discusso, scritto, parlato. Ambientalisti da una parte, allevatori, amministratori locali, cittadini critici sul progetto dall'altra, hanno spesso accusato la Provincia d'insufficiente, inadeguata informazione verso il pubblico. Dopo le vicende di Daniza (la mamma orsa uccisa nel 2014 da un'anestesia davanti ai suoi cuccioli, nel tentativo di catturarla per ridurla in cattività) e dell'aggressione da parte di un'orsa con cuccioli ai danni di un uomo a Cadine nel 2015, qualcosa sta lentamente e in parte cambiando. Cerchiamo di fare un quadro d'insieme della situazione e degli strumenti esistenti.

La Provincia ha mosso qualcosa: è stato attivato un Tavolo per la comunicazione; sono stati finalmente e tardivamente installati alcuni (pochi) cartelli di avviso e informazione sul corretto comportamento da tenersi in caso d'incontro con orsi su strade forestali e all'inizio di alcuni sentieri; sono stati ristampati, con caratteristiche più pratiche, e ridistribuiti, molti pieghevoli su come comportarsi nel caso di incontro con un



orso. È in progetto di rimodulare stile e contenuti del portale dedicato ai carnivori della provincia (www.orso.provincia.tn.it). Nel gruppo tecnico di lavoro sulla gestione di orsi e lupi hanno fatto ingresso due nuovi esperti: un giovane tecnico del Muse e, come coordinatore del gruppo, il biologo

Luca Pedrotti, conosciuto su scala alpina e non coinvolto da pregressi polemiche e conflitti tra gli attori in gioco. Sono mosse che erano diventate necessarie (la cui efficacia è tuttavia tutta da verificare): la Provincia era stata accusata ripetutamente di debolezza sul fronte tecnico nella gestione della specie e delle controversie. Anche per questo è stata attivata, pur su un livello più scientifico che gestionale, una collaborazione con il Muse, finalizzata a ottenere informazioni di dettaglio sui meccanismi

Giornalisti, esperti, guardiaparco a Villa Santi (giornata Orso 2016 per la stampa): in primo piano il biologo Andrea Mustoni, responsabile scientifico del Progetto Life Ursus e ora dell'ufficio faunistico del parco Adamello Brenta. (foto M. Di Tolla)

che regolano la demografia della popolazione di orso bruno.

Altro tassello fondamentale, trascurato e poco responsabilizzato finora: i media. Per loro è stata organizzata in aprile, a Villa Santi sopra Preore, dall'Ufficio Stampa della Provincia, una giornata di approfondimento e confronto. Erano presenti il responsabile dell'Ufficio faunistico del Parco Naturale Adamello Brenta, il biologo Andrea Mustoni, un

dei Giornalisti ha organizzato, di recente, un evento di formazione continua (affollato) dedicato ad orsi, lupi e al corretto modo di scriverne e parlarne. Il biologo Filippo Zibordi, esperto di carnivori (che studia sul campo da anni), e della comunicazione su di loro, ha tenuto un contributo che ha destato interesse fra i giornalisti presenti.

Parlando di rischi e percezioni, i tecnici hanno ricordato in tutte le occasioni recenti che da

dell'orso ("Sulla via dell'orso"), scritto a quattro mani proprio da Anna Sustersic e Filippo Zibordi. Attraverso l'espedito letterario i due esperti di conservazione della natura, raccontano gli esiti delle loro personali interviste agli abitanti del territorio in merito al ritorno del

PIÙ INFORMAZIONE E CONOSCENZA

Noi e l'orso. Qualcosa sta cambiando

guardiaparco che segue in particolare le questioni faunistiche, Michele Zeni, Claudio Groff, del Servizio Foreste e Fauna, che cura la comunicazione sui carnivori, e Alberta Voltolini, responsabile comunicazione dell'Apt della Val Rendena e Campiglio. Voltolini ha portato un dato interessante: a seguito delle vicende di Daniza non si riscontra alcun calo di turisti in val Rendena e si rileva che coloro che chiedono informazioni sono soprattutto interessati a capire, più che spaventati. La referente dell'Apt ha raccontato che agli operatori turistici della valle maggiormente interessata dalla presenza dei plantigradi, sono stati forniti diversi materiali informativi e che sono stati organizzati per loro due incontri specifici nel 2015, che si intende ripetere.

"Voi giornalisti avete un ruolo essenziale per creare una cultura dell'orso" hanno ammonito tutti, ricordando esagerazioni, errori, allarmismi comparsi sui media locali. Anche i rappresentanti della Sat presenti, Bepi Pinter e Anna Sustersic, hanno chiesto sobrietà e base scientifica nell'affrontare la cronaca. Fra l'altro, proprio la Sat, attraverso la Commissione per la Tutela dell'Ambiente Montano (in sigla, TAM) ha organizzato diversi eventi e corsi d'informazione dedicati all'orso, rivolti al pubblico e svoltisi in natura, che hanno riscontrato successo di partecipazione.

Restando al ruolo della stampa, l'Ordine regionale



una parte i numeri dimostrano che i circa 50 orsi presenti in Trentino e regioni limitrofe non sono pericolosi per la stragrande maggioranza, dall'altra che è importante che sia chiaro che gli orsi, seppure raramente, possono essere un reale pericolo. È essenziale - hanno ribadito - che residenti e frequentatori dei boschi siano preparati a leggere i comportamenti dell'orso, per non fraintendere (scambiando per aggressione una semplice curiosità, per esempio) e per non commettere errori che creano situazioni critiche, come avvicinarsi ai cuccioli.

È arrivato di recente nelle librerie un nuovo libro dedicato alla percezione della presenza

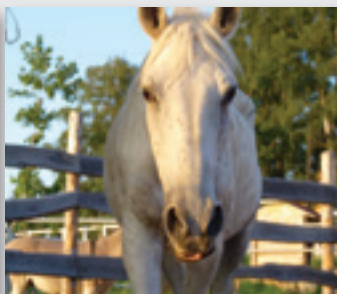
plantigrado. Il libro è stato presentato al Trento Film Festival. Tutto questo sembra essere solo l'inizio di quello che si sarebbe dovuto fare da tempo, per favorire un dialogo sereno, informato, competente e una possibile convivenza fra carnivori e umani nelle Alpi ma anche fra diversi punti di vista su questo tema dentro la comunità locale.

La foto dell'orso è di Massimo Papi, Museo delle Scienze di Trento

Billy e Selva in cerca di adozione

Billy e Selva: animali, destini diversi, oggi accuditi dall'associazione Il Cercapadrone onlus, delegazione di Trento. Billy è cieco: gli hanno sparato; ora si trova in Valsugana. Cerca adozione. Si affida solo in Trentino-Alto Adige, in casa con un altro cane socievole. Per conoscerlo contattare

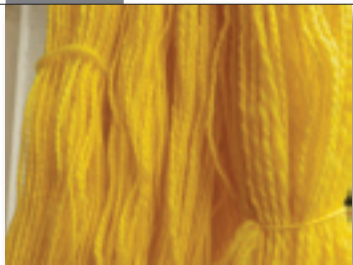
Il Cercapadrone onlus, delegazione di Trento e Provincia 349 2302344 (no sms) oppure scrivere a trento@ilcercapadroneonlus.it Selva, la cavalla grigia, ha 30 anni, per anni è stata reclusa, maltrattata; è stata salvata dalla forestale, ora vive in pace in un



rifugio. In questi anni, grazie al paziente lavoro svolto con lei, ha recuperato sul piano fisico e psicologico. Oggi riesce a stare in branco con altri cavalli e interagisce con gli umani. Entrambi sono seguiti da Il Cercapadrone onlus Trento. Per aiutare l'associazione ad accudire Billy e Selva, e a salvarne altri, potete donare su paypal.segreteria@ilcercapadroneonlus.it o

sul conto bancario Banca Prossima (Gruppo Intesa Sanpaolo) iban: IT64P0335901600100000122508 codice BIC: BCITITMX, causale "animali Trento cooperazione". Avvisate su trento@ilcercapadroneonlus.it, per essere ringraziati.

L'invenzione della chimica industriale è una di quelle molto discusse: se pensiamo alla plastica, è difficile oggi dire se ha portato più vantaggi per le cose che ha permesso di fare, o più problemi per l'inquinamento che ha prodotto. Sicuramente uno degli effetti collaterali negativi della chimica industriale è stata la perdita di molte conoscenze che, per migliaia di anni, hanno permesso di fare in modo naturale quello che oggi siamo in grado di fare quasi solo in



La calendula era utilizzata in Trentino per dare colore (dal giallo chiaro, all'arancio più carico, a seconda della stagione) ai panni in lana o alla lana in matassa.



in autunno o primavera), all'andamento climatico e alla posizione di coltivazione.

Per cosa veniva utilizzata? In Trentino la tintura con la calendula era utilizzata per dare colore ai panni in lana o alla lana in matassa. Nei vecchi trattati di Arte Tintoria viene citata per la tintura di filati da ricamo per ricchi nelle tonalità più calde, e per la tintura di pezzi di lana, nelle tonalità più chiare, destinato alle donne senza marito.

La colorazione naturale dei tessuti Il tintore (naturale) è tornato

Color calendula, color corniolo, color sambuco... L'Arte della Tintura ha una tradizione antichissima della nostra provincia, che viene oggi recuperata, e anche insegnata, da alcuni artigiani tintori

modo industriale. È il caso della colorazione dei tessuti, che vanta una tradizione antichissima della nostra provincia, in parte riscoperta grazie alla passione di persone come Michela Musitelli, la presidente della **Associazione di Tintura Naturale e Popolare Franco Brunello**, che ci accompagna alla scoperta di un passato che viene oggi recuperato da molti artigiani come lei.

Su quali basi gli studiosi sostengono che già in epoca preistorica nella nostra provincia esisteva una vera e propria "industria collettiva tessile"? Nei resti palafitticoli di Ledro sono stati fatti degli interessanti ritrovamenti di **bacche di sambuco e di mirtillo**, il cui uso a scopo tintoriale è testimoniato dal ritrovamento di altre sostanze atte allo scopo conciaro, in particolare i **semi di corniolo**, pianta che in epoca più tarda trovò impiego stabile nella tintura di sostanze vegetali e delle pelli in particolare. Nelle stesse palafitte di Ledro furono rinvenuti anche gomitolini di filo di lino, campioni di tessuti frangiati, aghi di osso e persino un rarissimo pettine da tessitore fatto



con corno di cervo: tutti oggetti che rivelano una fiorente attività tessile nell'abitato lacustre, alla quale indubbiamente si accompagnava la complementare Arte della Tintura.

Nei resti palafitticoli di Ledro sono stati fatti dei ritrovamenti di filati, tessuti insieme a sostanze e strumenti utilizzati per tingere.

Quali erano le piante più utilizzate nella tintura naturale? Una pianta della Tradizione Popolare per antonomasia era la **calendula**, che, originaria dell'area mediterranea, in seguito si è diffusa in tutto il mondo come pianta ornamentale, medicinale, e anche tintoria. Le sue capacità coloranti derivano da una miscela di componenti chiamati "carotenoidi" e "flavonoidi": i primi sono responsabili della colorazione giallo-arancio i secondi sono attori della colorazione gialla. La capacità tintoria varia in base alla stagione di raccolta (l'estate ci donerà tonalità più calde e aranciate rispetto ai fiori raccolti

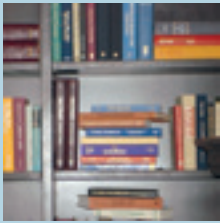
La calendula è sovente raffigurata in opere che rappresentano il dolore, sotto forma di corona, tra le mani di un triste giovinetto: perché? Questo fiore è legato alla leggenda di Afrodite che, triste per la morte dell'amato Adone, pianse lacrime che, toccando terra, si tramutarono in questi fiori. Ma il suo lato triste e malinconico, che lega il fiore alle pene d'amore, alla gelosia e al disinganno, trova la sua nemesi nelle eccellenti proprietà curative. Inoltre si narra che con questo semplice e

umile fiore Vincent Van Gogh preparasse i propri colori, infatti è notevole la resa della calendula nella preparazione di inchiostri e acquarelli. Numeri affreschi pompeiani e, si dice, di palazzo Geremia, a Trento, sono stati realizzati con questo fiore.

Oggi viene ancora utilizzata? Viene usata ancora abbondantemente in campo cosmetico, ornamentale, e alimentare, e nella tintura popolare viene utilizzata ancora anche per le sue proprietà tintorie. Una matassa di lana tinta con questo fiore ha un bellissimo colore, ma un costo piuttosto elevato: in tintura è meglio utilizzare il fiore secco, e da un cesto di 12-15 chili di fiori freschi si ottengono al massimo 2 chili di fiore secco; quando dal fiore si separano i petali per la

tintura dal capolino (il resto del fiore) si ha una ulteriore perdita del 30/40% rispetto al peso secco: da qui si può capire la fatica e il tempo da dedicare alla coltivazione, alla raccolta e a tutto ciò che ci porta ad avere le calde tonalità giallo-aranciate tipiche di questo fiore, da cui i costi dei prodotti che se ne ricavano. (D.Pedrotti)

Nei mesi di maggio e giugno l'Associazione di Tintura Naturale e Popolare Franco Brunello organizza corsi di tintura. Per informazioni: michela.musitelli1@gmail.com



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



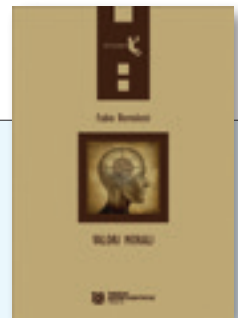
Partiti da un oggetto ben definito, la ginnastica femminile a Rovereto tra secondo '800 e primo '900, Recchia e Setti hanno notevolmente allargato i confini della loro ricerca.

VALORI MORALI

di Fabio Bortolotti, ed. Tangram, Trento 2015

L'autore è ben ricordato in Trentino come Difensore civico; è meno noto nel nostro territorio per le sue numerose pubblicazioni in campo giuridico e di etica sociale/politica. E dire che per una sua opera (*"Thesaurus giuridico e dialettico latino-italiano"*) Bortolotti è stato insignito dell'onorificenza di Commendatore, ordine al merito della Repubblica italiana. In *"Valori morali"* egli propone quelli che nell'evolversi della storia umana dovrebbero restare le colonne portanti del vivere, sintetizzati in una dotta citazione dalle 'Regole' dell'antico giurista romano Ulpia-

no: *"Vivere onestamente, non recare danno ad altri, attribuire a ciascuno il suo"*. la stessa citazione è riportata sulla facciata del Palazzo di Giustizia di Milano, nella forma *"Iuris praecepta sunt haec: honeste vivere, alterum non laedere, suum cuique tribuere"*. Ma oltre alla sintesi, nel corso del volume Fabio Bortolotti approfondisce, dettaglia, esemplifica. Fino ad analisi comparative tra messaggi religiosi nel loro evolversi storico e a differenziazioni tra etica laica-spiritualità-coscienza personale. Con una accorata denuncia conclusiva su *"inquietanti fenomeni di carenze valoriali"* e sull'attualità del *"tradimento dei valori"*.



L'AMORE DI UNA VITA

(a cura di) Manuela Crepez, ed. Publistampa, Pergine 2016

È la vicenda di Giacomo Faoro, che in Primiero e in San Martino di Castrozza - la sua terra di nascita e di vita - è conosciuto come 'el Meto'. Lui e la moglie Pia sono i protagonisti di questa 'storia d'amore' e di avventure, di lavoro, di creatività, di montagne innevate, di amicizie, di famiglia. Una storia a percezione immediata anche nel rapido sfogliare del volume, dove ai brevi testi si accompagna ricca e parlante la documentazione fotografica. Tutto significativamente avvolto da una copertina che riporta una intensa immagine di 'Meto' con

occhi penetranti in quel che è stato, e in chiusura una luminosa immagine di Pia che gioisce della vita insieme. Vicenda di persone, ma - come introduce Marco Depaoli - *"è anche un percorso che entra nella Storia, quella della nostra Valle, perché Giacomo è stato uno dei pionieri di un territorio che, povero di tutto tranne che di umanità, è riuscito a trasformarsi con cocciutaggine, unità e impegno in un luogo di ricchezza diffusa"*. Ecco un altro elemento caratterizzante tutta la vita di Giacomo Faoro, di Pia, della loro famiglia: il fare con fatica, per sé e per la collettività, il perseguire obiettivi proiettati su tempi lunghi, il fare da sé come logica di autorealizzazione e di 'speciale autonomia' in quest'angolo lontano del Trentino.

"E SÉMM PARTII..." Diario di guerra

(a cura di) Massimiliano Baroni - ed. Graf. Fontanari, Ala 2015

Su progetto dell'Associazione Storico Culturale 'Memores', è omaggio *"a quanti hanno sacrificato la loro vita per una guerra non voluta e non cercata"*. Senza distinzione tra fronti perché, comunque, la guerra è per tutti distruzione-morte-angoscia. Anche la versione del volume in italiano e in tedesco esprime la condivisione del rifiuto della guerra e in particolare di quella guerra. Riflessioni di pietas e di pace, dunque, a partire dal 'Diario di guerra del Kaiserjager alense Giuseppe Veronesi,

1914-1918': *"Un documento prezioso - annota Massimiliano Baroni - che offre uno spaccato reale di vita al fronte, scandita da operazioni belliche, ma resa più umana da sentimenti, emozioni, pensieri, riflessioni di un uomo con una coscienza e una dignità. È il racconto della guerra di trincea o di quella di attacco, con freddo e fame o con sole torrido, pioggia, vento, neve e gelo, fiumi in piena; con i sentimenti propri della sfera emotiva del combattente, pieni di odio e di paura; e poi gli agguati, i bombardamenti, gli arretramenti, gli assalti all'arma bianca"*. Le cifre più probabili di quella catastrofe irrazionale: un totale, tra militari e civili, compreso tra i 15 e i 17 milioni di morti. È la guerra. Da non dimenticare.

"Ginnastica, igiene, istruzione e condizione femminile tra '800 e '900 a Rovereto"

di Rossano Recchia e Roberto Setti - ed. La Grafica Mori 2015

Nella prima parte del volume, (in tutto oltre 400 pagine), risultano così approfonditi, sulla base di documenti inediti, aspetti significativi della vita cittadina (istruzione, igiene, opere assistenziali, istituzioni sanitarie), le trasformazioni della condizione femminile.

Al tema specifico della ginnastica femminile è invece dedicata la consistente parte successiva, che esplora i programmi scolastici, le passeggiate, le gite, la festa degli alberi, le esperienze e le

pratiche delle società sportive. Nei programmi si passa da una ginnastica nella scuola centrata su ripetitivi esercizi di palestra ad una visione nuova, anche nel nome, dell'educazione fisica orientata allo sviluppo armonico e globale della persona, senza distinzioni di genere.

La ricerca rappresenta un primo riuscito tentativo di ricostruire la presenza delle donne, inizialmente timidissima, nell'ambito ginnico-sportivo e ha tra i suoi meriti quello di portare in luce aspetti della storia di Rovereto poco conosciuti. (c.c.)

Promosso dal Liceo A. Rosmini di Rovereto e dall'Accademia roveretana degli Agiati, il libro può essere richiesto all'Accademia degli Agiati o all'Assessorato all'istruzione del Comune di Rovereto.



Per i suoi 26 anni **Solstizio d'Estate** ha deciso di scegliere un tema centrale attorno al quale costruire il Festival: è **Nuovi Mondi**, una riflessione su quanto ci sia di nuovo da scoprire, sulla capacità di guardare oltre, di sperimentare.

Il via l'11 giugno in piazza, a Mezzocorona, con uno spettacolo di acrobazie e musica, dedicato a grandi che vogliono sentirsi bambini, bambini che sognano in grande, e appassionati di teatro, di note, di magia. Un abbraccio al paese, con cena e del buon vino; dal pomeriggio per i più piccoli arrivano gli artisti di strada: **Fantarte**, poi, gli **Okidok**, poetici clown al top della scena circhense europea, per la prima volta in

SOLSTIZIO D'ESTATE 2016

Nuovi Mondi: un festival tutto da scoprire

regione direttamente dal Belgio; infine i giovanissimi e localissimi **Curly Forg ad the Blues Bringers**, in concerto con il loro primo album.

Il Festival proseguirà con il grande teatro contemporaneo, "Lei è Gesù" dei **Quotidiana.com**, per la prima volta sui palcoscenici trentini, unisce il teatro civile a quello contemporaneo. Dopo la musica multietnica del **Quintetto turchese**, lo spettacolo **Apocalisse di Lucilla Giagnoni**, monumentale nome del teatro italiano, mai visto in regione; poi un altro pilastro della scena teatrale contemporanea internazionale: **Scimone Sframeli**, con il dissacrante **Giù**.

A chiudere l'edizione, il 26 giugno la grande musica indie regionale, **Emanuele**



la Piana con il suo **N.a.n.o.**, *tre allegri ragazzi morti* storici esponenti dell'alternativo, con il loro ultimo lavoro "Inumani", al quale hanno partecipato fra gli altri Jovanotti e Le luci della Centrale Elettrica, nella cornice del Palarotari.

Come sempre il festival sarà itinerante: nelle corti, nelle piazze, nei teatri, di Mezzocorona, Mezzolombardo e San Michele. **Oltre allo spettacolo spettacolo gratuito che inaugurerà la rassegna, per gli under 21 saranno gratuiti tutti gli eventi, e il concerto finale sarà libero per gli under 16. Prevedite sul**

circuito Primi alla prima

Entro il 20 giugno

Il festival cerca performer

Oriente Occidente cerca 20 performer per lo spettacolo di La Veronal. E in attesa degli stage del Festival, biglietteria aperta e ultimi appuntamenti con i corsi del CID

CID Centro Internazionale della Danza

WORKSHOP DI TECNICA E REPERTORIO GRAHAM, condotto da **Caterina Rago**, per approfondire e sperimentare la tecnica e il repertorio Graham con la direttrice artistica della Caterina Rago Dance Company di New York. Nello sviluppare la sua tecnica, Martha Graham ha sperimentato con movimenti umani basilari, come contrazione e release, e costruito un vocabolario di movimento che ha "aumentato l'attività emotiva del corpo del danzatore". 18 giugno, ore 14-17 (tecnica) e 17.30-19 (repertorio); 19 giugno, 10-13 (tecnica) e 14-15.30 (repertorio); costo: 90 €, con Carta In Cooperazione sconto del 5 %

Festival Oriente Occidente

RICERCA PERFORMER

Marco Morau, fondatore a Bar-

cellona del collettivo La Veronal, torna a Rovereto con lo spettacolo **Los Pajaros Muertos (Gli uccelli morti)** in cui indaga la vita di **Pablo Picasso**, in un grande affresco di amori, passioni, arte, viaggi, guerre, tra recitazione e danza. Una performance ricca di pathos che prevede la **partecipazione di circa 20 performer**, selezionati tra i volontari che risponderanno all'appello del Festival e che potranno così lavorare con la compagnia di danza spagnola, diventando protagonisti della prossima edizione del Festival Oriente Occidente. **L'invito è aperto a tutte le persone con più di 18 anni**, con precedenti esperienze in ambito artistico (non è richiesto un livello specifico) e desiderino partecipare alla creazione di un vero allestimento coreutico.

Sono previsti 10 giorni di prove (22-31 agosto), al CID Centro Internazionale Danza a Rovereto, c.so Rosmini 58. La presentazione finale di **Los Pajaros Muertos** sarà il 1° settembre 2016



alle 20.30 nella Piazza del MART di Rovereto. Per partecipare alla selezione scrivere entro il 20 giugno 2016 a festival@orienteoccidente.it fornendo i propri dati (nome e cognome, indirizzo di residenza, e-mail e contatto telefonico) e inviando il proprio cv con foto di presentazione e link a video di performance o esibizioni realizzate.

Il coreografo sceglierà tra le candidature quelle più adatte a partecipare al progetto. **Info:** tel. 0464 431660 (lun-ven, ore 9-13 e 14-18) festival@orienteoccidente.it.

Apertura biglietteria

La biglietteria del Festival Oriente Occidente sarà attiva dall'8 giugno (c.so Rosmini 58, Rovereto, lun-ven, ore 10-18).

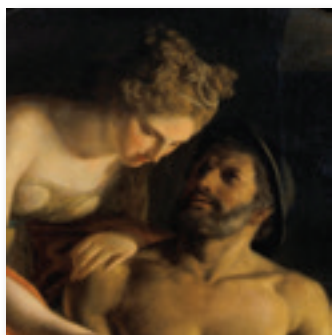
Novità: Oriente Occidente Emozioni, l'abbonamento che costa 5 euro, personale e non cedibile: offre il 30% di riduzione per un biglietto a spettacolo in teatro (a soli 5 euro sotto i

26 anni), e molti altri vantaggi.

Info sul programma degli spettacoli e sui biglietti: www.orienteoccidente.it, tel. 0464 431660

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione sconto di 5 euro sul prezzo del biglietto intero per l'ingresso agli spettacoli nei teatri coinvolti.





Castel Caldes LE SCELTE DI GREZLER

Le scelte di Grezler, dopo la prima tappa espositiva al Castello del Buonconsiglio, troverà collocazione in Val di Sole, a Castel Caldes, dal 15 maggio al 6 novembre. Claudio Grezler, presidente per quasi un ventennio dell'Istituto Trentino Alto Adige per Assicurazioni (ITAS), fu un grande appassionato d'arte, passione che negli anni si tradusse nella formazione di una ricca quadreria personale, costituita da dipinti di artisti italiani e fiamminghi compresi tra il Cinque e l'Ottocento.

Castel Caldes sarà protagonista dell'estate culturale solandra con diversi eventi, tra questi **concerti, manifestazioni come Arcadia, Slow Food, l'asta dei formaggi.**

Castel Stenico ANTICHI ERBARI

Dal 28 maggio al 16 ottobre

Castel Stenico ospiterà la rassegna dedicata agli Antichi Erbari conservati nella Biblioteca Comunale di Trento: una proposta che offre in visione al grande pubblico opere d'arte che rimarrebbero altrimenti accessibili solo a pochi intenditori.

Nella magnifica cornice del maniero che domina le Giudicarie potranno essere ammirati **rari e preziosi volumi dal XV al XVIII, xilografie e incisioni su rame di grande pregio artistico**, che hanno permesso di tramandare fino ad oggi antichi saperi e conoscenze su piante e fiori che in essi vengono accuratamente descritti.

Castel Thun TUTTE LE NOVITÀ

Dal 17 giugno Castel Thun offrirà un percorso museale con parecchie novità (il 17 giugno dalle 17 alle 20 l'ingresso sarà gratuito con visite guidate e concerti e spettacoli).

Tra le novità principali vi è il **riallestimento della Sala delle Guardie, della Sala degli antenati**, con una sontuosa tavola apparecchiata con porcellane e vetri d'epoca e in molte stanze



Un'estate di mostre ed eventi nei Castelli

Tanti nuovi appuntamenti a Castel Caldes, Castel Stenico, Castel Thun, Castel Beseno e Castello del Buonconsiglio



sono state aggiunte opere d'arte tra queste sculture, alabastri, candelabri, dipinti, documenti, porcellane che rendono ancora più affascinante questa residenza nobile. Sarà proposto anche un nuovo filmato curato da Katia Bernardi che racconta la

storia secolare della famiglia Thun.

Castel Beseno ALL'ARMI, ALL'ARMI

Anche quest'anno Castel Beseno, il maniero che domina la Vallagarina, sarà teatro di suggestive rievocazioni storiche. Oltre al consueto appuntamento di agosto con il grande evento "All'armi, all'armi" dove il maniero sarà preso d'assalto da centinaia di armigeri, Castel Beseno proporrà dal **16 luglio al 28 agosto** l'atmosfera cinquecentesca dei campi di battaglia con tende, soldati, armi, stendardi, abbigliamento ed attrezzature che ricreeranno la vita quotidiana del tempo e l'atmosfera degli assedi e delle battaglie. Le animazioni si terranno nelle giornate di **sabato e domenica, dalle 11 alle 17.**

Castello del Buonconsiglio CESARE BATTISTI

Al Castello del Buonconsiglio, nell'ambito delle iniziative sul-

la Prima Guerra Mondiale e in occasione del centenario della morte di Cesare Battisti, dal 12 luglio sarà proposta la mostra **Tempi della storia, tempi dell'arte. Cesare Battisti tra Vienna e Roma**, rassegna che intende, attraverso una selezione di preziose opere d'arte dell'epoca e di rare testimonianze storiche, illustrare al grande pubblico una personalità di grande spessore umano e culturale, che ha avuto un ruolo importante nella storia recente



non solo del Trentino ma anche dell'Italia e merita di essere conosciuto nella sua complessità e modernità.

Castello del Buonconsiglio

Tel. 0461 233770

www.buonconsiglio.it

Carta In Cooperazione



Per i soci possessori di Carta In Cooperazione biglietto d'ingresso a **tariffa ridotta** al Castello del Buonconsiglio, a Castel Beseno, al Castello di Stenico e a Castel Thun (Castel Caldes ingresso gratuito). **Tariffa ridotta** per biglietto unico 5 sedi.



Parchi avventura, a tema e acquatici

Estate nei parchi



Divertimento e sport, immersione nella natura, relax e gioco per bambini e ragazzi, scoperta e cultura: sono infinite le occasioni per visitare un parco in Trentino e in Italia (con gli speciali sconti per i soci possessori di Carta In Cooperazione)

PARCHI AVVENTURA



Acropark

Gli Acropark sono parchi avventura dove sono allestiti percorsi acrobatici per tutte le età tra gli alberi, da affrontare in sicurezza, in completa sintonia con la natura, alla scoperta delle proprie capacità. Nel panorama nazionale dei parchi-avventura, gli Acropark di Rio Centa (8 percorsi) e Roana (Altopiano di Asiago, 8 percorsi, compreso il Big Zip, caratterizzato da un sistema di teleferiche di 348 m tra gli alberi), oltre ad essere tra i più grandi per numero di piattaforme, si distinguono per l'eccellenza degli standard di qualità e sicurezza. **L'entrata al Parco è gratuita e si paga solo per avere accesso ai percorsi acrobatici** per i quali viene fornito tutto il necessario, insieme ad un corso sulle procedure di uso e sicurezza. Oltre ai percorsi in altezza vi sono altre attività e aree pic-nic che consentono di trascorrere una bella giornata all'aperto, anche sulle spiagge del Rio Centa.

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- sconto 20% sulle tariffe per corsi



- per gruppi organizzati, senza limite minimo di numero, ma con obbligo di prenotazione, si applica la tariffa di 7 € per i minori di 10 anni e di 10 € per gli altri. Un accompagnatore ogni 10 minorenni ha l'ingresso gratuito.

Lo sconto non è cumulabile con altre iniziative. Convenzione valida per due persone

Apertura: da aprile a settembre; luglio e agosto tutti i giorni; aprile, maggio, giugno, settembre tutte le domeniche e festività (altri giorni su prenotazione) **Orario:** 10-18 (ultima accettazione ore 17) www.acropark.it

Centro Rafting Extreme Waves Val di Sole



Immerso nel verde, in riva al fiume Noce, e al cospetto del massiccio del Brenta, il Centro propone rafting, canyoning, tarzaning, hydrospeed, downhill mountain bike, canoa kayak, ropes course, river bridge, arrampicata, vie ferrate, trekking, ponting, nordic walking.

National Geographic ha inserito il fiume Noce tra "i migliori 10 fiumi al mondo per fare rafting".



Per i più piccoli è stata creata la discesa **Cuccioli**, che si svolge nella massima sicurezza, su tratti facili e con trasbordo sulle rapide impegnative. Il centro Extreme Waves offre: bar, terrazzo, solarium e gonfiabili per bambini, parco giochi per bambini, zona pic-nic, griglia e tavoli, campo calcetto...

Tutta l'attrezzatura tecnica necessaria è fornita dal Centro Extreme Waves.

È consigliabile portare: scarpe di ricambio da ginnastica, calze in sintetico o lana, micro pile o canottiera pesante, asciugamano; per Tarzaning Canyoning anche scarponcini da montagna.

Il Centro organizza Corsi settimanali, Settimane Multisport, programmi intensivi per Weekend.

Apertura: da maggio a settembre

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

- sconto del 10% sul noleggio mountain bike
- sconto del 15% sul prezzo di listino di tutte le attività* e Settimane Multisport rivolte ad adulti
- sconto 20% sulle singole attività della Fattoria Didattica rivolte a bambini (fino a 12 anni)
- sconto del 20% sul prezzo di listino di tutte le attività* rivolte a bambini (fino a 12 anni)

Lo sconto è applicato su tutti i prezzi di listino, consultabile sul sito ufficiale.

OASI WWF

Un sistema di aree protette, il primo in Italia gestito da un'associazione privata e tra i primi in Europa: sono tantissimi i progetti e le attività svolte dall'Associazione per difendere le riserve naturali; dall'ecoturismo alle vacanze natura, dalla tutela legale dei parchi ai programmi di educazione, formazione e informazione ambientale.

Ecco dove sono:

Abruzzo: Penne (PE); **Campania:** Cratere degli Astroni (NA), Persano (SA), Grotte del Bussento (SA), Bosco San Silvestro (SA); **Friuli Venezia Giulia:** Miramare (TS); **Lazio:** Macchiagrande (RM), Vasche di Maccarese (RM), Bosco Foce dell'Arrone (RM), Pian Sant'Angelo (VT); **Lombardia:** Bosco di Vanzago (MI), Valpredina (BG); **Marche:** Ripa Bianca di Jesi (AN); **Molise:** Guardiaregia/Campochiaro (CB); **Puglia:** Le Cesine (LE), Monte Sant'Elia (TA); **Sardegna:** Monte Arcosu (CA); **Toscana:** Bosco Rocconi (GR), Orbetello (GR), Orti Bottagone (LI), Lago di Burano (GR); **Trentino Alto Adige:** Valtrigona (TN); **Umbria:** Alviano (TR); **Veneto:** Valle Averte (VE).



*Rafting, Tarzaning, Canyoning (solo adulti), Ropes Course, River Bridge

Gli sconti sono validi per tutta la stagione senza limitazioni temporali di utilizzo. Lo sconto non è cumulabile con altre iniziative in corso.

Il **Centro Extreme Waves** offre gratuitamente: ampio parcheggio, parco giochi, area picnic con tavoli a disposizione, gonfiabile per bambini, visita alla **Fattoria Didattica** per vivere un'avventura educativa e accarezzare e coccolare molti animali.

La convenzione è valida per 2 persone

Extreme Waves, Commezzadura (TN)

Tel. 0463.970808-335 7080539

www.extremewaves.it



Il parco avventura più grande del Trentino

Breg Adventure Park

Il Breg Adventure Park Val di Breguzzo, nelle Giudicarie, è il parco avventura con oltre 130 entusiasmanti attività suddivise in 10 percorsi di diversa difficoltà. Situato alle porte del **Parco Naturale Adamello Brenta**, in un ampio prato con spazi attrezzati per picnic, offre emozioni e grande divertimento in tutta sicurezza: **percorsi di abilità per tutta la famiglia**, sospesi nell'aria tra tronchi, teleferiche mozzafiato, passerelle e ponti tibetani, seguiti da istruttori specializzati. **È uno dei primi parchi in Italia ad adottare il sistema di**



sicurezza 100% Bornack che permette di affrontare ogni passaggio in sicurezza, ma senza perdere l'emozione del brivido. **È l'unico parco in Trentino a Marchio Family.**

Per vivere un'intera giornata all'avventura si può abbinare il **nuovo percorso di orienteering** che permette di sfidare il proprio gruppo di amici per trovare, con mappa e bussola, nel minor tempo, tutti i punti nascosti! (offerta a richiesta riservata ai gruppi).

Al **Breg Canyoning Rio Roldone**, accompagnati da esperte guide alpine, proverete inoltre emozionanti discese scivolando nel fiume.

NOVITÀ 2016

- **Campo fisso di orienteering**
- **Slackline:** una fettuccia sulla quale camminare mettendo alla prova il proprio equilibrio
- **Breg sky tower:** una torre di 20 metri polifunzionale dove arrampicarsi in simultanea e

dominare l'intero parco!

- **Breg baby little home:** la struttura dedicata alle neomamme e ai loro piccoli
- **E-bike scott:** fantastiche mountain bike a pedalata assistita, per raggiungere la cima con il minimo sforzo ma con grande soddisfazione!!

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

- sconto del **20%** sui prezzi di listino. *Lo sconto non verrà applicato ai prezzi riservati alla Breg Family Card. La convenzione è valida per due persone.*



Breg Adventure Park,
Loc. Chiesetta Alpina Breguzzo
Tel. 338 8848918 - 0465 323090
www.bregadventurepark.it

PARCHI AVVENTURA

INDIANA PARK

Castellana Grotte (BA)

Tel. 349 5352523 - 327 6912727

castellana.indianapark.it

Con Carta In Cooperazione

- **sconto 2 €** sulle tariffe percorsi per bimbi di 2-5 anni e bambini di 6-11 anni

- **sconto 3 €** sulle tariffe percorsi per ragazzi (oltre 12 anni) e adulti

Escluso dal 10 al 25 agosto

L'agevolazione è estesa al nucleo familiare, previa esibizione dei documenti di identità.

CIMONE ADVENTURE PARK

Sestola (MO)

Tel. 0536.62922- 388 9797606

www.adventureparkcimone.it

Aperto week-end e festivi, dall'11

giugno al 17 luglio, e tutti i giorni dal 18 luglio al 4 settembre.

Con Carta In Cooperazione

- listino scontato sulle diverse specialità; *le agevolazioni sono estese al nucleo familiare del socio.*

IL GIARDINO SOSPESO

Località Il Giardino - Riparbella (PI)

Tel. 335 7726322 - 335 7726323

www.ilgiardinospeso.it

Con Carta In Cooperazione

- percorsi per bambini: **11 € anziché 13 €**
- percorsi per adulti: **15 € anziché 17 €**
- percorsi baby: **6 € anziché 8 €**

Le agevolazioni sono estese al nucleo familiare del socio, fino a un massimo di 4 persone.

Campo estivo: diurno 110 € anziché 140; residenziale 340 € anziché 380; ulteriore sconto di 20 € per i fratelli e per chi si iscrive a 2 settimane sconto 40 € sul totale.

OSTUNI ADVENTURE PARK - PARCO AVVENTURA E BOSCO DIDATTICO CIUCHINO BIRICHINO

S.P. 17 Ostuni - Cisternino - Ostuni

(Brindisi) tel. 328.8485157

www.ostuniadventurepark.com

www.ciuchinobirichino.it

Con Carta In Cooperazione

- sconto **2 euro** su tutte le attività.



Con Carta In Cooperazione

- Ingresso adulti: **5 € anziché 6 €**
- Ingresso bambini e ragazzi sotto i 14 anni: **3 € anziché 4 €** (secondo figlio ingresso gratuito)
Lo sconto è esteso ad un accompagnatore
- Visite guidate: **4 €** a persona (sia adulti che bambini/ragazzi)
- **Sconto 5%** su tutti i servizi a pagamento presso i punti di vendita WWF Oasi e sulla partecipazione a eventi (manifestazioni, serate a tema, ecc.)



Lo sconto è esteso al nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone e non è cumulabile con altre promozioni in corso, previa esibizione dei documenti di identità e prenotazione telefonica. Escluso dal 10 al 25 agosto.

PARCO NATURALISTICO ARCHEOLOGICO

Vulci (VT) Tel. 0766.879942 - www.vulci.it

Con Carta In Cooperazione
sconto del 20% sulla VulciCard singola (biglietto d'ingresso al parco+museo), costo al pubblico 10 €, anziché 8 €;
sconto del 20% sulla Vulci-Card family (biglietto d'ingresso al parco+museo 2 adulti + max 3 under 13), costo al pubblico di 20 € anziché 16 €.

ENTE PARCO REGIONALE DELLA MAREMMA

Alberese (GR) Tel. 0564.393222
www.parco-maremma.it

Con Carta In Cooperazione
Sconto di 1 € sul biglietto d'ingresso al parco (percorso a piedi, in bicicletta e ingresso acquario della laguna di Orbetello a Talamone), acquistato presso i centri visite del parco.
Lo sconto non è valido sulle gite in canoa, in carrozza e a cavallo. Le agevolazioni sono estese ai soci Coop e ai loro accompagnatori.

PARCHI A TEMA

MIRABILANDIA

Ravenna, tel. 0544.561156
www.mirabilandia.it

Con Carta In Cooperazione
- ingresso intero: € 32,40 anziché 34,90.
Per i bambini di altezza inferiore ai 100 cm l'ingresso è gratuito (non include l'ingresso all'attrazione "Dead Town", all'area acquatica "Mirabeach" e ad eventuali altre aree a pagamento).

Lo sconto è esteso a un accompagnatore pagante biglietto d'ingresso individuale intero.

PARCHI DELLA VAL DI CORNIA

Piombino (LI) Tel. 0565.226445
www.parchivaldicornia.it

Con Carta In Cooperazione
Sconto 20% sul biglietto famiglia e sul biglietto d'ingresso per la visita completa a: Parco Archeologico di Baratti e di Populonia (Piombino); Parco Archeominerario di San Silvestro (Campiglia M.ma); Museo Archeologico del territorio di Populonia (Piombino); Museo del Castello e delle Ceramiche Medievali (Piombino).

Lo sconto è esteso al nucleo familiare fino a

Gli agriturismi di Libera Terra Molto più di una vacanza

www.liberaterra.it è anche l'attività di turismo responsabile di Libera, nata per valorizzare i beni confiscati alla mafia e gestiti dalle cooperative sociali del progetto Libera Terra. Per viaggiatori di ogni età, gli agriturismi permettono di vivere una



un massimo di 4 persone e non è cumulabile con altre promozioni in corso.

ITALIA IN MINIATURA

Visera di Rimini (RN) Tel. 0541.736736
www.italiainminiatura.com

Con Carta In Cooperazione
Adulti sconto di € 2 sul biglietto individuale intero (21 € anziché 23 €)
Lo sconto è esteso ad un accompagnatore adulto.

CARRISILAND RESORT

Cellino S. Marco (Br) Tel. 349.2914792
www.carrisiland.it

Con Carta In Cooperazione
- fino al 10/6/2016: area boschiva e area divertimenti: ingresso adulti e bambini: sconto 2 €
- dall'11/6 all'11/9/2016: area boschiva, area divertimenti e acquapark: ingresso adulti e bambini sconto 3 €

Le agevolazioni sono estese al nucleo familiare del socio.

PARCO DIVERTIMENTI RAINBOW MAGICLAND

Valmontone (loc. Pascolaro), Roma
Via della pace
Tel. 06.95318700 - www.magicland.it
Apertura Parco fino all'8 gennaio 2017

Con Carta In Cooperazione
1 biglietto di ingresso omaggio a fronte dell'acquisto di un biglietto intero diurno. Escluso agosto e 31/12/2016.

OLTREMARE

Riccione (RN) Tel. 0541.4271
www.oltremare.it

Con Carta In Cooperazione
- ingresso intero: 24 € anziché 26 €; lo sconto è esteso ad un accompagnatore adulto.

LEOLANDIA

Capriate S. Gervasio (BG)
Tel. 02.9090169 - www.leolandia.it

vacanza ricca di emozione, piacere e relax, alla scoperta di un patrimonio prezioso di saperi e tradizioni.

Con Carta In Cooperazione sconto 8%, esclusi i giorni festivi (lo sconto è esteso agli accompagnatori), su tutti i servizi degli agriturismi di:

- **Portella della Ginestra**, Cooperativa Placido Rizzotto, Libera Terra Palermo, tel. 091.8574810 - www.liberaterra.it
- **Terre di Corleone**, Cooperativa Pio La Torre, Libera Terra contrada Drago, Corleone (PA) tel. 333.7993291, terredicorleone@liberaterramediterraneo.it

Con Carta In Cooperazione

- uno sconto in più inserendo il codice COOPS16 sul sito www.leolandia.it.
Lo sconto è valido solo per i biglietti a "data fissa". I bambini di statura fino a 89 cm entrano gratis.

ACQUARI

ACQUARIO DI CATTOLICA

Cattolica (RN) Tel. 0541.8371
www.acquariodicattolica.it

Con Carta In Cooperazione
- ingresso 18 € anziché 20 €; lo sconto è esteso a un accompagnatore adulto.

ACQUARIO DI GENOVA

Genova, Area Porto Antico
Tel. 010.2345678 - www.acquariodigenova.it

Con Carta In Cooperazione
Sconto 1,5 € su biglietto di ingresso. esteso al nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone per Acquario di Genova e Galata Museo del Mare con sommergibile N. Sauro.
Sconto 1 € esteso ad un massimo di 4 componenti del gruppo familiare per: Dialogo nel Buio, Bigo ascensore panoramico, Biosfera e Museo dell'Antartide.

ACQUARIO DI LIVORNO

Livorno Tel. 0586 269.111
www.acquariodilivorno.it

Con Carta In Cooperazione:
- sconto di 1 € su biglietto di ingresso. Per i bambini di altezza inferiore ai 100 cm l'ingresso è gratuito.
Lo sconto è esteso al nucleo familiare fino a un massimo di 4 persone e non è cumulabile con altre promozioni in corso.

Carta In Cooperazione

Per informazioni
Ufficio Relazioni Soci, Sait
tel. 0461.808641 - ufficio.soci@sait.tn.it
www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni
www.e-coop.it/web/politiche-sociali/tempo-libero



A Rovereto quattro serate (ore 20-22) nella stessa settimana (23-26 maggio), e poi quattro incontri, a cadenza settimanale (mercoledì 1, 8, 15 e 22 giugno 2016), sempre presso l'oratorio Rosmini (via Paganini 12): è il programma del corso "Insieme per non fumare più", promosso dal Servizio di Alcologia Centro Antifumo del Distretto Sanitario Centro Sud e basato sull'approccio dell'auto mutuo aiuto, del rinforzo motivazionale e dei suggerimenti utili al cambiamento.

L'esperienza del gruppo di auto mutuo aiuto per smettere di fumare è valida e consolidata: il cambiamento del proprio stile di vita è infatti facilitato dal confronto con gli altri membri del gruppo; il rinforzo della motivazione personale, l'apprendimento di tecniche e suggerimenti utili anche rispetto ad altri stili di vita e la solidarietà del gruppo rappresentano gli elementi essenziali del percorso (durante gli incontri viene suggerita la presenza di un familiare o di una persona amica).

A qualsiasi età smettere di fumare significa stare meglio, essendo il fumo di tabacco uno dei prin-

Rovereto, 23 maggio-22 giugno 2016

"Insieme per non fumare più" Un laboratorio di gruppo aiuta a trovare la strada giusta per smettere di fumare



A qualsiasi età smettere di fumare significa stare meglio, essendo il fumo di tabacco uno dei principali fattori di rischio per tante gravi patologie (oncologiche, cardiache, respiratorie).

cipali fattori di rischio per tante gravi patologie (oncologiche, cardiache, respiratorie).

Per informazioni e iscrizioni al corso (la quota è di 40 euro devoluta alle associazioni che collaborano per le spese di gestione del corso):

telefonare allo 0464 403611 (dalle 8.30 alle 10.30)

Servizio di Alcologia Centro Antifumo del Distretto Sanitario Centro Sud, via San Giovanni Bosco 6, Rovereto

Per iscriversi (la quota è di 40 euro devoluta alle associazioni che collaborano per le spese di gestione del corso) si può telefonare allo 0464 403611 (dalle 8.30 alle 10.30), Servizio di Alcologia Centro Antifumo del Distretto Sanitario Centro Sud (via San Giovanni Bosco 6, Rovereto).

DIAMOCI UNA MOSSA

Il benessere che viene dal movimento

Potremmo mai stare senza movimento? La risposta è no, il nostro corpo è una macchina e per stare in forma ha bisogno di muoversi, in maniera costante e continua. Muovere la macchina per stare bene dentro e fuori: migliorando il corpo, la mente, l'umore e lo stile di vita! Gli esercizi che vi proponiamo questo mese sollecitano la zona cervicale e la colonna vertebrale.

Esercizio 1

Posizione di partenza:

seduti, schiena dritta, arti superiori lungo i fianchi, piedi ben appoggiati al pavimento, zona occipitale a contatto con un cuscinetto possibilmente "cedevole" (foto 1)

Esecuzione:

dalla posizione di partenza portare il mento verso dietro (retrazione del mento) e "schiacciare" con la testa il cuscinetto (retropulsione del capo) - foto 2; mantenere la posizione qualche secondo (durante l'esecuzione del movimento cercare di tenere il mento parallelo al terreno) e poi tornare alla posizione di partenza - foto 2.

Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale.

Eseguire 3 serie da 3 ripetizioni.



Esercizio 2

Posizione di partenza: seduti, schiena dritta, arti superiori lungo i fianchi, piedi ben appoggiati al pavimento (foto 3)

Esecuzione: dalla posizione di partenza flettere moderatamente il busto verso avanti (dorso curvo) - foto 4, successivamente estendere moderatamente la colonna vertebrale verso dietro (attenzione a non inarcare eccessivamente la parte lombare) - foto 5.

Il movimento è lento e controllato, la respirazione naturale.

Eseguire 3 serie da 5 ripetizioni (1 ripetizione= flessione in avanti ed estensione indietro).



Cooperativa AM.IC.A

Canezza di Pergine Valsugana

www.amicacoop.net

tel. 0461.992177



Ricette, bottiglie e libri

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

Ingredienti di stagione

Gustosa semplicità

Primo, secondo e contorno: ecco un breve menu a base di ingredienti semplici, di stagione, ma cucinati in modo creativo quanto basta

CACIO E PEPE CON FIORI DI ZUCCA

Per 4 persone: 320 g di spaghetti quadrati, 9 cucchiai di pecorino sardo maturo, 12 pomodorini, 2 zucchine, 2 spicchi d'aglio piccoli, 4-5 foglie di basilico, 20 fiori di zucca, olio d'oliva extravergine sale e pepe



Mondate le zucchine e tagliatele a julienne nel senso della lunghezza; tritate l'aglio sbucciato e mettetelo in una padella con 3 cucchiai di olio; fatelo rosolare senza che prenda colore, unite le zucchine e cuocete per 5 minuti, regolate di sale e unite i pomodorini lavati tagliati a metà; proseguite la cottura per 1-2 minuti aggiungendo se necessario poca acqua di cottura della pasta, poi profumate con basilico spezzettato con le mani e spegnete il fuoco: Lessate la pasta e scolatela 3 minuti prima del tempo indicato sulla confezione; riaccendete il fuoco sotto la padella con il sugo, scolate la pasta e mettetela in padella, ma conservate l'acqua di cottura; saltate la pasta per 2 minuti aggiungendo un mestolino di acqua di cottura alla volta e facendola via via assorbire; a i minuto dalla fine della cottura unite i fiori di zuc-

ca lavati e tagliati a metà per il lungo e proseguite fino a cottura completa, aggiungendo acqua se necessario. Fate in modo che la pasta non risulti troppo asciutta, fuori dal fuoco unite il pecorino grattugiato poco per volta per farlo amalgamare; aggiungete pepe nero macinato al momento e decorato con formaggio grattugiato.

GALLETTO AL FORNO CON LE MANDORLE

Per 4 persone: 2 galletti da circa 650 g già puliti, 2 spicchi d'aglio, 2 rametti di rosmarino, olio d'oliva extravergine, sale e pepe; per la gremolata: 80 g di mandorle spellate, 10 rametti di menta, 1 limone piccolo non trattato, 6 cucchiai di olio d'oliva extravergine, 2 spicchi d'aglio piccoli, sale e pepe

Sciaccate e asciugate i galletti; salate e pepate l'interno e sistemate in ciascuno uno spicchio d'aglio intero con la buccia e un rametto di rosmarino; massaggiare tutta la pelle con l'olio e conditela con sale e pepe, picchiettandola in modo che il condimento penetri. Sistemare i galletti in una teglia coperta di carta forno spennellata con poco olio e fate cuocere a 180° C per 40-45 minuti finché la pelle sarà ben rosolata e infilzando uno stuzzicadenti nella polpa di una coscia ne uscirà un liquido trasparente (se è rosato non è ancora cotto). Nel frattempo preparate la gremolata pestando in un mortaio la mandorle con l'aglio tritato fino a ottenere un pesto grossolano; unite l'olio, una presa di sale, pepe e menta sminuzzata; lavorate con il pestello fino a ottenere un pesto piuttosto denso; lavate il limone, ricavatene la scorza sottile, tritatela finemente e unitela alla salsa. Quando i galletti saranno cotti,



appena sfornati copriteli con la gremolata, divideteli a metà nel senso della lunghezza e servite.

INSALATA DI PATATINE NOVELLE

Per 4 persone: 650 g di patatine novelle, 1 mazzo prezzemolo, 2 cipollotti rossi di Tropea piccoli e sottili, olio d'oliva extravergine, 2-3 cucchiai di aceto bianco, sale e pepe

Lavate bene le patate con la buccia e fatele cuocere in acqua fredda leggermente salata per 20 minuti dal bollore; scolatele e raffreddatele velocemente sotto l'acqua corrente; trasferitele su un canovaccio pulito e asciugatele, dividete quelle più grandi in due e mettetle tutto in una ciotola. Mondate e lavate il prezzemolo e tritate finemente le foglie; condite le patate con 5 cucchiai di olio, il prezzemolo, sale, pepe e aceto; mondate i cipollotti a rondelle sottili scartando il gambo verde, unitelo all'insalata di patate e amalgamate bene; fatela riposare almeno 30 minuti mescolandola di tanto in tanto e servite. (Ricette tratte da Fiorfiore in cucina 5/2016)



Fior Fiore In Cucina

Con 100 punti della raccolta Sinfonia si riceve in premio una copia della rivista Fior Fiore In Cucina, il mensile di ricette e cultura gastronomica Coop.





Come coltivare con successo i lamponi? E in montagna fino a quale altezza è possibile farlo? Ecco qualche risposta alle domande dei nostri lettori.

Nel mondo il più diffuso in forma spontanea tra le diverse specie di piccoli frutti e, dopo la fragola, anche il più coltivato, è sicuramente il lampone (*Rubus idaeus*). La forma spontanea è presente in tutti i continenti, nelle zone montane e collinari, fino ad altitudini superiori ai 1000 metri; la coltivazione, invece, interessa Russia, Polonia, Ungheria, Francia, Austria, Germania, Stati Uniti, Canada, Cile, Cina.

In Italia il lampone è oggi coltivato un po' ovunque, anche a quote medio-elevate, fino a 1200 metri al Nord (province di Cuneo, Torino e Trento) e fino a 1600 m al Centro e al Sud. Nella nostra regione i lamponi allo stato spontaneo si trovano in estate nei boschi di montagna, lungo le scarpate e le rive dei torrenti, anche a quote molto elevate perché la pianticella vegeta bene fino a quasi 2000 metri!

La varietà coltivata ha forma di arbusto, alto da 160 a 200 cm, con tralci che annualmente si sviluppano dal ceppo da gemme radicali situate vicino al colletto (punto di inserzione del fusto con le radici); nella prima fase di sviluppo il portamento dei rami si può considerare eretto; in seguito, per il peso dei frutti e delle foglie e per l'eccessiva lunghezza, essi assumono un aspetto ricadente fino a toccare terra; per questo motivo i tralci delle piante coltivate necessitano di sostegni di fili di ferro, fissati a paletti disposti lungo il filare.

I tralci, di colore bruno, grigio o rossastro, sono ricoperti da una fitta spinescenza, raramente sono lisci; la loro vita è di 2 anni e possono produrre una sola volta nelle varietà *unifere* e due in quelle *riflorenti* o *bifere*: le unifere producono una volta all'anno (giugno e luglio), sui tralci di due

anni e poi all'inizio dell'autunno i tralci si seccano; le bifere producono 2 volte all'anno: la prima sul pollone di 1 anno nella parte apicale (tarda estate-autunno), la seconda sullo stesso tralcio, l'anno successivo (giugno e luglio); dopo la seconda produzione il tralcio si secca. Il lampone viene coltivato in molte varietà con frutti il cui colore varia dal rosa, al rosso, al giallo, al violaceo, al nero.

Per le varietà a frutto rosso, le più coltivate sul nostro territorio, **l'altitudine ideale va dai 700**

eccessiva piovosità nel periodo primavera-inizio estate.

La pianta ha le radici molto superficiali e soffre per la mancanza di acqua soprattutto in corrispondenza della fioritura e dell'ingrossamento dei frutti, ma nell'irrigazione è bene regolare il dosaggio per evitare attacchi di muffa grigia (botrite)

Frutti di bosco

Il lampone sul balcone

Golosi e ricchi di sostanze benefiche per l'organismo, i lamponi sono frutti di bosco facili da coltivare, in giardino o nell'orto. Ma anche in vaso sul balcone

di Iris Fontanari

ai 1300 metri; sopra i 1000 metri è preferibile un'esposizione a sud-est, sud e sud-ovest perché le piante possano godere di un maggior numero d'ore di luce; l'impianto va fatto in primavera; il lampone predilige i suoli leggermente acidi, di medio impasto tendente allo sciolto, profondi, permeabili, non troppo umidi e ricchi di sostanza organica. **Pur essendo una pianta rustica e di facile adattamento alle diverse condizioni climatiche**, non ama il caldo eccessivo in estate (25°C) e nemmeno il freddo troppo rigido in inverno (oltre -20°C); gradisce un ambiente leggermente ventilato, non soggetto a clima umido e afoso nei mesi estivi né a brinate tardive e frequenti grandinate; teme le zone troppo ombreggiate, e anche quelle soggette a

e problemi di asfissia radicale. La moltiplicazione per seme non avviene quasi mai; la forma più semplice e alla portata di tutti è la propagazione per pollone radicale.

I lamponi si possono piantare anche nell'orto o nel giardino, basta un terreno asciutto e acido, profondo 10-15 cm, ben concimato, **o sul balcone o terrazzo** in contenitori riempiti di apposito terriccio, dove mettere i polloni: irrigati, concimati e allevati con le medesime cure daranno ottimi frutti. Per la propagazione si possono utilizzare i molti polloni che la pianta emette durante il periodo vegetativo (novembre-marzo): si estirpano i getti meglio lignificati, con un discreto apparato radicale e la presenza nella zona del colletto di almeno due gemme che daranno origine ai polloni per l'anno successivo; dopo la fruttificazione si elimineranno i fusti che hanno già prodotto.

Il lampone è ricco di vitamine, sali, acidi organici e polifenoli, antociani, flavonoli e tannini idrolizzabili, che hanno azione antiossidante, con proprietà antinfiammatorie e protettive dei vasi capillari.



La velocità dei frutti che proteggono il cervello

È stato recentemente pubblicato sulla rivista britannica *Scientific Reports* un articolo su una ricerca sui pigmenti rossi e blu della frutta che ha scoperto la loro velocità nel raggiungere il cervello e aiuta a capire i loro effetti neuroprotettivi. L'articolo è frutto di una ricerca condotta dall'Università di Trieste e dalla Fondazione E.Mach: un contributo scientifico di alto livello a favore della valorizzazione nella dieta della frutta rossa, come mora, lampone, ribes nero, ciliegie dolci, prugne, uva rossa, naturalmente ricca di pigmenti rossi e blu. (fonte: www.fmach.it)

L'olio di chi ama l'olio.



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

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

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

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

OLEIFICIO VIOLA & C.

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



CHIAMATE A 1 CENT VERSO TUTTI

- ▶ 1 cent al minuto verso tutti
- ▶ Tariffa al secondo con scatto alla risposta di 10 cent
- ▶ SMS a 10 cent
- ▶ IN PIU⁺ navighi a 1 cent a Mb o puoi attivare Web 2 Giga a soli 5€ al mese

Promozione valida per chi passa a CoopVoce tra il 2 giugno e il 29 giugno 2016



Scopri le offerte CoopVoce su www.coopvoce.it

coopvoce
Comunicare è semplice.

Condizioni della promozione: la promozione "1 per Tutti", sottoscrivibile dal 02/06/16 al 29/06/16 per chi porta il numero in CoopVoce, permette di chiamare ad 1 cent al minuto ed inviare SMS a 10 cent verso tutti i numeri nazionali di rete fissa e mobile (sono escluse le numerazioni a sovrapprezzo ed il traffico roaming). La tariffazione è al secondo ed è previsto uno scatto alla risposta di 10 cent. In più, per coloro che sottoscrivono questa promozione è possibile attivare l'offerta "Web 2 Giga senza limiti" al costo di 5€ al mese. Per maggiori dettagli su tutte le offerte visita il sito www.coopvoce.it.

CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: AVIO P.zza Roma, 5 • BORGO 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 8/10 - Via Padova 5 • ROVERETO Millennium Center - Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31 - P.zza N. Sauro, 19/A • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TIONE DI TRENTO Via F. Filzi, 16 • TRANSACQUA Viale Piave, 75 • TRENTO Big Center - P.zza G. Cantore, 30 - Via Brigata Acqui, 2 - Via Solteri, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Madonna Bianca - Via C. Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - P.zza Lodron, 28 • TUENNO P.zza 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 • FALCADE Via del Mercato, 6 • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11

più convenienza al socio



PRENOTAZIONE

DALL'1 AL 15 GIUGNO 2016

CONSEGNA DALL'1 AL 15 LUGLIO 2016

nr. **154** **SPECK TRENINO
CON TAGLIERE**

Trancio 700 g

Solo per i Soci

anziché € 13,90

9,50 €

al kg

**SCONTO
31%**



OFFERTA

DALL'1 AL 30 GIUGNO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA



**RASAERBA
SCOPPIO
Mowy by
Alpinia
ES464TR**

- Potenza motore: RS 100 OHV (100CC)
- Avanzamento: a trazione
- Scocca: acciaio
- Larghezza lama: 44 cm
- Ruote: 165/190 mm su cuscinetti
- Taglio: 5 posizioni da 30 a 67 mm
- Impugnatura: manico ergonomico
- Peso: 23 kg

Solo per i Soci

anziché € 219,00

199,90 €

**GRASS SHEAR (mini tagliasiepi)
ALPINA AGS60Li**

ALPINA



- Tipo motore: Batteria al litio
- Potenza motore: 6 W
- Potenza netta del motore a batteria: 3,6 V
- Capacità batteria (consigliata): 1.5 Ah
- Tempo di lavoro (+/-20%): 45 min
- Tipo lama: Doppia
- Distanza dei denti: 8 mm
- Larghezza lama: 80 mm
- Lunghezza lama: 160 mm
- Batteria inclusa: 1,3
- Caricabatteria incluso: Standard
- Peso: 2 kg

Solo per i Soci

anziché € 59,00

49,90 €

**DECESPUGLIATORE
ALPINA B33**

ALPINA



- Tipo motore: Due tempi
- Cilindrata: 32,6 cm³
- Potenza netta del motore: 0,9 kW
- Choke (aria): Manuale
- Tipo di avviamento: Avviamento facilitato
- Testina: a fili Tap & Go dual line
- Diametro nylon: 2,4 mm
- Tipo di impugnatura: Mono
- Bretella: Mono
- Peso netto: 8,5 kg
- Anti-vibration system (AVS): Sì

Solo per i Soci

anziché € 199,00

169,90 €



Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionali 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 30 GIUGNO 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA



GAZEBO MEDUSA II



Solo per i Soci
anziché € 139,90
118,90 €



SEDIA
PIEGHEVOLE
RAPTOR
OUTDOOR

Solo per i Soci
anziché € 39,90
33,90 €



TROLLEY
FRIOBAG

Solo per i Soci
anziché € 49,90
42,90 €

MATERASSINO FLAIR JUMBO



Solo per i Soci
anziché € 74,90
59,90 €

CARRELLO CARGO



Solo per i Soci
anziché € 127,90
116,90 €

MOBILE MERCURY
CROSS COOKER



Solo per i Soci
anziché € 116,90
96,90 €

MOBILE MERCURY
CROSS LS



Solo per i Soci
anziché € 84,90
68,90 €

FORNELLO
ARISTO 2



Solo per i Soci
anziché € 54,90
46,90 €



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

DALL'1 GIUGNO AL 30 SETTEMBRE 2016

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

TORCIA FUSION 2 IN 1 STANDING LIGHT 639359 ENERGIZER

- Robusta, con piedini pieghevoli per tutti gli usi
- Testa mobile per indirizzare la luce
- Luce direzionale e di zona tutto in uno
- 4 batterie stilo AA (incluse)

Solo per i Soci

24,90 €



FRONTALINO VISION HD + FOCUS 5 LED E300280700 ENERGIZER

- 2 LED rossi + 3 LED bianchi
- Luminosità max 250 lumens
- Durata max 50 ore
- Lunghezza fascio luce max 80 m
- Testa mobile x indirizzare la luce
- Lenti infrangibili e fascia regolabile
- Resistente alle intemperie

Solo per i Soci

12,90 €



BINOCOLO ACULON 10X21

- Ingrandimento: 10 x
- Ø obiettivo 21 mm
- Peso contenuto e design tascabile per una migliore portabilità
- Lenti con rivestimento multistrato per immagini luminose
- Anello di messa a fuoco più grande per una maggiore facilità d'uso
- Le conchiglie oculari in gomma a rotazione ed estrazione assicurano il facile posizionamento degli occhi alla distanza di accomodamento corretta
- Design sportivo con un'unica cerniera
- Peso g 215

Solo per i Soci

74,90 €



W 10 MIMETICO - BIANCO

Solo per i Soci

97,90 €



- Impermeabile (fino a 1m per 10minuti) e anti appannamento, trattato con azoto
- Impugnatura salda, comoda con rivestimento in gomma

SACCO A PELO GRAN SASSO

- Misure: cm 190x35x75
- Tessuto esterno: 170T Poliestere WP WR
- Tessuto interno: Policotone
- Imbottitura: 100% Poliestere
- Peso imbottito: 200 gr/mq 1 strato
- Comfort: +2° +8°
- Peso: Kg 1,2

Solo per i Soci

21,90 €

BLU



VERDE

ZAINO ECLIPSE

- Materiale: 600D Poliestere
- Tasca portadocumenti
- n.2 tasche laterali
- Porta bastoncini/porta piccozza
- Spallacci ergonomici imbottiti
- Cinghia di tensione pettorale
- Fibbie di compressione laterali
- Tasche porta oggetti sopra e sotto

ROSSO

- Capacità lt 32
- Accesso allo zaino dal fondo

Solo per i Soci

34,90 €

VERDE

- Capacità lt 22

Solo per i Soci

31,90 €



BASTONCINI TREKKING

- 2 pezzi
- Telescopici 18/16/14 mm shaft
- Registrabile cm 68-135 cm
- Alu 7075 / Carbide Tip / Punta in Widia
- Gommino / Doppia Rotella: estate / inverno
- Colori grigio / nero

Solo per i Soci

21,90 €



NERO

GRIGIO



Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionali 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



PRENOTAZIONE

ENTRO IL 16 GIUGNO 2016

CONSEGNA DAL 25 AL 30 LUGLIO 2016

nr. LETTINO CAMPEGGIO SOFT DREAM ROSSO

161

- 0 m+/max 15Kg
- Ideale per gli spostamenti: pesa solo 7 Kg e provvisto di borsa per il trasporto
- Chiusura veloce ad ombrello
- Stabile: materassino in fibra di legno
- Dimensioni: cm 57x117x75H aperto cm 75x21x21 chiuso



Solo per i Soci

37,90 €

nr. SEGGIOLINO AUTO EVER SAFE 1-2-3 NERO

162

- Gr. 1/2/3
- Da 9 mesi a 10/12 anni
- Da 9 a max 36 Kg
- Poggiatesta regolabile in 6 posizioni
- Cinture con sistema di regolazione in un solo gesto
- Facile da pulire
- Dimensioni: cm 47x51x66H



Solo per i Soci

44,90 €

nr. PASSEGGINO SLIM NERO/BIANCO

163



- 6m+; max 15 Kg
- Comoda seduta multiposizione
- Chiusura facile e compatta con blocco automatico
- Leggero e semplice da trasportare con maniglia per il trasporto
- Ampio cestello portaoggetti
- Provvisto di parapoggia
- Dimensioni: cm 84x47x103H

Solo per i Soci

55,90 €

SET SPUGNA 5 PEZZI LAGUNA CALEFFI



- Spugna di puro cotone idrofilo tinto in filo 500 gr/mq
- Il set è composto da:
 - 2 asciugamani cm 60x100
 - 2 ospiti cm 40x60
 - 1 telo cm 100x150



NATURALE

nr.

165

GRIGIO

nr.

164

Solo per i Soci

45,90 €

nr. STENDI MEGLIO JUNIOR BLU MELICONI

166



Solo per i Soci

39,90 €

- Stendibiancheria verticale in alluminio e resina speciale
- Colore blu ciano
- Capacità di stenditura 33 mt
- Ingombro ridotto (cm79x71,5x138h aperto)

- Completo di ruote e sgocciolatoio/ stendiscarpe
- Sistema fissaggio FILI LOCK SYSTEM
- Prodotto in Italia

nr.
160

GERLA PER FUNGHI CON CESTO KG 5



- Gerla tracolla, capienza kg 4/5 variabile
- Cesto lavorato a mano in fusto di castagno leggermente conico di cm 36 in altezza
- La struttura di contenimento e la tracolla imbottita sono completamente impermeabili

Solo per i Soci

43,90 €

nr.
158

BARBECUE ELETTRICO PARTY GRILL ARIETE 733

Solo per i Soci

29,90 €



- Potenza: 2200W
- Dimensioni griglia: cm 33x24
- Spia pronto temperatura
- Vassoio raccogli grasso estraibile
- Regolazione termostato
- Resistenza amovibile

- Sistema di sicurezza micro-switch:
- Regolabile in 2 posizioni: cottura lenta e rapida
- Dimensioni: cm 52x36x8H

nr.
156

ESTRATTORE SUCCO FRUTTERO G3FERRARI G20055

Solo per i Soci

134,90 €

- Velocità di rotazione 60 giri/minuto
- Potenza 400watt
- Filtri in metallo con microtrama
- 2 filtri inclusi, a maglia fine e larga
- Grande bocca di inserimento Ø 75 mm
- Sistema mescolante e beccuccio con tappo per succhi densi e ben miscelati
- Fino al 30% di succo in più rispetto alle centrifughe tradizionali
- Ingranaggi in metallo per estrarre anche dai frutti più difficili
- Blocco di sicurezza
- Materiali di prima qualità: coclea, contenitore, coperchio e filtri in Tritan senza bisfenolo A
- Ricettario incluso
- Dimensioni: cm 23,5x17x52H



nr.
157

FRIGGITRICE AD ARIA CALDA CASO GERMANY AF200

Solo per i Soci

169,90 €

- Friggitrice, operatività touch
- Capacità: 2,5 Litri
- Sensore di controllo digitale fine programma con Display LCD
- 6 Programmi automatici
- Tecnologia convezione ad alta velocità di circolazione d'aria
- Temperatura per la cottura regolabile da 60° a 200° C
- Timer da 1 a 60 minuti
- Luci per il timer e la funzione riscaldamento
- Struttura interna in Acciaio inossidabile
- Spina VDE e cavo auto-avvolgente 1.0 m richiudibile
- Funzionamento sicuro
- Struttura interna termo isolata, materiale plastico PPS
- Spegnimento automatico
- Dimensioni: mm 337x279x313



nr.
159

SPAGHETTIERE DOPPIO CESTELLO BARAZZONI

Solo per i Soci

45,90 €



- Diametro: cm.24 ; lt.6
- Due cestelli, cuoce contemporaneamente due tipi diversi di pasta o di verdure
- Corpo in acciaio inox 18/10
- Triplo fondo adatto all'induzione
- Maniglie in acciaio, arrotondate per impugnatura comoda

- Coperchio in vetro temperato trasparente con sfioro per il vapore che consente di monitorare la preparazione di cibi senza sollevarlo
- Manico cestello staccabile
- Super versatile, adatta anche alla cottura dei legumi
- Prodotta in Italia

nr.
155

ASPIRATORE SOLIDI/ LIQUIDI 1400W CF 30 EM

- 1400 watt max
- 180 mbar
- Portata 35 l/s
- Tubo flessibile 2 metri
- 2 prolunghe da 45 cm
- Bocchetta multifunzione per polveri e liquidi
- Lancia piatta
- Fusto in acciaio 30 litri serigrafia carbonio
- Presa elettroutensile manuale

Solo per i Soci

99,00 €



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

OFFERTA DAL 2 AL 15 GIUGNO



CIABATTA CROCS

- vari modelli
- taglie e colori assortiti

SANDALO BIMBI

PREZZO € 23,90
OFFERTA € 18,90

PREZZO SOCI 15,90 **SCONTO 33%**

SANDALO UOMO O DONNA

INFRADITO UOMO O DONNA

PREZZO € 29,90
OFFERTA € 23,90

PREZZO SOCI 19,90 **SCONTO 33%**



CIABATTA UOMO O DONNA HAVAIANAS

- vari modelli

A PARTIRE DA:
OFFERTA € 17,90

PREZZO SOCI 13,90



POLO UOMO O DONNA KAPPA

- vari modelli
- taglie e colori assortiti

PREZZO € 13,00
OFFERTA € 9,00

PREZZO SOCI 6,90 **SCONTO 46%**

KIT TUBO 5/8" 25 METRI WINNER ANTITORSION CON ACCESSORI

- tubo molto robusto doppio rinforzo magliato + retinato in poliestere ad alta tenacità antitorsione e resistente allo schiacciamento
- tolleranza termica ambientale +60°/-10°
- anti UV e anti alga
- utilizzabile in tutte le stagioni senza DEHP/DOP (ftalati) senza Cadmio/Bario
- kit accessori Multijet 4 pezzi incluso: pistola 6 funzioni con impugnatura gommata "Soft touch", raccordo rapido "aqua-top", raccordo rapido standard presa rubinetto
- 6 strati
- garanzia 15 anni



PREZZO € 29,90
OFFERTA € 26,90

PREZZO SOCI 22,90 **SCONTO 23%**

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

PRENOTAZIONE DAL 2 AL 15 GIUGNO - CONSEGNA DAL 16 AL 29 GIUGNO

CONGELATORE ORIZZONTALE REX RC1500AOW1



- capacità netta frigorifero 142
- capacità di congelamento (Kg/24h) 13 kg
- classe efficienza energetica A+
- autonomia senza corrente 25 ore
- dimensioni cm 87x60x67

PREZZO OFFERTA € 329,00
€ 289,00

PREZZO SOCI 249,00 **SCONTO 24%**



FRIGORIFERO 2 PORTE ELECTROLUX RJ2300AOW2

- capacità netta frigo 190 litri
- capacità netta freezer 44 litri
- classe efficienza energetica A+
- capacità di congelamento (Kg/24h) 3kg
- dimensioni cm 140x55x60

PREZZO OFFERTA € 349,00
€ 299,00

PREZZO SOCI 249,00 **SCONTO 28%**

FRIGORIFERO COMBINATO ELECTROLUX EN3613JOX



- capacità netta frigorifero 233 litri
- capacità netta freezer 114 litri
- ventilato
- capacità di congelamento (Kg/24h) 4 Kg
- sbrinamento automatico low frost
- classe efficienza energetica A+
- autonomia senza corrente 20 ore
- dimensioni cm 185x60x65

PREZZO OFFERTA € 599,00
€ 499,00

PREZZO SOCI 399,00 **SCONTO 33%**

PRENOTAZIONE DAL 2 AL 15 GIUGNO - CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 15 GIORNI



DECESPUGLIATORE ALPINA TB 250J A SCOPPIO

- motore 2 tempi
- cilindrata 25,4 cc
- accensione a strappo
- ø asta 26 mm giuntabile
- tracolla in dotazione
- testina con filo nylon da 2,5 mm
- disco in acciaio a 3 denti
- peso 6,75 Kg
- sistema antivibrazione

PREZZO OFFERTA € 169,00
€ 144,00

PREZZO SOCI 119,00 **SCONTO 29%**



GAZEBO CON ESTENSIONE

- pali in metallo cm 6x6
- pannello di estensione cm 270x170
- copertura in poliestere Ecru 180gr
- camino antivento
- zanzariere in dotazione
- color marrone
- dimensioni mt 3x3

PREZZO OFFERTA € 269,00
€ 234,00

PREZZO SOCI 199,00 **SCONTO 26%**

POLTRONA IRIS RELAX AUTOMATICA



- struttura in metallo verniciato
- seduta in Textilene 2x1
- cuscino poggiatesta
- multiposizione con poggiatesta
- colori beige e antracite
- dimensioni cm 146x61,5xh109

PREZZO OFFERTA € 49,00
€ 41,50

PREZZO SOCI 34,00 **SCONTO 30%**

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

OFFERTA DAL 16 AL 29 GIUGNO

SET 6 PEZZI COLTELLI DA BISTECCA BRANDANI

- in acciaio inox
- colori assortiti

PREZZO € 39,90
OFFERTA € 29,90

PREZZO SOCI 19,90 **SCONTO 50%**



PRENOTAZIONE DAL 16 AL 29 GIUGNO CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 15 GIORNI

LETTINO RODI IN ALLUMINIO E TESTILENE CON TETTUCCIO PARASOLE

- struttura in alluminio con 3 gambe
- seduta in testilene 2x1
- tettuccio parasole
- cinghie per facile trasporto
- dimensioni cm 194x58xh31

PREZZO € 55,00
OFFERTA € 47,00

PREZZO SOCI 39,00 **SCONTO 29%**



SPIAGGINA AMERICA CON PARASOLE

- telaio in alluminio
- 5 posizioni
- braccioli
- dimensioni cm 64x89x93

PREZZO € 30,00
OFFERTA € 25,50

PREZZO SOCI 22,50 **SCONTO 25%**



FRIGOBOX G26 MOBICOOL 12/230V CLASSE A+++ CON USB

- alimentazione 12V tramite accendisigari o 230V con presa di corrente
- doppia ventilazione
- raffredda fino a 18° in meno rispetto alla temperatura esterna
- cella di Peltier 4A
- scocca interna ed esterna in polipropilene alimentare
- trasformatore integrato e cavi inclusi
- dimensioni cm 39x29x44



PREZZO € 69,00
OFFERTA € 61,50

PREZZO SOCI 54,00 **SCONTO 21%**

OMBRELLONE CORSICA IN ALLUMINIO UV PROTECTION



- tessuto UV protection
- soffietto antivento
- tubo alluminio 22/25 mm
- 8 stecche fiberglass
- snodo in nylon
- sacca antistrappo in tinta
- colori assortiti
- dimensioni ø cm 180

PREZZO € 22,90
OFFERTA € 19,50

PREZZO SOCI 15,90 **SCONTO 30%**

OMBRELLONE GIRAFACILE CON TENDE



- telaio in alluminio con 8 stecche rinforzate antivento
- tessuto Protezione raggi UV UPF158+
- sistema brevettato a vite elicoidale facilissimo da piantare
- palo mm 32 dotato di tenda removibile con velcro
- tasche zavorra sul fondo per ancoraggio al terreno
- sacca con tracolla rinforzata antistrappo, colori assortiti
- interno silver
- dimensioni ø cm 200

PREZZO € 36,90
OFFERTA € 31,50

PREZZO SOCI 25,90 **SCONTO 29%**

BORSE TERMICHE ICE CUBE

- rivestimento esterno in poliestere e PVC lucido in colori assortiti
- interno in foglia di PEVA alimentare
- maniglie in polipropilene



13 LITRI

PREZZO € 13,90
OFFERTA € 11,90

PREZZO SOCI 10,00 **SCONTO 28%**

24 LITRI

PREZZO € 17,00
OFFERTA € 14,50

PREZZO SOCI 12,00 **SCONTO 29%**

30 LITRI

PREZZO € 18,90
OFFERTA € 15,50

PREZZO SOCI 14,00 **SCONTO 25%**

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

OFFERTA DAL 16 AL 29 GIUGNO

OFFERTA DAL 23 GIUGNO AL 5 LUGLIO

LINEA COTTURA HI-TECH COOP CON RIVESTIMENTO IN ANTIADERENTE



ALCUNI ESEMPLI:

CASSERUOLA 2 maniglie cm 18
PREZZO € 18,50
OFFERTA € 13,80

PREZZO SOCI 12,00 **SCONTO 35%**

PADELLA cm 28
PREZZO € 17,00
OFFERTA € 12,75

PREZZO SOCI 11,00 **SCONTO 35%**

NUOVA LINEA FRIGOVERRE EVOLUTION

- contenitori ermetici per alimenti dal frigo o freezer al microonde o forno
- Esempio: cm 18x18



PREZZO € 6,50
OFFERTA € 4,55

PREZZO SOCI 3,90 **SCONTO 40%**

PRENOTAZIONE DAL 16 AL 29 GIUGNO - CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 15 GIORNI

TROLLEY RIGIDI IN ABS RAVIZZONI

- dotati di chiusura TSA e scomparto divisorio interno



FORMATO CABINA, 2 RUOTE

PREZZO € 49,90
OFFERTA € 44,90

PREZZO SOCI 39,90 **SCONTO 20%**

FORMATO GRANDE, 4 RUOTE

misure: cm 48x75x29

PREZZO € 74,90
OFFERTA € 67,50

PREZZO SOCI 59,90 **SCONTO 20%**

SET 2 TROLLEY FORMATO CABINA + MEDIO, 4 RUOTE

PREZZO € 99,00
OFFERTA € 89,00

PREZZO SOCI 79,00 **SCONTO 20%**

PRENOTAZIONE DAL 23 GIUGNO AL 5 LUGLIO - CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 15 GIORNI

SMARTPHONE NGM M502

- display 5" IPS HD - 2,5 d Curved Glass
- Dual Sim - 4 G LTE
- processore Quad Core 64 bit
- fotocamera posteriore 8 mp, anteriore 2 mp
- memoria 1 gb RAM + 8 gb ROM espandibile fino a 64 Gb
- sistema operativo Android Lollipop 5.1
- bluetooth
- Gps con A-Gps 4 g dinamico
- colori disponibili Titanium e giallo
- garanzia 2 anni



PREZZO € 149,00
OFFERTA € 119,00

PREZZO SOCI 99,90 **SCONTO 32%**

ESTRATTORE DI SUCCO R.G.V. JUICE ART PLUS 110631

- potenza 150 Watt
- velocità (giri/minuto) 60
- sistema di spremitura a freddo
- contenitore polpa 1 litro
- contenitore succo 1 litro
- ricettario
- tubo inserimento XL (75 mm)



PREZZO € 149,00
OFFERTA € 109,90

PREZZO SOCI 89,00 **SCONTO 40%**

LAVATRICE INDESIT IWC61052CECOIT

- giri 1000
- classe efficienza energetica A++
- 16 programmi
- esclusione centrifuga
- capacità di carico 6 Kg
- programmazione lavaggio ritardata
- dimensioni cm 85 x 59,5 x 53,5



PREZZO € 309,00
OFFERTA € 239,00

PREZZO SOCI 189,00 **SCONTO 38%**

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!



Austria - Vienna

Cordial Theaterhotel****

2 notti in camera doppia, prima colazione,
accesso alla sauna

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



Austria - Carinzia

Landgasthof Eckwirt Linde***

3 notti in camera doppia, colazione,
parcheggio secondo disponibilità

per persona a partire da € 69,00 - Soci € **65,50**

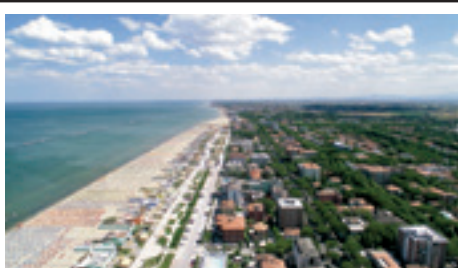


Croazia - Dalmazia

Camping Borik***

7 notti in camera doppia, solo
pernottamento, consumi acqua, corrente ed
acqua di scarico

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

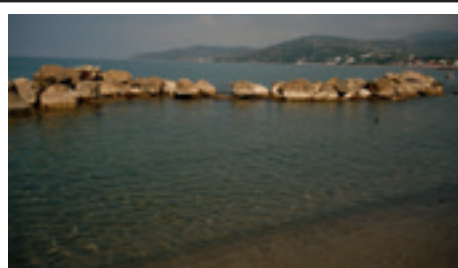


Italia - Romagna - Cesenatico

Hotel Caesar ****

3 notti in camera doppia, pensione completa
plus, servizio spiaggia

per persona a partire da € 169,00 - Soci € **160,50**



Italia - Campania - Marina di Casal Velino

Hotel Leucosya ****

3 notti in camera doppia, mezza pensione,
servizio spiaggia

per persona a partire da € 159,00 - Soci € **151,00**



Italia - Puglia - Lecce

Patria Palace Hotel*****

2 notti in camera doppia, mezza pensione,
sconto 10-15% in alcuni negozi di
abbigliamento

per persona a partire da € 189,00 - Soci € **179,50**

**VIAGGI
INSIEME**

Per informazioni e prenotazioni:

CALL CENTER **0461 808 222**

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

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



MODULO PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO

DAL 6 GIUGNO ALL'8 OTTOBRE 2016



FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ.....

PUNTO VENDITA DI.....

PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO PER MEDIE SUPERIORI Anno scolastico 2016/2017

DATA PRENOTAZIONE:/...../..... NUMERO ORDINE:.....

SOCIO Sconto 15% + Buono sconto 5% (Cod Carta.....) **NON SOCIO Sconto 15%**

COPERTINE: Sì No

TESTO: Prima riga..... Seconda riga..... Terza riga.....

NOME E COGNOME STUDENTE..... TEL. CELLULARE.....

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

VIA..... CAP..... CITTÀ.....

SCUOLA..... CLASSE..... SEZ.....

SPECIALIZZAZIONE.....

NUMERO TESTI PRENOTATI.....

FIRMA:

TIMBRO PUNTO VENDITA

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

ISTRUZIONI PER L'UTILIZZO DELLA PRENOTAZIONE

- Compilare con attenzione il modulo in tutte le sue parti eccetto il numero ordine e la zona riservata al punto vendita
- Indicare sulla lista rilasciata dalla scuola i testi da prenotare con una crocetta. Se il testo è costituito da più moduli apporre la crocetta ad ogni modulo. Per una prenotazione completa barrare tutti i testi.
- Consegnare il modulo debitamente firmato con allegata la fotocopia della lista dei testi presso il punto vendita.
- Ritirare la ricevuta di prenotazione presso il punto vendita nei giorni successivi alla prenotazione.
- Per verificare lo stato del tuo ordine vai sul sito www.laspesainfamiglia.it

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

Parte riservata al personale del punto vendita

COPIA PER IL CLIENTE

FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ.....

PUNTO VENDITA DI.....

PRENOTAZIONE EFFETTUATA IN DATA:..... NUM. ORDINE.....

NOME COGNOME STUDENTE..... TEL. CELLULARE.....

TIMBRO PUNTO VENDITA

Dal 18 luglio 2016 inizio ritiro libri prenotati. 31 ottobre 2016 ultima data ritiro libri prenotati. La ricevuta di prenotazione ed i libri dovranno essere ritirati nello stesso punto vendita dove sono stati prenotati. Eventuali indisponibilità di titoli saranno evidenziate sulla ricevuta di prenotazione. Per eventuali informazioni telefonare al punto vendita.

PRENOTA ONLINE

**Quest'anno la prenotazione online
è ancora più comoda e veloce:
dal 6 giugno su www.laspesainfamiglia.coop
le LISTE DI ADOZIONE DELLA TUA SCUOLA sono già pronte!**



LIBRI DI TESTO



SCONTO
15%

+

BUONO
SCONTO
5%

PER TUTTI

SOLO PER I SOCI
da utilizzare su una spesa*

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

**PRENOTALI ON LINE SUL SITO
WWW.LASPESAINFAMIGLIA.COOP**

oppure alla cassa e ritirali nel tuo punto vendita.

6 giugno inizio prenotazione • 18 luglio inizio consegne libri prenotati
8 ottobre chiusura prenotazioni • 31 ottobre ultima data ritiro libri

NOVITÀ 2016: COPERTINE PERSONALIZZATE

PROTEGGI I TUOI LIBRI E RISPARMIA TEMPO!

SCEGLI LE COPERTINE E RICEVERAI I TUOI LIBRI GIÀ RIVESTITI.



1,30 €
A COPERTINA



POTRAI PERSONALIZZARE LE COPERTINE CON I TUOI TESTI E I DISEGNI CHE PREFERISCI: CHIEDI IN NEGOZIO O VAI SU WWW.LASPESAINFAMIGLIA.COOP



*Iniziativa promossa da Sait Soc. Coop valida dal 6 giugno all'8 ottobre 2016 nei punti vendita aderenti che espongono il materiale promozionale ed il regolamento della presente iniziativa. Il buono sconto 5% è spendibile su una spesa alimentare o extralimentare entro il 31 ottobre 2016 nel punto vendita della Famiglia Cooperativa di cui sei Socio.