

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXIV • Maggio 2017

cooperazione tra consumatori



**Socio Sì:
è arrivato
il nuovo catalogo**

**1,2,3...STORIE:
a Cles e Trento il festival
della narrazione**

**LA SCUOLA DI RUMO
Grazie per i doni**

**SMARTPHONE
Come usarli al meglio**

**TRENTO FILM FESTIVAL
Dal 27 aprile al 7 maggio**



Colossi del cibo

**Poche multinazionali controllano
gran parte del mercato mondiale
Ma qualcosa sta cambiando**



ESTATE RAGAZZI: CON CARTA IN COOPERAZIONE TARIFFE SPECIALI PER GIORNATE ALL'INSEGNA DELLO SPORT, AL MARE O IN MONTAGNA, E PER STUDIARE L'INGLESE



SALUTE E BENESSERE ALLE TERME. NEI CENTRI TERMALI DEL TRENTINO, MA ANCHE DEL RESTO D'ITALIA, AI SOCI POSSESSORI DI CARTA IN COOPERAZIONE SONO RISERVATI SPECIALI SCONTI



Siamo la tua Banca.
Perché coltiviamo
al meglio ciò che
ti sta più a cuore.

Il tuo futuro.

Per i nostri soci e clienti, per il nostro territorio, per il nostro futuro,
un punto di riferimento solido e vicino.





sommario

- cooperazione di consumo**
- 6 **Quei giganti padroni del cibo**
di Dario Guidi
- 10 **Famiglia Cooperativa di Besenello
In Famiglie Cooperative c'è anche
uno spazio dove stare insieme**
- 11 **SOCIOSÌ. È arrivato il catalogo
della nuova raccolta punti**
- 13 **Sabato 20 maggio 2017
Il buon (sor)riso che fa crescere
il numero dei donatori**
- 15 **Cari soci fate i buoni...scuola
La scuola di Rumo ringrazia tutti per i premi ricevuti**
- educazione**
- 14 **26-28 maggio, Cles e Trento: 1,2,3... Storie!
Il festival della narrazione prende il treno**
- 18 **"Siamo Europa", il futuro dell'Unione
a Trento dal 12 al 14 maggio**
di Mattia Frizzera
- consumi**
- 16 **Smartphone, così io ti vorrei**
di Claudio Strano
- cooperazione**
- 19 **La genitorialità: da fattore critico a risorsa
Genitori al lavoro**
di Dirce Pradella
- educazione e famiglia**
- 21 **Quante famiglie ci sono!
Fiabe e disegni per riderci su**
di Silvia Martinelli
- ambiente**
- 22 **Aree protette
Se la tutela dell'ambiente favorisce il turismo**
di Maddalena Di Tolla Deflorian
- etica dello sviluppo**
- 24 **Padre Mario Borzaga e Mayr Nusser
Due storie per ogni giorno**
di Alberto Conci
- cultura**
- 27 **65° Trento Film Festival
Tutta la meraviglia della natura**
- stare in salute**
- 28 **Alle terme con lo sconto
Salute e benessere alle Terme del Trentino**
- 33 **Auditorium di Fiera di Primiero, 19 maggio 2017
Il cuore, che spettacolo!**
di Dario Pedrotti
- tempo libero**
- 31 **Rovereto, Centro Internazionale della Danza
Avvicinarsi, sperimentare, entrare nella danza**

rubriche

- cultura libri**
- 20 **le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- prodotti coop**
- 34 **Tutto il cioccolato Coop
diventa Solidal**
- mangiare e bere**
- 35 **Ricette.
Pesce a sorpresa**
- coltivare**
- 37 **La melissa
L'erba della tranquillità**
di Iris Fontanari



19

Genitori al lavoro

Un nuovo corso di formazione (gratuito), e misure da introdurre nelle cooperative, per fare della genitorialità dei lavoratori un fattore di competitività



14

Il festival della narrazione prende il treno

A Cles e Trento dal 26 al 28 maggio: un festival denso di giochi, laboratori, letture animate. E un treno (vero) che Trento partirà per Cles e diventerà spettacolo viaggiante



32

Perché è importante fare colazione

Chi salta la colazione ha più probabilità di essere in sovrappeso. Perché durante il giorno, diventa più difficile essere in grado di controllare ciò che mangiamo

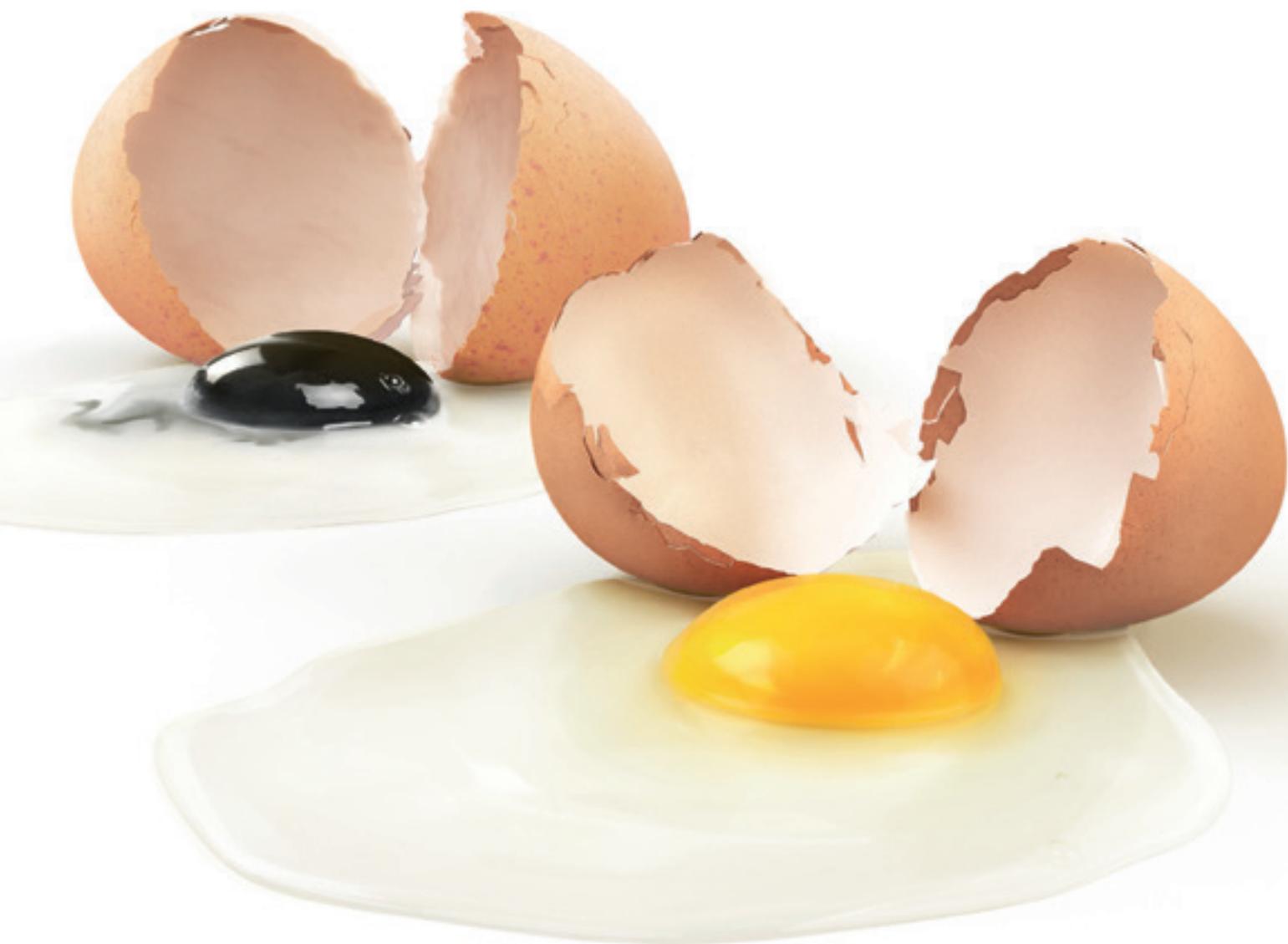


34

Tutto il cioccolato Coop diventa Solidal

Coop garantisce una intera filiera con certificazione Fairtrade, il marchio di certificazione etica più importante e conosciuto al mondo

LA FRODE DÀ SOLO PESSIMI FRUTTI.



SCEGLI L'AUTENTICITÀ DEI PRODOTTI.



**OGNI GIORNO COOP SI IMPEGNA
PER GARANTIRTI L'AUTENTICITÀ
DEI SUOI PRODOTTI A MARCHIO.**

Scegli i prodotti a marchio Coop.

Alla Coop i **prodotti a marchio** sono controllati rigorosamente per impedire frodi e falsificazioni. Per questo, con Coop sei in buone mani. Se vuoi saperne di più vai su [e-coop.it/buoniegusticoop](https://www.e-coop.it/buoniegusticoop)



coop
LA COOP SEI TU.

**FAMIGLIA
COOPERATIVA**

cool KONSUM

coop



ANNO XXIV - MAGGIO 2017

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:

tel. 0461 920858

lunedì-venerdì, ore 9.30-11.30

cristina.galassi@libero.it

COMITATO DI REDAZIONE

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

HANNO COLLABORATO

Alberto Conci,
Maddalena Di Tolla Defforian,
Iris Fontanari, Mattia Frizzera,
Cristina Galassi, Silvia Martinelli,
Dario Pedrotti, Dirce Pradella,
Franco Sandri.

EDITORE

Sait, Consorzio delle cooperative
di consumo trentine società cooperativa

Per informazioni

ufficio.soci@sait.tn.it

tel. 0461.808641

IMPAGINAZIONE

Scripta sc

STAMPA

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



Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 15-04-2017

La tiratura del numero di aprile 2017
di "Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 54.288 copie

editoriale

di Giuseppe Ciaghi

L'ambiente, responsabilità di ciascuno

Martedì 11 aprile si è celebrata al Geopark di Carisòlo, ospitata dal Parco naturale Adamello Brenta, la Giornata delle Aree protette del Trentino, un evento che si ripete dal 2001, dedicato nella circostanza al turismo sostenibile, in omaggio alla proclamazione del 2017 Anno Internazionale del Turismo Sostenibile da parte dell'Assemblea delle Nazioni Unite.

Si è risolto in un utile momento di confronto sul tema da parte di esperti, studiosi, amministratori e politici, locali e provinciali, che hanno relazionato sulle novità, sulla evoluzione di talune iniziative, sui progetti in essere e arrischiato uno sguardo verso il futuro.

“Dobbiamo unire quello che la natura ci ha donato con quello che noi siamo in grado di fare. Il turismo non può prescindere dal contesto naturale, e se si punta sui valori del territorio la sua tutela non va più considerata un limite, bensì un fattore di sviluppo e di successo”, è stata la conclusione.

Ebbene poco tempo prima quegli stessi amministratori e politici venuti in Val Rendena a pontificare sulla salvaguardia dell'ambiente avevano dato i permessi ad alcuni imprenditori di costruire un biodigestore per liquami e letame nella piana verde di Carisòlo a pochi metri dal fiume Sarca e dai confini del Parco naturale senza informare la popolazione, che si è trovata davanti al fatto compiuto. La reazione, che ha coinvolto gran parte dei residenti e persino numerosi ospiti, è stata fortissima, ha dato luogo a un pubblico incontro e invitato i responsabili a fare un passo indietro, un passo che però sembrano restii ad effettuare.

Questa ambiguità di comportamenti è esemplare della condotta di chi ci governa, di chi viene a chiederci il voto con grandi promesse e che, una volta al potere, anziché interpretare le istanze dei propri elettori, si mette al servizio dei poteri forti e dei diversi tipi di speculazione messe in atto da costoro per fare business, con ferite spesso insanabili al territorio e a chi lo abita e lo vive.

Di qui l'invito a vigilare sempre e comunque sull'integrità del territorio, la sola grande ricchezza di cui disponiamo in Trentino, provincia che vive soprattutto di turismo, traino e volano anche degli altri settori della nostra economia.



Se c'è un qualcosa che è sicuramente simbolo della globalizzazione sono loro, le grandi multinazionali del cibo. Aziende che valgono in borsa decine, che in diversi casi diventano centinaia, di miliardi di dollari e le cui vendite viaggiano anch'esse con gli stessi ordini di grandezza. Parliamo di Nestlé, Pepsi-Cola, Unilever, Kraft-Heinz, Coca-Cola, Mondelez, Anheuser Busch, Diageo, Danone, Kellogg e via dicendo. Nomi a volte ultra noti, altre volte meno conosciuti a chi va a far la spesa. **C'è chi ha stimato che queste imprese controllino il 70% del ci-**



Tra fusioni e acquisizioni come cambia il mercato mondiale

Quei giganti padroni del cibo

Poche aziende alimentari controllano centinaia di marchi un po' in tutto il mondo. Sono multinazionali dove domina la finanza. Ma anche grazie al ruolo dei consumatori qualcosa sta cambiando e l'attenzione ai territori aumenta

di Dario Guidi

bo mondiale. Chissà, avere una cifra esatta è impossibile, ma certo il potere di queste realtà è enorme. Anche perché spesso i consumatori non hanno ben presente che dietro al nome della casa madre stanno decine e decine di marchi diversi che, spesso, siamo

portati a pensare siano aziende indipendenti. Alla fine, secondo la stima fatta da un'associazione come **Oxfam**, che a queste grandi multinazionali (e ai loro comportamenti più o meno virtuosi) ha dedicato un rapporto, parliamo di **almeno 500 marchi** che

troviamo ogni giorno sugli scaffali quando andiamo a fare la spesa. C'è chi ha sperimentato come, in un normale supermercato Usa, della dozzina di marchi di margarina mediamente presenti, tutti appartengano in realtà a sole due aziende.

La tendenza degli ultimi decenni è stata quella di avere imprese sempre più grandi, in un susseguirsi di scalate, acquisizioni e fusioni, animate sempre dalla stessa logica della globalizzazione: **garantire profitti agli azionisti**, far leva sulla finanza e sugli andamenti delle quotazioni di Borsa, ridurre i costi, agire su scala mondiale grazie alla forza dei marchi e della pubblicità. Una corsa che pareva inarrestabile, come pareva inarrestabile la corsa a una globalizzazione sempre più feroce e spietata.

UNA CORSA TRA FUSIONI E ACQUISIZIONI

Proprio per questo, poche settimane fa, il colosso **Kraft-Heinz**, nato appena nel 2015 dalla fusione tra Kraft (che in Italia significa maionese e sottilette) e Heinz (re del ketchup Usa), con una capitalizzazione in Borsa da 118 miliardi di dollari e vendite per 26,2 miliardi, ha deciso di lanciare un'offerta di acquisto da 143 miliardi di dollari, verso **Unilever** (società anglo-olandese da oltre 50 miliardi di vendite). È importante notare che i padroni di Heinz-Kraft sono il miliardario americano **Warren Buffett** e il fondo brasiliano 3G dietro cui sta **Jorge Paulo Lemann**, uno degli uomini più ricchi del paese. Ebbene sia Buffett che Lemann hanno i loro soldi investiti in decine di società e aziende che operano nei più diversi campi e dunque la loro logica è prima di tutto far fruttare il loro investimento (si parli di cibo o telefonini nulla cambia). In pochi giorni l'attacco di



Kraft-Heinz e Unilever si è però sciolto come neve al sole. “Colpa” dell’op- posizione dei vertici di Unilver e dei dubbi (se non di più) dei governi: e così Kraft ha fatto marcia indietro. Ma gli esperti garantiscono che Buffett e Lemann, sfuggita Unilever, ora si apprestino a lanciarsi verso altre prede, sempre nella logica di crescere per avvicinarsi, se non superare, **il numero uno mondiale nel campo del cibo che è Nestlé** (con vendite per circa 80 miliardi). «Per leggere una vicenda come questa tra Kraft-Heinz e Unilever – spiega **Stefano Liberti** giornalista d’indagine e autore del libro “I signori del cibo”, che proprio delle grandi dinamiche mondiali in questo campo si occupa – la prima cosa da mettere in evidenza è come la dimensione finanziaria sia sempre più decisiva rispetto a quella industriale. Si disegnano scalate pensando a come aumentare utili, che spesso de-

La pressione dei consumatori si fa sentire e può produrre risultati. Fondamentali sono informazione e trasparenza

rivano –come nel caso della fusione tra Kraft e Heinz – da tagli sui posti di lavoro per circa il 20%. Specie negli Usa, questi gruppi operano non certo per rendere conto ai consumatori. Il riferimento sono agli azionisti cui occorre garantire lauti dividendi». Questa logica si porta dietro anche altre ripercussioni che spesso non compaiono più di tanto nelle cronache economico-finanziarie.

LA FINANZA VINCE, L’AMBIENTE PERDE

«La logica con cui si muovono queste grandi multinazionali – prosegue Liberti – ha ricadute pesanti per l’approccio che hanno verso l’ambiente e verso i paesi più poveri da cui vengono risorse e materie prime. Nel mio libro le chiamo “aziende locusta” perché sono in grado di ottenere economie di scala gigantesche, anche a costo di far pagare il prezzo all’ambiente e ai produttori». Fenomeni come il **land grabbing** (cioè l’acquisizione di enormi quote di terreno agricolo nei paesi in via di sviluppo da parte di compagnie multinazionali) sono il simbolo di questo approccio “estrattivo”, cioè prendo le risorse, le uso sin che mi servono e poi torno a casa.

«Se anche la vicenda Kraft-Unilever è fallita, che la spinta verso queste megaziende sia in via di esaurimento è tutto da dimostrare.



Marco Pedroni, presidente di Coop Italia

Tutelare i consumatori è il nostro impegno

Il ruolo della cooperazione di consumo e l’importante contributo del prodotto a marchio Coop per rendere il mercato più giusto e bilanciare il peso dei grandi gruppi multinazionali

Rispetto alle logiche con cui evolve su scala mondiale un settore come quello alimentare, al peso che hanno le grandi multinazionali e al ruolo che Coop svolge come più grande impresa della distribuzione italiana, credo sia doveroso partire proprio dal ricordare alcuni dei **motivi che sono all’origine dell’esperienza della cooperazione di consumatori**».

A parlare è **Marco Pedroni**, presidente di Coop Italia, una realtà chiamata a confrontarsi quotidianamente con

le evoluzioni del mercato alimentare e non solo.

«La cooperazione è nata come prima cosa per offrire convenienza e per tutelare il potere d’acquisto delle persone. E questa caratteristica è più che mai attuale.

Anche oggi nel nostro rapporto con le industrie, a maggior ragione se multinazionali di enormi dimensioni, un primo obiettivo è quello di spuntare **condizioni di acquisto vantaggiose** per offrire ai nostri soci qualità a prezzi convenienti. Cosa che cerchiamo di fare anche grazie alla forza che ci viene dal rappresentare 8 milioni di soci Coop in Italia.

In secondo luogo, è vero che **ci sono profondi cambiamenti nelle scelte delle famiglie e di chi fa acquisti**, e che c’è sempre più attenzione al proprio benessere e alla salute. Noi, come Coop, siamo i primi a volere che **i consumatori siano informati** ed esercitino le loro scelte in modo consapevole. Da decenni abbiamo promosso iniziative e attività in questo senso. Ci confrontiamo ogni giorno con le imprese fornitrici, per stimolare innovazione e per cercare di privilegiare prodotti che sappiano legare la **qualità a un giusto prezzo**. Va rilevato che negli ultimi anni il trend degli acquisti ha penalizzato quelli che una volta erano considerati grandi marchi (solitamente controllati da multinazionali) e favorito

imprese spesso italiane che meglio e più velocemente hanno promosso l’innovazione, con attenzione al biologico, al *free from*, alla riduzione di grassi e zuccheri.

In terzo luogo va evidenziato che la cooperazione ha un legame storico con i territori. E coerentemente con questa premessa, operiamo per **privilegiare prodotti e produttori italiani**; negli ultimi anni abbiamo ulteriormente aumentato l’offerta di prodotti provenienti dalle diverse regioni, operando per dare valore all’enorme ricchezza della biodiversità alimentare italiana». «**Ma il contributo più importante che noi diamo** - conclude Pedroni - **per rendere il mercato più giusto e per bilanciare il peso dei grandi gruppi multinazionali, è attraverso**



IL PRODOTTO A MARCHIO

COOP, che credo sia la sintesi delle indicazioni che ho sin qui citato. Stiamo progressivamente allargando l’offerta dei prodotti a marchio Coop, sia con nuove linee sia rafforzando quelle esistenti. **I nostri prodotti sono realizzati da 500 piccole e medie aziende italiane, eccellenti nella qualità** anche grazie alla collaborazione di lunga durata che hanno con noi. Dato che qui si fa riferimento a fenomeni su scala mondiale, voglio ricordare un solo e più recente esempio dell’approccio di Coop con la nostra scelta di portare tutta la filiera della cioccolata sotto al marchio Solidal Coop, come già avvenuto in passato per il tè. Nel complesso, il prodotto a marchio Coop è cresciuto con forza negli ultimi anni e oggi vale intorno ai 3 miliardi di euro (il fatturato Barilla nel 2015 è stato di 3,3 miliardi, ndr). Una cifra che ci dà più forza per portare avanti i nostri impegni e tutelare gli interessi dei consumatori».



Voglio ricordare la fusione tra **Monsanto e Bayer**, che avrà un enorme peso sul piano del controllo dei mercati agricoli, dei brevetti e delle sementi. O il fatto che un altro colosso delle sementi come **Syngenta** sia stata acquistata dalla cinese **ChemChina**, cioè del capitalismo di Stato cinese. Sono tutte operazioni enormi, che accentrano risorse e aumentano controllo di pochi sui mercati. Queste non sono buone notizie per i consumatori o per sperare di avere prodotti di maggior qualità e senza Ogm».

SE I CONSUMATORI SI FANNO SENTIRE

Già perché vien da chiedere, ma in tutto ciò il consumatore dove sta? Che peso ha? Poco, ancora troppo poco. Ma non si può negare che le cose per alcuni aspetti stiano

cambiando. L'attenzione per l'ambiente, per la sostenibilità, per il rispetto dei diritti sono sicuramente cresciuti. Così come c'è più attenzione verso un'alimentazione salutare, equilibrata e senza eccessi. Del resto il paradosso di un mondo che da un lato ha un poco meno di un miliardo di persone che soffrono la fame e dall'altro ha più di un miliardo di obesi e sovrappeso è figlio anche di ciò che queste grandi multinazionali

ci hanno proposto e ci hanno convinto a mangiare. Non a caso, già da anni, colossi come Pepsi o Coca-Cola stanno proponendo nuovi prodotti più attenti alla dieta. E lo stesso problema lo stanno fronteggiando al-

tri colossi (tra cui McDonald's). In sostanza, anche le vendite di questi supercolossi mondiali ne hanno risentito.

Forse ciò è avvenuto più in Europa che negli Usa (ma comunque in entrambe queste realtà), ma tra spinta verso i prodotti biologici, scelta vegetariana di una parte della popolazione e ricerca di prodotti salutistici e legati al territorio, il cambiamento c'è stato e ha pesato.

Al punto che, come spiega il professor **Luca Pellegrini** (vedi l'intervista in queste pagine), può darsi che la spinta alla concentrazione in queste super società non sia finita, ma potrebbe rappresentare **più una scelta difensiva e di**

In queste grandi aziende la priorità è garantire i dividendi agli azionisti. Sono l'ambiente ed i paesi poveri a pagare i prezzi più alti»

L'INTERVISTA

Colossi che comprano, ma sono scelte difensive

I giganti del mercato globale e cosa succede nel nostro paese

A Luca Pellegrini, docente di marketing allo Iulm di Milano, abbiamo chiesto se la tendenza mondiale a costruire imprese di dimensioni sempre più grandi che, anche in campo alimentare, si è affermata negli ultimi decenni è destinata a proseguire ineluttabilmente.

Anche se forse non c'è una risposta definitiva, io credo sia doveroso chiedersi se le operazioni di questo tipo siano ora da considerarsi come scelte di attacco o di difesa. Magari con intensità diverse, ma tanto in Italia come nel resto del mondo, sugli scaffali dei supermercati si vedono sempre più prodotti che hanno un legame col territorio, che sono legati a caratteristiche nutrizionali specifiche, che propongono un contenuto di qualità forte. Un po' il contrario di molti di quei marchi noti in tutto il mondo che sono la forza delle grandi società. Questa crescita, articolata e vivace, che tutti possono riscontrare facendo la spesa, è indicatrice di una tendenza di fondo che non ha certo rafforzato le vendite delle multinazionali.

E come hanno reagito i grandi colossi a questa evoluzione del mercato?

Non credo sia una reazione all'abbondanza. C'è chi ha ridotto la propria presenza, come Unilever, o addirittura è uscita dall'alimentare, come Procter & Gamble. Per altri aspetti si procede invece con acquisizioni e fusioni che sono più degli arrocchi in territori ritenuti sicuri perché

meno toccati dai nuovi trend cui abbiamo accennato. È chiaro che in un mercato enorme come quello dell'alimentare, anche se i consumatori cercano di più il legame col territorio, ci sono grandi marchi che garantiscono comunque volumi importanti su scala planetaria. E dunque qui cercano di posizionarsi i colossi del settore.

Quanto pesa la dimensione finanziaria e la riduzione dei costi nell'azione di questi big?

Il peso della finanza è fortissimo, non c'è dubbio, così come la ricerca di contenere i costi. Ma è chiaro che comunque, per fare utili, anche se la proprietà di un'impresa è di un fondo d'investimento, devi avere prodotti che si vendono. Per cui anche le grandi società, che pure puntano a essere leader come volumi, agendo su più paesi, devono comunque confrontarsi con l'innovazione. Cosa che può avvenire provando a lanciare o acquistare nuovi marchi o linee di prodotto che se non funzionano, vengono poi abbandonate o cedute. È un balletto continuo. Anche Nestlé ha fatto di recente un'operazione di pulizia prendendo atto che certi marchi non andavano.

Per un paese con un patrimonio agroalimentare come il nostro, quali strategie adottare per non essere solo vittime "dei più grandi"?

Nel campo dell'industria alimentare l'Italia è stata molto meno colonizzata rispetto

ad altri settori nei quali invece la presenza straniera è diventata dominante. Certo anche nell'alimentare, nel corso degli anni, abbiamo perso marchi importanti, da Parmalat e Invernizzi, ma c'è anche chi ha fatto acquisti come Colussi, assieme a grandi realtà, che anche se lontano come dimensione da certi colossi, hanno un valore mondiale, e come Barilla o Ferrero che ha appena acquisito per 115 milioni Fanny Mae, un importante marchio del cioccolato Usa. Decisiva resta la capacità imprenditoriale e la voglia di innovare e cogliere le spinte nuove di un mercato che si muove rapidamente. E in questo molte imprese italiane si sono mosse bene.

La maggior consapevolezza e la spinta dei consumatori stanno incidendo sulle novità di cui parliamo?

Il peso della finanza è fortissimo. Non c'è dubbio che il ruolo dei consumatori, anche se esercitato con qualche contraddizione, sta diventando fortissimo. C'è una tendenza di fondo legata a quello che io chiamo il "bell'essere", cioè la somma di benessere e bellezza, che si è ormai affermata. Nonostante la crisi il biologico ha registrato un boom importante nonostante costi di più. Che ci sia una sempre maggior consapevolezza dei consumatori è un fatto positivo e le aziende devono tenerne conto. Chi non lo ha fatto perde quote di mercato.



arroccamento che non un segno di forza. Anche secondo Philip Howard, docente della Michigan State University e autore del libro "Concentrazione e potere nel sistema del cibo" (ancora non uscito in Italia), ci sono segni di qualcosa che si muove: «**Queste grandi aziende vengono messe sotto pressione dalla domanda delle persone che portano avanti i loro valori.** Stiamo vedendo non solo un aumento del biologico, ma stanno cambiando le pratiche anche sugli allevamenti di animali. C'è chi ha annunciato l'eliminazione degli antibiotici al punto che

Lo schema qui sopra, realizzato nel 2012, raffigura come, a livello mondiale, a poche grandi società fanno capo centinaia di marchi diversi. Dal 2012 ad oggi tante cose sono cambiate. Alcune aziende, come Kraft e Heinz si sono fuse dando vita ad un'unica realtà, e molti marchi sono passati a società diverse. Ma la sostanza, e cioè la grande concentrazione del mercato alimentare è ancora la stessa

anche McDonald's ha annunciato di volersi muovere in questa direzione». Esempi di battaglie su cui l'attenzione dell'opinione pubblica ha inciso ce ne sono diverse altre (la questione olio di palma per citarne una). «**La consapevolezza del con-**

sumatore è sicuramente una chiave fondamentale – spiega Liberti – Ogni passo verso la trasparenza e una informazione chiara su tutta la filiera, sulla provenienza e la storia di ciò che compriamo sono passi positivi». (<http://consumatori.e-coop.it>)

Nel complicato quadro legato all'industria alimentare nel mondo di cui parliamo in queste pagine è bene ricordare anche che, secondo le previsioni di Federalimentare, il fatturato dell'industria del cibo italiana è destinato a crescere anche nel 2017, arrivando a raggiungere i 134 miliardi di euro (più 1,5% sul 2016), con una quota di esportazioni pari a 31,6 miliardi (più 5% sul 2016). Secondo Federalimentare anche i consumi alimentari interni

Intanto l'industria alimentare italiana continua a crescere. Boom dell'export, dal 2000 ad oggi più 144%



registreranno una crescita seppure modesta (più 0,3%). Stando invece solo sull'export, dall'anno 2000 al 2016, la crescita del settore è stata del 144,5%. Un segno inequivocabile che se nel mercato mondiale il ruolo e il peso dei grandi colossi multinazionali è cresciuto, l'industria italiana (dove la realtà più grande è Ferrero con 9,5 miliardi di fatturato che ha da poco acquisito l'impresa Usa Fanny Mae) non è stata a guardare. Ma la competizione continua e non consente certo di riposare sugli allori. Chi si ferma è perduto.

Gli spazi completamente riorganizzati, con tante comode novità. Gli assortimenti sempre più completi, all'interno dei quali trovare anche le produzioni locali (del paese e dintorni). E poi un "angolo sociale" dedicato ai soci, al piacere d'incontrarsi



FAMIGLIA COOPERATIVA DI BESENELLO

In Famiglie Cooperativa c'è anche uno spazio dove stare insieme



Il negozio di Besenello ha inaugurato nella seconda metà di marzo i suoi nuovi spazi: "grazie all'impegno del Cda del direttore Fabrizio Sannicolò e di tutti gli impiegati della Famiglia cooperativa, – ha sottolineato durante l'inaugurazione il presidente della Cooperativa, Renzo Tommasi – grazie al contributo della squadra di esperti del SAIT" c'è oggi un negozio nuovo "accogliente, efficiente e rispondente ai bisogni: nella speranza di aver interpretato le esigenze e le richieste sia dei clienti, ma soprattutto dei soci, i veri padroni di questa magnifica struttura".

Tra le tante piacevoli novità del negozio ne spicca una, che restituisce un po' al negozio l'atmosfera delle origini della cooperazione di consumo.

La riorganizzazione degli spazi ha infatti reso possibile la creazione di un'area dedicata alla socialità, chiamata "angolo sociale", dove incontrarsi per prendere un caffè e fare due chiacchiere, o per scoprire in tranquillità quelle produzioni locali che

il negozio ha selezionato per soci e clienti. Perché, ha aggiunto Tommasi, nella riorganizzazione del negozio la Famiglia Cooperativa ha scelto di coniugare "l'esposizione moderna dei prodotti con l'espressione della vocazione agricola del territorio". Così ad esempio nel negozio si trova la birra del birrifico di Besenello, con la quale si è brindato durante l'inaugurazione.

"Se la missione commerciale della Famiglia Cooperativa, che chiamiamo Missione risparmio, – ha spiegato Tommasi – punta a fornire ai soci la merce al minor costo possibile, l'angolo sociale, mira ad ottemperare invece lo scopo statutario dell'educazione cooperativa, vuole essere in primo luogo promotore di relazioni, e poi un luogo simbolico di identità territoriale", uno spazio nel quale i soci possano riconoscersi, e grazie al quale si possa conservare la consapevolezza delle origini della Cooperativa (prossima a compiere 120 anni) e del ruolo che oggi svolge.

Una presentazione e una festa d'inaugurazione molto partecipate: dal presidente federale Mauro Fezzi, al presidente della Cassa Rurale Alta Vallagarina Adriano Orsi, ai presidenti delle Famiglie cooperative di Prima Anaunia, Alta Valsugana, Trambileno, Pedersano, Noriglio, Monte Baldo, e poi il direttore della Famiglia cooperativa di Isere e tanti soci. Ospite d'onore dell'evento è stato Marcello Enderle, direttore della Famiglia cooperativa di Besenello per 25 anni (fino al 1991), e promotore della nuova sede. A benedire la struttura don Roberto, che ha ricordato l'importanza sociale della cooperazione. Prima del taglio del nastro è intervenuto il sindaco di Besenello, Cristian Comperini, per complimentarsi con il Consiglio di amministrazione della Cooperativa per gli sforzi fatti per rendere il negozio un esercizio all'avanguardia, anche per la particolare attenzione al risparmio energetico. Un negozio che, assieme alla Farmacia comunale e al nuovo tabacchino, costituisce un piccolo centro commerciale in pieno centro del paese al servizio della comunità. (c.g.)

SOCIOSÌ: I TUOI PUNTI DANNO BUONI FRUTTI È arrivato il catalogo della nuova raccolta punti

Sfoggia il nuovo catalogo della raccolta-punti: troverai tutte le informazioni più utili per valorizzare al massimo la tua raccolta e la tua spesa ogni giorno

È arrivato nei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina (Famiglia Cooperativa e Coop Trentino) il catalogo della nuova raccolta punti 2017-2018. Come sempre, i punti della raccolta si accumulano automaticamente, presentando alla cassa la propria Carta In Cooperazione, e il numero dei punti accumulati compare sempre in fondo allo scontrino, oppure può essere controllato su www.laspesainfamiglia.coop.

INFORMAZIONI E "ISTRUZIONI PER L'USO"

Nel catalogo si trovano tutte le informazioni dettagliate, le "istruzioni per l'uso", le scadenze e il regolamento della raccolta, come la possibilità di richiedere di spostare punti da una carta ad un'altra, con un minimo di 100 punti (entro il 24 gennaio 2018), oppure, al momento della richiesta del premio, la possibilità di sommare ai punti della propria carta i punti di un massimo di altre due carte In Cooperazione; o, ancora, il vantaggio di ricevere punti doppi acquistando i prodotti a marchio Coop.



Il nuovo catalogo della raccolta punti 2017-18: SocioSì
Con i punti raccolti si risparmia sulla spesa, sul telefono, nei trasporti. Oppure ci si può concedere un momento di svago: al cinema, al museo, in un parco o sugli sci, o alle terme. O si può fare un gesto di solidarietà.

RISPARMIO, TEMPO LIBERO, SOLIDARIETÀ

Tre i capitoli principali del catalogo: Risparmio, Tempo libero, Solidarietà. Sono

queste infatti le tre aree di maggior interesse per i soci, all'interno delle quali è possibile scegliere per avere sconti e vantaggi grazie ai punti accumulati con Carta In Cooperazione. Nel capitolo dedicato al Risparmio si spiega, ad esempio, come utilizzare i punti per fare la spesa, come usare i 1000 punti accumulati per ottenere lo sconto di 10 euro sulla spesa, come fare la ricarica telefonica CoopVoce o acquistare la Carta a scalare di Trentino Tra-

sporti, sempre impiegando i punti accumulati con la spesa. Nel capitolo dedicato al Tempo libero si scopre, ad esempio, che con i punti di questa nuova raccolta è possibile anche andare al cinema in una delle 17 località trentine elencate, in ben 19 diverse sale (ma si può sempre scegliere di utilizzare i punti per gli ingressi al Muse, al Mart o al Parco Natura Viva, per andare a sciare o alle terme).

Infine, nel capitolo dedicato alla Solidarietà si scopre come contribuire ad una delle iniziative che la Cooperazione di Consumo Trentina sostiene da tempo, e la stessa apertura del capitolo è dedicata ad un

sinetico bilancio delle donazioni fatte grazie ai soci nel biennio 2015-16; sfogliando queste pagine si ha una percezione più chiara dell'impegno della Cooperazione di Consumo Trentina nella solidarietà e a favore delle comunità.

MASSIMO VALORE AI TUOI PUNTI

Il catalogo SocioSì è insomma lo strumento davvero agile e sempre disponibile, da consultare rapidamente per decidere di volta in volta come valorizzare al massimo i punti raccolti, magari scoprendo possibilità alternative che non si conoscevano. (c.g.)



Chi non è socio, e non possiede quindi la Carta In Cooperazione, può richiedere in uno dei negozi della Cooperazione di Consumo Trentina di diventare socio.



È scomparso il 24 marzo Germano Anesin, presidente della Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné. Alla sua figura, che era quella del cooperatore da sempre generosamente impegnato in mille attività a favore della comunità, dedichiamo questo spazio (curato dalla vicepresidente della Cooperativa, Cristina Casagrande), che comprende il messaggio



raccogliere l'eredità che lei ha lasciato e a seguire i suoi passi.

Care Gabriella, Monica e Giulia, in questi giorni abbiamo ricevuto innumerevoli testimonianze di cordoglio ed affetto da tutto il mondo cooperativo e non solo, che ci danno

forza e coraggio. A nome dei nostri soci, clienti, amministratori e collaboratori vogliamo stringervi in un forte e caldo abbraccio.

Germano, a nome di tutti vogliamo dirti grazie: per tutto quello che hai fatto per la tua Famiglia Cooperativa e la tua comunità: hai dato tanto senza chiedere nulla in cambio!"

FAMIGLIA COOPERATIVA ALTOPIANO DI PINÉ

Semplice, moderato e autentico

La scomparsa di Germano Anesin

Il saluto della sua Famiglia Cooperativa, della sua comunità.
Il ringraziamento per quanto (e come) ha fatto.
L'invito a proseguire, a suo nome, con coerenza.
E con l'impegno fiducioso di sempre

letto durante le esequie e condiviso con tutti i soci della Cooperativa, attraverso il consueto aggiornamento mensile.

“Caro Germano, la tua improvvisa e tragica scomparsa, ci ha gettati nel più profondo sconforto, ci lascia senza parole, quasi senza fiato. Nella tua vita hai avuto due “grandi” famiglie a cui hai donato tanto amore e dedizione: le tue adorato Gabriella, Monica e Giulia e la famiglia dei soci e clienti della Cooperativa, eri marito, padre, nonno e presidente.

Non era un compito facile quello che ti sei assunto, soprattutto negli ultimi anni i pensieri e le difficoltà sono stati crescenti, ma non ti sei mai lasciato prendere dallo sconforto e dal pessimismo, sapevi invece allentare le tensioni e sdrammatizzare anche i momenti più duri con una battuta.

In Consiglio eri aperto al dialogo, al confronto e alle novità, cercando di interpretare al meglio il tuo ruolo guida per il bene della Famiglia Cooperativa.

Eri sempre disponibile con tutti, i soci e clienti ti fermavano per strada, per informarsi, complimentarsi, ma anche lamentarsi. Era naturale, per tutti eri da sempre il Presidente della Famiglia Cooperativa.

Lasci un grande vuoto in un difficile momento, ci sentiamo orfani smarriti, ma ci rimane il tuo esempio e il tuo insegnamento, il tuo “stile”, semplice, moderato e autentico.

Eri un cooperatore vero, saldo nei principi e coerente nell'interpretarli nel quotidiano. Aiuta da lassù questa grande Famiglia a



GERMANO ANESIN era nato 64 anni fa in una famiglia numerosa, a Miola di Piné: 10 fratelli, 9 maschi e una femmina. Il padre è il gerente dell'allora Famiglia Cooperativa Pinetana: il suo attaccamento al mondo della Cooperazione è strettamente legato alla figura paterna.

Germano intraprende studi professionali e diventa elettricista. È un grande appassionato di calcio e negli anni giovanili è impegnato nell'Associazione Calcio Piné. Conosce e sposa la compagna della sua vita Gabriella e diventa padre di due figlie, Giulia e Monica.

Assieme al nostro Presidente avevamo già programmato l'assemblea dei soci per **domenica 30 aprile**, presso il Centro Congressi di Baselga di Piné. È un appuntamento che dobbiamo confermare per esigenze istituzionali, ma anche per onorare degnamente la memoria di Germano e mantenere l'impegno come lui avrebbe fatto. Per la nostra Famiglia Cooperativa è un momento molto delicato e abbiamo bisogno della vicinanza e della partecipazione di tutti: vi aspettiamo.

Nel 1995 Germano entra in Consiglio della Famiglia Cooperativa e poi nei primi anni duemila diventa Presidente della neonata Famiglia Cooperativa Altopiano di Piné, che trae origine dalla fusione delle tre Famiglie Cooperative allora presenti sull'Altopiano (Bedollo e Centrale, Brusago e Montesover e Pinetana). Nel 2008 viene eletto nel Consiglio di Amministrazione di SAIT. Sono tanti gli interessi di Germano: partecipa alle attività del Gruppo “la Grenz di Miola”, fa parte del Comitato Asuc, viene eletto in Consiglio Comunale, e per un breve periodo ricopre la carica di assessore. Appassionato di montagna, amava partecipare alle uscite del locale Gruppo della SAT.

Di recente era felice per la nascita del nipotino che purtroppo non ha avuto il tempo di veder crescere. La moglie Gabriella ci ha confidato che il suo sogno nel cassetto era completare il cammino di Santiago: ne aveva percorso un tratto con lei qualche anno fa e in settembre voleva ritornare a camminare con i pellegrini lungo il sentiero che conduce al Santuario di Compostela.

1, 2,3 arriva il riso per te: è lo slogan che ricorda a tutti, ma proprio tutti, che sabato 20 maggio 2017, ADMO Trentino tornerà



SABATO 20 MAGGIO 2017

Il buon (sor)riso che fa crescere il numero dei donatori

Prendi un sacchetto di riso: con la tua donazione aiuterai ad aumentare il numero di potenziali donatori di midollo osseo

protagonista in tanti supermercati della provincia, con la decima edizione dell'iniziativa Chicco Sorriso. I volontari di ADMO vi aspetteranno **nelle Famiglie Cooperative e Coop Trentino** (vedi elenco) dove a fronte di una vostra offerta potrete ricevere un sacchetto del pregiato riso dell'Az. Agricola Cascina Fornace di F.Rizzotti di Vespolate (NO) e un campione degli ottimi prodotti di Bauer, che ringraziamo anche quest'anno per la disponibilità.

ADMO Trentino è impegnata da moltissimi anni nell'attività di informazione e sensibilizzazione sulle malattie del sangue e vuole essere un anello di congiunzione tra due realtà, quella della salute e quella della malattia, informando in modo esaustivo le per-

sone che intendono diventare donatori di midollo osseo con un gesto che, ricordiamo, salva una vita.

Sono tante le persone che ogni anno (ogni giorno) sperano di trovare il donatore gemello per il trapianto: la compatibilità genetica è infatti molto rara (1:100.000) ed ha maggiore probabilità di esistere tra consanguinei.

Ad oggi, in provincia di Trento, le persone tipizzate (quindi potenziali donatori, grazie ad un semplice esame del sangue che permette di inserire le caratteristiche genetiche in una banca dati) sono circa 6.447, ma molte escono dal Registro italiano dei donatori di midollo osseo IBMDR (Italian Bone Marrow Donor Register) per motivi anagrafici, di salute, etc. e, quindi, c'è sempre bisogno di nuova linfa e anche solo uno di noi può fare la differenza...una grande differenza.

La campagna Chicco Sorriso ed altre analoghe che si svolgono nel corso dell'anno servono a raccogliere fondi che saranno poi destinati alle attività previste dallo Statuto di ADMO (borse di studio, acquisto di strumenti per analisi dei potenziali donatori) e quindi tutte con l'obiettivo di aumentare il numero di potenziali donatori.

Allora ricorda: sabato 20 maggio regala un sorriso, anzi un Chicco Sorriso, ti aspettiamo. *(Luisa Boninsegna)*

Per info:

www.admotrentino.it
0461.933675
info@admotrentino.it

Chicco Sorriso sarà qui

Sabato 20 maggio 2017 potrai fare un'offerta a favore dell'Associazione Donatori Midollo Osseo e ricevere in cambio un sacchetto di riso e il dado Bauer nei seguenti negozi:



Bosentino, via Pozze 2/b
Castel Tesino, via Dante 35
Cinte Tesino, p.zza Plebiscito 17
Condino, via A. La Marmora 2

Grigno, via Vittorio Emanuele 67/a
Lavis, via Degasperi 2
Mezzolombardo, p.zza Erbe 3
Pellizzano, via Lenner 16
Pieve Tesino, via Brigati Abruzzi 3
Roncone, p.zza Battisti 2
San Michele all'Adige, Via Biasi 2
Scurelle, p.zza Maggiore 32



Arco, via Galas 35
Avio, p.zza Roma 5
Borgo Valsugana,

corso Vicenza 4/a
Caldonazzo, via Marconi 28/a
Cavalese, p.zza Battisti
Cles, p.zza Bertolini 7
Cognola, p.zza Argentario 6
Dorsino, p.zza Municipio
Levico, via Casotte
Malè, via 4 novembre
Mattarello, via Catoni 50
Mezzocorona, via Romana 16
Moena, strada De Prealon 26
Pergine Valsugana, p.zza Gavazzi 6
Pinzolo, p.zza A. Collini 6
Ponte Arche, via Prati 13
Povo, p.zza Mancini 8

Predazzo, via C. Battisti 21
Ravina, via Herrshing
Riva del Garda, p.le Mimosa 8/10a
Rovereto, p.zza N. Sauro 19/a
San Lorenzo in Banale, fraz. Berghi
Trento, corso 3 Novembre 2
Trento, via Menguzzato 85
Trento, Via Solteri 43
Trento, p.zza Lodron 28
Trento, p.zza Cantore 30
Tuenno, p.zza Alpini 24
Vezzano, via Roma 45



26-28 MAGGIO, CLES E TRENTO: 1,2,3... STORIE!

Il festival della narrazione prende il treno

Un festival denso di eventi, giochi, laboratori, letture animate. E in più quest'anno da Trento partirà per Cles un treno (vero) che diventerà spettacolo viaggiante

Un treno che diventa teatro viaggiante, un pifferaio magico, boschi parlanti e cartoline illustrate: dal 26 al 28 maggio torna il festival della narrazione per bambini e ragazzi (7ª edizione) ideato dalla cooperativa La Coccinella, con laboratori, spettacoli, incontri e mostre.

Protagoniste assolute, come sempre, le storie che nella loro semplicità aprono a mondi altri e futuri possibili e promuovono la consapevolezza che raccontare è strumento educativo e di cura fondamentale.

Storie che per la prima volta risuoneranno non

solo nei palazzi, nei giardini, nelle strade e nelle piazze di Cles, ma anche a Trento unite dalla *Locomotiva più pazza del mondo*: dal capoluogo partirà, infatti, un treno (vero) che diventerà spettacolo viaggiante; a bordo un bigliettaio molto bizzarro e il suo buffo aiutante faranno ridere piccoli e grandi viaggiatori.



Un momento delle scorse edizioni del Festival 1,2,3...Storie!

STORIE, VIAGGI, LUOGHI

Il festival inizierà il 26 maggio con la *Notte in biblioteca* con il collettivo Chochart e l'attore Michele Comite che proporranno ai bambini e ragazzi storie vere e di fantasia sulle diverse declinazioni del *viaggio*: avventura, fuga, esplorazione, sempre opportunità per esplorare sé stessi e il mondo e incontrare l'altro.

Il festival proporrà tante letture animate anche per i più piccoli, *laboratori di Atelier* ispirati ai Wimmelbook di Susanne Berner (vincitrice del premio Andersen 2017) e quelli per realizzare cartoline fantastiche con Michela Nanut e Massimo Valentinotti.

Ci sarà poi la *Caccia fotografica* con enigmi da risol-

vere e misteri da scoprire: una sfida a colpi d'istantanee, per esplorare in modo inedito il territorio. Possibilità offerta anche dalla *Passeggiata animata* per strade e stradine fino al bosco centenario del Castello di Cles per incontrare la Tille, curiosa creatura delle selve.

OSPITI, MOSTRE, GIOCHI

Tra gli ospiti d'onore, Antonella Abatiello, autrice e illustratrice i cui libri sono tradotti in oltre 13 Paesi e che ha ricevuto moltissimi Premi internazionali, tra i quali la Menzione d'Onore dell'UNESCO per le tematiche

della pace e il White Ravens dalla Jugendbibliothek di Monaco, selezione dei 250 libri più belli del mondo.

Non mancheranno le *librerie in piazza*, e le installazioni e le mostre, tra cui *Come? Cosa?* con i disegni dell'albo di Fabian Negrin, a partire dai quali i bambini potranno compiere un percorso tra gli scaffali della biblioteca: un'esplorazione fisica e metaforica che nasce da un gioco simile al telefono senza fili.

Info:
www.lacoccinella.coop



Gli alunni della Scuola Primaria di Rumo "Odoardo Focherini e Maria Marchesi" con uno dei primi ricevuti



CARI SOCI FATE I BUONI...SCUOLA La scuola di Rumo ringrazia tutti per i premi ricevuti

Grazie a "Cari soci fate i buoni... scuola" la Scuola Primaria di Rumo ha ricevuto anche quest'anno premi molto utili. Ecco la testimonianza degli alunni e degli insegnanti

La Scuola Primaria di Rumo "Odoardo Focherini e Maria Marchesi" desidera ringraziare quanti (e sono tantissimi) hanno deciso anche in questa seconda edizione (conclusa a dicembre 2016) di donare alla scuola i propri buoni dell'iniziativa "Cari soci fate i buoni... scuola": grazie ai buoni ricevuti la scuola ha potuto dotarsi di una nuova lavagna interattiva e molto altro materiale utile. Già nella prima edizione dell'iniziativa la Scuola Primaria di Rumo aveva ricevuto moltissimi premi (una telecamera, un microscopio, una stampante fotografica, uno stereo e una lavagna interattiva). Una importante esperienza cooperativa che non si è fermata soltanto all'adesione all'iniziativa "Cari soci fate i buoni... scuola": ecco la testimonianza dei ragazzi e degli insegnanti.



Anche quest'anno la Scuola Primaria di Rumo "Odoardo Focherini e Maria Marchesi" ha aderito all'iniziativa della Cooperazione di Consumo Trentina "Cari soci fate i buoni... scuola". Da settembre i ragazzi hanno portato a scuola i buoni rilasciati ai soci dalle Famiglie

Cooperative del Trentino, in particolare dai negozi di **Mione, Marcena e Mocenigo (Famiglia Cooperativa Castelli d'Anaunia)**. All'inizio dell'anno scolastico noi alunni ed insegnanti credevamo impossibile riuscire a raggiungere i **164 mila punti** necessari per una **lavagna interattiva**, invece, con lo scorrere dei mesi, non solo abbiamo raggiunto tale quota, ma l'abbiamo superata.

Nelle due edizioni dell'iniziativa "Cari soci fate i buoni... scuola!" le scuole delle province di Trento, Bolzano, Bergamo, Brescia e Belluno hanno ricevuto materiale didattico, attrezzature informatiche e multimediali per un valore di oltre 160mila euro.



La farina gialla prodotta dagli alunni dell'Associazione cooperativa scolastica "Un sogno smarrito"

L'ASSOCIAZIONE COOPERATIVA SCOLASTICA

Il Consiglio di Amministrazione della nostra Associazione cooperativa scolastica chiamata "Un sogno smarrito" ha così deciso di prendere, oltre al proiettore, materiale utile per la scuola: un registratore, colori, vernice, fogli colorati, pennelli ed altro. Infatti, sia la raccolta dei buoni, sia molte attività dei gruppi, quest'anno vengono gestiti dai soci della nostra cooperativa scolastica, che si riuniscono il mercoledì per prendere decisioni ed organizzare attività.

Quest'anno ad esempio con l'aiuto di **Luca e Gabriele** (della cooperativa sociale **Kaleidoscopio**), nonché con la disponibilità

del **caseificio di Rumo** (è una cooperativa anche questa!), tutti i venerdì, dall'inizio dell'anno, lavoriamo, a turni di 2 bambini alla volta, 25 litri di latte, producendo circa 15 formelle di formaggio Casolét. Oltre a questo continuiamo a lavorare i cereali, fare l'aceto di mela, le mele secche ed altro. Con questo breve articolo vorremmo ringraziare tutti i soci che hanno collaborato alla raccolta dei punti, ma anche **le varie addette che lavorano nei negozi di Rumo, sempre disponibili a dare una mano alla scuola**. Ora il proiettore lo metteremo in classe terza, l'unica aula ancora sprovvista. Infatti già lo scorso anno avevamo raggiunto la quota per un altro proiettore che poi abbiamo messo in prima e seconda.

Grazie ancora a tutti!
Gli alunni e gli insegnanti della Scuola Primaria di Rumo

Archivate in questo inizio 2017 due importanti fiere di settore (il Consumer Electronics Show di Las Vegas e il Mobile World Congress di Barcellona) in bocca rimane un po' di amaro: almeno per quest'anno, infatti, lo smartphone sarà più o meno quello che tutti conosciamo. Tra presentazioni e annunci siamo ancora in attesa di quella "svolta tecnologica" che da tempo manca; per il 2017 le stime (Gartner) parlano di una

eventuali controindicazioni; prima di aggiornare accertatevi che le vostre app funzionino anche con la nuova versione, e verificate che foto, rubrica e file siano copiati da qualche altra parte; se il telefono è protetto da un pin, disabilitatelo e riabilitatelo terminato l'aggiornamento.

Non tutti, poi, attivano l'utile funzione per ritrovare il telefono in caso di furto o smarrimento; una volta attivato, se il telefono smarrito è collegato in rete, compari-

non le utilizzate, le batterie andrebbero comunque smontate dal telefono e conservate in un luogo fresco, se sono integrate, l'operazione va fatta da un centro assistenza cui è consigliato ricorrere anche per sostituire una batteria integrata defunta.

È da sfatare è che ricaricarle spesso ne riduca la durata: le batterie al litio o ai polimeri di litio (più leggere e costose) si comportano all'opposto: più corti sono i cicli di carica/scarica, più si allunga la loro vita. Non esitate, dunque, dopo il primo ciclo completo, a tenere attaccati al caricatore smartphone e tablet (un dispositivo in piena energia è anche più performante). Infine la temperatura: evitate di ricaricare un dispositivo già caldo dopo ore di lavoro: le batterie soffrono molto questo fattore e non riusciranno a immagazzinare tutta l'energia in entrata.

Smartphone, così io ti vorrei

In attesa di quello "scatto in avanti" che cambi le nostre abitudini d'uso, ecco come usare al meglio lo smartphone

di Claudio Strano

sostanziale stabilità del mercato con un aumento del prezzo medio dei telefoni, sempre più potenti e ricchi di funzionalità. La svolta che cambierà le nostre abitudini d'uso potrebbe maturare nel 2018, con l'introduzione del concetto di "schermo flessibile". Lg ad esempio ha brevettato uno **smartphone pieghevole che si trasforma in un tablet**; Samsung ha svelato già un anno fa uno smartphone Galaxy con un **pannello sottilissimo** full Hd che si srotola; Apple ha brevettato uno schermo Oled che si srotola come un papiro, flessibile e retrattile: una "pergamena 3.0" per i futuri iPhone e iPad, con fotocamera, microfoni e altri elementi racchiusi in appositi alloggiamenti. Con un terminale del genere è chiaro che i nostri stili di vita ne risentirebbero in meglio: chi non ha il problema, oggi, di portarsi dietro un dispositivo di un certo ingombro con cui fare tutto e in ogni momento della giornata?

COME AGGIORNARLI E... RITROVARLI

Un paio di suggerimenti tratti dalla recente guida di Altroconsumo sull'uso dello smartphone. **Quando è disponibile un nuovo sistema operativo, chiedetevi se vale la pena fare l'aggiornamento;** un nuovo sistema operativo infatti può portare cambiamenti importanti (in alcuni casi aumentare la durata della batteria) ma anche problemi; il consiglio è di aspettare un mese dall'uscita della nuova versione affinché emergano

ra su una mappa la sua posizione o l'ultima posizione conosciuta; potrete, a quel punto, farlo squillare, bloccarlo con una password o resettarlo se lo date per irrecuperabile. Per compiere l'operazione, su iPhone partite da *Impostazioni iCloud* e scorrete in basso fino a *Trova il mio iPhone*. Su Android aprite *Gestione Dispositivi* e spuntate *Localizza* e *Consenti blocco da remoto*, infine *resetta*.

COME FAR DURARE LA BATTERIA PIÙ A LUNGO

Come far durare più a lungo la batteria al litio? alcune mosse sono ormai note a tutti: disattivare le funzioni wi-fi o gps se non sono necessarie, o le notifiche push per le email, se se ne ricevono molte; chiudere le app non in uso; ridurre la luminosità dello schermo. Ma soprattutto è importante avere una batteria "buona" e **non scendere sotto il 50% prima di ricaricarla**. "Buona" perché il litio invecchia, cioè ha una scadenza e va tenuto in allenamento come un muscolo: se

L'USATO CERTIFICATO

Per i cellulari usati o difettosi che vengono reintrodotti – rimessi a nuovo e certificati, ovvero ricondizionati – sul mercato è prevista quest'anno una crescita del 50% (un segmento finora accreditato di un 5% circa del totale delle vendite). Il 44% degli italiani ogni anno, anno e mezzo sostituisce il proprio smartphone. Sono soprattutto i *top di gamma*, Iphone in testa, ad essere acquistati e sottoposti a un completo processo di lavoro

e controllo, tale da farli "resuscitare" prevalentemente sui negozi online. Uno dei problemi è l'affidabilità di chi compie la rigenerazione, che riguarda anche le batterie e gli accessori. In considerazione della crescita del mercato, dell'aspetto ecologico e del contenimento dei prezzi per il consumatore, Coop sta facendo le opportune verifiche per inserire nei propri assortimenti smartphone rigenerati di qualità. (tratto da <http://consumatori.e-coop.it>)

MANO AL PORTAFOGLIO

Smartphone top di gamma di marca, con le ultime tecnologie e materiali più pregiati **a partire da 400 € circa**

Smartphone top di gamma ricondizionato (usato garantito), con qualche rischio legato alla affidabilità di chi compie la rigenerazione **circa il 30% in meno**

PERGINE, FESTIVAL DELL'AMBIENTE 2017

AAA artigiani cercasi

Se sei un artigiano che per le sue opere-manufatti utilizza materiali di riciclo, riuso o naturali invia la tua candidatura entro il 15 maggio

Il 15-16-17 giugno tornerà a Pergine il Festival dell'Ambiente, organizzato dall'Associazione Famiglie della Valsugana in collaborazione con l'Associazione Culturale Aria e l'Associazione di promozione sociale H2O+.

L'obiettivo è sempre quello di coinvolgere attivamente le associazioni e la cittadinanza, per una sensibilizzazione sul tema del riuso, del riciclo e del rispetto dell'ambiente, e per introdurre le buone pratiche anche nei gesti quotidiani.

All'interno del denso programma di questa seconda edizione, presto online su festivaldellambiente.blogspot.com, una serie di **laboratori durante il mese di maggio** e, il 17 giugno, l'**Hand Made and Green Market** nel **Teatro di Pergine**, ovvero la mostra mercato degli artigiani che lavorano con materiali di riciclo e naturali e che avranno ri-



sposto all'invito a partecipare e saranno stati selezionati.

Quindi, se sei un artigiano che per la realizzazione delle proprie opere-manufatti utilizza materiali di riciclo, riuso o natu-

rali invia la tua candidatura entro il 15 maggio tramite il modulo che trovi su https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdK-G86zRa-p9oy7kAMqvVgB-HrlUhg04-bWvhD1h_JbI6gACQ/viewform

info:
festivaldellambiente@gmail.com
festivaldellambiente.blogspot.com

NOVITÀ

**Stanco della plastica?
 Passa al vetro con CRYSTAL!**

~~€ 129.90~~ **€ 99.90** RISPARMIA € 30

Il pack contiene:

- Un elegante e pratico gasatore **CRYSTAL TITAN**
- Una preziosa **BOTTIGLIA IN VETRO**, lavabile in lavastoviglie.

NON CONTIENE IL CILINDRO DI GAS

Per gasare l'acqua potrai riutilizzare il cilindro di gas che possiedi per il tuo attuale gasatore.

Prenota il gasatore nei supermercati



sodastream

www.sodastream.it

Disponibile fino al 31 Agosto 2017

Trento, piazza Fiera **“Siamo Europa”, il futuro dell’Unione a Trento dal 12 al 14 maggio**

di Mattia Frizzera

Pace, libertà e opportunità sono tre elementi che l’Europa nella sua storia lunga 60 anni ci ha dato e che oggi prendiamo quasi per scontati. In una fase di forte critica verso le istituzioni comunitarie e nuovo “spolvero” per chi cerca sovranità e protezione nei confini nazionali, Trento rinnova la sua vocazione di città europea con “Siamo Europa”.

Dal 12 al 14 maggio nella tensostruttura in piazza Fiera a Trento vi saranno dibattiti, approfondimenti, spettacoli sull’Unione europea. Tre le aree dedicate alle politiche comunitarie: all’ingresso i progetti cofinanziati dall’UE e realizzati in Trentino, nella zona centrale i librai della città con i titoli legati alla tematica europea, quindi l’area dedicata agli appuntamenti. Il Servizio Europa della Provincia, attraverso i suoi centri di informazione sull’UE Europedirect e Centro di Documentazione Europea, verrà affiancato nell’organizzazione per la prima volta dalla Fondazione Trentina Alcide DeGasperi.

Il prologo di #siamoeuropa sarà il 12 maggio alle 15 (Sala Fondazione Caritro, via Callepina), con un appuntamento dedicato agli amministratori locali: **“Un’agenda europea per le regioni montane: strategie e strumenti di finanziamento”** è il titolo del convegno, con Mercedes Bresso, eurodeputata ed ex presidente del Comitato delle Regioni e della Regione Piemonte, Valeria Liverini, responsabile dell’Ufficio Euregio di Bruxelles e Valentina Piffer, segretario generale del Gect Euregio Tirolo-Alto Adige-Trentino. Poi alle 18.30 il via ai 12 eventi in programma con l’inaugurazione di #siamoeuropa in piazza Fiera, con Gian Enrico Rusconi e Chiara



Saraceno, che parleranno de **“Il cammino degli europei, tra vita e istituzioni”**. Alle 20.45 sarà presentata la mostra **“Scappare la guerra”**, collegata al volume **“Dal libro dell’esodo”**, con Roberta Biagiarelli e Luigi Ottani (curatori della mostra) e Michele Nardelli. Sabato 13 maggio alle 9 **“Processo all’Europa”**: un gruppo di giovani metterà sul banco degli imputati l’UE, difesa da Pier Virgilio Dastoli, presidente del Movimento europeo. Alle 10.30 lo spettacolo di musica e pa-

role **“Eureka!”**. Alle 14.30 Massimo Franco presenterà il suo libro **“L’assedio. Come l’immigrazione sta cambiando il volto dell’Europa e la nostra vita quotidiana”**.

Alle 16.30 tavola rotonda sull’Europa alla prova dei nazionalismi, con Dastoli e i giornalisti Eva Giovannini e Andrea Pipino. Alle 18.30 **“Solidarietà istruzioni per l’uso”**,

con l’economista Stefano Zamagni e Giancarlo Perego, direttore generale della Fondazione Migrantes. Conclusione alle 20.45 con Riccardo Carnovalini, che ha percorso in lungo e in largo l’Europa a piedi.

Domenica 14 maggio, alle 11, l’intervento dell’euro-parlamentare Cecile Kyenge sull’essere europei in un mondo in movimento. Europa e globalizzazione alle 14.30 con Leila El Housi (Università di Padova), Federico Petroni (rivista Limes), Fazila Mat (Osservatorio Balcani e Caucaso), Mario Del Pero (Institut d’études politiques/SciencesPo, Parigi).

Alle 16.30, tema di discussione i media e la democrazia nell’era della post-verità, con l’intervento di Thierry Vissol (Rappresentanza italiana della Commissione europea), Claudio Giunta (Università Trento), Nicolò Carboni (gestore pagina ironica su Facebook “Gli Eurocrati”), Chiara Sighele (Osservatorio Balcani e Caucaso).

Alle 18.30 “Siamo Europa” chiuderà con **“Allons enfants! Guardare al futuro nell’anno elettorale europeo”**, con l’intervento di Sergio Fabbrini, direttore della School of Government della Luiss di Roma e di Michele Marchi dell’Università di Bologna.

Info: siamoeuropa.provincia.tn.it
www.facebook.com/siamoeuropa

assicom
 • TI ASSICURA • AUTO - MOTO - CAMPER

**SCOPRI I VANTAGGI PER
 I SOCI DELLA COOPERAZIONE
 DI CONSUMO TRENTEINA**

assicom
 Iscrizione RUI A 000071448

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

**PARTNER
 ASSICURATIVO
 DEL CONSORZIO SAIT
 DAL 1982**

Nuovi strumenti operativi, con misure da introdurre nelle cooperative, per fare della genitorialità dei lavoratori un fattore di competitività, e non una causa di fatica o incomprensioni. È il nuovo corso di formazione (gratuito) che l'associazione Donne in Cooperazione propone ai responsabili del personale delle cooperative

di Dirce Pradella

Chi è genitore può offrire all'azienda in cui lavora una serie di **competenze aggiuntive** che ha maturato grazie a questa specifica esperienza: capacità di mediazione, senso di responsabilità, maggiore attitudine alle relazioni e alla soluzione dei problemi. Ma in azienda ci deve essere un clima culturale che consenta di **cogliere queste nuove abilità** e un'organizzazione del lavoro che crei quel benessere necessario al loro sviluppo.

Parte da questi presupposti l'iniziativa formativa tutta nuova che l'associazione Donne in Cooperazione ha progettato e proposto ai responsabili delle risorse umane delle cooperative trentine. Un corso, "Genitori al lavoro", che fornirà strumenti pratici e operativi, efficaci e innovativi, di management della genitorialità individuando, a partire dall'analisi delle proprie realtà organizzative, progetti, azioni e misure da introdurre nelle singole cooperative.

Il progetto ha ottenuto un finanziamento provinciale a parziale copertura dei costi ed ha il sostegno della Fondazione don Guetti.

ESSERE GENITORI È UNA ESPERIENZA FORMATIVA

“Con questo progetto – spiega **Nadia Martinelli**, presidente di Donne in Cooperazione – si intende lavorare sul tema della genitorialità all'interno delle singole organizzazioni di lavoro e sensibilizzare sul **passaggio dal concetto di maternità a quello di genitorialità, promuovendola come un valore aggiunto** oltre che come valore sociale”.

“Il percorso è un mix tra workshop formativi e fasi autogestite di lavoro sul campo – aggiunge **Simonetta Fedrizzi**, responsabile del progetto e coordinatrice dell'Associazione –. Nella fase conclusiva abbiamo previsto anche l'elaborazione di **linee guida per la gestione della genitorialità**, per promuovere una cultura inclusiva all'interno della Cooperazione trentina, e per creare uno spazio di riflessione sulla genitorialità

per depotenziare le possibilità lavorative – osserva **Sara Ferrari**, assessora provinciale all'università e ricerca, politiche giovanili, pari opportunità, cooperazione allo sviluppo. Per questo sono particolarmente contenta di essere qui oggi, a inaugurare **un percorso di formazione che punta a fare del rapporto tra lavoro e genitorialità un motivo di competitività e non invece una causa di fatica o incomprensioni.**

Il percorso di management per le cooperative

Genitori al lavoro

La genitorialità: da fattore critico a risorsa



Nella nostra comunità, il modello cooperativo rappresenta storicamente uno strumento d'innovazione e di emancipazione, del lavoro e per le persone. Questo percorso, proposto dall'associazione Donne in cooperazione, s'inserisce perfettamente in questa nobile tradizione”.

L'ARTICOLAZIONE DEL PERCORSO

Il corso è organizzato in 4 mezza giornate di workshop e 2 momenti più operativo-progettuali, di lavoro sul

campo; la docente di riferimento sarà **Adele Mapelli** consulente e formatrice esperta in “Comportamento Organizzativo e Diversity Management”.

Nel primo workshop verrà trattato il tema dei nuovi bisogni legati al passaggio dalla maternità alla genitorialità, cui seguirà un 'lavoro sul campo' che, sotto la supervisione della formatrice, consentirà ai partecipanti di **fare analisi** del proprio contesto, individuando i problemi chiave da affrontare sull'argomento della genitorialità.

Nel secondo workshop sarà affrontato il tema del **management della genitorialità anche con testimonianze aziendali**, passando poi, nel terzo, dall'analisi dei problemi all'**individuazione degli obiettivi raggiungibili**. Apprese le opportunità teoriche, ciascun partecipante potrà definire il suo piano d'azione praticabile, con relative strategie d'intervento.

Per info e iscrizioni:

Simonetta Fedrizzi, 0461/898672
simonetta.fedrizzi@ftcoop.it.

intesa anche come esperienza formativa”. C'è poi un altro aspetto: “Con questo percorso – dice **Marina Castaldo**, vicepresidente della Federazione Trentina della Cooperazione – viene favorito lo **scambio di pratiche innovative** di gestione della genitorialità, sia a livello intercooperativo, sia con altre realtà aziendali. Ciò permette di sviluppare buone pratiche di benessere organizzativo, prendendo in considerazione possibili strategie e strumenti che consentano di **trasformare il rapporto tra genitorialità e lavoro da fattore critico in risorsa**, secondo un'ottica di vantaggio reciproco per l'organizzazione e per i lavoratori e le lavoratrici”.

GENITORIALITÀ: FATTORE DI COMPETITIVITÀ

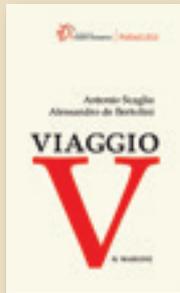
“La società, le abitudini, i ritmi, l'organizzazione familiare sono in continua evoluzione, un'evoluzione che talvolta rischia di scontrarsi con modalità di lavoro, organizzazione del personale, pratiche di comportamento poco aggiornate, che finiscono



**Libri:
le recensioni
del mese**

a cura di **Franco Sandri**
sandri.franco@libero.it

Per informazioni e segnalazioni:
Cristina Galassi
Tel. 0461.920858
cristina.galassi@libero.it
Cooperazione tra consumatori
C.P. 770 - 38121 Trento



OLTRE IL MURO

a cura di Erica Mondini, ed. Del Faro, Trento 2016

“Sono nato dopo la guerra del 1948. Ho iniziato la scuola il giorno della guerra di Suez. Ho finito la scuola superiore durante la guerra dei Sei Giorni. Mi sono sposato durante la guerra di Ottobre. Il mio primogenito è nato durante la guerra del Libano. Mio padre è morto mentre infuriava la guerra del Golfo” (Salman Natur). È storia di uno e di tutti quelli che abitano in Terra Santa, terra in perenne conflitto, con guerra guerreggiata, fatta di morti-distruzioni-odio-speranze-frustrazioni, e ancora conflitto. *“E’ possibile e necessario denunciare la politica di occupazione di Israele e difendere i diritti*



del popolo palestinese, senza per questo essere ostili agli ebrei o misconoscere l'evento tragico della Shoà e il loro diritto alla sicurezza”. Conoscere la sofferta realtà ‘oltre il muro’ e riconoscere l’entità profonda di ciascun

popolo: preconditione per concretizzare il diritto ad esistere. Con il progetto ‘Oltre il muro’ si sono raccolte più di settanta storie scritte da giovani israeliani e palestinesi tra i sei e i sedici anni. Gli studenti del Liceo Artistico di Trento-Rovereto le hanno lette e fatte proprie, raffigurandole con varie tecniche espressive. E, insieme, le voci delle Istituzioni del Trentino che hanno collaborato al progetto. Augurando angosciati *“Che la pace torni tra voi!”*.

VIAGGIO

di A. Scaglia e A. de Bertolini, ed. Il Margine, Trento 2016

Crearsi e creare un sapere critico attraverso l’esperienza: è l’obiettivo editoriale della Fondazione Franco Demarchi. *“Questo è il primo piccolo ma prezioso volume della collana ‘Paralleli’, voluta come nuova avventura culturale”*. E si mette in cammino proponendo due diversi, stimolanti modi di viaggiare, il viaggio esistenziale del sociologo Antonio Scaglia, il viaggio curiosità del ricercatore storico e giornalista Alessandro de Bertolini. L’andare di Scaglia - “il mio andare” - testimonia la tensione verso il fon-

dersi con il ‘totem’ del mondo reale, quello che la ragione cartesiana sminuzza in singolarità numericamente tendenti all’infinito, quello invece che - se ti si fondi - fa vivere anche nel morire, in un insieme metafisico che rasenta il panteismo. Il viaggiare di Alessandro de Bertolini è storico e materialistico, sospinto dal nomadismo quale categoria primordiale e quale forza propellente inestinta; dall’Ulisse di Omero alle imprese estreme di Walter Bonatti - “il mio eroe” -. Nell’una e nell’altra visione di vita resta profondo e universale un “Io viaggio, dunque sono”: viaggi drammatici per sopravvivere, dei milioni di persone dell’attualità; viaggi, comunque e in ogni caso, per vivere e per sentirsi vivi, di chi dà un senso a una vita già dignitosa.

**BADHEEA
Dalla Siria in Italia
con il corridoio umanitario**

di Mattia Civico, ed. Il Margine, Trento 2017

di 20 nipoti, fuggita da Homs. Una madre-coraggio che affronta la morte dei propri cari, la perdita della propria casa, la paura, il pericolo, senza mai smettere di resistere e di coltivare la speranza.

Nessuno fugge mai a cuor leggero dal suo paese, tanto meno da una guerra. Il perché lo dice con parole semplici Badheea: *“Siamo fuggiti dalla Siria perché non volevamo uccidere né essere uccisi”*.

La storia racconta anche di un gruppo di volontari italiani, i corpi civili di pace dell’Operazione Colomba, che hanno vissuto con Badheea e con la sua famiglia per tre anni nei campi profughi del Libano.

L’autore del libro è Mattia Civico, consigliere provinciale, molto attivo nel campo del volontariato e della promozione sociale, che è stato tra i primi in Italia ad occuparsi dei corridoi umanitari ed ha partecipato in prima persona alla gestione dell’arrivo del primo gruppo di profughi siriani a Trento. In questa circostanza ha conosciuto Badheea e ne ha raccolto la storia che racconta in questo libro. (c.c.)



Il 29 febbraio 2016 atterra a Fiumicino un volo Alitalia proveniente da Beirut. I passeggeri sono in gran parte bambini, tutti siriani. È il primo corridoio umanitario, aperto dalla Comunità di Sant’Egidio, dalla Federazione delle Chiese Evangeliche e dal Tavolo Valdese, che porta in salvo 93 persone in fuga dalla guerra. Fra di loro c’è Badheea, la donna protagonista di questo libro, madre di 9 figli e nonna

IL VALORE DELL’IMPEGNO

di Marco Romano, ed. Fondazione Mst, Trento 2016

Accanto e ad arricchimento della ‘storia’ costruita attraverso fonti documentarie tradizionali, sta acquistando interesse la storia orale. Attraverso la narrazione di testimoni privilegiati si recuperano le vicende umane, sociali ed economiche di un popolo, di una nazione, di un territorio, di un fenomeno. Qui, la cooperazione in Val di Non. È il prodotto di una ricerca promossa dalla Fondazione Museo Storico del Trentino, sezione dedicata agli studi cooperativi. Questo lavoro raccoglie ed elabora otto interviste ad altrettanti operatori e operatrici, dipendenti di Casse Rurali, Cooperative di consumo, Magazzini di frutta, Caseifici, Cooperazione sociale. La scelta della Val di Non è suggerita dal suo tipico contesto, dove la cooperazione ha storia ed elementi legati alla contemporaneità di sicuro interesse. La metodologia della ricerca è studiata con rigore, non solo perché sia possibile l’analisi comparata delle interviste, ma perché sia modello ripetibile su altri territori. Nel presentare il volume Alberto Ianes suggerisce: *“Tocca al lettore entrare nel vivo delle esperienze raccolte, penetrarle con il giusto distacco e con quel pizzico di sano umorismo che non guasta”*.





È importante non avere paura di osservare (e provare a capire), tutti i modi che esistono per essere una famiglia. E magari stupircene. Ma senza giudicarli

di Silvia Martinelli*

Nuovi scenari familiari

Quante famiglie ci sono! Fiabe e disegni per riderci su

Se ci guardiamo intorno quando andiamo a prendere i bambini a scuola o quando li portiamo al parco, ci rendiamo facilmente conto di come il concetto di famiglia sia cambiato nel tempo. Non è più un'istituzione immobile, ma al contrario continua a ridefinire i suoi spazi e le relazioni che costituiscono. Anche i bambini se ne accorgono e può capitare che abbiano delle domande che non sanno come concretizzare in parole. Quando invece ci riescono, a restare senza parole spesso sono i genitori, preoccupati di creare maggior confusione. Il timore di sen-

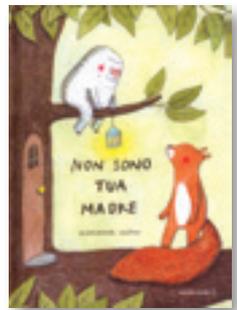


tirsi inadeguati di fronte a questi nuovi scenari familiari, è di certo legittimo e anche se purtroppo, o per fortuna, non esiste un manuale d'istruzione per orientarsi e avere sempre la risposta pronta, si può sempre cercare di sdrammatizzare le proprie insicurezze, e la confusione dei bambini, con l'ironia di una fiaba. Ad esempio, il **"Catalogo dei genitori"** (Babalibri) si rivolge direttamente ai bambini che sono stufo dei propri genitori e sperano di trovarne di migliori: questo albo illustrato raccoglie 35 tipi di genitori, dagli "avventurieri" ai "ciccimou", passando per i "complicati" e i "testaperaria". Un libro davvero divertente da leggere con i propri figli, per provare a riconoscersi o crearsi una categoria nuova!

Anche ai grandi alle volte farebbe comodo avere un bel libro che spieghi bene una volta per tutte cosa sono i bambini, e come averci a che fare. Ci ha pensato Beatrice Alemagna, una delle più apprezzate autrici di albi illustrati, con il suo **"Che cos'è un bambino?"**: "Un bambino ha piccole mani, piccoli piedi e piccole orecchie, ma non per questo ha idee piccole. Le idee dei bambini a volte sono grandissime, divertono i grandi, fanno loro spalancare la bocca e dire: «Ah!»". Il mondo dei bambini, della loro sensibilità e del loro modo di vedere le cose, è descritto dall'autrice attraverso immagini colorate e poetiche, che certo scaldano il cuore e sanno strappare un sorriso.

Volersi bene non è un fatto razionale, ed è proprio per questo che spesso è difficile

capire le dinamiche delle relazioni all'interno della famiglia. Non si decide a chi voler bene, né in che modo, ma stando insieme si impara ad accettare tutte le sfumature dell'altro e ad adattarsi a esse per dimostrare il proprio amore. È quello che ci fa capire la tenera storia **"Non sono tua madre"** (Orecchio Acerbo): in un grande albero nella foresta vive Otto lo scoiattolo, che un mattino uscendo di casa trova una strana palla davanti alla porta. All'inizio decide di ignorarla, ma durante la notte dalla palla esce uno strano essere tutto peloso che dice solo "più". Otto lo accoglie per la notte, ma è deciso a trovare la vera madre del piccolo. Tuttavia invece imparano a volersi bene, formando così una famiglia.



Questa fiaba ci insegna a guardare il legame che tiene insieme le famiglie, più che alla sua forma: che siano lunghe o corte, dolci, strette, ruvide, scomode, storte, colorate... ogni famiglia è soprattutto unica, esattamente come tutte le altre. Possiamo



provare a spiegarlo con delle fiabe, come ci suggerisce la psicologa Elisabetta Maùti, che ne ha raccolto molte nel libro **"Mille e una famiglia"** (Erickson): fiabe da leggere insieme

per giocare, pensare, ridere e per capirsi un po' di più, dai mondi lontani di età diverse, per fare della lettura un incontro tra



grandi e piccoli. Possiamo dire ai nostri familiari quando bene vogliamo loro anche solo con uno sguardo, e di certo quello dei bambini è pronto a cogliere ogni più piccola sfumatura del mondo che li circonda. Per questo è importante non avere paura di osservare, e provare a capire, tutti i modi che esistono per essere una famiglia, e magari stupircene, ma senza giudicarli.

*La Libreria Erickson

APPUNTAMENTI IN LIBRERIA

Sabato 6 maggio
ore 10:30, età 2-3 anni

La fantasia vien leggendo - Se in un giorno d'estate...

Lettura animata e laboratorio creativo per bambini che hanno il desiderio di aprire le porte del mondo usando la loro fantasia. A cura delle Fabuline.

Sabato 20 maggio
ore 10:30, età 12-24 mesi

Una storia tra me e te - Diamo la caccia al bruco.

Le mamme e i papà potranno seguire insieme ai propri bimbi le trame e i giochi narrativi dei più bei libri per l'infanzia. A cura delle Fabuline.

I laboratori sono gratuiti ma è necessaria la prenotazione.

Tel. 0461-993963, Lun-Ven 9-19; Sabato 9-13/15-19



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta In

Cooperazione sconti dal 10 al 15% sugli acquisti presso La Libreria Erickson e sul sito www.erickson.it.

In Trentino esistono svariate aree protette, istituite e regolate in forme giuridiche molto diverse evolute negli anni, per un totale di territorio (teoricamente) al riparo da una mala gestione ambientale **pari ad un terzo dell'intera provincia**.

Vi sono parchi provinciali, un residuo di ex parco nazionale (lo Stelvio), parchi locali, Reti delle riserve, biotopi, Riserve di vario genere, la biosfera Unesco "Alpi Ledrensi e Judicaria, dalle Dolomiti al Garda" (dal



Aree protette

Se la tutela dell'ambiente favorisce il turismo

Le aree protette nascono per conservare la naturalità di porzioni di territorio. Ma hanno anche benefiche implicazioni (ampiamente dimostrate da decenni di studi in tutto il mondo) sul benessere delle comunità

di Maddalena Di Tolla Deflorian

2015) e un sito Unesco (ovviamente le Dolomiti).

Sono ambiti i cui valori spesso sono dati per scontati dai cittadini come dalla retorica amministrativa e politica, e altrettanto spesso si vedono negati, ipocritamente citati nelle pubblicità salvo poi essere violati con le scelte di uso del territorio. Vari interessi di parte, economici, estrattivi, turistici, politici, venatori, agricoli e altri ancora, negli anni

sono stati al centro del dibattito su cosa fare dentro e intorno alle aree protette.

2017: ANNO DEL TURISMO PER LO SVILUPPO SOSTENIBILE

Parchi e aree protette sono sempre a rischio di un indebolimento di senso e oggi molti ambientalisti e non pochi ecologi e faunisti, dietro le quinte in questo caso, della nostra regione si dicono preoccupati per

Aree protette: bellezza e riconoscibilità dei paesaggi
L'iconografia di cime famose si fonde con la bellezza e riconoscibilità dei paesaggi che li contornano, senza i quali quell'immagine di successo economico e antropologico svanirebbe o diverrebbe debole. E di iconografia si vive, attraverso il turismo. (nella foto: i laghetti di Colbricon)

la tendenza in atto.

Benché il 2017 sia ufficialmente l'Anno internazionale del Turismo per lo sviluppo sostenibile, di questo fattore, per dirne una, non si parla in modo diffuso e profondo in Trentino, se non in modo forzoso in rare occasioni istituzionali, come nella giornata delle Aree protette.

La tutela della naturalità di ampie porzioni di un territorio tuttavia ha delle benefiche implicazioni, oggettive e ampiamente dimostrate da decenni di studi in tutto il mondo, sul benessere delle comunità che vi si insediano, sugli equilibri ambientali regionali e di riflesso su quelli globali. **Ogni tanto è opportuno ricordare cosa proteggono, tutelano, permettono di ritrovare e fruire questi ambienti**, e le regole che dentro essi limitano l'uso delle risorse e i comportamenti umani. Si tratta di regole che spesso si cerca in tutti i modi di annacquare, che diventano persino un problema se espressamente citate, parlando dell'istituto delle nuove Reti delle Riserve ad esempio, delle quali mille volte si è detto che non debbono porre ulteriori vincoli, come se nella realtà l'uso della natura non fosse oggi il problema estremo, e non certo una sua limitazione.

In realtà **la protezione della natura, della dimensione selvatica, della bellezza e delle funzioni ecosistemiche è stata garantita dalle regole, innanzitutto, e anche dalle scelte e dalla cultura locale**, seppure questo non sempre sia accaduto. Ogni anno emergono nuove proposte per costruire anche dentro le aree protette, per cambiarne la natura, per cacciare, per praticare sport invasivi come il downhill o lo sci in notturna e così via.

Cercapadrone

La pagina facebook "Trentino adozioni animali"

Il consiglio del mese, de Il Cercapadrone onlus, è consultare la pagina facebook "Trentino adozioni animali". Sulla pagina si pubblicano numerosi appelli per l'adozione di cani, e altri animali.

Appello adozione del mese: Nick, è un dolcissimo cane da caccia adulto ma giovane, socievole con altri cani; ha un passato di poco amore, dal quale è stato sottratto; l'associazione ne promuove l'adozione, non lo ha in custodia diretta; si trova in Trentino. Per informazioni telefonare



Ecco Nick, in attesa di adozione

al 349/230234 (no sms, presentarsi alla chiamata, citare il nome Nick-cooperazione). Per aiutare l'associazione a salvare altri animali, potete donare su paypal segreteria@ilcercapadroneonlus.it o sul conto bancario Banca Prossima iban: IT64P0335901600100000122508 causale "animali Trento cooperazione". Avvisate su trento@ilcercapadroneonlus.it, per essere ringraziati.

Canale di Tenno, fino all'11 giugno Uomini, boschi e prati. Paesaggi dell'umanità



La Casa degli Artisti di Canale di Tenno celebra il suo 50° compleanno festeggiando il paesaggio, quello cui Unesco ha riconosciuto la prestigiosa qualifica di **Riserva della biosfera**: è il paesaggio che si estende dalle Alpi ledrensi al Tennesse, dalle Giudicarie esteriori alle alte quote delle Dolomiti di Brenta, in un'ascesa reale e metaforica di bellezza e di biodiversità, di genti e di cultura, di manufatti e di cura del territorio.

La mostra *Uomini, boschi e prati. Paesaggi dell'umanità*, promossa da MaB Biosfera Unesco "Alpi Ledrensi e Judicaria dalle Dolomiti al Garda", racconta il valore

e le caratteristiche dell'importante riconoscimento di Unesco, **che è un elogio alla pluralità: sono sedimentazioni plurime, ambientali e culturali, che a differenza dei Patrimoni Unesco da conservare intatti nella loro bellezza cristallizzata, raccontano l'incontro virtuoso tra l'uomo e l'ambiente.**

È un elogio alla bellezza e alla cura della terra, la conferma di una relazione particolare, vicina e stretta, che gli uomini e le donne hanno sempre vissuto nella quotidianità: **un'amministrazione antica, inscritta negli statuti, nelle carte di Regola, nelle forme di cooperazione, nella sapienza di chi dialogava con la terra come fonte di sostentamento.** Una relazione necessaria che conosceva la misura come buona pratica, perché maltrattare la terra significava maltrattare



ni affranti dalla banalizzazione dell'Urbano, e mantengono intatti e in buono stato ambienti e paesaggi antichi, dove le persone possono ritrovare qualcosa di atavico e qualche ora di pace selvaggia. I famosissimi **laghetti del Colbricon**, che nonostante la propria fama mondiale e la loro bellezza commovente, hanno ripetutamente rischiato di essere stravolti da opere turistiche impattanti, offrono accanto alla loro bellezza estrema, quasi sconvolgente quando i cieli di settembre donano una luce particolare al mondo alpino, una straordinaria storia umana, essendo anche un sito archeologico (del Mesolitico) di importanza europea.

TURISMO DOLCE

Milioni di turisti ogni anno arrivano qui principalmente alla ricerca di ecosistemi, animali e piante selvatici, celebri, riconoscibili, rappresentativi dell'ambiente al-



se stessi; un rapporto con la terra non semplice, se si considera che l'89% del territorio della Riserva della biosfera è occupato da boschi, pascoli e rocce. Nella prima parte della mostra è illustrata la biodiversità floristica, faunistica e culturale del territorio; la sezione centrale, "Uomini", è dedicata ai volti delle persone che hanno custodito il territorio e alle storie di chi oggi ha scelto di vivere qui; nella sezione finale, "Prati", è esposto per la prima volta nella sua completezza l'erbario dell'Ecomuseo della Judicaria, costituito da 80 specie. (c.g., fonte: *Ufficio Stampa dei Comuni di Arco e Riva del Garda*)

Info

Casartisti G.Vittone
www.casartisti.it
Tel. 0464 502022

3724 SPECIE ANIMALI E VEGETALI

Le zone a riserva o parco custodiscono in Trentino 3724 specie animali e vegetali. La celeberrima ed estesa **foresta di Paneveg- gio**, definita anche uno spettacolare "mare di abeti rossi" (con pochi abeti bianchi, larici e altri tipi di alberi a far loro da compagni di bosco) è sopravvissuta a un prelievo forsennato del passato, alla distruzione della prima guerra mondiale, all'alluvione del 1966 ed oggi attira migliaia di turisti affascinati e ancora contiene gli abeti di risonanza, celebri in tutto il mondo, elemento di fascinazione e narrazione (e di economia locale, di piccola dimensione ma significativa).

L'iconografia della Marmolada, delle Torri del Vajolet, del Catinaccio e di altre cime e gruppi montuosi famosi si fonde con la bellezza e riconoscibilità dei paesaggi che li contornano, senza i quali quell'immagine di successo economico e antropologico svanirebbe o diverrebbe debole. **E di iconografia si vive, letteralmente, attraverso il turismo.**

Decine di piccoli biotopi, spesso zone umide, preservano nelle vallate trentine svariate specie endemiche, faunistiche e vegetali, costituendo una curiosità deliziosa per ama-

pino, come, per citarne alcuni, stambecchi e orsi (reintrodotti grazie ad un Parco, l'Adamello-Brenta), aquile, gipeti (reintrodotti grazie ad un Parco, quello dello Stelvio, quando lo potevamo davvero dire Parco Nazionale).

Si affaccia fuori regione un fenomeno di turismo dolce, con numeri già interessanti, alla ricerca delle tracce del lupo nella Lessinia del branco di lupi di recente neoformazione. **I tesori naturali, la bellezza, il ristoro offerto, le esperienze in natura che si possono vivere, si affiancano ai posti di lavoro offerti dalla gestione delle aree protette**, ad un'offerta di attività culturali legate alla vita selvatica e ad un'attività di ricerca scientifica, seppure poco finanziata rispetto ad altri comparti, utile a capire meglio gli effetti del *global change* come a conoscere meglio le relazioni fra umani ed ecosistemi.

Forse ne parliamo troppo poco con sincerità, forse diamo troppo poco valore a quello che abbiamo ancora. Prima che sia domani, aprire gli occhi e stupirsi ancora del gipeto come del lichene sarebbe un esercizio interessante, anche per corroborare la nostra capacità economica.

In pochi mesi la nostra regione ha visto la beatificazione di due martiri. Padre Mario Borzaga, un giovanissimo sacerdote trentino ucciso nel maggio 1960 in Laos dai guerriglieri filocinesi, in circostanze chiarite solo molti anni dopo, beatificato a Vientiane in Laos, l'11 dicembre 2016; e Josef Mayr Nusser, il giovane altoatesino che, dopo essere stato forzatamente arruolato nelle SS, rifiutò nel 1944 di prestare giuramento al Führer e fu per questo processato, condannato a morte

nità. Nel 1942 sposò Hildegard Straub, che diede alla luce un anno dopo il piccolo Albert. L'impegno nell'Azione Cattolica, che condividevano, rafforzò la loro unione e fu sicuramente alla base della decisione di Josef di rifiutare il giuramento a Hitler, nonostante fosse padre di un bambino di pochi mesi. In un clima di ampio consenso ai regimi totalitari, Josef ne vedeva ben chiari i pericoli: «Oggi – scriveva già nel 1936 – si deve mostrare alle masse che l'unico capo che solo ha diritto ad una completa, illimi-

A Hildegard aveva scritto: «Prega per me, affinché nell'ora della prova io possa agire senza esitazioni secondo i dettami di Dio e della mia coscienza. [...] Tu sei una donna coraggiosa e nemmeno i sacrifici personali che forse ti saranno chiesti potranno indurti a condannare tuo marito perché ha preferito perdere la vita piuttosto che abbandonare la via del dovere».

Padre Mario Borzaga era nato a Trento nel 1932 e durante la guerra non era che un ragazzino. Il papà, che aveva combattuto nell'esercito austriaco nella prima guerra mondiale, era orgoglioso di raccontare che nei lunghi anni di guerra sul fronte orientale non aveva mai ucciso nessuno, avendo sempre scelto di puntare verso l'alto la canna del fucile ogni volta che aveva ricevuto l'ordine di sparare.

La vocazione di Mario è precoce e lo spinge a scegliere il seminario già a 11 anni, proprio il quell'autunno del 1943 che segna uno dei momenti più duri della guerra per il Trentino, territorio occupato dalle truppe tedesche dopo l'8 settembre. In seminario maturerà lentamente la sua vocazione missionaria, che lo condurrà a scegliere l'ordine degli Oblati e a partire alla fine del 1957 per il Laos. Il Paese che il giovane Mario si trova di fronte è in una situazione difficilissima, le condizioni economiche e sanitarie sono disastrose e il Laos è ostaggio di una guerriglia continua, con infiltrazioni dal Vietnam e dalla Cina. In quel clima di ostilità e di violenza, p. Mario è «assalito – scrive – dalla paura di morire, di impazzire, di essere abbandonato da Dio. Allora respiro a fatica, mi sento tutto sobbalzare; ma non è nulla». E nel suo diario, dall'oscurità della notte dello spirito in cui si sente gettato, annota: «Che ci sia ancora motivo di sperare?».

Tuttavia non cede alla tentazione di fuggire, rimanendo nelle comunità che gli sono affidate anche nei momenti più duri, perché «Dio mi ha messo qui e qui sto». Alla fine di aprile 1960 la situazione precipita. La guerriglia si fa più violenta, e colpisce i pochissimi occidentali presenti nel Paese.

Il primo maggio, nel tragitto verso un villaggio di montagna, p. Mario e il catechista di diciannove anni Paolo Thoj Xyooj vengono uccisi da un gruppo di Pateth Lao. I loro corpi non verranno mai ritrovati e la ricostruzione dei fatti sarà certa solo molti anni dopo, grazie a testimonianze e fonti convergenti nei minimi dettagli e indipendenti fra loro.

Eppure, non è solo la radice della fede a unire queste due vicende. Come scrive Josef nella lettera alla moglie e come annota nel Diario p. Mario, c'è **una dimensione di**

Padre Mario Borzaga e Mayr Nusser

Due storie per ogni giorno

Due recenti beatificazioni, due storie sul significato della fedeltà alla propria coscienza. Due esempi di testimoni, spesso silenziosi, a cui guardare per trovare ogni giorno la forza di fare il proprio dovere

di **Alberto Conci**

e avviato al campo di concentramento di Dachau, dove però non giunse mai, morendo di stenti e di maltrattamenti su un vagone a Erlangen, il 24 febbraio 1945. Mayr Nusser è stato beatificato a Bolzano il 18 marzo scorso.

Prima di essere due beatificazioni, però, queste sono due storie che vanno molto al di là delle celebrazioni. E sono due storie che hanno molto da raccontare a chiunque s'interroggi sul significato della fedeltà alla propria coscienza, sul dovere da compiere nonostante tutto, sul senso ultimo che si attribuisce alla propria vita.

Ciò che unisce ad un primo sguardo l'esistenza di questi due giovani è la convinzione che la fede non possa che tradursi in scelte di vita coerenti. E non potrebbe essere altrimenti.

Josef Mayr Nusser era nato in una famiglia altoatesina di viticoltori nel 1910. Affascinato dalle stelle, la sua aspirazione di bambino era quella di diventare astronomo, ma dovette mettere da parte i sogni per frequentare le scuole commerciali ed essere poi assunto in due aziende bolzanine. Presidente della Gioventù Cattolica Sudtirolese, era convinto che “dare testimonianza è oggi la nostra unica arma efficace”. Affamato di letture, attratto dalla figura di Thomas More e dalla sua coerenza fino alla morte, era un travolgente trasciatore di giovani, e viveva ogni cosa con la pienezza di un impegno instancabile per la propria comu-



Mayr Nusser

tata autorità e ad essere il nostro condottiero (Führer) è Cristo».

La convinzione dell'incompatibilità del cristianesimo con il nazionalsocialismo e il suo impegno nei movimenti cattolici sudtirolesi non cessarono con la guerra. Arruolato come tanti altoatesini nelle file delle SS combattenti, fu trasferito a Konitz per l'addestramento; fu lì che, come a tutti i suoi commilitoni, gli venne chiesto di pronunciare il giuramento a Hitler: «Giuro a Te, Adolf Hitler, Führer e cancelliere del Reich, fedeltà e coraggio. Prometto solennemente a Te e ai superiori designati da Te obbedienza fino alla morte. E che Dio mi assista».

Il rifiuto di Josef fu secco: «non posso giurare a questo Führer». Processato sommariamente e condannato a morte per disfattismo, morì nel tragitto verso Dachau.

responsabilità verso la storia e gli altri uomini che lega i nostri due martiri locali. La fedeltà alla propria coscienza si può sempre declinare in due modi: come isolamento dal mondo, rifugiandosi nella purezza della propria idealità; e come fedeltà alla terra, come responsabilità per la costruzione della giustizia, come fiducia nella possibilità di realizzare il bene, come impegno di umanizzazione del mondo, come lotta contro



Padre Mario Borzaga

la violenza. In Josef e Mario tale fedeltà alla coscienza si comprende proprio alla luce della responsabilità e questa è la chiave di lettura anche per comprendere quella **scelta di nonviolenza evangelica** che lascia in eredità.

Per questo, **il loro martirio parla ben oltre i confini delle comunità cristiane** e avvicina la loro vicenda a quella di quanti, credenti e non credenti, sono stati assassinati a tutte le latitudini a causa del loro amore per la giustizia, il bene comune, la vita.

Così, queste due storie smascherano anche i due volti del martirio: quello di chi lo concepisce come un atto estremo di violenza sugli altri, e quello di chi rimane vittima o è disposto a morire pur di non cedere alla logica della sopraffazione e del sopruso. Nel primo caso siamo di fronte al martirio omicida di chi odia la vita; nel secondo al martirio di coloro che, fino all'ultimo istante, hanno amato la vita e si sono spesi per l'affermazione della vita e del bene. Sono questi i testimoni, spesso silenziosi, a cui guardare per trovare la forza di fare ogni giorno il proprio dovere e di spendersi per la promozione della vita, in tutte le sue dimensioni, e del bene di tutti.

Per l'estate 2017 il Teatro Portland ha in serbo per i giovani tra i 15 ed i 29 anni una proposta davvero inedita e formativa, un'esperienza teatrale e umana unica: un gemellaggio teatrale internazionale che si articolerà tra Trento e la città bosniaca di Prijedor.

Il progetto è organizzato in collaborazione con l'**Associazione Progetto Prijedor** e l'**Ufficio politiche giovanili del comune di Trento** e rientra nella programmazione 2017 di **Piano Giovani di Zona di Trento e Arcimaga**.

Il gemellaggio si svolgerà in due settimane di lavoro: la prima avrà luogo in Bosnia a fine luglio, la seconda a Trento tra la fine di agosto e l'inizio di settembre; lo spettacolo finale debutterà al Teatro Portland.

Potranno partecipare al gemellaggio dieci ragazzi trentini che saranno ammessi al programma previa selezione condotta dai coordinatori artistici e organizzativi del progetto; la passione per il teatro ed una pregressa formazione artistica costituiranno elemento preferenziale in sede di selezione;

Dedicato ai giovani tra i 15 ed i 29 anni

Il dialogo che abbatte i muri

Un gemellaggio teatrale internazionale, da Trento alla Bosnia con Teatro Portland

Coordinatore artistico sarà Paolo Vicentini, già insegnante della scuola di teatro Portland, con esperienza più che decennale nella gestione di progetti teatrali e pedagogici rivolti a giovani e adolescenti.

A coordinare l'organizzazione sarà l'Associazione di volontariato internazionale Prijedor che, da più di vent'anni attiva in Bosnia, pone al centro del suo approccio l'instaurazione di una cooperazione tra comunità, anche attraverso progetti formativi e di scambio culturale. Ed è proprio grazie alla consolidata rete di contatti in Bosnia creata nel corso degli anni dall'Associazione che si potrà realizzare questo particolare progetto, dal titolo **"Dialogare per abbattere muri e superare steccati"**.

Il gemellaggio teatrale ha l'obiettivo di creare di un gruppo di lavoro di circa 20 attori di due nazionalità e retroterra culturale e storico molto diverso, accumulati dalla passione per il teatro che, si auspica, possa contribuire alla creazione di un terreno di incontro, dialogo ed arricchimento reciproco.

Il nuovo gruppo di lavoro allestirà uno spettacolo nel quale si indagheranno i temi del superamento delle differenze culturali, dell'abbattimento dei pregiudizi che contribuiscono all'affermazione dell'intolleranza, delle ragioni che determinano lo scoppio di conflitti: il teatro presterà i suoi potenti strumenti pedagogici ad un esercizio di dialogo.

è richiesta conoscenza della lingua inglese; il costo è 95€; sarà possibile iscriversi fino a metà maggio, le selezioni si concluderanno entro l'inizio di giugno.

Info e prenotazioni

Portland, Scuola di Teatro
prenotazioni@teatroportland.it
tel. 0461 924470, 339 1313989 (festivo)
www.teatroportland.it

Universitari Emergency Trento Il mondo che vogliamo

Da aprile a novembre il cartellone di eventi (tutti a ingresso gratuito) degli universitari di Emergency del Trentino

Ha preso il via il 21 aprile a Trento il ciclo di eventi de "Il mondo che vogliamo", organizzato dal Gruppo **Universitari Emergency Trentino**, che nasce con l'obiettivo di diffondere cultura di pace e solidarietà tra gli studenti e per raccontare ciò in cui l'associazione crede e fa, in Italia e nel mondo.

"Il mondo che vogliamo" è articolato in **sette eventi** ed è stato organizzato dai giovani universitari grazie anche al sostegno delle Politiche Giovanili della Provincia Autonoma di Trento e del T.A.U.T., il Tavolo delle Associazioni Universitarie Trentine, in collaborazione con l'Opera Universitaria di Trento.

Tra **spettacoli** teatrali, **concerti**, **letture** ed **eventi culturali** (gratuiti e aperti a tutti) gli studenti e la cittadinanza trentina verranno



accompagnati fra i progetti di Emergency, il cui filo conduttore è la promozione e la costruzione di una cultura di pace e di solidarietà nel mondo.

"Vogliamo un mondo in cui i governi garantiscano l'eguaglianza di base di tutti i membri della società, il diritto a **cure mediche** di elevata qualità e gratuite, il diritto a una **istruzione pubblica** che sviluppi

la persona umana e ne arricchisca le conoscenze, il diritto a una **libera informazione**", ha detto Gino Strada, fondatore di Emergency, parlando qualche tempo fa dell'organizzazione da lui creata.

Il programma degli eventi

- **4 maggio: Poesia**, Rovereto: Aperitivo + Reading teatrale "Slam Poetry"
- **19 maggio: Giornalismo**, Trento (Università degli Studi di Trento): Conferenza su giornalismo di guerra, mostra fotografica
- Fine luglio: **Ambiente**, Valli Giudicarie: camminata con guida + pranzo + reading teatrale
- Fine settembre: **Sport**, Trento, Studentato San Bartolameo, Sanbapolis: tornei sportivi + lezioni dimostrative
- Fine ottobre: **Musica** a Trento, Teatro Sanbapolis: concerto + aperitivo
- Fine novembre: **Storia**, Rovereto

info

www.facebook.com/universitariemergencytrento,

1 2ª edizione della "Vigolana... Camina e magna", una camminata attorno a Vigolo Vattaro, Bosentino, Vattaro, passando per località caratteristiche quali il Castello, i masi, boschi, prati e la campagna in piena fioritura, gli agritur della piana della Vigolana, il caseificio, il "rocol": circa 15 km che si percorrono comodamente in 6/7 ore, godendo del bel panorama, in compagnia di cori, della banda, fisarmoniche e dei produttori locali.

La partenza è dal **Campo sportivo di Vigolo Vattaro**; lungo il percorso, nei punti ristoro, si degustano tanti piatti con prodotti locali (e qualche specialità esotica). Massiccia la partecipazione, nei punti di ristoro lungo il percorso, di gran parte delle associazioni operanti sul territorio della Vigolana, da Vigolo Vattaro a Valsorda, da Bosentino a Vattaro e Centa San Nicolò.

La manifestazione è organizzata da

7 maggio 2017, Altipiano della Vigolana Una camminata (golosa) in compagnia

Il ricavato a favore delle popolazioni del Centro Italia colpite dal terremoto



Solidarietà Vigolana onlus; il ricavato della manifestazione sarà utilizzato per un progetto a favore delle popolazioni del Centro Italia colpite dal terremoto:

una struttura polivalente che servirà come punto di aggregazione e di ritrovo della popolazione di **Castelsantangelo sul Nera** (MC) centro duramente colpito dalle scosse del 26 e 30 ottobre 2016.

Il programma

Ritrovo domenica 7 maggio, dalle 7.30, al campo sportivo di Vigolo Vattaro (presentare il tagliando di iscrizione mezz'ora prima dell'orario di partenza). Partenza dalle ore 8 in gruppi di 200 persone ogni 30 minuti dal Piazzale dell'Oratorio di Vigolo Vattaro. **Iscrizioni entro il 5 maggio.**

Info

www.solidarietavigolana.it



Dal 27 aprile al 7 maggio: 65° Trento Film Festival **Tutta la meraviglia della natura**

Montagna, animali e rapporto uomo-ambiente i temi principali del Festival di quest'anno. In programma 118 proiezioni e 110 eventi, tra serate alpinistiche, incontri, mostre e convegni, con tanti nomi celebri del mondo dell'alpinismo, del cinema, della cultura e dello spettacolo

Da sempre dedicato al rapporto tra cinema, montagna e avventura, il Trento Film Festival ha scelto quest'anno come chiave principale di lettura, tra le tante per raccontare il mondo e l'ambiente della montagna, quella della natura **con tre spettacolari film che celebrano la bellezza e la forza.**

In apertura, **sabato 29 aprile, *Les Saisons*** (di J. Cluzaud e J. Perrin), che invita a un **formidabile viaggio nel tempo e alla riscoperta dei territori europei che l'uomo condivide con gli animali selvaggi, dall'era glaciale a oggi.** Un'epopea ambientalista che ripercorre la lunga e tumultuosa storia comune che lega l'uomo e gli animali.

Sabato 6 maggio, primo dei due eventi di chiusura, ***The Eagle Huntress - La Principessa e l'Aquila* di Otto Bell** arriverà a Trento dopo decine di festival e premi in tutto il mondo, recensioni entusiaste della stampa internazionale, e la selezione nella shortlist per la candidatura all'Oscar per il miglior documentario 2017, **anticipando l'uscita italiana prevista per il prossimo settembre.**

Nella serata finale del festival, l'**anteprima di *La vallée de loups* di Jean-Michel Bertrand**, cineasta estremo, capace di affrontare sfide impossibili in prima persona per filmare e raccontare gli animali che ama; il film racconta tre anni di esplorazioni, appostamenti e bivacchi, in una valle splendida e segreta, per vedere e filmare il branco di lupi che lì si è recentemente ristabilito, come in tante altre aree delle Alpi; un film

emozionante che mette anche in discussione i limiti del nostro rapporto con la natura selvaggia.

PAESE OSPITE: L'ISLANDA

Per l'Islanda, "Paese ospite" della Sezione "Destinazione", un programma di attività realizzato in collaborazione con il Consolato Generale d'Islanda e il contributo della Fondazione Cassa di Risparmio di Trento e Rovereto. «Quest'anno andremo alla scoperta dell'Islanda, – ha spiegato la direttrice del Trento Film Festival, Luana Bisesti – terra straordinaria per il suo ambiente naturale, dove è fortissimo e, allo stesso tempo, complicato il legame tra i suoi abitanti e il territorio. Faremo questo viaggio attraverso un ricco programma cinematografico, una serie affascinante di mostre, eventi e d'incontri.

LE SERATE ALPINISTICHE

"Il fascino dell'impossibile", con **Reinhold Messner** (27 aprile, alle 21, Auditorium S. Chiara); "Climbing games. Da Bardonecchia 1985 a Tokyo 2020", con **Adam Ondra** e importanti nomi di ieri e di oggi dell'arrampicata sportiva (28 aprile, alle 21, Auditorium S. Chiara); "Metanoia: un omaggio e una rinascita", con Thomas Huber, Roger Schaeli e Stephan Siegrist e la partecipazione di Connie Lowe (4 maggio, alle 21, Auditorium S. Chiara).

SOS TERRA

Spettacolare serata dedicata al nostro pianeta, **"SOS terra, abbiamo un problema",**

con l'astronauta **Umberto Guidoni**, il meteorologo **Luca Lombroso** e la "copertina" di **Teresa Mannino** (3 maggio, alle 21, Auditorium S. Chiara).

Grandi eventi sull'avventura con Mira Rai, la trail runner nepalese nominata da National Geographic "Adventurer of the Year 2017" (5 maggio, alle 21, Supercinema Vittoria) e l'esploratore Alex Bellini (7 maggio, alle 11, al Muse).

L'ambiente che ci circonda e il Monte Bondone al centro del festival con una serie d'iniziative con il Muse, il Comune di Trento, la



Rete Riserve Monte Bondone, l'Apt Trento-Bondone.

MONTAGNALIBRI E MOSTRE

Numerosi autori di prestigio a Montagna Libri: da Mauro Corona a Franco Perlotto, da Robert Peroni a Paolo Cognetti.

Ricco programma di **mostre ed esposizioni**, dall'Islanda, alla montagna vista da prospettive diverse.

PER I PIÙ PICCOLI: TFF FAMILY

Infine, per i più piccoli nasce quest'anno "TFF Family", una vera e propria sezione della rassegna con tutte le attività svolte al **"Parco dei Mestieri"** e **le iniziative rivolte in particolare ai bambini e alle famiglie.**



Carta In Cooperazione

I soci possessori di Carta In Cooperazione hanno diritto all'ingresso ridotto al cinema e alle serate evento del Trento Film Festival



ALLE TERME CON LO SCONTO

Salute e benessere alle Terme del Trentino

Nei Centri Termali del Trentino, ma anche del resto d'Italia, ai soci possessori di Carta In Cooperazione sono riservati speciali sconti



TERME DI PEJO

Immerse nel **Parco Nazionale dello Stelvio**, le Terme di Pejo curano, in modo naturale, alcuni **disturbi delle articolazioni, della circolazione venosa e linfatica, della pelle, delle vie respiratorie, dell'apparato gastroenterico e delle vie urinarie**.

Le Terme di Pejo sono un'**oasi di benessere**, dove ritrovare il proprio equilibrio psico-fisico attraverso un piacevole coinvolgimento emotivo e sensoriale.

Apertura: dal 5 giugno
al 7 ottobre 2017

Terme di Pejo
Tel. 0463.753226
info@termepejo.it
www.termepejo.it



Per i soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **sconto 10%** su tutte le cure termali eseguite privatamente (non in convenzione con il SSN) presso lo stabilimento delle Terme di Pejo (cure inalatorie, bagno termale, fango termale, fango + bagno termale, cure idropiniche e percorso flebologico);
- **sconto 15%** sulle cure termali eseguite come secondo ciclo dopo il primo ciclo eseguito in convenzione con il SSN;
- **sconto 10%** su massaggi e trattamenti estetici (trattamenti viso e trattamenti corpo);
- **sconto 10%** sui prodotti cosmetici della linea termale "Cosmesi Fonte Alpina";
- **sconto 10%** sull'ingresso alla nuova area benessere;
- **sconto 25%** sul programma *Remise en Forme* composto da 1 visita medica di avviamento alle cure, 3 giorni di cura idropinica, 2 bagni termali carbo-gassosi, 1 idromassaggio alle essenze del Parco, 3 massaggi generali, 2 entrate alla nuova area benessere: 185€ anziché 232€.

Convenzione valida per due persone

TERME DI RABBI E GRAND HOTEL RABBI

Circondato da foreste di abeti e larici, le Terme di Rabbi coniugano le proprietà dell'acqua minerale di Rabbi con il fascino di un paesaggio montano tra i più incontaminati dell'arco alpino. Questa fonte, conosciuta fin dall'antichità per i suoi effetti terapeutici (per la cura di **malattie artro-reumatiche, malattie vascolari, affezioni del sistema respira-**

torio e di quello gastrointestinale), divenne la preferita della Corte Imperiale d'Austria. Il centro è **specializzato inoltre per la cura della cellulite** e per il **recupero energetico**.

Apertura: dal 27 maggio
al 25 settembre 2017

Terme di Rabbi
Tel. 0463.983000
info@termedirabbi.it - www.termedirabbi.it



Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sconto 10% su:

- trattamenti estetici viso e corpo delle Terme;
- linea cosmetica delle Terme;
- ristorante alla carta dell'Hotel Terme di Rabbi

Gli sconti non sono cumulabili con quelli proposti per altre categorie (es. Arma dei Carabinieri o lavoratori Pirelli). Lo sconto di queste altre categorie è comunque inferiore a quello proposto ai Soci.

Convenzione valida per due persone





Carta In Cooperazione

Per informazioni

Ufficio Relazioni Soci, Sait
tel. 0461.808641
ufficio.soci@sait.tn.it
<http://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni>

**stare
in salute**

ALTRI CENTRI TERMALI

Numerosi altri centri termali in tutta Italia (Valle d'Aosta, Piemonte, Liguria, Emilia Romagna, Campania, Veneto, Puglia) e in Slovenia, convenzionati con Carta In Cooperazione, si trovano su: <http://www.e-coop.it/web/guest/terme-e-centri-benessere>



CASA DI SALUTE RAPHAEL



Il più grande e qualificato istituto di cure naturali in Italia, dove si seguono i principi della medicina antroposofica, omeopatica e fitoterapica e si può rafforzare la propria salute stimolando in modo naturale, equilibrato e armonioso le forze vitali e di guarigione.

Casa Raphael offre un'ampia gamma di terapie della medicina antroposofica, oltre a terapie più specifiche come l'idrocolono terapia, l'ipertermia corporea e l'ossigeno-ozono terapia, che hanno come scopo principale quello di **sostenere il sistema immunitario**.

**Apertura: dal 19 marzo
al 19 novembre 2017**

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione:

Le proposte per il 2017, riservate ai *curandi esterni*, sono:

- **pacchetto** di 10 inalazioni oppure 10 aerosol + colloquio medico di ammissione € 65;
- **sconto del 30%** sui prodotti della linea Casa Raphael;
- **sconto del 30%** sui trattamenti estetici (cosmesi Dr. Hauschka e Weleda).

Convenzione valida per 2 persone (socio + 1 accompagnatore oppure 1 familiare del socio + accompagnatore).

Casa di Salute Raphael

Terme di Roncegno, tel. 0461.772000
info.medici@casaraphael.com
www.casaraphael.com/

TERME LEVICO E VETRIOLO

I benefici effetti dell'Acqua Forte di Levico Terme sono noti da centinaia di anni e curano "naturalmente" molte affezioni, incluse quelle legate allo stress e all'ansia.

Grazie alle più aggiornate ricerche scientifiche si è passati ad un più sicuro inquadramento clinico/terapeutico e con le proprietà dell'acqua arsenicale ferruginosa di Levico vengono curate (con riconoscimento anche del Servizio Sanitario Nazionale):

patologie artroreumatiche (balneoterapia e fangobalneoterapia), **patologie delle basse vie respiratorie** (inalazioni, aerosol, aerosol ionico e ventilazioni

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **sconto 10%** sulle singole tariffe termali e le singole prestazioni di fisioterapia;
- **sconto 10%** sulle tariffe singole di listino delle prestazioni benessere (tutte le tipologie di massaggi, trattamenti benessere e trattamenti estetici);
- **sconto 5%** sulle tariffe di listino dei prodotti cosmetici delle Terme.

Convenzione valida per due persone

polmonari), **malattie otorinolaringoiatriche e delle alte vie respiratorie** (inalazioni, aerosol, irrigazioni nasali, docce nasali micronizzate e aerosol sonico), **patologie ginecologiche** (irrigazioni vaginali), **malattie dermatologiche** (balneoterapia).



**Apertura: dal 10 aprile
al 4 novembre 2017**

Terme di Levico e Vetriolo
Tel. 0461.706077-706481
www.termilevico.it





TERME DI COMANO

In questo che è il più importante centro dermatologico in Italia e un'eccezione a livello europeo, con le acque termali si **cura la pelle senza effetti collaterali**. Numerosi i benefici che i bagni delle Terme di Comano hanno su molte malattie della pelle, come la **psoriasi** di adulti e bambini, le **dermatiti** (tra le quali la **dermatite atopica** che colpisce in particolare i bambini) gli **eczemi**.



Le cure termali migliorano inoltre le funzioni delle vie aeree in caso di **rinite allergica, sinusite, faringite, laringite e bronchite cronica**.

Infine, nel **Centro benessere** uno staff qualificato propone trattamenti per il viso e il corpo di altissimo livello, massaggi tradizionali e di ultima tendenza, e programmi *remise en forme* personalizzati.



Apertura: dal 31 marzo al 5 novembre 2017

Terme di Comano
Tel. 0465 701277 - www.termecomano.it

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **sconto 10%** cosmesi presso i punti vendita dello stabilimento e del Grand Hotel Terme;
- **sconto 10%** benessere, estetica presso lo stabilimento termale e il Grand Hotel Terme;
- **sconto 10%** trattamenti di fisioterapia presso lo stabilimento termale e il Grand Hotel Terme;
- **sconto 10%** "Massaggio della cooperazione" (massaggio di 20 minuti con utilizzo di prodotti legati al mondo della cooperazione, fruibile solamente dai possessori di Carta In Cooperazione);
- **sconto 10%** ristorazione presso Grand Hotel Terme.

Convenzione valida per due persone

TERME VAL RENDENA

Le Terme Val Rendena sono a Caderzone Terme, nel Parco Naturale Adamello Brenta. Alle **cure termali** (tutte convenzionate con il Servizio Sanitario Nazionale: cure inalatorie, idromassaggi termali, balneoterapia dermatologica ed osteoarticolare, ventilazione polmonare e cura idroponica) sono affiancate: la **fisioterapia, la fototerapia, la magnetoterapia, la scleroterapia** e la **presenza di medici specialisti** (medico internista, dermatologo, specialista vascolare, ortopedico, otorinolaringoiatra, pediatra e podologo).

Apertura: cure termali da aprile a novembre; centro estetico aperto tutto l'anno



Per i soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **sconto 25%** su tutte le cure termali eseguite privatamente (non in convenzione con il SSN);
- **sconto 30%** sulle cure termali eseguite come secondo ciclo dopo il primo ciclo eseguito in convenzione con il SSN;
- **sconto 15%** su tutti i trattamenti del centro estetico;
- **sconto 20%** su tutti i prodotti cosmetici della linea termale "Thermae Veritas";
- **sconto 15%** sui prodotti del punto vendita interno allo stabilimento;
- **sconto 25%** sul pacchetto al fieno della Val Rendena composto da 1 idromassaggio aromatizzato + 1 trattamento corpo al fieno + 1 linfodrenaggio viso e maschera personalizzata + crema corpo idratante + 1 giorno di cura idroponica;
- **sconto 25%** sul pacchetto al latte di Razza Rendena composto da 1 idromassaggio aromatizzato + 1 trattamento viso al latte di razza Rendena + 1 massaggio corpo + 1 crema viso 24h + 1 giorno di cura idroponica;
 - **sconto 15%** sul pacchetto Val Rendena (3 giorni/2 notti) in pensione completa hotel 3 stelle, bevande escluse;
 - **sconto 5%** sugli ingressi al centro benessere delle Terme (piscina con idromassaggio, sauna, bagno turco, calidarium, grotta di sale, sala relax, docce aromatizzate, sala tisaneria, vasca refrigerante ...).

Convenzione valida per due persone



Terme Val Rendena

Caderzone Terme, tel. 0465.806069
info@fontevalrendena.it
www.fontevalrendena.it/

Nel mese di maggio il CID organizza diversi appuntamenti con la danza, tra cui i risultati delle due residenze regionali che si sono svolte tra i mesi di gennaio e maggio. Si svolgerà inoltre un incontro conclusivo dedicato alle danze popolari del Sud Italia con un momento di ritrovo finale per tutti i partecipanti. Infine si chiuderanno a fine mese le adesioni per la selezione ai due progetti legati al Festival Oriente Occidente di Rovereto.

CID Rovereto

Avvicinarsi, sperimentare, entrare nella danza

Entro il 31 maggio ci si può iscrivere ai Campus Urbani del Festival Oriente Occidente. Il 28 maggio si studiano le danze del sud Italia. Il 12 e il 19 maggio le compagnie "residenti" presenteranno il lavoro sviluppato al Cid

CID Centro Internazionale della Danza

domenica 28 maggio

DANZA E SUONI DEL SUD ITALIA

Condotta da **Maristella Martella, Manuela Rorro e dal gruppo Salentrio**. Una giornata di danza e musica suddivisa in tre momenti. La prima parte della giornata sarà un piccolo viaggio tra i differenti balli che caratterizzano i luoghi del Sud Italia. Un viaggio musicale e danzato, arricchito di letture e racconti su alcune tra le feste e ritualità più belle del nostro meridione. Nel pomeriggio ci si addenterà in un lavoro più creativo, per condurre il gruppo ad una piccola performance da presentare prima del concerto serale.

Il laboratorio (6 ore) è rivolto a tutti coloro che vogliono avvicinarsi al mondo delle danze del sud Italia, pur non avendo precedenti studi musicali o di danza. **Per info costi e orari www.centrodelladanza.it**



RESIDENZE

Da gennaio a maggio 2017 il Centro Internazionale della Danza ha messo a disposizione i propri spazi anche a due compagnie di danza del panorama regionale. Le due compagnie trentine presenteranno in maggio una restituzione pubblica del lavoro sviluppato; il 19 maggio (ore 20.30) al Teatro Zandonai la compagnia **3D-3dinamiche di Francesca Manfrini** presenterà due nuovi progetti: *Connections in disorder* che si propone di esplorare quello che nell'imma-



ginario collettivo è il mondo chiuso e impenetrabile di persone con autismo o disturbi di comunicazione, e *Linee*, un omaggio all'artista Fausto Melotti.

Il 12 maggio (ore 17) al CID Centro Internazionale della Danza la compagnia **Controra** presenterà alcuni estratti del nuovo lavoro dal titolo *BRIATA 1_ l'inquietudine*, il progetto che nasce dalla necessità di indagare, sia emotivamente che scientificamente, la paura. Una profonda riflessione su questa emozione in qualche modo legata alla nostra sicurezza e sopravvivenza.

Ingresso libero e gratuito

FESTIVAL ORIENTE OCCIDENTE

Il 31 maggio si chiudono le iscrizioni ai **Campus Urbani**, la proposta per danzatori che possono così lavorare a stretto contatto con alcuni coreografi e docenti di danza contemporanea della scena nazionale e internazionale (gli stessi che presenteranno i propri lavori alla prossima edizione del Fe-

stival), diventando così protagonisti di alcuni spettacoli in programma.

Diverse le iniziative e le proposte pensate per chiunque desideri mettersi in gioco e vivere la possibilità di partecipare in prima persona alla creazione di un vero e proprio allestimento coreutico. Ecco i progetti proposti:

CAMPUS URBANI - PROGETTO WRECK

Selezionato tra i partecipanti al bando CID Cantieri 2017, Pietro Marullo artista multiforme stanziato a Bruxelles, presenta alla prossima edizione del Festival WRECK uno spettacolo che fa danzare la materia. La call si rivolge a studenti danzatori e circonsi. L'impegno richiesto è quello di integrare un'equipe di creazione dello spettacolo e partecipare alla presentazione prevista durante la prossima edizione del Festival Oriente Occidente. Il lavoro sarà condotto in lingua italiana e inglese durante 4 ore al giorno per un periodo di 10-15 giorni precedenti lo spettacolo (30 agosto 2017).

CAMPUS URBANI - PROGETTO LO SCHIACCIANOCI

Il progetto di Tommaso Monza e Claudia Rossi Valli è una messa in scena della rivisitazione in chiave contemporanea e di teatro-danza dell'opera ballettistica *Lo Schiaccianoci*. La call si rivolge ad attori e danzatori non necessariamente professionisti. Saranno i coreografi a scegliere tra le candidature i volontari più adatti a partecipare al progetto. Verranno selezionate circa 10 persone.

Per candidarsi: inviare una e-mail a festi-



val@orienteoccidente.it con nome e cognome, residenza, e-mail, telefono e cv con foto di presentazione o video. Info su www.orienteoccidente.it

Per informazioni
cid@centrodelladanza.it
www.centrodelladanza.it

Perché è importante fare colazione

Mangiare meno aiuta a contenere il peso, in generale questo è vero eccezion fatta per il primo pasto della giornata, ovvero la colazione. I dati in letteratura scientifica parlano chiaramente: **chi salta la colazione ha maggiore probabilità di essere in sovrappeso oppure obeso, aumentano i fattori di rischio cardiovascolari e la probabilità di sviluppare malattie croniche come il diabete.** Difficilmente si trovano spiegati i motivi di queste associazioni, il fatto che fosse utile fare colazione è sempre stato posto come una sorta di “dogma”, un totem della sana alimentazione; tuttavia cercare di capire il perché delle cose può aiutarci a sostanziare la motivazione, ingrediente necessario ed indispensabile per qualsiasi persona voglia cambiare lo stile di vita. **L'aspetto più importante da conoscere riguarda la capacità di controllare ciò che mangiamo:** la capacità di controllo diminuisce ad ogni ora che passa della giornata, ed il pomeriggio e la sera risultano i momenti più difficili da gestire.

Il motivo può essere spiegato da alcuni ormoni che fanno venire fame, chiamati

Chi salta la colazione ha più probabilità di essere in sovrappeso. Perché durante il giorno, con il passare delle ore, diventa più difficile essere in grado di controllare ciò che mangiamo

di **Michele Sculati** - Medico Chirurgo
Specialista in Scienza dell'Alimentazione,
dottore di ricerca in sanità pubblica

“orealizzanti”: essi sono presenti in quantità diverse a seconda dell'ora del giorno, seguono quello che tecnicamente viene chiamato un “ritmo circadiano”. **Durante la seconda fase della giornata vi è una maggiore quantità di questi ormoni,** che ci rendono maggiormente vulnerabili a scelte impulsive e possono portarci a consumare alimenti che sappiamo dovremmo gestire con maggiore moderazione.

Per aumentare le capacità di controllo una strategia utile può essere quella di contenere la secrezione di tali ormoni, tuttavia, nel momento in cui si salta la colazione, dal pasto serale al pranzo successivo passano ben 16-18

ore, e l'aumento della secrezione di ormoni che segnalano la fame è una logica conseguenza. **Questo fa sì che le capacità sazianti del pranzo persistano meno nel pomeriggio,** e diminuiscano le capacità di controllo esponendoci al fenomeno del cosiddetto “unintentional overheating”, ovvero l'assunzione di cibo fatta impulsivamente e dunque al di fuori del controllo volontario, che può accadere anche nel dopo cena ed essere ancora correlabile all'assenza della colazione. Naturalmente, se ad una colazione nutrizionalmente poco solida si associa un pranzo frugale, ad esempio con un panino al volo, la situazione potrà farsi ancora più difficile.

Al fine di aumentare le capacità di controllo sulla nostra alimentazione dobbiamo arrivare nella seconda parte della giornata con un buono stato di nutrizione, bisogna cercare di prepararsi strategicamente a gestire il momento più difficile, ed in questa strategia si inserisce l'importanza della colazione. Fare colazione non è spontaneo per molte persone che la mattina presto sono inappetenti, sappiamo che non è facile cambiare le abitudini, ma confido che questo articolo possa aver dato ad alcuni di voi o ai vostri cari nuove motivazioni per cercare di cambiare, possibilmente in meglio. (<http://consumatori.e-coop.it>)



naturalmente

Nell'olio extravergine di oliva la tradizione è molto più di un valore simbolico. Da sempre Olio Viola interpreta fedelmente l'anima genuina e magica di questo prodotto millenario, accostandosi ad esso con tutto l'amore ed 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 ed un basso indice di acidità.

BRUNO VIOLA

L'Olio più prezioso per i veri intenditori. Dal sapore fruttato e leggero è l'ideale per una cucina saporita.

BARDO

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

LA COLOMBARA GREZZO

E' un olio non filtrato ideale da usare a crudo per verdure, minestre e carne.



OLIO VIOLA srl

Bardolino (VERONA) - Tel. 045/7210143 - Fax 045/6212299 - info@olioviola.it - www.olioviola.it

“**L**e Quattro Stagioni” è una piccola associazione con sede ad Imer, uno dei tanti comuni della Valle del Primiero, luogo incantevole ai piedi delle Pale di San Martino, ma tanto lontana da Trento, che a volte si rischia di dimenticarsene. L'associazione propone laboratori, incontri informali, serate a tema e momenti di relax, per stimolare le persone a riflettere su temi quali l'ambiente, la salute, la conoscenza di sé. Il loro sito dice che il nome deriva dal desiderio di rivolgersi a tutte le età e di comunicare un senso di vicinanza e di ascolto esteso, che possa arrivare a tutti. Negli intenti dichiarano di voler accogliere tutti, senza distinzioni di età, sesso, provenienza, e di promuovere incontri che rappresentino *“momenti di confronto, in cui tutti devono trovare libertà e modo di esprimere sé stessi”*. Più delle dichiarazioni di intenti, colpisce la grande varietà delle loro proposte: dopo il loro corso sull'orticoltura proposto dell'aprile 2016, e il convegno su vegetarianesimo e veganesimo organizzato nell'ottobre scorso – di cui avevamo parlato su queste pagine – questa volta la proposta che rivolgono a tutti è ancora più originale.

Il linguaggio teatrale ha indubbiamente trovato negli ultimi anni ambiti di “impiego” fino a qualche anno fa difficilmente immaginabili, ma fino ad oggi, almeno in Trentino, uno “Spettacolo del cuore” poteva essere solo un dramma sentimentale, magari un po' troppo melenso. E invece il 19 maggio sarà una modalità innovativa, e probabilmente molto efficace, di fare sensibilizzazione e prevenzione sulle malattie cardiovascolari.

Già proposto in molte altre regioni italiane, quello che andrà in scena nell'**auditorium**

intercomunale di Fiera di Primiero è uno spettacolo ideato e condotto dal dottor Terranova, cardiologo e giornalista scientifico, che ha miscelato spettacolari animazioni video dell'apparato cardiovascolare, rappre-

alterneranno performance artistiche di vario tipo, video, ospiti, e persino la simulazione di un arresto cardiaco.

Le malattie cardiache sono la prima causa di morte nel mondo occidentale e stan-

Auditorium di Fiera di Primiero, 19 maggio 2017

Il cuore, che spettacolo!

Due appuntamenti (uno è per le scuole) con lo spettacolo che fa conoscere il cuore e le sue malattie. E spiega come prevenirle, anche a tavola, fin da giovani



no interessando sempre di più le fasce più giovani della popolazione. Per questo motivo lo spettacolo sarà presentato **al mattino agli studenti delle scuole medie e superiori, e alla sera al resto della popolazione.**

L'evento, che sarà sostenuto anche dai farmacisti della valle, AVULSS, Lilith, dai Comuni di Imer, Canal San Bovo, Primiero San Martino di Castrozza, dalla Comunità di Valle e dall'associazione “Una corsa per la vita”, dalla Cassa Rurale Valli di Primiero e Vanoi e dalla **Famiglia Cooperativa di Imer**, vedrà il giorno dopo un seguito altrettanto originale: **la cena “Cardiochef”**. Presso la sala polifunzionale di Sieghe di Imer il dottor Terranova e lo chef Franco Ruggero proporranno una cena a base di alimenti che aiutano il cuore, e saranno a disposizione dei commensali.

Se è vero che in Italia ogni ora sei persone sono colpite da infarto cardiaco, ogni forma di prevenzione è uno strumento indispensabile per limitare questa “epidemia”, e uno spettacolo teatrale multimediale, che permette agli spettatori di conoscere con chiarezza la natura delle comuni malattie cardiovascolari e, soprattutto, come prevenirle, è probabilmente molto più efficace di tanti libri o conferenze. (D. Pedrotti)

Maggiori informazioni sulle due serate sui siti le4stagioni.wordpress.com

e www.lospettacolodelcuore.it, o contattando l'associazione al numero 338 5237903 o all'indirizzo e-mail 4stagioni.imer@gmail.com.

sentazioni teatrali degli eventi che hanno caratterizzato la comprensione del funzionamento del cuore, messaggi sulla prevenzione delle malattie con coinvolgimento attivo del pubblico, e aspetti artistici, romantici e musicali dell'attività cardiaca. Così sul palco si





L'attenzione alla qualità e la cura di tutto ciò che è Solidal Coop è cresciuta negli anni e ora, anche per queste dieci tavolette, chi le acquista ha la certezza di trovare materie prime selezionate, cura e attenzione nei processi di raccolta, stoccaggio e lavorazione, con controlli accurati lungo tutta la filiera. E alla fine di poter gustare qualcosa che è davvero appagante.

Un risultato possibile perché **Coop, assieme a Fairtrade, ha costruito progetti di qualità totale**, nei quali i fornitori e produttori, presenti in tanti paesi, sono i principali alleati. Lavorare insieme a partner esperti e qualificati è una condizione irrinunciabile.

Tutto il cioccolato Coop diventa Solidal

Coop è la prima catena della grande distribuzione a fare una operazione del genere, garantendo una intera filiera con certificazione Fairtrade, il marchio di certificazione etica più importante e conosciuto al mondo

Tavolette di cioccolato uguale a prodotti del **commercio equo e solidale**. Il risultato dell'equazione non potrebbe certo dirsi scontato, ma ora, grazie all'impegno Coop, le cose stanno esattamente così. Per Coop, infatti, cioccolato significa ora parlare di un prodotto che (con l'esclusione di alcune referenze della linea Fior Fiore) viene da un commercio che si prende cura dei destini dei lavoratori e delle comunità locali di tanti paesi del sud del mondo che con la produzione di cacao e zucchero di canna ci vivono. Parliamo del **Perù, Repubblica Dominicana, Madagascar** (oltre che di **Costa Rica, Mauritius, Swaziland** per le tavolette con zucchero di canna aggiunto).

Riproponendo la stessa operazione fatta con il tè nel 2013, ben 10 diversi tipi di tavolette di cioccolato (fino a ieri ce n'erano solo due) sono ora disponibili in vendita tutte col marchio **Solidal Coop**.

Questa sul cioccolato è un'operazione che si propone dunque di fare un salto in avanti

nella crescita di una linea che, con una progressione costante, dalla sua partenza avvenuta nel 1995, col 2016 ha superato i **37 milioni di euro di fatturato**.

È importante che i consumatori abbiano ben presente che **Coop è la prima catena della grande distribuzione a fare una operazione del genere**, garantendo (per la seconda volta) una intera filiera tutta con **certificazione Fairtrade**, cioè il marchio di certificazione etica più importante e conosciuto al mondo.

SOLIDAL COOP: PRODOTTI BUONI E DI OTTIMA QUALITÀ

Ma prima di ritornare sulla dimensione e la valenza etica del progetto, è fondamentale chiarire un aspetto decisivo nella **crescita che i prodotti Solidal Coop hanno registrato in questi anni**. E cioè che si tratta di **prodotti buoni e di ottima qualità**. Del resto il cioccolato è un prodotto goloso e gratificante. Per comprarlo non basta la pur importante motivazione ideale, se poi quando lo si assaggia si resta delusi. Per questo

Tornando invece a quello che è il punto di partenza fondamentale del commercio equo e solidale, scegliendo il cioccolato Solidal Coop, si sostengono **condizioni di lavoro migliori** e un ambiente più tutelato per comunità indigene altrimenti costrette a subire le condizioni di forte sfruttamento legate alla concentrazione del controllo dei mercati da parte di poche grandi corporation. Con Fairtrade si garantiscono **maggiori risorse ai produttori** e ai lavo-



ratori che coltivano il cacao e lo zucchero di canna.

In più questi produttori sanno bene che la **tutela dell'ambiente** in cui vivono e coltivano i loro prodotti è un patrimonio da preservare e da tutelare. Così l'**agricoltura sostenibile** è un impegno concreto con particolare attenzione alla tutela delle risorse e alla riduzione nell'uso di pesticidi.

Certo non ultimo come importanza sta poi il tema del **giusto prezzo** che viene riconosciuto ai produttori e che si deve conciliare con il garantire pure un prezzo accessibile per i consumatori, facendo sì che la qualità **Solidal Coop** sia per tutti e non solo riservata a pochi.



Ricette, bottiglie e libri

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

Abbinamenti inusuali

Pesce a sorpresa

Con le melanzane, o la pancetta, o in uno strudel: ecco tre idee dal gusto sorprendente, per proporre in modo nuovo tre tipi di pesce (fresco, sottosale, conservato) sempre facili da trovare

CAPONATA DI MELANZANE E SGOMBRO CON CROSTINI

Per 4 persone: una melanzana nera, 1 melanzana violetta, 1 cipolla grande, 1 spicchio d'aglio, 1 cuore di sedano, 200 g di passata di pomodoro, 100 g di olive di Gaeta, 250 g di filetti di sgombro sott'olio (o al naturale), 4-5 cucchiaini d'aceto di vino bianco, 2 cucchiaini di zucchero, origano, olio d'oliva ev, sale

Tagliate a dadi le melanzane, salatele e lasciatele spurgare per 20 minuti, sciacquatele e tamponatele; scaldate ½ bicchiere d'olio e fatevi dorare le melanzane, scolatele e salatele; tritate grossolanamente la cipolla, soffriggetela con lo spicchio d'aglio in camicia, unite il sedano a tocchetti, salate e insaporite per 5 minuti, aggiungete lo zucchero e l'aceto e versate la passata di pomodori, cuocete per 15 minuti semi-coperto; aggiungete la melanzana e le olive e cuocete altri 10 minuti, profumate con l'origano, fate intiepidire, quindi aggiungete i filetti di sgombro divisi in grossi pezzi e lasciate raffreddare.

(Fiorfiore in cucina, giugno 2016)



PANINO AL BACCALÀ E PANCETTA CROCCANTE

Per 4 persone: 4 fette pancarré, 800 g di baccalà, 8 fette di pancetta tesa, 2 cucchiaini di zucchero, 1 cipolla rossa grande, 1 spicchio d'aglio, 1 foglia alloro, ½ bicchiere d'aceto, olio d'oliva ev, insalata riccia

Il giorno prima pulite il baccalà eliminando le spine e la pelle, e dissalato (oppure acquistatelo già dissalato); tagliatelo a pezzettoni, mettetelo in un pentolino ricoperto d'olio con l'alloro e l'aglio e fatelo cuocere a fuoco bassissimo per 5-6 minuti, toglietelo dal fuoco e lasciatelo riposare nell'olio finché si sarà raffreddato.

Sbucciate e tagliate la cipolla a julienne e cuocetela in ½ bicchiere d'acqua con l'aceto; quando sarà morbida aggiungete lo zucchero e un filo d'olio, mescolando finché lo zucchero si sarà sciolto; fate rosolare la pancetta in una padella.

Tostate il pane in forno, ponetevi sopra qualche foglia d'insalata, un po' di baccalà, una fetta di pancetta croccante, un altro pezzo di baccalà e completate con della cipolla caramellata. Adagiate i panini su un piatto decorato a piacere con una salsa a vostra scelta, che potete anche aromatizzare con erba cipollina, aneto o finocchietto.

(Fiorfiore in cucina, aprile 2017)



STRUDEL (APERTO) CON ORATA, CARCIOFI E POMODORINI SECCHI

Per 4-6 persone: 200 g di farina bianca 00, 100 ml di acqua, 40 ml di olio d'oliva ev, sale; per il ripieno: 300 g di filetti di orata, 2 carciofi, pomodorini di Sicilia semiseccchi Fiorfiore, olio d'oliva ev, timo, rosmarino, sale e pepe

Disponete la farina a fontana, aggiungetevi al centro un pizzico di sale, l'olio e amalgamate; unite l'acqua poco alla volta e lavorate fino a quando l'impasto risulterà ben sodo; continuate ad impastare per circa 15 minuti, formate una palla, avvolgetela nella pellicola e mettetela in frigo per almeno 20 minuti.



Pulite i carciofi, asportate il gambo, le foglie esterne più dure e la barba interna, tagliateli finemente e saltateli in padella con un filo d'olio per 15 minuti; regolate di sale e pepe.

Cuocete i filetti di orata dalla parte della pelle in padella con un filo d'olio; quando si sarà formato il contorno bianco girateli e cuocete per 3-4 minuti dall'altro lato.

Stendete la pasta con un mattarello sulla spianatoia infarinata; farcitela con il pesce, i pomodorini sgocciolati e tagliati a metà e i carciofi; profumate con foglioline di timo e rosmarino tritate finemente; richiudete come uno strudel, ponete su una teglia foderata di carta da forno e infornate a 180 °C per 30 minuti. (Fiorfiore in cucina, aprile 2017)



et•ka
luce gas

scegli l'energia nuova

economica ecologica solidale

20%

Sconto
il primo anno

100%

Energia
Green

10 €

l'anno per ogni
contratto al
progetto solidale

L'offerta luce e gas etika è riservata ai soci e clienti delle Casse Rurali Trentine, ai soci delle Famiglie Cooperative del consorzio SAIT con Carta In Cooperazione, aderenti all'iniziativa.

Lo sconto, che dal secondo anno in poi è del 10% (8% se si sceglie la bolletta cartacea), è calcolato rispetto al costo della componente materia prima determinato periodicamente dall'Autorità garante.

www.etikaenergia.it



IL GRUPPO CHE TI FA RISPARMIARE

e) Dolomiti
energia


Cooperazione
Trentina


CorSolida
IMPRESE SOCIALI

 la rete
COOPERATIVA SOCIALE

 Casse Rurali
Trentine


FAMIGLIA
COOPERATIVA

coop



LA MELISSA

L'erba della tranquillità

Rilassa, fa digerire, allevia il senso di nausea: la melissa è una pianta medicinale conosciuta fin dai tempi antichi per le sue proprietà calmanti. Ed è anche facile da coltivare

di Iris Fontanari

Vorrei conoscere la ricetta per fare l'acqua di melissa, che ho saputo essere un ottimo calmante per i disturbi dell'apparato digestivo e per il sistema nervoso in generale. La pianta è quella che un tempo i contadini chiamavano "erba limoncina"? Vi ringrazio. A. Bertoldi (Trento)

La pianta è proprio la melissa (*Melissa officinalis*), che ricorda vagamente l'essenza del limone: non a caso il nome popolare col quale è chiamata un po' ovunque in Italia (citronella, cedroncella, limunina, erba limona ecc.) si riferisce, appunto, a questa caratteristica. Furono gli Arabi, nel X sec., a scoprirne le proprietà medicinali, definendola "cordiale" per la sua capacità di rinforzare il cuore nei momenti di ansietà. L'attenzione degli erboristi verso la pianta fu probabilmente dovuta al suo intenso profumo che segnalava la presenza di un principio attivo particolare: una miscela di oli essenziali (citronellale, geraniolo, linalolo) assieme ad altri componenti, quali resine e tannino, tutti responsabili delle numerose virtù fitoterapetiche; i preparati di melissa svolgono infatti un'azione antispasmodica e calmante dello stomaco, alleviando il senso di nausea, stimolando l'appetito e facilitando la digestione.

Buone sono pure le proprietà calmanti dei disturbi di origine nervosa (nevrastenia, vertigini, mal di testa, insonnia, isterismo, depressione, palpazioni cardiache da ansia, crampi nervosi, colite spastica, malessere ecc.)

Per uso esterno questa pianta rivela proprietà disinfettanti e astringenti ed è perciò mol-

to utile il bagno terapeutico, per stimolare, tonificare o decongestionare la pelle.

LA MELISSA È UNA PIANTA ERBACEA PERENNE, della famiglia delle Labiate, che cresce a ciuffi un po' ovunque e con abbondanza sia allo stato naturale sia coltivata

nell'orto; predilige gli angoli freschi ed ombreggiati ed è perciò adatta anche alla coltivazione in vaso sul balcone, soprattutto se rivolto a nord o poco esposto al sole; è una pianta aromatica, utilizzata in cucina anche per aromatizzare carni e verdure.

Il suo nome ricorda il miele: è infatti una pianta nettarifera che incrementa la produzione di un ottimo miele; i suoi fiori sono piccoli, bianchi o rosati e protetti da un calice verde persistente; le foglie sono grandi, ovali, dentate, con nervature in rilievo, reticolate nella pagina inferiore; assomigliano a quelle dell'ortica, ma non pungono, anzi, se strofinate, emanano il gradito profumo di limone. Di questa pianta si utilizzano le foglie e le sommità fiorite, ossia le parti terminali del fusto con alcuni fiori e qualche fogliolina giovane; vanno raccolte in estate, essiccate rapidamente all'ombra e conservate in vasetti di vetro. La melissa essiccata perde il profumo di limone, ma mantiene un odore leggermente acre e, utilizzata in tisana, ha un sapore piuttosto amarognolo. (NB! Non si deve confondere la melissa con la cedrina, detta anche erba Luisa, una pianta con foglie molto aromatiche, il cui nome botanico è *Lippia citriodora*).

Nel sec. XVII l'alcolato di melissa preparato dai frati Carmelitani Scalzi era molto famoso, insieme alla loro **acqua di melissa**, molto efficace per combattere i disturbi del sistema nervoso.



Bagno terapeutico: mettere in una bacinella 15 cucchiaini di sommità fiorite e foglie di melissa essiccate, versare 3 litri d'acqua bollente; dopo ¼ d'ora spremere il succo e filtrarlo con un colapasta foderato con un telo da cucina; versare il liquido nell'acqua del bagno a 32 gradi e immergersi per ¼ d'ora, tamponando la pelle con una spugna naturale, senza usare sapone.

Acqua di melissa: mettere a bollire per 5 minuti in ½ litro d'acqua 150 g

Antiche ricette

di melissa fresca o 60 g di secca, 30 g di buccia di limone grattugiata, 15 g di cannella, 15 g di chiodi di garofano, 15 g di noce moscata in polvere, 5 g di radice di angelica e 5 g di coriandolo; aggiungere ½ litro di grappa ed esporre al sole in un vaso ermeticamente chiuso per 3 settimane; filtrare e conservare il liquido in bottiglie ben chiuse; se ne prende 1 cucchiaino da caffè diluito in un po' d'acqua prima dei pasti principali (io la preparo senza l'angelica e il coriandolo: il risultato è ugualmente valido).

Decotto di melissa (sostituisce l'acqua di melissa per i bambini o le persone allergiche all'alcool): bollire per qualche minuto 2 cucchiaini di foglie e sommità fiorite in ½ litro d'acqua; se ne prende 1 bicchiere prima dei pasti.

Infuso di melissa (per combattere le nausee, anche nei primi mesi di gravidanza; bevuto dopo mangiato, favorisce la digestione di cibi grassi o di pasti abbondanti): versare 1 tazza d'acqua bollente su 1 cucchiaino di foglie essiccate, leggermente sminuzzate a mano e aspettare ¼ d'ora prima di filtrare.



MISSIONE RISPARMIO

Raccolta Punti

CARTA IN COOPERAZIONE

I TUOI PUNTI VALGONO DI PIÙ

Ecco i prodotti che dal 4 al 17 maggio 2017 potrai pagare in parte con i punti della tua Carta In Cooperazione!

Yogurt 100% capra YoGreko
150 g
9,67 € al kg



SOLO PER I SOCI
100 PUNTI e **0,45€**
ANZICHÉ 1,85 €

Philadelphia Classico
250 g
7,96 € al kg



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e **1,25€**
ANZICHÉ 2,50 €

Minestre e zuppe pronte in busta Knorr
assortite a partire da 86 g al kg € 13,37



SOLO PER I SOCI
40 PUNTI e **0,75€**
ANZICHÉ 1,40 €

Dado Classico Star
20 dadi - 200 g
7,45 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,89€**
ANZICHÉ 1,70 €

Infusi Maraviglia
15 filtri Fiori & Frutti Mediterranei - Fiori & Frutti del Bosco - 35 g al kg € 61,43 - Semi di Finocchio Bio 30 g al kg € 71,67



SOLO PER I SOCI
80 PUNTI e **1,35€**
ANZICHÉ 2,50 €

Bevande Bravo Rauch
arancia - arancia rossa - Multivitamin 2 litri
0,73 € al litro



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,85€**
ANZICHÉ 1,90 €

M & M's con arachidi - Choco 200 g
9,75 € al kg



SOLO PER I SOCI
75 PUNTI e **1,20€**
ANZICHÉ 2,30 €

Patatine Pringles
assortite 165 g
8,97 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,88€**
ANZICHÉ 1,65 €

Panni catturapolvere Swiffer Duster
ricambi pz. 10



SOLO PER I SOCI
250 PUNTI e **3,39€**
ANZICHÉ 7,10 €

Il numero dei prodotti può essere inferiore a quello presentato in questa pagina a seconda dell'assortimento e delle dimensioni del punto vendita. Iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a Trento. Regolamento disponibile presso il Punto Vendita partecipante. Promozione valida nei punti vendita aderenti che espongono la locandina dell'iniziativa.

RICEVI SUBITO TANTI PUNTI EXTRA

Ecco i prodotti che dal 4 al 17 maggio 2017 ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

Caramelle Haribo
assortite 200 g - assortite 175 g



+ 10 PUNTI

Gel doccia shampoo Intesa pour Homme
Ginseng 250 ml



+ 15 PUNTI

Fiocchi di latte Jocca
175 g



+ 20 PUNTI

Vino Pinot Grigio Trentino DOC Cantina Mezzacorona
750 ml



+ 20 PUNTI

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*



MISSIONE RISPARMIO

Raccolta Punti

CARTA IN COOPERAZIONE

I TUOI PUNTI VALGONO DI PIÙ

Ecco i prodotti che dal 18 al 31 maggio 2017 potrai pagare in parte con i punti della tua Carta In Cooperazione!

Nutella Ferrero
630 g
6,81 € al kg



Biscotti Novellino Campiello
350 g
3,40 € al kg



Cioccolato Lindt latte - fondente - doppio latte - fondente 72%
100 g
12,90 € al kg



SOLO PER I SOCI
160 PUNTI e **2,69€**
ANZICHÉ 4,75 €

SOLO PER I SOCI
40 PUNTI e **0,79€**
ANZICHÉ 1,40 €

SOLO PER I SOCI
50 PUNTI e **0,69€**
ANZICHÉ 1,50 €

Dado Classico Knorr
20 dadi - 200 g
6,45 € al kg



Acqua minerale Pejo naturale - frizzante 1,5 litri
0,19 € al litro



Sapone liquido Palmolive Naturals latte di mandorla - Naturals latte & miele - Aquarium 300 ml
4,63 € al litro



SOLO PER I SOCI
50 PUNTI e **0,79€**
ANZICHÉ 1,65 €

SOLO PER I SOCI
10 PUNTI e **0,19€**
ANZICHÉ 0,35 €

SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e **0,69€**
ANZICHÉ 1,95 €

Yogurt intero bianco Bio Vipiteno
500 g
2,38 € al kg



Fruttolo Nestlé fragola/pera/banana - gusti misti 6 x 50 g
4,97 € al kg



Strangolapreti Patamore
500 g
3,98 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,59€**
ANZICHÉ 1,40 €

SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,89€**
ANZICHÉ 1,90 €

SOLO PER I SOCI
120 PUNTI e **0,79€**
ANZICHÉ 2,70 €

Il numero dei prodotti può essere inferiore a quello presentato in questa pagina a seconda dell'assortimento e delle dimensioni del punto vendita. Iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a Trento. Regolamento disponibile presso il Punto Vendita partecipante. Promozione valida nei punti vendita aderenti che espongono la locandina dell'iniziativa.

RICEVI SUBITO TANTI PUNTI EXTRA

Ecco i prodotti che dal 18 al 31 maggio 2017 ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

Fonzies Gli Originali
100 g



+ 10 PUNTI

Karkadè Maraviglia
25 filtri - 50 g



+ 15 PUNTI

Vino Chardonnay Trentino DOC Cantina Mezzacorona
750 ml



+ 20 PUNTI

Shampoo Clear Action 2in1 - Purificante - Ice Fresh
250 ml



+ 20 PUNTI

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*



4Giga Smart

A SOLI 7€ AL MESE

PER SEMPRE

Promozione valida dal 10 aprile al 21 maggio 2017

IL MESE COOPVOCE È UN MESE VERO!

- ▶ 4 GIGA
- ▶ CHIAMATE e SMS ILLIMITATI a 1 Cent senza scatto alla risposta



Scopri le offerte CoopVoce su www.coopvoce.it

coopvoce
Comunicare è semplice.

Condizioni della promozione: l'offerta "4 Giga Smart", valida per chi porta il numero in CoopVoce dal 10 aprile al 21 maggio 2017 prevede ogni mese: 4 Giga di traffico internet nazionale, chiamate a 1 centesimo al minuto verso tutti i numeri nazionali di rete fissa e mobile e SMS nazionali a 1 cent. Sono esclusi il traffico internazionale, il traffico roaming e le numerazioni a sovrapprezzo. I minuti sono tariffati sugli effettivi secondi di conversazione, senza scatto alla risposta, e le connessioni internet a singolo kbyte. Al superamento della soglia di traffico Internet nel mese, la navigazione è gratuita, ma la velocità di connessione è limitata a 32 kb/sec. La promozione ha un costo mensile pari a 7 € e si rinnova automaticamente ogni mese in caso di credito sufficiente. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta risulterà sospesa per 7 giorni. Per riattivarla sarà necessario ricaricare entro la scadenza dei 7 giorni altrimenti l'opzione verrà disattivata. In caso di sospensione il traffico voce e SMS è tariffato a consumo, secondo le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. I Mega non consumati nel mese, non si sommano con i Mega del mese successivo. La promozione "4 Giga Smart", è attivabile, dal 10 aprile al 21 maggio 2017, anche dai già clienti CoopVoce, con un costo di attivazione pari a 9 €, che verrà scalato dal credito residuo della SIM insieme al canone del primo mese. Per maggiori dettagli sull'offerta e sulle compatibilità visita il sito www.coopvoce.it.

CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: AVIO P.zza Roma, 5 • BORGIO VALSUGANA Corso Vicenza, 4 • CALDONAZZO Via Marconi, 28 • CARANO Via Nazionale, 18 • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperi, 2 • MALÈ Via 4 Novembre • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MOENA Strada De Prealon, 26 • PERGINE Piazza Gavazzi, 6 • PONTE ARCHE Via Prati, 19 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Piazzale Mimosa 8/10 - Via Padova 5 • ROVERETO Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31 - P.zza N. Sauro, 19/A • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TRANSACQUA Viale Piave, 75 • TRENTO 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

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio

PRENOTAZIONE

ENTRO IL 27 MAGGIO 2017

CONSEGNA DALL'1 APRILE AL 31 MAGGIO 2017

Offerte esclusive per i Soci possessori di Carta In Cooperazione



PRENOTA I GERANI PRESSO LA TUA FAMIGLIA COOPERATIVA

BUONO "GERANI"

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

15 Gerani

(vaso cm. 10) al pz. € 0,95

a soli
€ 14,25

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

Geranio edera
fiore semplice
e geranio zonale
fiore doppio.
Colori disponibili rosso,
lilla, rosa e bianco
a fioritura precoce.



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.

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTA

DAL 4 AL 17 MAGGIO 2017

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione

CRESCITA MIRACOLOSA

PER GERANI - UNIVERSALE

375 ml

SCONTO
38%

€ **5,90**
ANZICHÉ € **9,60**



OFFERTA

DAL 18 AL 31 MAGGIO 2017

STENDIBIANCHERIA TEMPO GIMI

- Telaio e fili in alluminio
- Trattamento antiruggine
- Protezioni e ruote in plastica
- 20 m stendibili
- Prodotto in Italia

SCONTO
50%

€ **19,90**
ANZICHÉ € **39,95**



MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTA

DAL 2 MAGGIO AL 30 GIUGNO 2017

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione



TENDA STRATO 2



Tenda monotelo con apertura di ventilazione in sommità della cupola. Completa di accessori di montaggio e sacca custodia. Adatta per 2 persone. Colore grigio/blu. Misure cm 205x150x105H. Sacca cm 14x64H. Peso kg 2,1.

SCONTO
21%

€ 29,90
ANZICHÉ € 37,90

MATERASSINO LETTO ALVEOBED SINGLE

I materassini Alveobed sono comodi, pratici e resistenti, ideali per lettini da campeggio. Con valvole Boston. Colore grigio/verde. Sacca custodia inclusa. Misure aperte cm 220x75. Sacca Ø cm 12,5x28H. Peso kg 1,45



SCONTO
14%

€ 29,90
ANZICHÉ € 34,90

SPIAGGINA BULA



Spiaggina pieghevole e compatta, struttura in acciaio. Borsa da trasporto inclusa. Portata massima kg 102. Misure aperte cm 57x50x73,5H. Sacca Ø cm 18x68H. Peso kg 3,1

SCONTO
20%

€ 27,90
ANZICHÉ € 34,90

SEDIA PIEGHEVOLE CRUISER

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



SCONTO
17%

€ 33,00
ANZICHÉ € 39,90

SACCOLETTO LAGUNA LITE

Pratico saccoletto con cappuccio, completamente apribile a coperta con cerniera a 2 vie. Compatto, ideale per campeggio estivo, per caravan e moto. Misure aperte: cm 185x75 + cm 25 cappuccio; chiuso: Ø cm 14x24,5. Peso: g 720



SCONTO
25%

€ 20,90
ANZICHÉ € 27,90

CARRELLO BUGGY

Struttura pieghevole molto robusta in acciaio verniciato a polvere e resistente tessuto in poliestere. Pronto all'uso in pochi secondi, non sono necessari attrezzi. Ruote pneumatiche ideali per terreni sabbiosi ma anche per terreni solidi. Ottima scorrevolezza e manovrabilità. Completo di sacca custodia e da trasporto. Portata massima kg. 100. Misure aperte: cm 137x58x66H / 117 H (maniglia). Misure chiuse cm 40x58x66. Peso kg 17.



SCONTO
17%

€ 149,00
ANZICHÉ € 179,00

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTA

FINO AL 31 MAGGIO 2017

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione

TENDA
HOT RUN 3



SCONTO
19%

€ 54,90
ANZICHÉ € 67,90



MATERASSINO
SINGLE GREY

SCONTO
26%

€ 11,00
ANZICHÉ € 14,90



TAVOLO
PIEGHEVOLE
SILVER GAPLESS

SCONTO
21%

€ 75,90
ANZICHÉ € 95,90

PLAID
PICNIC



SCONTO
20%

€ 15,90
ANZICHÉ € 19,90

BEAUTY
FRESH



SCONTO
22%

€ 13,90
ANZICHÉ € 17,90

FORNELLO
DEVIL +
2 RICARICHE



SCONTO
18%

€ 27,90
ANZICHÉ € 33,90

PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 MAGGIO 2017

CONSEGNA DAL 24 AL 30 GIUGNO 2017

nr.
125 SALOTTINO JAIPUR
FIBRA NATURALE
PES29

€ 1.190,00

- Salottino Jaipur in fibra naturale composto da
 - 2 poltrone cm 87 x 86 x 68 H
 - 1 divano cm 190 x 86 x 68 H
 - 1 tavolino in legno di mango cm 110 x 60 x 41 H
- Cuscini in policotone sfoderabili
- Colore melange/sabbia



MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 MAGGIO 2017

CONSEGNA DAL 24 AL 30 GIUGNO 2017

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione

COMPLETO LETTO LINEA SECRET ESCAPE



variante 088

variante 034

1 PIAZZA

nr.

105

nr.

108

€ 28,90

1 PIAZZA E 1/2

nr.

106

nr.

109

€ 34,90

2 PIAZZE

nr.

107

nr.

110

€ 44,90

- 100% cotone
- Produzione italiana
- Misure: 1 piazza

- 1 federa cm 50 x 80
- lenzuolo sopra cm 155 x 300
- lenzuolo sotto con angoli cm 90 x 200

1 piazza e mezza

- 1 federa cm 50 x 80
- lenzuolo sopra cm 180 x 300
- lenzuolo sotto con angoli cm 120 x 200

2 piazze

- 2 federe cm 50 x 80
- lenzuolo sopra cm 245 x 300
- lenzuolo sotto con angoli cm 180 x 200

COMPLETO LETTO LINEA FLOWER POWER

- 100% cotone tinto in filo
- Produzione italiana
- Misure 2 piazze
- 2 federe cm 50 x 80
- lenzuolo sopra cm 245 x 300
- lenzuolo sotto con angoli cm 180 x 200



variante 1708

nr.

111



variante 1709

nr.

112

€ 49,90



nr. 121 **SEGGIOLINO AUTO EVER SAFE 1-2-3 NERO**

- 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 47 x 51 x 66 H



€ **44,90**

nr. 122 **PASSEGGINO SLIM ROSSO**

- 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: aperto cm 84 x 48 x 103 H



€ **54,90**

nr. 123 **LETTINO CAMPEGGIO SOFT DREAM ROSSO**



- 0 m+/max 15 kg
- 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: aperto cm 57 x 117 x 75 H chiuso cm 75 x 21 x 21 H

€ **37,90**

nr. 124 **GIRELLO LUDO**



- 6m+/ 12kg
- Regolabile in 3 altezze
- Chiusura facile e compatta
- Vassoio amovibile con giochi elettronici
- Chiusura ad ombrello
- Stabile
- Dimensioni: aperto cm 67 x 67 x 53 H chiuso cm 67 x 67 x 26 H

€ **34,90**

nr. 113 **BILANCIA PESAPERSONE SHAPE SENSE PROFI 300 SOEHNLE**

- Analisi corporea Premium (BIA): misurazione esatta della percentuale di grasso e di acqua corporei e della massa muscolare
- Determinazione precisa del fabbisogno calorico giornaliero (kcal)
- Visualizzazione dell'indice di massa corporea (BMI)
- XXL: display LCD extra large
- Portata: fino a 200 kg ripartizione 100 g
- Riconoscimento automatico di 8 persone
- Funzione automatica di accensione e spegnimento
- Tecnologia Sensor Touch
- Pregiato vetro di sicurezza



€ **38,90**

- Piedini antiscivolo
- Pronta all'uso: batterie incluse
- Dimensioni: cm 30x35x2,6 H

nr. 114 **SILK-EPII+BIKINI STYLER BRAUN SE3321**

- Silk-epil 20 pinzette: per rimuovere delicatamente i peli alla radice per risultati che durano fino a 4 settimane
- Luce Smartlight: individua anche i peli più corti e sottili
- Rulli massaggianti
- Bikini styler: testina ad alta precisione per uno styling dettagliato nella zona bikini
- Due pettinini rifinitori: mm 5 e mm 8



€ **49,90**

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 MAGGIO 2017

CONSEGNA DAL 24 AL 30 GIUGNO 2017

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione

nr.
115 MISURATORE
PRESSIONE
BEURER BM49



- Misurazione interamente automatica su braccio della pressione e del battito cardiaco
- Con funzione vocale, volume regolabile e audio disattivabile
- Display ampio di facile lettura
- Valore medio di tutte le misurazioni degli ultimi 7 giorni
- Indicatore di rischio
- Rilevazione aritmia: rileva e segnala eventuali disturbi del ritmo cardiaco
- 2x60 posizioni di memoria
- Prodotto medicale
- Inclusive 4 batterie AA da 1,5V

€ **41,90**

nr.
116 SPECCHIO
COSMETICO
BEURER BS55



- Specchio cosmetico illuminato con sensore tattile
- Funzione di regolazione continua della luminosità
- Cromatura di alta qualità
- Luce a LED luminosa con 18 LED
- 2 superfici a specchio ruotabili
- Normale/ingrandimento 7x
- Diametro superficie specchio: cm 13
- Inclusive 4 batterie AAA da 1,5V

€ **39,90**

nr.
117 PEDILUVIO
RILASSANTE
BEURER FB30

€ **39,90**



- Idromassaggio plantare con formato pieghevole per una sistemazione salvaspazio
- 3 funzioni: massaggio vibrante, idromassaggio, regolazione della temperatura dell'acqua

- 60Watt
- Benefici punti luce a infrarossi
- Con accessorio per massaggio

nr.
119 MANICURE-PEDICURE
BEURER
MP62



€ **59,90**

- Set per manicure e pedicure
- Regolazione continua
- In senso orario/antiorario
- Inclusive 10 accessori professionali di qualità

- Inclusive 10 accessori monouso in carta abrasiva
- Luce a LED
- Accessori adatti ai diabetici
- Tappo di protezione dalla polvere delle unghie
- Velocità: 2.000-5.400 ±20% giri/min
- Alimentazione dalla rete elettrica
- Astuccio incluso

nr.
118 ASCIUGA
UNGHIE UV
BEURER MP38



- Per l'indurimento dei gel UV
- 36Watt
- Inclusive 4 tubi UV da 9 Watt
- Funzione timer 120 secondi
- Fondo estraibile
- Interno specchiato
- Alimentazione dalla rete elettrica

€ **39,90**

nr.
120 LEVIGA TALLONI RICARICABILE
BEURER MP55



- Con rullo levigatore XXL per la rimozione di tutti i duri o calli
- Inclusive raspa inossidabile per pretrattare calli duri
- Funzionamento da rete elettrica o a batteria ricaricabile
- Luce a LED integrata
- 2 velocità
- Indicatore di carica

- Inclusive spazzola per la pulizia
- Con porta mini USB
- Tempo di ricarica: circa 3 ore

€ **39,90**

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

TRENTO | **ROVERETO**

Via Centro Direzionale
Trento Sud, 11-12
tel 0461 - 362600

Via del Garda, 95
tel 0464 - 426000

coop
SUPERSTORE

**DALL'1 AL 31
MAGGIO
LE OFFERTE
DEL MESE**

**BRANDINA
PIEGHEVOLE
MODELLO
LUXOR**

Struttura con tubo quadro in acciaio profilato a freddo, telaio sagomato con ferma materasso, 15 doghe in legno multistrato curvato, materasso in poliuretano altezza cm 10. Misura rete cm 80 x 200, misura brandina chiusa cm 80 x 35 x 112 H.



PREZZO € 79,90
OFFERTA € 59,90

PREZZO SOCI € 55,90 **SCONTO 30%**

**LINEA RETI A DOGHE DI FAGGIO:
DISPONIBILE SU PRENOTAZIONE IN VARIE MISURE**

**MATERASSO IN MEMORY MODELLO
DOUBLE COMFORT CON TRATTAMENTO ALL'ALOE**



Altezza cm 20, sfoderabile, ortopedico, traspirante, rigenerante, lastra interna in Eliocell altezza cm 16, lastra in memory altezza cm 2, imbottitura in fibra anallergica, tessuto esterno con trattamento all'aloè vera per un effetto energico e vitalizzante. Arrotondato sottovuoto. Misure: cm 160 x 190

PREZZO € 330,00
OFFERTA € 230,00
PREZZO SOCI € 198,00

SCONTO 40%

MATERASSO IN ELIOCELL FIRM MODELLO NATURAL BAMBOO

Altezza cm 16, ortopedico, accogliente, traspirante, anallergico, lastra interna in Eliocell Firm altezza cm 14, imbottitura in Eliocell Firm, imbottitura in fibra anallergica e traspirante, tessuto esterno in fibra di Bamboo. Arrotondato sottovuoto.



Misure: cm 80 x 190

PREZZO € 99,00
OFFERTA € 69,00

PREZZO SOCI € 59,00

SCONTO 40%

Misure: cm 160 x 190

PREZZO € 198,00
OFFERTA € 138,00

PREZZO SOCI € 118,00

SCONTO 40%

**GUANCIALE MEMORY ACQUA
TRANSPIRANT GABEL**

Guanciale in viscoelastico ad elevato effetto di memoria di forma, allevia le pressioni su testa e collo, altamente traspirante grazie alla foratura della lastra, anti-umidità e anti-acaro, disponibile nel modello doppia onda o saponetta.

PREZZO € 29,90
OFFERTA € 19,90

PREZZO SOCI € 17,90 **SCONTO 40%**



Gabel Quality Home.

Richiedi il catalogo

RACCOLTA PUNTI 2017-2018

SocioSì

I tuoi **punti**
danno
buoni frutti



**PUNTI
DOPPI**
CON I PRODOTTI



Con i prodotti a marchio 
TANTI PUNTI IN PIÙ!

