

# cooperazione tra **consumatori**

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA  
ANNO XXV • Gennaio 2018



**2018**  
**Buon anno nuovo**

## Rovereto **IL SUPERSTORE È TUTTO NUOVO**

Freschezza, qualità  
e specializzazione  
negli alimentari

## CALDONAZZO BIOLOGICO

Rinnovato il negozio  
della Famiglia Cooperativa  
Alta Valsugana

## SULLA NEVE CON LO SCONTO

Sciare con le convenzioni  
Carta In Cooperazione



## ETIKA: BILANCIO DI UN ANNO

# L'energia che fa bene

I risultati del primo anno  
di attività di Etika,  
l'energia che fa risparmiare,  
rispetta l'ambiente ed è solidale



**SOCIO SÌ, I TUOI PUNTI DANNO BUONI FRUTTI**  
CON I PUNTI RACCOLTI SI RISPARMIA SULLA SPESA,  
SUL TELEFONO, NEI TRASPORTI, AL CINEMA, AL  
MUSEO, IN UN PARCO O SUGLI SCI, O ALLE TERME;  
E SI PUÒ PARTECIPARE A PROGETTI DI SOLIDARIETÀ.



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



**A** LLE NOSTRE FAMIGLIE  
CHE CREDONO NEL DOMANI

**ALLE NOSTRE AZIENDE**

CHE LAVORANO

PER UN FUTURO PIÙ SOLIDO

**AI NOSTRI GIOVANI**

**che hanno un sogno**

DA REALIZZARE

*auguriamo un Natale Felice*

*e un Sereno Anno Nuovo*



PERCHÉ CERTI VALORI  
**NON CONOSCONO CRISI**



Casse Rurali  
Trentine



# sommario

- primo piano**
- 6 Bilancio del primo anno  
**Etika, l'energia che fa bene**  
*di Silvia De Vogli*
- 7 **La cooperazione con la comunità**  
*di Cristina Galassi*
- cooperazione di consumo**
- 10 Famiglia Cooperativa Alta Valsugana  
**Caldonazzo biologico**
- 13 Coop Superstore Rovereto  
**Tutte le novità del Superstore**
- consumi**
- 14 "Polveri sottili" nell'acqua che beviamo  
**Un mondo di microplastica**  
*di Claudio Strano*
- 17 Dal 1° gennaio 2018  
**Addio ai vecchi sacchetti di plastica dell'ortofrutta**  
Arrivano le nuove buste biodegradabili
- società e web**
- 18 Le nuove truffe informatiche  
**Spam, phishing e c. Non aprire quel messaggio**  
*di Alessandra Farabegoli*
- mobilità sostenibile**
- 19 Politiche della mobilità  
**Pronti per la nuova mobilità**  
*di Antonella Valer*
- educazione**
- 23 Basta un poco di immaginazione  
**Coltivare curiosità e coraggio (senza paura di sbagliare)**  
*di Silvia Martinelli*
- ambiente**
- 24 Cibo e informazione  
**Cibo ingiusto**  
*di Maddalena Di Tolla Deflorian*
- 25 Coop controlla i suoi fornitori  
**La campagna "Buoni e giusti"**
- cultura**
- 26 **Trentino a teatro: gli spettacoli di gennaio**
- tempo libero**
- 30 Le convenzioni Carta In Cooperazione  
**La stagione degli sci (con gli sconti)**
- stare in salute**
- 32 Le convenzioni Carta In Cooperazione  
**Informati e protetti per volersi bene**  
*di Dario Guidi*

## rubriche

- cultura libri**
- 22 **Le recensioni del mese**  
*a cura di Franco Sandri*
- mangiare e bere**
- 35 L'avena in cucina  
**Chicchi e fiocchi nel piatto**
- coltivare**
- 36 Cereali  
**L'avena, il cereale tutto da (ri)scoprire**  
*di Iris Fontanari*



17

### Addio ai vecchi sacchetti di plastica dell'ortofrutta

Dal 1° gennaio 2018 arrivano le nuove buste biodegradabili. Una nuova legge per ridurre l'uso dei sacchetti ed evitarne la dispersione nell'ambiente. Ecco cosa cambierà



18

### Spam, phishing e c. Non aprire quel messaggio

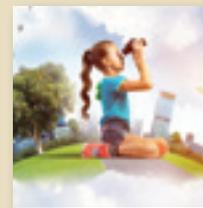
Le truffe informatiche cambiano volto: impariamo a difenderci per tutelare la sicurezza dei nostri "beni digitali" e anche quella del resto delle nostre vite



19

### Pronti per la nuova mobilità

L'Italia ha finalmente una legge sulla ciclabilità, il Trentino una legge sulla mobilità sostenibile. Ora è necessario realizzare quanto previsto, i cittadini sono pronti al cambiamento



21

### Coltivare curiosità e coraggio

Ogni sogno può essere realizzato. L'importante è avere a portata gli strumenti necessari per leggere il mondo in modo consapevole: un compito che spetta ai grandi



**TRACCIABILITÀ TOTALE  
FILIERA DI QUALITÀ**



**UOVA ORIGINE COOP.  
QUALITÀ CHE HA RADICI PROFONDE.**



**TRACCIABILITÀ TOTALE DALL'ALLEVAMENTO ALLA VENDITA.**

Alla Coop la conoscenza dei prodotti ha radici profonde. Le uova Origine Coop sono italiane e provengono da galline allevate a terra senza uso di antibiotici\* e alimentate con mangimi privi di OGM. Con la linea Origine, attraverso il sistema di controllo certificato della filiera di produzione, ti raccontiamo la storia dei nostri prodotti, per garantirti ogni giorno maggiore trasparenza.

\*disponibili due formati a Ottobre 2017

# editoriale

di Giuseppe Ciaghi

## Auguri 2018

**L'**auspicio "Anno nuovo, vita nuova", se da un lato può stimolarci a guardare avanti con buone intenzioni per non ripetere gli errori del passato, nei fatti e nei comportamenti si è quasi sempre rivelato un semplice e vuoto luogo comune. Non è che da un giorno all'altro si cambia stile di vita, così come capitò a Saulo. A noi per farlo occorrono buona volontà, tempo e perseveranza; oltre che convinzione, alcuni obiettivi da raggiungere e un metodo.

Ciò non toglie che non valga la pena di provarci, anche per dare un senso alla nostra vita con alcuni programmi rivolti al singolo e all'impegno sociale, ad agire in campo civile e politico. Quale miglior momento per cominciare se non dall'inizio dell'anno, magari dopo aver dato un'occhiata a quello trascorso?

L'analisi di quanto accaduto nel 2017, eventi non certo incoraggianti, dove i poveri sono diventati ogni giorno più poveri e in numero sempre maggiore e i ricchi sempre più opulenti, arroganti e prepotenti, oltre che guerrafondai, dovrebbe indurci a impostare e orientare i nostri comportamenti secondo quanto suggerito a Roma da Francesco nel giorno dell'Immacolata. Parole sante le sue!

Ha invitato a cercare insieme a lui "anticorpi" per combattere i "virus" che ci affliggono: "L'indifferenza, la maleducazione civica che disprezza il bene comune; la paura del diverso e dello straniero, il conformismo travestito da trasgressione; l'ipocrisia di accusare gli altri mentre si fanno le stesse cose; la rassegnazione al degrado ambientale ed etico, lo sfruttamento di tanti uomini e donne".

Personalmente sono convinto che l'indifferenza (frutto dell'egoismo), che è l'opposto della partecipazione (ovvero apertura all'altro e generosità), sia il male che ha messo in croce e in crisi il nostro movimento e la cultura della cooperazione in questi ultimi tempi.

Ma qui un impegno diverso è possibile, ci può aiutare.

C'è invece un altro aspetto, forse più grave, su cui siamo chiamati a meditare a fondo e a intervenire nel 2018: "la rassegnazione al degrado ambientale ed etico". Denuncia una situazione individuale e una condizione della società al limite dell'irreparabile, un precipitare verso la dissoluzione.

Qui i rimedi dobbiamo cercarli dentro di noi, sperando che non sia ormai troppo tardi. Tanti auguri di buon lavoro.



**DIRETTORE RESPONSABILE**  
Giuseppe Ciaghi

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

Questo numero è stato chiuso  
in tipografia il 12-12-2017  
La tiratura del numero  
di dicembre 2017 di  
"Cooperazione tra Consumatori"  
è stata di 66.274 copie

**RESPONSABILE EDITORIALE**  
Cristina Galassi  
**Per informazioni:**  
tel. 0461 920858  
lunedì-venerdì, ore 9.30-11.30  
cristina.galassi@libero.it

**HANNO COLLABORATO**  
Alberto Conci, Corrado Corradini,  
Silvia De Vogli, Maddalena  
Di Tolla Deflorian, Iris Fontanari,  
Cristina Galassi, Silvia Martinelli,  
Diego Nart, Franco Sandri.

**IMPAGINAZIONE**  
Scripta sc

**EDITORE**  
Sait, Consorzio delle cooperative di  
consumo trentine società cooperativa  
**Per informazioni:**  
ufficio.soci@sait.tn.it  
tel. 0461.808641  
lunedì-venerdì, ore 9.00-12.00

**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



ANNO XXV - GENNAIO 2018  
Mensile della Cooperazione  
di consumo trentina  
casella postale 770 - 38121 Trento  
Aut. Trib. di Trento n. 829 del 6-7-1994

“**M**ia figlia Ilaria – raccontata Rosella – è nata con una tetraparesi spastica 35 anni fa. Ha sempre vissuto con me e mio marito. Dal primo giorno per me è stato naturale occuparmene. Mi accorgo di quante cose faccio solo quando per qualche motivo mi devo assentare e devo organizzare un gruppo di 6-7 persone che si alternano nella giornata per offrirle la cura e il sostegno che richiede ogni sua operazione quotidiana. Da qualche anno mio marito ed io, come molti altri genitori con figli con disabilità, abbia-

fondo sociale etika, costituito grazie alle migliaia di adesioni all’offerta luce e gas promossa dalla cooperazione (**Cooperazione trentina, Cassa centrale Banca, Sait, Consolida e La Rete**) insieme a **Dolomiti energia**. I partner hanno infatti deciso di dedicare il Fondo sociale al bisogno emergente e crescente – il cosiddetto **Dopo di noi** – che interessa migliaia di famiglie e che pur essendo oggi al centro del dibattito pubblico e politico, manca ancora di consolidate metodologie e pratiche.

I progetti, presentati da 4 cooperative sociali (CS4, Eliodoro, Il Bucaneve e La Rete)

passaggio nel giro di un paio di anni dalla residenzialità temporanea alla vera e propria coabitazione.

Analoghi obiettivi hanno il progetto della **cooperativa CS4** che coinvolgerà 8 persone con disabilità psicofisica tra i 20 e i 36 anni e quello della cooperativa **Eliodoro** che verrà proposto invece a giovani e adulti con disabilità tra i 15 e 40 anni e che presume di coinvolgere almeno una decina. Le abitazioni utilizzate sono in parte messe a disposizione dalle stesse cooperative, in altri casi dalle famiglie o dalle strutture pubbliche.

## BILANCIO DEL PRIMO ANNO

# Etika, l’energia che fa bene

I risultati del primo anno di attività, le testimonianze di chi ha promosso e partecipato al progetto, i primi progetti sociali pronti a partire, l’importante ruolo delle Famiglie Cooperative

di **Silvia De Vogli**

mo cominciato ad interrogarci sul nostro e sul suo futuro: cercavamo una strada possibile non solo per alleviare il carico fisico e psicologico della cura che con l’avanzare dell’età non potremo più sostenere, ma soprattutto un modo per soddisfare il bisogno di Ilaria – che definirei normale – di avere una vita autonoma, che non significa solo libertà di muoversi, ma anche ad esempio di poter decidere di invitare a casa sua le amiche per mangiare una pizza senza dover chiedere a noi genitori. Quando il mese scorso è squillato il telefono e ci hanno detto che etika avrebbe sostenuto il progetto di Ilaria mi si è allargato il cuore. Credo che sarà importante non solo per noi e nostra figlia, ma diventerà grazie a etika un esempio possibile per moltissime persone con disabilità e le loro famiglie.”

**Etika è un progetto di Cooperazione Trentina, Cassa Centrale Banca, Sait (Famiglie Cooperative), Consolida e La Rete insieme a Dolomiti Energia**

tutte appartenenti alla rete “Abitare il futuro”, si svilupperanno in diversi territori (Giudicarie, Basso Sarca, Valle dell’Adige e Valsugana) con articolazioni dif-

ferenziate: dai primi passi “fuori casa” al cohousing, dal sostegno alle famiglie alla formazione degli operatori.

Così, se Stefano come Ilaria, al centro dei due progetti della cooperativa **La Rete**, già all’inizio del prossimo anno andranno a vivere in una loro casa insieme ad una persona appositamente formata che ne sosterrà la progressiva autonomia, le 10 persone con disabilità (5 donne di età tra i 20 e i 33 anni e 5 uomini tra i 35 e i 70 anni) cui si rivolge la cooperativa **Il Bucaneve** potranno vivere esperienze “fuori casa” progressivamente più lunghe finalizzate alla costruzione delle condizioni per un

### LA PARTECIPAZIONE DELLE ORGANIZZAZIONI TERRITORIALI

Tutti i percorsi si basano sul principio che non vi possa essere un abitare autodeterminato per le persone con disabilità se non si supera la logica dell’accudimento e le si riconosce protagoniste del proprio progetto di vita.

Le azioni educative messe in campo dalle cooperative per le persone con disabilità sono finalizzate a sostenere l’acquisizione e il potenziamento di abilità propedeutiche alla vita indipendente sia in casa che sul territorio: dalla cura di sé a quella dell’abitazione, dalla sicurezza stradale all’uso delle nuove tecnologie, ecc. **Per questo verranno coinvolte diverse organizzazioni territoriali: dai vigili del fuoco all’azienda sanitaria, dagli alpini e la Proloco.**

Ma poiché una casa è tale solo se diventa luogo da cui si generano legami significativi che danno senso alla quotidianità, le per-



## LA COOPERAZIONE CON LA COMUNITÀ

### La collaborazione tra la cooperazione e la comunità genera risparmio, solidarietà e tutela dell'ambiente (e molti valori aggiunti)

A distanza di circa un anno dalla sua nascita (dicembre 2016) Etika ha presentato ufficialmente i risultati del progetto: 24mila contratti sottoscritti, 1.160.000 euro risparmiati dalle famiglie che hanno scelto questo contratto, 240mila euro consegnati al Fondo solidale, 3100 tonnellate di CO<sub>2</sub> evitate (pari all'assorbimento svolto da 620 ettari di bosco), grazie alla produzione di energia elettrica con fonti rinnovabili.

**È un bilancio che testimonia con i fatti come la Cooperazione possa attivare gli interessi della comunità, coinvolgerli in un progetto e rispondere in questo modo a bisogni diversi, creando valore aggiunto per tutti.**

Etika è infatti l'esempio di un nuovo modo di collaborare tra la Cooperazione (intesa sia come "modello" per risolvere insieme un problema che da soli sarebbe di difficile soluzione, sia come "organizzazione esistente" che rende possibile il passaggio dalla dichiarazione di un obiettivo alla sua realizzazione concreta) e la comunità nelle sue diverse espressioni (che riconosce questo valore aggiunto nella Costituzione, di cui in questo 2018 celebriamo i 70 anni). Cooperando ciascuno va oltre sé



stesso, e poiché lo fa all'interno di una organizzazione strutturata (la cooperativa/la Cooperazione) nella quale i comportamenti sono moltiplicati, si generano allo stesso tempo utilità (servizio e risparmio) e benessere (parte del risparmio che diventa un servizio sociale che altrimenti non ci sarebbe).

**Etika è un progetto che nasce dai bisogni della comunità (economici, sociali ambientali) e che attraverso la Cooperazione, il suo essere costituita dalla comunità stessa, la sua capillare presenza nella comunità, si è realizzato a tutto favore della comunità, grazie alla valorizzazione delle risorse che ogni soggetto della comunità ha potuto mettere a disposizione, con un effetto di moltiplicazione delle risorse**

(ad esempio, anche tutti coloro che contribuiranno alla realizzazione dei nuovi modelli di "abitare" delle persone con disabilità). I risultati lo testimoniano: Etika, nata per assicurare risparmio alle famiglie nella bolletta energetica, ha fatto davvero risparmiare in un anno 1.160.000 euro a

24mila famiglie; voluta per affrontare un problema sociale come quello del "Dopo di noi" (ovvero sostegno alle famiglie con persone con disabilità) in un anno ha potuto consegnare 240mila euro alle organizzazioni che aiutano queste famiglie; progettata per tutelare l'ambiente (che è di tutti) con consumi più sostenibili, ha effettivamente evitato l'immissione in atmosfera di 3100 tonnellate di CO<sub>2</sub>.

**A tutto questo vanno sommati almeno due valori aggiunti:** la possibilità per ogni famiglia, di ogni cittadino, di sentirsi partecipe della costruzione del benessere ambientale e sociale collettivo, e l'avvio di un nuovo modo di considerare le persone con disabilità, come cittadini capaci di contribuire alla vita comunitaria. (c. galassi)

sonne con disabilità saranno aiutate a tessere relazioni con chi vive nello stesso condominio, nel quartiere, nel paese.

Protagoniste accanto alle persone con disabilità sono le loro famiglie cui saranno rivolti percorsi che li aiutino ad affrontare temi delicati quali la paura del distacco, l'elaborazione di soluzioni abitative alternative alla famiglia, il riconoscimento dei desideri e del diritto di autodeterminazione dei loro figli.

#### IL COMITATO SCIENTIFICO

I progetti sono stati valutati dal comitato scientifico di etika composto dal pedagogista **Piergiorgio Reggio** (docente nelle Università cattolica di Milano e Brescia e in quella di Trento e presidente della Fon-



dazione Demarchi) e il sociologo **Carlo Francescutti** (dirigente il Servizio di Integrazione Lavorativa dell'Azienda per l'Assistenza Sanitaria di Pordenone e già coordinatore scientifico dell'Osservatorio nazionale sulla disabilità). In questo primo anno di etika il Comitato

*"Tutto questo – sottolinea Ceschi, direttore della Federazione trentina della cooperazione – è stato possibile grazie ad un intenso lavoro di collaborazione tra diverse organizzazioni della cooperazione che ha coinvolto anche un'importante impresa profit; un metodo che ci auspichiamo diventi modello per il futuro".*

ha elaborato prima un manifesto culturale sull'abitare sociale, quindi ha definito delle linee progettuali per poi costruire un bando che in linea con le più recenti metodologie applicate a livello nazionale (in particolare da alcune fondazioni) non si limita a definire i criteri di valutazione ma sostiene e orienta nel tempo i progetti. Questo lavoro del Comitato permetterà insieme alle 7 cooperative della rete "Abitare il futuro" cui è inizialmente riservato il finanziamento, la costruzione

di un know how da condividere con tutti gli attori del territorio che il prossimo anno





vorranno partecipare a etika o che sono comunque impegnati nelle iniziative a favore delle persone con disabilità.

**UN FONDAMENTALE CAMBIO DI PASSO**

“Abbiamo chiesto alle cooperative – spiega Francescutti - di **sviluppare un progetto partendo dall’idea che sia necessario e possibile, innanzitutto, trasformare l’immagine delle persone con disabilità da persone dipendenti, da assistere, disegnate ancora nei media come pesi o zavorre, a cittadini capaci di contribuire alla vita comunitaria.** L’abitare che abbiamo proposto non semplicemente una vita indipendente intesa come il distacco dalla famiglia e il vivere da soli, ma processo attraverso il quale si riorienta complementaneamente la vita delle persone con disabilità dai servizi di protezione e assistenza ad un si-

stema che ne sostiene la partecipazione alla vita di comunità alla pari con le altre persone e che quindi comprende le relazioni nel paese o nel quartiere, il lavoro, la capacità di muoversi ...”

“In tutti i progetti - spiega Reggio - abbiamo colto un impegno forte e significativo per la realizzazione di **iniziative che segnino un cambio di passo rispetto ai modelli di servizi residenziali ancora oggi dominanti.** Servizi certamente importanti ma la sfida che si vuole affrontare e quella di percorrere strade diverse da quelle fino ad ora sperimentate. Ci è risultata evidente la diversità di esperienze e maturità delle proposte, ma che è pienamente comprensibile in un territorio comunque vasto e variegato come quello trentino. Abbiamo quindi scelto di incoraggiare tutti i soggetti a proseguire nel loro lavoro riconoscendo complessivamente 80.000 euro. Il finanziamento di alcune iniziative è stato infatti per ora limitato all’avvio con l’indicazione di ac-

corgimenti da apportarne per le fasi successive per segnare una più netta discontinuità rispetto alle pratiche in atto.”

**UN MODELLO PER IL FUTURO**

Etika ha raccolto 240.00 euro grazie ad un’inaspettata adesione di migliaia di soci e clienti delle Casse rurali Trentine e delle Famiglie cooperative. Ad un anno di distanza dal lancio dell’offerta luce e gas sono infatti ben 24 mila i contratti sottoscritti (la previsione dei partner era 10 mila nei primi 12 mesi) per ognuno dei quali Dolomiti Energia ha versato 10 euro al progetto solidale etika.

Al successo ha certamente contribuito il risparmio economico molto rilevante che etika offre alle famiglie su beni essenziali per la qualità della vita come sono l’energia e il gas, ma anche il fatto che **questa scelta permette loro di partecipare al benessere della propria comunità sia sotto il profilo ambientale che quello sociale.**

**PREMIATE LE RESPONSABILI DELLE FAMIGLIE COOPERATIVE CHE HANNO RACCOLTO PIÙ ADESIONI**  
**La fiducia delle persone nelle Famiglie Cooperative**

Al successo di etika hanno contribuito in modo rilevante i punti vendita delle Famiglie Cooperative aderenti al consorzio SAIT. Andando a fare la spesa, grazie agli operatori e al team di **etika easy** - a cui collaborano anche persone con disabilità - l’adesione è facile, in sole tre mosse: occorre infatti verificare di avere con sé la Carta In Cooperazione e quindi il codice socio riportato sul retro; compilare un semplice modulo di preadesione con pochi dati e consegnarlo alla cassa. Un sms oppure una mail avviserà il cliente che i contratti luce e gas sono pronti in negozio per essere firmati. Il codice che serve per la sottoscrizione del contratto è possibile riceverlo per i soci e i clienti di Casse Rurali Trentine anche online, sul sito [www.etika.casserurali.it](http://www.etika.casserurali.it).

Il grande lavoro di semplificazione delle procedure ha portato a risultati inaspettati



**LE DONNE PRIME IN CLASSIFICA**  
In questa foto: il momento della premiazione delle responsabili delle Famiglie Cooperative che hanno raccolto più adesioni a Etika

(24.000 adesioni rispetto a 10.000 stimati all’inizio del progetto) ma a contribuire al buon esito è stata anche **la fiducia che si crea tra**

**cliente e operatore dei punti vendita, soprattutto in alcune zone del Trentino dove il momento della spesa diventa anche un’occasione di relazione: lo**

dimostra ad esempio il fatto che la **Famiglia Cooperativa di VALDA** è al primo posto per il **numero di contratti** sottoscritti in rapporto ai soci attivi del punto vendita e per le attività di **promozione** etika nel primo anno. Al secondo la **Famiglia Cooperativa CASTELLO TESINO** e a seguire quella di **PEDERSANO**. A loro il consorzio SAIT e etika hanno assegnato un premio di 1.000 euro da detrarre in bolletta. Una menzione speciale per

il maggiore numero di contratti va alla **Famiglia Cooperativa VALLAGARINA** che ha ricevuto per ognuno dei suoi dipendenti un ingresso gratuito valido per due persone a Dolomiti Hydrotour, il viaggio nelle centrali idroelettriche del Trentino (progetto del Gruppo Dolomiti Energia).

info  
[www.etikaenergia.it](http://www.etikaenergia.it)

## I numeri di etika

24.000 i contratti raccolti. 240.000 euro al Fondo solidale. 3.100 tonnellate di CO<sub>2</sub> evitate fino ad oggi (pari all'assorbimento svolto da 620 ettari di bosco) grazie alla produzione di energia elettrica utilizzando fonti rinnovabili. Con le attuali condizioni economiche di fornitura, per una famiglia media che consuma 2.700 kWh il risparmio è di circa 40 euro per il primo anno. Sul fronte gas con un consumo 1.400 mc di gas, il risparmio è di circa 60 euro il primo anno. Considerando che i contratti etika luce sono circa 14.000 e quelli etika gas circa 10.000, il risparmio complessivo nel corso del primo anno di fornitura generato per le famiglie che hanno aderito ad etika è di circa 1.160.000 euro.

etika propone un nuovo modello di consumo che non contrappone le scelte etiche a quelli individuali, ma al contrario coniuga la soddisfazione dell'interesse personale con la possibilità di partecipare alla costruzione del benessere ambientale e sociale collettivo.

“Tutto questo – sottolinea **Alessandro Ceschi, direttore della Federazione trentina della cooperazione** - è stato possibile grazie ad un intenso lavoro di collaborazione e scambio tra diverse organizzazioni della cooperazione che ha coinvolto anche un'importante impresa profit; un metodo che ci auspichiamo diventi modello per il futuro”.

## “UN MORSO, UN SORSO DI SOLIDARIETÀ” 2017

### Generosità per Anffas

Quasi 18mila euro raccolti nella giornata di venerdì 17 novembre: grazie a tutti per la consueta generosità

Quasi 18mila euro raccolti nella giornata di venerdì 17 novembre in occasione di “Un morso, un sorso di solidarietà”, l’iniziativa di solidarietà della Cooperazione di Consumo Trentina a favore di Anffas Trentino Onlus. In 21 negozi della Cooperazione di Consumo Trentina tante persone hanno scelto con generosità di fare una offerta in cambio di un sacchetto con biscotti Prada, marmellate Menz & Gasser e succo di Mela Bio Melchiori. A curare l’iniziativa, anche nei negozi, i volontari-familiari e il personale in aiuto agli stessi allievi ed ospiti delle strutture di Anffas Trentino Onlus.

La somma raccolta confluirà nel fondo Anffas Oggi, destinato all’acquisto di attrezzature automezzi e materiali didattici per i centri diurni e residenziali di Anffas.

“Un morso, un sorso di solidarietà” ha raccolto in dodici edizioni quasi 168mila euro.

La Cooperazione di Consumo Trentina sostiene Anffas Trentino anche attraverso la raccolta punti **SocioSi**: grazie a quanto



ricevuto nel primo anno di questa iniziativa, Anffas Trentino ha potuto dare il via ad Aldeno ad un importante progetto finalizzato allo sviluppo dell’autonomia dei giovani che assiste.

## I risultati delle Colletta Alimentare 2017

### Grazie a tutti, ancora una volta

Grazie a tutti i donatori, ai tantissimi volontari, ai responsabili dei negozi che insieme hanno reso possibile una importante azione di solidarietà

Per la ventunesima edizione della Giornata Nazionale Colletta Alimentare, sabato 25 novembre, nei 501 supermercati coinvolti in tutto il Trentino Alto Adige sono stati raccolte quasi 270 tonnellate di prodotti a lunga conservazione, l’1,2% in più dello scorso anno.

Quanto raccolto nella nostra regione con la Colletta alimentare di sabato, aggiungendosi alla raccolta di prodotti che si svolge lungo tutto l’anno, permetterà di rispondere al bisogno concreto di quasi 20.000 indigenti. A prelevare e a consegnare nei territori delle province di Trento e di Bolzano il cibo immagazzinato sabato 25 novembre nel grande capannone dell’interporto a Trento nord, nel nuovo magazzino di Bolzano e in altre realtà periferiche



a Rovereto e Arco, sarà una rete di 140 strutture caritative convenzionate con il Banco Alimentare del Trentino Alto Adige. Il ringraziamento particolare va agli oltre 5000 volontari delle associazioni convenzionate coinvolte nella Colletta in Trentino Alto Adige e alle migliaia di persone che hanno fatto generosamente la spesa per la Colletta Alimentare.



## La raccolta punti con Carta In Cooperazione SocioSi, ultime settimane

C'è tempo fino al 30 gennaio 2018 per continuare a collezionare i punti di SocioSi con la tua Carta In Cooperazione; il trasferimento dei punti da una Carta In Cooperazione ad un'altra può essere eseguito entro il 24 gennaio 2018 (massimo 3 Carte In Cooperazione, con un minimo di 100 punti), mentre i punti raccolti possono essere utilizzati nel modo preferito (premi, buoni sconto, solidarietà) fino al 31 gennaio 2018. Il 1° febbraio 2018 tutti i punti verranno azzerati.

### ENTRO IL 24 GENNAIO 2018 TRASFERIMENTO PUNTI

Puoi richiedere lo spostamento di punti da una carta fedeltà ad un'altra per un massimo di 3 carte In Cooperazione, con un minimo di 100 punti

### ENTRO IL 31 GENNAIO 2018 UTILIZZO PUNTI

Rivolgiti presso uno dei punti vendita aderenti e richiedi il tuo premio preferito

### DAL 1° FEBBRAIO 2018

I punti non utilizzati verranno azzerati



**D**ai primi di dicembre al Superstore Coop di Rovereto si può sperimentare un modo davvero diverso di fare la spesa, perché dopo la sua ristrutturazione, durata qualche settimana, questo grande supermercato (3300 mq) si è trasformato in qualcosa di unico nel panorama trentino.

Le tante differenze rispetto a prima si colgono fin dall'ingresso e spingendo lo sguardo verso gli spazi interni, organizzati per essere per essere aperti, con l'aspetto complessivo più simile ad un mercato che al supermercato tradizionale cui siamo abituati (costituito perlopiù da lunghi corridoi).

Il Superstore Coop di Rovereto è ora molto accogliente, qualcosa di più di un supermer-

## REPARTI MOLTO INNOVATIVI

Il primo, quello che dà il benvenuto nel supermercato, è **BUONA PAUSA**, dove si trovano piatti caldi e freddi preparati al momento, pizze, panini, brioches e croissant, da portar via o consumare al momento, negli ampi spazi con tavolini e sedute perfetti per la colazione, la pausa pranzo, l'aperitivo con amici e colleghi.

Nuovissima anche **L'ISOLA DELL'ORTO E SALAD BAR**, che offre un ricco assortimento di frutta e verdura di stagione di alta qualità, anche già pronta sotto forma di macedonie, insalate e centrifugati, pronti da consumare o portar via.

Poi il **SUSHI TAKE**, dove è possibile assaggiare e acquistare il vero sushi giappo-

## COOP SUPERSTORE DI ROVERETO

# Il Superstore è tutto nuovo

**Più spazio, specializzato, a tutto ciò che è alimentare. Una ristorazione veloce, ma di qualità, che mette in primo piano la freschezza della materia prima, in uno spazio accogliente e piacevole. Il Superstore di Rovereto non è più solamente un supermercato, ma una nuova esperienza di spesa quotidiana**

cato, uno spazio da vivere e dove è possibile scegliere tra servizi diversi: si fa la spesa, ma si può anche fare colazione, pranzare o fare uno spuntino, o ritrovarsi per un aperitivo.

La ristrutturazione di questo Superstore è infatti stata progettata in base alle nuove richieste ed esigenze dei consumatori, ai nuovi bisogni emergenti.

Sono nati così reparti molto innovativi che pongono in primo piano i prodotti alimentari, che si distinguono per qualità e freschezza ed hanno un alto contenuto in termini di servizio.

nese preparato al momento, con materie prime scelte, provenienti da una pesca sostenibile.

Infine, lo spazio dedicato ai **PRODOTTI DEL TERRITORIO**, con le eccellenze alimentari del Trentino Alto Adige e al meglio dei prodotti tipici italiani.

Tra le novità più importanti c'è anche **COOP SALUTE**, l'area salute e benessere con farmaci da banco, parafarmaci e articoli di sanitarie e un'ampia scelta di prodotti senza glutine, prodotti bio, per vegani e vegetariani.





### COME È NATO IL PROGETTO

“Questo negozio aveva bisogno di essere rinfrescato, – ha osservato Luca Picciarelli, direttore di Sait – la città di Rovereto è importante per noi e il centro commerciale Millennium altrettanto. Alla città e al centro commerciale mancava una locomotiva alimentare di livello, per questo abbiamo deciso questo investimento”.

“Siamo fortunatamente inseriti in un conte-

sto, come quello di Coop, che è decisamente vocato all’ascolto dei clienti, – spiega Picciarelli – per cui bisogni emergenti e segnalazioni dei clienti ci hanno orientato verso questo tipo di ristrutturazione; abbiamo scelto di focalizzarci sull’offerta di prodotti alimentari, restringendo il settore dell’extralimentare, proprio per dare risposte alle richieste che abbiamo ricevuto, ma in più abbiamo sviluppato all’interno di questo punto vendita

molti reparti decisamente innovativi”.

“La ristorazione – aggiunge Picciarelli – è una delle grandi richieste che avevamo ricevuto dai nostri clienti. I soci consumatori potranno trovare all’interno di questo punto vendita una offerta pronta per ogni momento della giornata, a tutte le ore”.

Anche quello dei bisogni emergenti, della richiesta di assortimenti qualificato di prodotti biologici, vegani, senza glutine, è un aspetto che ha trovato la sua risposta nella ristrutturazione di questo negozio: “Il corner salute c’era già, – spiega Picciarelli – ma è stato molto ampliato ed ora aggrega farmaci e parafarmaci ai prodotti alimentari per bisogni emergenti, quindi linee di prodotti biologici, per vegani e per celiaci.”

Rovereto è città leader “per i metri quadrati di superficie pro capite della grande distribuzione, con 495 metri quadrati ogni mille abitanti – ha aggiunto Picciarelli – Il doppio della Toscana e un terzo in più della Lombardia”. “Per noi la concorrenza è uno stimolo, soprattutto quando arrivano concorrenti bravi – ha spiegato Picciarelli – Non siamo preoccupati, siamo stimolati. Questo nuovo Superstore, con tutti i suoi reparti molto innovativi, crea una offerta differenziante presso il consumatore, un motivo in più per scegliere noi, e rappresenta una risposta alla nuova concorrenza in arrivo”.

Coop Superstore di Rovereto (inaugurato nel 2004, cioè due dopo il Superstore di Trento) rientra nella società Trento Sviluppo, la cui direzione operativa è in capo a Roberto Napoli; i collaboratori sono 93. L’investimento nel nuovo Coop Superstore di Rovereto è stato di poco inferiore ai due milioni di euro. (c.g.)



**Alcune immagini del nuovo Superstore di Rovereto: l’area “Buona pausa”, la “Salad bar” con insalate fresche e centrifugati, le piccole isole-frigo dedicate ad esempio alla carne.**

fiorfiore 



Il Meglio della Cultura Gastronomica

DA UNA LENTA AFFUMICATURA NASCE SOLO IL FIORFIORE.



CON FIORFIORE COOP COGLI IL MEGLIO DELLA CULTURA GASTRONOMICA.

Gli affumicati di pesce fiorfiore Coop ti offrono solo il meglio del mare e il gusto della lavorazione tradizionale. Grazie a una salatura a secco e a una lenta affumicatura a legna, puoi provare ogni giorno un sapore e un profumo inconfondibili, senza aromi né additivi. E per concederti un'esperienza di gusto unica quando vuoi, la linea fiorfiore porta in tavola tanti sapori frutto di un'attenta ricerca delle materie prime migliori, del recupero della tradizione ma anche di ricette originali. Fiorfiore Coop, l'eccellenza al giusto prezzo ogni giorno.



LA **coop** SEI TU.



## Famiglia Cooperativa Alta Valsugana **Caldonazzo biologico**

**Completamente rinnovato, il supermercato di Caldonazzo offre ora un assortimento di prodotti alimentari biologici (sia freschi, sia confezionati, sia surgelati) veramente completo**

**P**rocede il progetto di miglioramento dei servizi che la Famiglia Cooperativa Alta Valsugana ha avviato da qualche tempo: dopo il negozio di Barco è stato infatti rinnovato da alcune settimane il negozio-sede di Caldonazzo. Quello di Caldonazzo (a insegna Coop Trentino), con i suoi circa 900 mq di superficie, è il più grande della Famiglia Cooperativa Alta Valsugana e si caratterizza da decenni per il suo assortimento di prodotti biologici, tanto da essere diventato per molti un vero punto di riferimento.

### **TANTE NOVITÀ BIOLOGICHE**

Questa caratterizzazione ha spinto la Famiglia Cooperativa a migliorare ancora la scelta offerta nei prodotti biologici. In particolare è da segnalare **l'introduzione dello spazio dedicato alla frutta e alla verdura sfusa biologica** (a libero servizio e anche con forniture di produttori locali); è stato ampliato l'assortimento complessivo di



tutte le aree merceologiche e soprattutto **dei latticini, delle carni e dei surgelati biologici.**

Il risultato è che ora in questo supermercato è possibile fare una spesa biologica veramente completa di tutto, e non solo nel reparto alimentare, perché ampio e aggiornato è anche il settore dove si trovano **i detersivi ecologici, i pannolini ecologici per bambini, i prodotti cosmetici e per il benessere di tutta la famiglia. È stato inoltre notevolmente sviluppato inoltre l'assortimento dei prodotti vegani.**

**In queste foto:  
l'ingresso del supermercato di Caldonazzo e una delle nuove aree dedicate al biologico, con la frutta e la verdura e i latticini**

### **PIÙ SPAZIOSO E ACCOGLIENTE**

L'intervento di rinnovamento riguarda però l'intero negozio, che ora appare più spazioso, ordinato e accogliente, fin dall'ingresso dove, novità, è stata sistemata una **macchina del caffè**, che rende ancor di più la Famiglia Cooperativa un piacevole luogo d'incontro. Nuovi appaiono anche i percorsi all'interno del punto vendita, e gli spazi dove sono poste in primo piano le offerte del momento; rinnovata l'illuminazione, con lampade a led, a risparmio energetico, come alcuni nuovi frigoriferi.

Ma le novità non riguardano solamente le strutture e gli arredi, poiché tutti gli assortimenti del negozio – non solo quelli dei prodotti biologici – sono stati rivisti, aggiornati e integrati, per rispondere meglio alle esigenze che cambiano.

### **IL PROSSIMO: LEVICO TERME**

In primavera inoltrata sarà un altro importante negozio della Famiglia Cooperativa ad essere ristrutturato, quello di Levico Terme in via Casotte (450 mq, anche questo con insegna Coop Trentino).

Oltre a quello di via Casotte la Famiglia Cooperativa Alta Valsugana ha un negozio a Levico Terme anche in via Regia, e a Selva di Levico, a Centa San Nicolò, a Calceranica e a Barco; in questi sette negozi lavorano 56 persone, alle quali se ne ag-

giungono altre 7 durante la stagione estiva; il direttore è Giuseppe Mattedi, il presidente, riconfermato durante l'assemblea dello scorso 5 maggio, è Giorgio Paternolli. I soci della Famiglia Cooperativa Alta Valsugana sono 3200. (c.g.)

**N**on era difficile immaginarlo, ma ora c'è anche una ricerca a metterlo nero su bianco: un po' della immensa quantità di plastica che produciamo (300 milioni di tonnellate annue, di cui una decina di milioni finiscono in mare...) ce la beviamo pure. Nell'acqua del bicchiere ci sono microplastiche invisibili ai nostri occhi. Ovvero microscopici frammenti più piccoli di un paio di



## "POLVERI SOTTILI" DISCIOLTE NELL'ACQUA CHE BEVIAMO

# Un mondo di microplastica

Ingeriamo le minuscole particelle attraverso la catena alimentare, ma ce le ritroviamo anche nell'acqua potabile. Uno studio americano rivela che l'83% di quella che esce dai rubinetti del pianeta è contaminata. Le risposte al problema? Dal riciclo all'uso della bioplastica

di **Claudio Strano**

millimetri – in gran parte prodotti delle microfibre sintetiche con le quali ci vestiamo e dello sbriciolamento dei materiali plastici più grossi – che sgorgano dai rubinetti e non solo di una parte, ma di tutto il pianeta. Si potrebbe dire in maniera “democratica”, cioè senza distinzioni tra Nord e Sud del mondo né sulla base delle fasce di reddito, con effetti per la salute umana non ancora ben noti e sui quali sta indagando, tra gli altri, l'Efsa, l'Autorità europea per la sicurezza alimentare. Anche in questo caso non è difficile immaginare che la plastica disciolta nell'acqua non ci renderà più resistenti, anzi.

La ricerca, va subito detto, è stata condotta da **Orb Media**, una organizzazione non profit di Washington che ha lavorato con le università di New York e del Minnesota, e poi condivisa con *Il Guardian*. Ha fatto molto clamore ma non è definitiva e alcuni, come **Luca Lucentini**, direttore reparto qualità dell'acqua dell'Istituto superiore della sanità, avanzano dubbi sul metodo di rilevamento e sulla quantità dei campioni esaminati, «troppo esigua per essere pregnante sul piano scientifico».

*“Invisibles: the plastic inside us”* – questo il titolo – è però la prima indagine internazionale ad evidenziare la contaminazione

dell'acqua potabile da parte di microplastiche, che sono per definizione comprese tra il mezzo centimetro e gli 0,1 micrometri, cioè circa 100 volte più piccole di un capello umano. Finora gli studi si erano incentrati sull'impatto di questi derivati del petrolio sulla biodiversità marina e sulla trasmissione lungo la catena alimentare fino all'uomo. Per **Muhammad Yunus**, premio Nobel per la pace 2006, sapere che beviamo fibre di plastica non è creare allarmismi ma «una notizia che dovrebbe scuoterci».

### UN ECOSISTEMA "IMPOLVERATO"

I 159 campioni idrici esaminati, provenienti da 14 diversi paesi del globo, erano da mezzo litro. L'83% mediamente è risultato contaminato con punte più alte negli Stati Uniti (94%) seguiti da Libano e

India, e il tasso più basso in Europa (72% dei casi). Persino l'acqua dell'Agenzia per la protezione dell'ambiente, ironia della sorte, o del Campidoglio, a New York, non sono risultati immuni da microfibre. La distribuzione risulta abbastanza uniforme sulla rete idrica del globo, il che fa pensare all'aria come al principale veicolo di propagazione delle “polveri” di polimeri, che una volta abbattute al suolo s'infiltrano nelle falde acquifere. Non a caso né

le sorgenti naturali di Beirut né i pozzi di approvvigionamento dell'Indonesia sono risultati al riparo dal problema. Idem per l'acqua minerale in bottiglia, o almeno per quella testata negli Usa con esito positivo ai controlli.

Un paio d'anni fa da una ricerca francese sono arrivate le prime conferme all'ipotesi che sia l'aria ad essere contaminata dalle microplastiche che vengono, dunque, probabilmente bevute ma anche respirate da tutti noi. Il condizionale è d'obbligo poiché gli studi sono recenti e in fase di sviluppo, ma la logica appare stringente.

Tra i punti ancora da chiarire, quello delle dimensioni delle polveri chimiche che finora sono identificabili fino al micrometro (millesimo di millimetro). «Ma è possibile che ve ne siano di molto più piccole di quelle conosciute, – spiega **Anne Marie Mahon**, del Galway-Mayo Institute of Technology irlandese – in grado di penetrare nelle cellule e di conseguenza negli organi con effetti molto preoccupanti».

Si parla in questi casi di **nanoparticelle**, fino a 80mila volte più sottili di un capello, originate da una ulteriore degradazione delle microplastiche. Della loro presenza in tutto ciò che assumiamo non abbiamo dati certi. Ma, come per l'inquinamento urbano, sappiamo che tali “nubi invisibili” trasportano agenti patogeni e sostanze chimiche, oltre a contenerle, che poi rilascia-



no negli organismi viventi o che vanno ad annidarsi in prodotti alimentari come, birra, miele o sale da cucina, dove sono stati individuati da altri studi questa volta tedeschi.

**Elevate concentrazioni si misurano soprattutto nei pesci.** Ma a quale livello di rischio ci si espone consumando prodotti ittici? Sul sito dell'Efsa **Peter Hollman**, professore associato di nutrizione e salute presso l'Università di Wageningen, nei Paesi Bassi, osserva che «poiché le microplastiche sono presenti per lo più nello stomaco e nell'intestino, che di solito vengono eliminati, i consumatori non ne risultano esposti. Tuttavia, nel caso dei crostacei e dei molluschi bivalvi, come le ostriche e le cozze, il

**diffusione dei piccoli granuli portano alle fibre sintetiche dei vestiti "stretch", ai tessuti pile e acrilici e ai tappeti sottoposti a lavaggio.** Attraverso gli scarichi delle lavatrici e delle asciugatrici si metterebbe in circolo una sorta di colorata "via lattea" delle microplastiche. Un dato per tutti ce lo fornisce l'università di Plymouth, secondo la quale gli indumenti sintetici rilasciano fino a 700mila fibre a lavaggio, di cui gli impianti di depurazione degli Stati Uniti riescono ad intercettare poco più della metà.

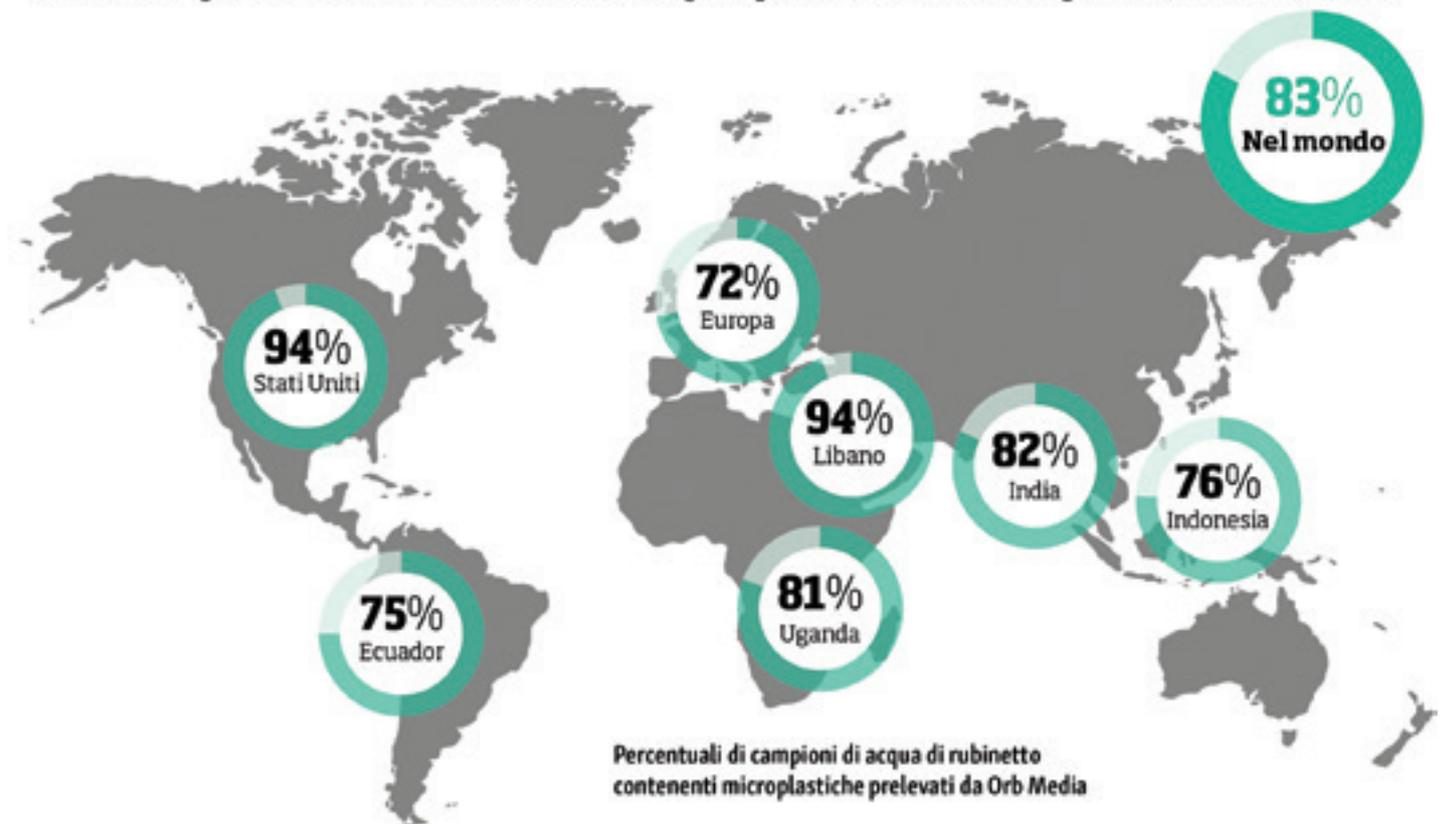
di pezzi di plastica che vagano per gli oceani, raggruppati il "Great Pacific Garbage Patch", tra le Hawaii e la California.

Ma limitandoci alle microplastiche, è il **Mediterraneo il vero grande malato.** «Per la prima volta abbiamo individuato i polimeri che costituiscono la microplastica galleggiante in mare e la loro distribuzione», spiegava poco tempo fa **Stefano Aliani** dell'Isma-

Cnr. La più alta concentrazione si trova nel Mediterraneo occidentale, con l'arcipelago toscano in maglia nera. «Solo nel tratto di

*"La plastica invisibile dentro di noi" è il primo dossier internazionale a sollevare il problema*

## Fibre di plastica ritrovate nell'acqua potabile in vari paesi del mondo



tratto digestivo viene consumato, per cui si ha una certa esposizione».

### TRA LA "VIA LATTEA" E IL MARE

Resta da capire da dove provengono le particelle ritrovate nell'acqua e come ridurre la plastica (vedi box). Che ovviamente non va demonizzata essendo presente in quasi tutte le attività umane, dai salvagenti agli strumenti biomedicali ai telefonini e ai computer, ma va messa al centro di scelte virtuose. Come quella che fece **Coop** nel 2009 non vendendo più sacchetti alle casse se non riutilizzabili, in anticipo sulla normativa del 2011.

**I maggiori indizi, tuttavia, per la rapida**

**Altro settore sotto accusa è la cosmetica.** Per la messa al bando delle microplastiche in detersivi, dentifrici, creme solari e da viso (nelle etichette gli acronimi sono Pe, Pp, Pet, Pmma più il nylon) c'è una proposta di legge già licenziata alla Camera un anno fa, per la cui approvazione un cartello ambientalista ha lanciato l'appello **#Faida-Filtro**. I microgranuli finiscono poi dai lavandini nei fiumi che li trasportano a valle. E qui il discorso si allarga alle "zuppe galleggianti", ampiamente censite in mari e oceani, dove si trova un po' di tutto: buste, flaconi, bottiglie, abiti fino appunto alle microsfere. Sono stati calcolati più di 5 trilioni

di pezzi di plastica che vagano per gli oceani, raggruppati il "Great Pacific Garbage Patch", tra le Hawaii e la California. Ma limitandoci alle microplastiche, è il Mediterraneo il vero grande malato. «Per la prima volta abbiamo individuato i polimeri che costituiscono la microplastica galleggiante in mare e la loro distribuzione», spiegava poco tempo fa Stefano Aliani dell'Isma-Cnr. La più alta concentrazione si trova nel Mediterraneo occidentale, con l'arcipelago toscano in maglia nera. «Solo nel tratto di

## La plastica ci invade? Raccogliamola

di Luca Mercalli, presidente Società Meteorologica Italiana

La plastica è forse il prodotto più rappresentativo dell'Antropocene, la nuova epoca geologica segnata dalla profonda alterazione dell'ambiente terrestre da parte dell'uomo. L'abbiamo inventata noi - o meglio, le abbiamo



inventate, visto che ce ne sono di molti tipi - da circa un secolo, ma è negli ultimi cinquant'anni che il loro uso è diventato onnipresente, e con esso pure l'inquinamento di terre e acque.

**Le plastiche non sono biodegradabili**, si accumulano nell'ambiente, **eventualmente si rompono in pezzetti sempre più piccoli, impercettibili per la nostra vista, ma chimicamente sempre presenti**. Talora sono tossiche, o liberano additivi come gli **interferenti endocrini**, che poi entrano nella catena alimentare a partire dal plancton oceanico fino al nostro piatto e al nostro sangue. Viviamo in un mondo di plastica: compongo queste parole su una tastiera di plastica, poi vedo l'isolante dei cavi elettrici, le penne per scrivere, l'imbottitura della sedia, l'abito

di fibre sintetiche che indosso.

E questo a meno di un metro da me, e se ampio lo sguardo non basta un'enciclopedia per elencare tutto. Ovviamente si tratta di materiali fantastici e a basso

costo, che hanno permesso di fare cose incredibilmente utili e comode in ogni campo. Ma proprio il basso costo e la pervasività ne hanno agevolato la dispersione: esco di casa, per strada trovo una bottiglietta dell'acqua in Pet (polietilene tereftalato), un cartoccio di succo di frutta con cannuccia, un sacchetto della spesa, un imballo per affettati. Smuovo della terra ed esce un vecchio flacone di detersivo e un pezzo di tubo in Pvc: sono sottoterra da decenni, intatti, ci staranno per millenni. E mentre voi leggete, nel mondo **miliardi di altri oggetti di plastica** sono distrattamente caduti dalla mano di qualcuno o buttati consapevolmente da un camion in una discarica non controllata. Il vento porterà via quelli più leggeri che si impiglieranno tra i rami

degli alberi, si mischieranno con le foglie secche, i vecchi copertoni rotoleranno lungo qualche scarpata e si copriranno di terra, e ogni altro oggetto grande o piccolo trasportato dai fiumi finirà in mare.

**Un disastro che si ingigantisce ogni giorno** e che diventerà sempre più difficile da bonificare per i nostri figli e nipoti. Cosa fare? Prima di tutto bisognerebbe mettere uno stop rapido e globale a questo troppo disinvolto spargimento di plastiche: **una tassa a cauzione su tutti gli oggetti e gli imballi, che favorisca la riconsegna a punti di raccolta capillari sul territorio** invece che l'abbandono, almeno non incrementeremmo la dimensione del problema.

Poi bisognerebbe raccogliere quello che in quasi un secolo abbiamo sparso ovunque. Difficile farlo nell'immensità degli oceani (si favoleggia di macchine miracolose per ripulire le acque, dimenticando che richiedono anch'esse energia e materie prime e non sono bacchette magiche), ma almeno sulle terre emerse, sotto casa nostra, sarebbe facile **riavvolgere il nastro dell'ignoranza**: ci sono più di sette miliardi e mezzo di mani che hanno buttato, si pieghino a raccogliere ogni giorno un rifiuto e lo differenzino con cura, il risultato sarebbe molto più evidente che mille inutili parole.

## LE STRADE MAESTRE PER UN MONDO PIÙ PULITO Cultura del riciclo e innovazione

Uno dei modi più efficaci per ridurre l'inquinamento da plastica è raccoglierla e riciclarla all'interno di una economia circolare. «Una bottiglia può tornare a essere materia prima, creando lavoro, nuove professionalità e nuove imprese», afferma **Antonello Ciotti**, presidente Corepla, il Consorzio nazionale per la raccolta, il riciclaggio e il recupero degli imballaggi in plastica.

**La buona notizia è che la quota di raccolta differenziata è in continuo aumento**. È passata da un + 6,9% del 2016 rispetto al 2015 a una crescita di circa il **10%** nell'anno in corso.

**A crescere è anche il riciclo**: nel 2016 sono state riciclate 550mila tonnellate di rifiuti di imballaggio in plastica gestite dal Corepla e provenienti principalmente dalla raccolta differenziata, compresi

quegli imballaggi che ancora faticano a trovare sbocchi industriali verso il riciclo meccanico e il mercato, ovvero 304mila tonnellate usate per produrre energia pulita in sostituzione di combustibili fossili: nel 2016 sono stati risparmiati così oltre 9.700 GWh di energia.

**Un'altra strada per non inquinare l'ambiente è quella che porta alla bioplastica**, biodegradabile al 100%, da distinguere e non mescolare alla plastica, «è fondamentale far passare questo messaggio - spiega **Giorgio Quagliolo**, presidente del Conai, Consorzio nazionale imballaggi - perché i percorsi di raccolta e recupero sono completamente diversi, mettere la plastica nel compost o le buste compostabili nella raccolta della plastica crea inefficienze e sprechi». L'Italia nel

settore delle bioplastiche è tra i paesi più virtuosi: da uno studio condotto da Plastic Consult spicca su 47.800 tonnellate immesse al consumo nel 2016, la forte crescita degli shopper (+15%) a fronte di un tracollo di piatti e bicchieri monouso (-42%).

**Anche sul fronte della ricerca siamo all'avanguardia**: dall'invenzione del materBi, un materiale di origine vegetale oggi di uso che può andare nell'umido, ai più recenti polimeri green che si degradano in 70 giorni brevettati da un'azienda italiana impegnata nella chimica sostenibile: si chiama PHA questo poliestere naturale le cui caratteristiche fisiche e meccaniche sono quelle della plastica ottenuta dal petrolio, ma è naturale e biodegradabile al 100%. Per questo ha ottenuto la certificazione del Dipartimento dell'agricoltura americano USDA pur trattandosi, in fondo, di batteri presenti sulla terra da migliaia di anni.

**D**al 1° gennaio addio definitivamente alle buste di plastica nei supermercati e in tutti i punti vendita grazie a una **nuova normativa europea recepita dall'Italia**. Anche i **sacchetti più leggeri, utilizzati come conte-**

**stabili, che per legge non possono essere ceduti gratuitamente al cliente in modo da disincentivarne un utilizzo improprio.** «Dopo aver espresso con forza la nostra contrarietà al pagamento durante l'iter normativo – ricorda **Renata Pascarelli**, diret-

- La materia prima impiegata sarà principalmente **di origine vegetale, a in grado di disintegrarsi dopo un certo tempo nell'organico.**
- I sacchetti compostabili saranno distribuiti ai consumatori in rotoli come avviene oggi, mentre i guanti rimarranno in plastica e il loro smaltimento differenziato sarà a cura della cooperativa.
- Non è praticabile al momento l'ipotesi di provvedere in modo autonomo al confezionamento dell'ortofrutta portandosi da casa sacchetti non certificati come prescrive invece la legge.
- Va sottolineato che Coop anche in questo caso ha anticipato i tempi avviando la sperimentazione e l'uso di sacchetti e shopper biodegradabili nelle aree ortofrutta e carni, nel novembre 2012. È stata la prima a farlo nel panorama della grande distribuzione italiana.

**Dal 1° gennaio 2018**

## **Addio ai vecchi sacchetti di plastica dell'ortofrutta**

### **Arrivano le nuove buste biodegradabili**

**Una nuova legge per ridurre la quantità e l'uso dei sacchetti ed evitarne la dispersione nell'ambiente. Ecco cosa cambierà quando facciamo la spesa**

nitori primari, dovranno essere **biodegradabili e compostabili con un minimo del 40% di materia prima rinnovabile.** Una percentuale che salirà prima al 50% e poi al 60% a partire, rispettivamente, dal 1° gennaio 2020 e dal 1° gennaio 2021. Lo stabilisce, in ottemperanza alla direttiva europea 720 del 2015, una legge approvata alla Camera lo scorso 3 agosto in sede di conversione del decreto legge Mezzogiorno.

#### **RIDURRE L'USO DEI SACCHETTI**

Quello del 1° gennaio sarà uno snodo di non poco conto visto che solo per mettere nel carrello la frutta e la verdura utilizziamo oggi circa **8 miliardi di sacchetti di polietilene all'anno.** Quelli distribuiti da Coop in Hdpe, una densità particolare di polietilene, sono 350 milioni. **Lo spirito della legge è di ridurre la quantità e l'uso dei sacchetti per evitarne la dispersione nell'ambiente.** Con questo spirito

Coop si dichiara in piena sintonia, tanto che nel 2009 anticipò di ben due anni la normativa relativa alle borse per la spesa in cassa. Dal 1° gennaio si farà trovare pronta a questa nuova sostituzione. **Non è d'accordo, tuttavia, nel far pagare i sacchetti compo-**



**Dal 1° gennaio i sacchetti dell'ortofrutta dovranno essere biodegradabili e compostabili con un minimo del 40% di materia prima rinnovabile**

tore qualità di Coop Italia – abbiamo chiesto al Ministero una serie di chiarimenti e **cercheremo comunque di far pagare i sacchetti il meno possibile ai consumatori».**

In poche settimane si dovrà trovare una soluzione anche per l'obbligo di evidenziare il relativo prezzo sullo scontrino o in fattura.

#### **MATERIA PRIMA E UTILIZZO DEI SACCHETTI**

Ma come saranno i nuovi eco-sacchetti e come dovranno essere utilizzati?

- Una volta arrivati a casa, i sacchetti dell'ortofrutta è opportuno che vengano svuotati del loro contenuto che andrà riposto negli appositi comparti del frigo. Visto l'impatto di questa novità sulle abitudini di spesa, terremo aggiornati i lettori nei prossimi numeri della rivista.

#### **COOP E LA RIDUZIONE DEGLI IMBALLAGGI**

Le azioni di Coop per ridurre gli imballaggi di plastica e non solo seguono la **policy delle 3R: Riduzione, Riuso e Riciclo.** Ovvero usare minori quantità di imballaggi; privilegiare materiali da imballaggio riciclabili o compostabili al posto dei vergini qualora possibile; riutilizzare imballaggi reimpiegabili più volte per lo stesso uso (ricariche).

Inoltre, nel packaging del prodotto a marchio viene ricercata ogni potenziale soluzione innovativa. Grazie a queste azioni nel 2016 su 210 prodotti a marchio Coop il risparmio è stato di **4.200 tonnellate** di materiale di confezionamento a cui si somma l'uso di **2.000 tonnellate** di materiale riciclato.

Allargando il discorso al progetto per la riduzione dei gas serra ("Coop e la Sostenibilità: insieme verso Cop21"), gli accordi con i 317 fornitori aderenti hanno consentito di risparmiare **2.272 tonnellate** plastica solo nel 2016 nei materiali da imballaggio.

**A**ll'inizio spam e truffe viaggiavano via email: ex dittatori africani che ci chiedevano aiuto per recuperare le loro ricchezze, amici che non sentivamo da mesi e che, derubati dei loro averi durante una vacanza, contattavano proprio noi per farsi mandare

Un'altra trappola insidiosa sono i link che promettono sconti, regali e superofferte, tanto speciali che vogliamo assolutamente condividerli con il gruppetto degli amici più cari; ci sentiamo sicuri a farlo perché sembrano proprio arrivare dal sito ufficiale dell'azienda... Solo chi è più sospet-

qui a fianco) ho deciso di riprodurre, a scopo divulgativo, il meccanismo della truffa. ([consumatori.e-coop.it](http://consumatori.e-coop.it))

## LE NUOVE TRUFFE INFORMATICHE

# Spam, phishing e c. Non aprire quel messaggio

Le truffe informatiche cambiano volto: impariamo a difenderci per tutelare la sicurezza dei nostri "beni digitali" e anche quella del resto delle nostre vite

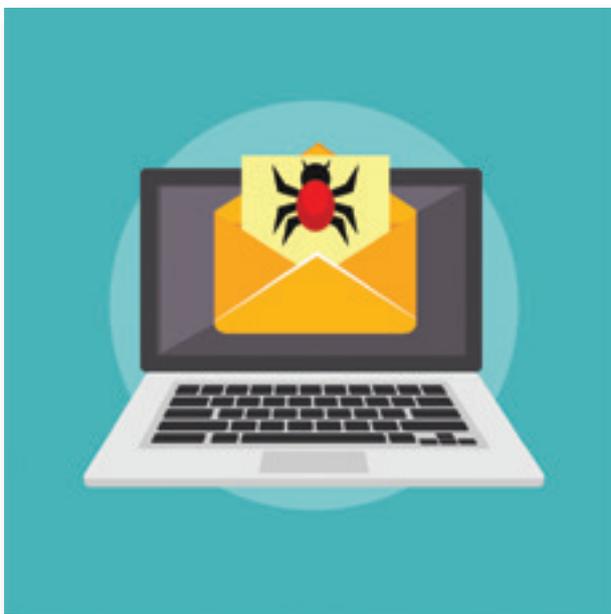
di **Alessandra Farabegoli**, docente ed esperta di comunicazione web

denaro, sostanze miracolose in grado di trasformarci in superdotati.

Oggi questi messaggi vengono in genere bloccati da filtri antispam così severi e sospettosi che ormai ci tocca aprire ogni tanto la cartella Spam per controllare che non abbia filtrato email innocue o la posta che stiamo aspettando.

In compenso le truffe sono arrivate alla grande nelle chat. Qui, dove siamo abituati a scambi fra amici e persone conosciute, la nostra soglia di attenzione non è così alta: quando arriva il messaggio di un'amica che ci chiede "non credevo ai miei occhi, cosa ci fai in questo video?"

potremmo avere la tentazione di cliccare sul link e vedere di che si tratta... per scoprire, a nostre spese, che facendolo ci siamo beccati un virus e a nostra volta lo stiamo propagando in giro.



to e conosce un po' la "grammatica" dei domini web riconosce subito la truffa. Me ne sono capitati un po' di recente, tutti diffusi all'interno dei gruppi WhatsApp legati alla classe e alla palestra di mio figlio, tanto che (come potete leggere nella scheda

### L'APPROFONDIMENTO

## Come sono diventata un potenziale truffatore online

- Ho registrato un **dominio** che inizia con uno dei suffissi tipici dei siti web: [it-sconti.com](http://it-sconti.com). Naturalmente, se vai a cercare chi è il titolare di questo dominio, vedrai che ho nascosto i miei dati, come fanno di solito i malintenzionati. Costo: pochi euro.
- Ora posso attivare a costo zero un gran numero di **sotto-domini** (domini di 3° livello) con il nome di un brand o di un'azienda; ad esempio ho creato il dominio di 3° livello [coop.it-sconti.com](http://coop.it-sconti.com), che, a uno sguardo distratto, potrebbe essere scambiato per un indirizzo "ufficiale" della Coop.
- A questo punto se fossi un truffatore potrei creare all'indirizzo [it-sconti.com](http://it-sconti.com) una pagina web che assomiglia al sito della Coop e riempirla di virus, malware e altre amenità che si auto-installano sul computer dei malcapitati visitatori. Non mi resterebbe che far girare un link allettante, tipo "**Coop regala 200 buoni-spesa da € 150 per festeggiare l'apertura di un nuovo supermercato - Naviga subito a [coop.it-sconti.com](http://coop.it-sconti.com)**". In quanti fiuterebbero in tempo l'inganno?
- **Ricorda: rifletti sempre prima di cliccare, soprattutto quando il link è costruito in modo da solleticare la tua curiosità, il tuo ego, o quando promette vantaggi troppo belli per essere veri.**
- **Se vuoi saperne di più**, un buon punto di partenza è il "portale sicurezza informatica" di Wikipedia, all'indirizzo:  
<http://bit.ly/WikiSicurezzaInformatica>

**assicom**  
• TI ASSICURA • AUTO - MOTO - CAMPER

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

**assicom**  
Iscrizione RUI A 000071448

Via Brennero, 35 - Trento - Tel. 0461 822321  
[info@assicom-trento.it](mailto:info@assicom-trento.it)

**PARTNER ASSICURATIVO DEL CONSORZIO SAIT DAL 1982**



**Politiche della mobilità**

# Pronti per la nuova mobilità

L'Italia ha finalmente una legge sulla ciclabilità. Il Trentino si è dotato da giugno di una legge sulla mobilità sostenibile. Ora è necessario realizzare quanto previsto, i cittadini sono pronti al cambiamento

di Antonella Valer

**“P**er costi esterni si intendono i costi di un'attività che ricadono sulla collettività che non sono già pagati da tale attività sotto forma di compensazioni, tasse ambientali, premi assicurativi, o altro. I costi esterni ambientali, in particolare, sono quelli associati a fattori che vanno a colpire la salute umana, le proprietà (es. edifici), le attività economiche (es. danni all'agricoltura) o gli ecosistemi (es. danni alla biodiversità)”.

**La definizione di costi esterni dei trasporti e il loro calcolo** sono stati alla base dei ragionamenti del convegno organizzato da Transdolomites il 27 novembre scorso al Muse di Trento, che ha visto la partecipazione delle istituzioni e della società civile di diversi territori alpini. Lo scopo era ragionare sull'importanza di **creare una rete di ferrovie che congiungano e valorizzino le zone alpine**, svoltando decisamente verso una **mobilità sostenibile più vantaggiosa sia economicamente che socialmente**.

Tra le cause maggiori di esternalità negative, la voce “trasporti delle famiglie” rappresenta in Italia la terza per importanza (dopo il riscaldamento) e nel 2013 ammontava a settemila milioni di euro.

**Non sempre le politiche di intervento dello Stato in questi settori fanno quello**



per cui sono destinate: sanzionare i comportamenti dannosi e premiare quelli virtuosi. I calcoli presentati al convegno di Trento da Andrea Molocchi, del Ministero per l'ambiente, indicano che attualmente il gasolio gode di un sussidio nei confronti degli altri carburanti che non ha alcuna giustificazione ambientale. Visto che lo Stato, per ogni sussidio, affronta delle spese o rinuncia ad un gettito, potrebbe e dovrebbe chiedere ai beneficiari che adottino misure per ridurre le esternalità negative o, viceversa, rafforzare i benefici ambientali associati alle loro attività. Anche perché le risorse raccolte dallo Stato dovrebbero essere investite per favorire le modalità di spostamento meno impattanti e più leggere.

**APPROVATA LA LEGGE ITALIANA SULLA CICLABILITÀ**

È quello che intende fare la legge italiana sulla ciclabilità approvata all'unanimità alla Camera lo scorso 14 novembre<sup>1</sup>, e accolta

<sup>1</sup> Al momento in cui questo articolo viene scritto, il Senato non l'ha ancora discussa e approvata. Si auspica che al momento dell'uscita di questo numero ciò sia già avvenuto.

**COSTI ESTERNI AMBIENTALI**  
**“I costi esterni ambientali dei trasporti, in particolare, sono quelli associati a fattori che vanno a colpire la salute umana, le proprietà (es. edifici), le attività economiche (es. danni all'agricoltura) o gli ecosistemi (es. danni alla biodiversità)”.**

ritaria nei centri urbani e per lo sviluppo del turismo nel nostro Paese. Se si riesce a stimolare l'uso della bicicletta nei primi 5 km, si possono ottenere riduzione del traffico cittadino del 40%: cose che non nessuna tecnologia può fare”.

**Tra le misure previste**

**dalla legge:** la definizione di un Piano generale della mobilità ciclistica e Rete infrastrutturale di livello nazionale e collegata al piano europeo, l'istituzione di velostazioni (centri per il deposito custodito di biciclette, assistenza tecnica ed eventuale servizio di noleggio), l'obbligo che nei regolamenti edilizi ci siano spazi comuni per il deposito di biciclette e negli strumenti urbanistici parametri di dotazione di stalli, l'introduzione sistematica di strutture porta-biciclette negli autobus.

**IN TRENTINO RESTA MOLTO DA FARE**

In Trentino, che ha da anni una legge sulla ciclabilità e si è recentemente dotato di una **nuova legge sulla mobilità sostenibile**, resta però molto da fare. Lo dimostra il fatto che tra il finanziamento di nuove strade (si veda la Loppio-Busa) o di forme alternative di mobilità (ferrovia in primo luogo) prevale





la prima scelta. Poche e deboli sono le voci discordanti.

**Eppure esperienze ferroviarie anche locali dimostrano che una ferrovia può fare molto bene ad un territorio** e non solo ridurre le esternalità negative della mobilità privata, ma anche crearne di positive per l'economia locale, ad esempio gli operatori turistici, oltre che ai cittadini pendolari.

Nel presentare i risultati di una **ricerca sulla Val Venosta**, il dott. Georg Lun, nella sua relazione al convegno di Transdolomites, ha evidenziato come **in corrispondenza del ripristino della ferrovia tra Merano e Malles sia calato sia lo spopolamento che il tasso di disoccupazione della valle**. La ferrovia ha permesso di lanciare la pista ciclabile creando un flusso di turismo giornaliero interessante per gli esercizi della ristorazione e facendo diventare la valle particolarmente attrattiva per i turisti della vicina svizzera.

**PROGETTARE INSIEME UNA SERIA POLITICA DELLA MOBILITÀ**

Anche nella legge approvata lo scorso giugno dal consiglio provinciale di Trento al centro della mobilità provinciale c'è il trasporto pubblico e la ferrovia in particolare.

**La legge promette di progettare dentro il "piano provinciale della mobilità" un sistema integrato di mobilità sostenibile tale da rendere il possesso di un'auto**



**non necessario ad un numero sempre più ampio di cittadini**. Se la legge raggiungerà gli obiettivi previsti entro il 2025 metà dei viaggi effettuati in Trentino avverrà con mezzi diversi dall'auto di proprietà: mezzi pubblici, bicicletta, car pooling, car sharing o diverse di queste modalità integrate tra loro.

**Un obiettivo abbastanza ambizioso, che richiede il coraggio di progettare e realizzare una seria politica della mobilità, a partire dall'avvio di un percorso partecipativo** – anch'esso previsto dalla legge – per la stesura del piano, sotto l'occhio vigile di un "osservatorio" che dovrebbe vedere la partecipazione anche di soggetti della società civile (anche se non "normali cittadini" come era invece previsto dal disegno di legge popolare). **Da giugno però nulla si è mosso, neppure**

**Miglioramento dell'efficienza del trasporto pubblico, aumento del bikesharing e car pooling, più attenzione ai passaggi pedonali, possibilità di caricare le biciclette sui mezzi pubblici: sono alcune delle necessità e proposte dei cittadini per una mobilità più sostenibile**

**re un segnale, come l'approvazione del regolamento esecutivo.**

Di fronte a questo silenzio il Comitato promotore del disegno di legge di iniziativa popolare, durante la Fiera Fa' la cosa giusta dello scorso ottobre, nello stand dedicato alla mobilità sostenibile, ha provato a dialogare con i visitatori e chiedere loro di cominciare ad esprimere alcuni pareri sulle priorità che intravedono, da raccogliere

e portare all'Assessore ai trasporti. **"Migliorare l'efficienza del trasporto pubblico"** è stata una delle necessità più gettonate. Renderlo completamente gratuito è stata una proposta emersa che ha fatto riecheggiare quella già presente nel ddl popolare e scartata senza rigorose argomentazioni dai legislatori.

Aumento del bikesharing e del car pooling, maggiore attenzione alla qualità dei passaggi pedonali, possibilità di caricare le biciclette sui mezzi pubblici: sono alcune altre proposte condivise allo stand. **Il quadro che emerge rispecchia esattamente quello previsto dalla legge**. I cittadini sembrano pronti a mollare la propria automobile se messi in condizione di farlo. Occorre che le belle intenzioni diventino però concrete azioni di governo. E non oggetto di campagna elettorale.

**Fondazione Franco Demarchi**  
**La formazione continua per assistenti familiari**

**S**empre più c'è la necessità d'investire sullo sviluppo e il mantenimento delle proprie competenze, soprattutto da parte di chi opera a servizio di persone fragili, non auto-sufficienti che necessitano di cura e un'assistenza continua. A tal proposito, con un'esperienza ultradecennale nella formazione degli adulti e nella formazione in ambito socio-assistenziale e socio-sanitario, la **Fondazione Franco Demarchi** propone **i moduli formativi a scelta**, finalizzati ad aggiornare, rinforzare e far acquisire competenze professionali alle/ gli assistenti familiari.

**Tre anni fa è stato istituito in provincia di Trento il Registro delle/degli assistenti familiari**, uno strumento tra le cui finalità figura anche quella di assicurare uno **standard minimo di qualità** e di professionalità delle/gli iscritte/i. Per questo

la sua disciplina stabilisce che, per mantenere l'iscrizione al Registro stesso, l'assistente familiare è tenuta/o a svolgere all'anno almeno otto ore di formazione. Per rispondere a questa necessità la Fondazione Demarchi ha progettato dei brevi moduli di formazione teorico-pratica, centrati sulle tre macro aree principali d'intervento dell'assistente familiare e quindi su quelle di ambito socio-culturale e contrattuale, relazionale e comunicativo e tecnico-professionale.

**L'offerta si struttura su 17 brevi moduli formativi a scelta di 4 ore ciascuno**, che toccano aree come il primo soccorso, il bisogno di movimento, il bisogno di igiene e alimentazione, la relazione e comunicazione



con l'anziano e l'accompagnamento alla morte, l'assistenza alla persona con demenza, il benessere dell'operatore e la gestione dello stress, il disagio psichico, i servizi territoriali, i diritti e i doveri del lavoratore, la ricerca attiva del lavoro.

**I corsi si svolgono il sabato mattina e/o il mercoledì pomeriggio** e da marzo a maggio 2018 a Cles e per tutto l'anno nella sede di Trento, in piazza S. Maria Maggiore.

**Per informazioni:** segreteria della Fondazione Demarchi (Paola Remelli, tel. 0461 273680, [paola.remelli@fdemarchi.it](mailto:paola.remelli@fdemarchi.it)).



www.perlapace.it

scegliere se aggiungerci alla schiera dei pessimisti che non muovono un dito per migliorare le condizioni di ingiustizia che ci circondano (i pessimisti sono bravissimi a non muovere un dito, sempreché non siano toccati i loro sacrosanti interessi), o se guardare a ciò che possiamo fare per contrastare l'ingiustizia, la malvagità, la violenza. Vie di mezzo non ce ne sono molte: stare a

La prima, come messo in luce da papa Francesco nel messaggio per la giornata mondiale della pace, **la dimensione planetaria (non locale...) delle migrazioni**. "Aprire i nostri cuori alla sofferenza altrui non basta. Ci sarà molto da fare prima che i nostri fratelli e le nostre sorelle possano tornare a vivere in pace in una casa sicura. Accogliere l'altro richiede un impegno concreto, una catena di aiuti e di benevolenza, un'attenzione vigilante e comprensiva, la gestione responsabile di nuove situazioni complesse che, a volte, si aggiungono ad altri e numerosi problemi già esistenti, nonché delle ri-

1° gennaio Giornata mondiale della pace

## Quel che ciascuno può fare per la pace

**Mettere da parte lamentela e rassegnazione. E lavorare sulle migrazioni, sul disarmo nucleare, sui diritti umani. Nella consapevolezza che il livello planetario e quello locale di questi fenomeni sono strettamente interconnessi**

di **Alberto Conci**

**L'** invito a cominciare l'anno all'insegna dell'impegno per la pace ci accompagna ormai da più di cinquant'anni. Ne sono stati protagonisti, in questi decenni, associazioni, istituzioni internazionali, organizzazioni religiose, gruppi di volontariato, intellettuali, politici, semplici cittadini, tutti uniti da un unico anelito: quello di superare, sempre assieme ad altri, la logica vecchia e senza futuro della guerra come strumento di risoluzione delle controversie internazionali.

Questo sforzo corale, che ha dato senso e continua a dare senso alla vita di milioni di persone, è stato vano? Il permanere della guerra e dell'ingiustizia economica, la negazione dei diritti umani, il riaffacciarsi di movimenti razzisti che possono contare su appoggi e consensi inaspettati rendono urgente una domanda: siamo di fronte a un grande insuccesso?

Credo che tutto dipenda dalla scelta della prospettiva: se vogliamo guardare il male ancora presente nella storia, allora hanno ragione i detrattori dell'anelito di pace. Di questi sfiduciati, come degli stupidi e dei malvagi, è pieno il mondo. Ma in questi decenni ho imparato che si può anche guardare da un'altra parte, chiedendosi cosa possa fare ciascuno di noi per porre rimedio alle storture che ci circondano.

**Si deve cominciare, ovviamente, dal mettere da parte la lamentela continua e la rassegnazione:** si tratta insomma di

guardare è già prendere parte e concedere che i violenti e i dispregiatori di uomini abbiano la meglio.

Niente illusioni, naturalmente. La pace è difficile da costruire, richiede pazienza e lungimiranza, e soprattutto fiducia nel fatto che, comunque, qualsiasi azione che migliora anche di poco il mondo aumenta la quantità

di sorse che sono sempre limitate". E per questo il Papa individua quattro linee d'azione, "Accogliere", "Proteggere", "Promuovere", "Integrare" sulle quali dovrebbero essere costruiti **due patti internazionali**, il primo per rendere più sicuri i flussi migratori e il secondo sui rifugiati.

**La seconda viene dall'assegnazione del premio Nobel per la pace all'ICAN, la campagna internazionale per la messa al bando delle armi nucleari.** La tensione crescente fra Corea del Nord e USA è un problema politico serio, di fronte al quale la politica nazionale ed europea sono state piuttosto tiepide. Forse la questione dovrebbe ritornare al centro del dibattito pubblico,

visto che ciò che è in gioco non è un aspetto marginale ma probabilmente il destino dell'umanità.

La terza priorità è quella che è stata lanciata il 10 dicembre scorso, anniversario della firma della **Dichiarazione Universale dei Diritti Umani**, dalla Tavola per la pace di Perugia, che ha invitato le istituzioni a dedicare i mesi che ci separano dal settantesimo anniversario della Dichiarazione, che cadrà il 10 dicembre 2018, a riflessioni e azioni che mettano al

centro i diritti umani, a cominciare dal livello locale nel quale si snoda la nostra vita.

Nessuna donna e nessun uomo di pace si illude di cambiare la storia con uno schiocco di dita. Ma lavorare su queste tre priorità contribuirebbe a consegnare a chi viene dopo di noi un mondo migliore. E a me pare che questo sia sufficiente per non appiattirsi nel grigiame degli eterni scontenti.



di bene cui gli uomini possono ristorarsi. Ma è proprio per questo che mi chiedo se il variegato popolo delle costruttrici e dei costruttori di pace non dovrebbe fare propria una delle frasi dei ragazzi della Rosa Bianca, che scrissero sui loro volantini: "Noi non taceremo".

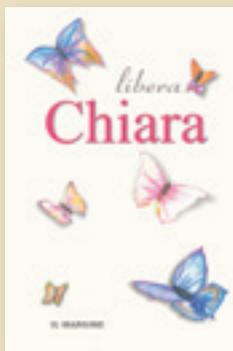
**Se dovessi dire le priorità in questo inizio d'anno, ne individuerai tre.**



## Libri: le recensioni del mese

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

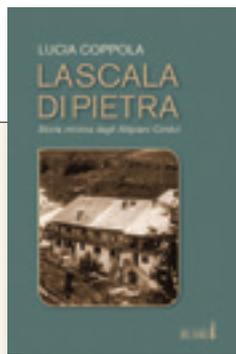
Per informazioni e segnalazioni:  
Cristina Galassi  
Tel. 0461.920858  
cristina.galassi@libero.it  
Cooperazione tra consumatori  
C.P. 770 - 38121 Trento



## LA SCALA DI PIETRA

di Lucia Coppola, ed. Del Faro, Trento 2017

Lo si ripete spesso: c'è la Storia e c'è la storia minuta della gente. Chi si immerge nella Storia rischia di sfumare - fino a cancellare - il vissuto 'vero' del singolo e della collettività. È travisare la realtà, è perdere il sapore del vivere. Qui sono raccontati pezzi della 'storia minima dagli Altipiani Cimbri', con dentro l'intensa emotività dei protagonisti. E tra essi, preponderante, il pezzo forte della loro vita. Lucia dice: *"Ho ritenuto doveroso scrivere questo lungo racconto insieme a colui che mi ha presa per mano e ha condiviso con me - oltre alla vita, ai figli, ai nipoti - il suo paese"*. Dagli Altipiani cimbri, iniziando da quella scala di pietra della antica e malconcia casa dei nonni *"che aveva visto scorrere tante vite e nascite, morti, guerre, abbandoni forzati... fatiche, preoccupazioni e qualche gioia"*. E via, narrando lo scorrere delle cose e delle persone



in un paesino di montagna, con tutt'intorno quanto regalano - qui e altrove - le visioni delle 'terre alte'. Un pezzo, appunto, della vita di Lucia e Fausto, e della loro 'famiglia allargata'. Con un conclusivo ringraziamento ai molti che fanno parte della loro narrazione, e, *"grazie soprattutto alla maestosità delle montagne, a Pizzo Dante e al Becco di Filadonna, con quelle albe e tramonti sfolgoranti"*.

## CHIARA

a cura di Paolo Tonelli, ed. Il margine, Trento 2017

Una vita troppo breve, ma piena. È raccontata dalla molta gente che ha incontrato Chiara Benedetti - "una persona necessaria" - e che è rimasta presa dal suo "sorriso contagioso". Rita e Paolo, i suoi genitori: *"Abbiamo fatto crescere una stupenda persona"*. La sorella Michela: *"Un corpo esile... lasciava trasparire la gran forza che dentro si celava, un nervo vivido palpitante di chi non molla mai"*.

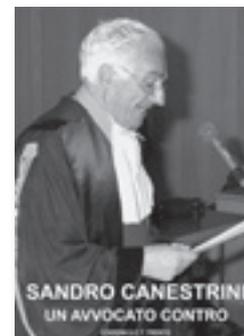
Chiara aveva solo cinque anni quando, per un'operazione sbagliata, perde l'uso delle gambe. Cresce incredibilmente e meravigliosamente superando il suo grave deficit motorio e approdando a una vita autonoma. Le testimonianze su Chiara convergono senza incertezze né ombre: "Un battitore libero, con la fierezza da vincente" - "La sua straordinaria

ostinazione a vivere intensamente" - "Vita fatta di musica, sport, impegno sociale e politico senza risparmio di energie, con un atteggiamento verso il lavoro che si trasformava sempre in relazione umana" - "Una simpatia coinvolgente, talvolta con la dovuta crudezza" - "Rapporti umani, viaggi, interessi, curiosità... una farfalla capace di volare anche con le stampelle". Da questo racconto Chiara Benedetti esce come persona emergente tra quelle che, dove passano, incidono, restando operanti anche quando se ne vanno. Stimolo efficace all'ottimismo.

## SANDRO CANESTRINI, UN AVVOCATO CONTRO

a cura di Sergio Bernardi, ed. U.C.T., Trento 2017

Qui è documentato il pensiero-azione di Sandro Canestrini, come esplicitato negli interventi - suoi e di altri - sulla rivista Uomo Città Territorio dal 1976 al 1912. Sandro Canestrini (nato nel 1922, vive a Rovereto) ha trascorso la sua vita tra la Vallagarina e il Sudtirolo, ma con l'attività professione ben oltre questi confini. Scrive di lui Renato Ballardini: *"Straordinario avvocato, si è trovato ad essere protagonista di famosi processi svoltisi nei tribunali di tutta la Repubblica. Le sue arringhe sono sempre state esemplari per realismo, rigore logico, efficacia persuasiva, brillantezza formale"*. Non soltanto avvocato, ma anche vivace protagonista della vita pubblica e della politica, con radicamento in quel patrimonio di valori e di idealità che ha assorbito nella sua partecipazione alla Resistenza antifascista. Un personaggio. Dalle vicende giudiziarie dell'Enciclopedia sessuale in Val di Cembra, alla catastrofe del Vajont e di Stava, al processo di Milano contro i dinamitardi sudtirolesi, al processo di Trieste contro i torturatori del campo nazista di San Sabba, al maxi-processo di mafia a Palermo, nella difesa degli obiettori di coscienza, nella difesa degli emigranti trentini in Cile... La sua massima: *"Se tutti dicono sì, io dico no"*. A difesa delle libertà.



## BLUES SIBERIANO

di Valentino Corona, ed. Publistampa, Pergine V. 2017

i confini dell'estremità orientale. Vi domina il confronto tra due uomini lontanissimi per età, esperienza, gusti e aspirazioni. Lungo viaggio, lunga conversazione. È il racconto di *Blues siberiano*, vissuto dentro una Siberia con tutte le contraddizioni dell'era post-sovietica, con i suoi spazi sconfinati e i suoi misteri, con la sua storia fatta di violenti conflitti, con un vivere aspro e durissimo, eppur fascinoso. I due si scrutano in pensieri semplici o profondi o conflittuali. Uno scambio arricchente, tra individualità gelose della propria alterità, biunivocamente rispettose delle differenze come fondamento di unicità. Fino a Vladivostok e ritorno. Finalmente su orizzonti famigliari, propri. *"Uscendo dalla Siberia ho avuto la netta impressione di riemergere da un mondo sotterraneo, inafferrabile, incomprensibile. Quando raggiungemmo la frontiera con la Slovacchia, stava ormai spiovento. Il cielo ad Occidente era limpido, di un azzurro luminoso"*. Un ritorno a casa.

*"Avevo conosciuto Michal quando ero lettore all'università di Bratislava. Faceva parte del gruppo di studenti con i quali tenevo un corso di Conversazione. Michal era per me lo studente ideale"*. Tra i due nasce una vicendevoles curiosità. Nasce il progetto del viaggio attraverso la Russia, verso la Siberia. verso



**M**ia nonna era un pesce, nuotava sinuosamente anche nelle acque più buie e sapeva farlo molto velocemente! Ma non pensate che io sia speciale, perché anche voi avete nel vostro albero gene-

Basta un poco di immaginazione

## Coltivare curiosità e coraggio (senza paura di sbagliare)

Ogni obiettivo, ogni sogno ha la possibilità di essere raggiunto e realizzato, a prescindere dalle barriere che un bambino trova sulla propria strada. L'importante è avere a portata gli strumenti necessari per leggere il mondo in modo consapevole, e questo è un compito che spetta ai grandi

di **Silvia Martinelli\***

alogico una Nonna Pesce. È quella nonna che sta proprio in cima alla chioma dell'albero, ancora più in alto del primo ramoscello, all'inizio della catena evolutiva dell'essere umano. Già, si sta parlando dell'**evoluzione**, una storia bellissima e affascinante, piena di colpi di scena inaspettati. E la cosa più bella è che è una storia successa veramente! Pensate che sia un concetto troppo difficile? Jonathan Tweet e Karen Lewis non lo pensano affatto: nel loro libro "Mia nonna era un pesce" (Erickson) ci raccontano una splendida storia a lieto fine, in cui a pochi attimi dalla fine spuntiamo noi, gli esseri umani. Ma poteva benissimo finire diversamente. **Questo libro vi farà vedere l'evoluzione attraverso gli occhi degli altri**, scoprendo così che Nonna Elefante per esempio, scriverebbe il libro dell'evoluzione in modo diverso da noi, in cui il colpo di scena finale è la comparsa degli elefanti.

Niente di quello che ci riguarda è troppo difficile da spiegare con l'aiuto delle immagini e dell'immaginazione. Quest'ultima è un ingrediente fondamentale per fare



lievitare la curiosità e aprirci gli occhi su prospettive nuove e inaspettate. Come per esempio immaginare la Cosa Più Grandiosa che sia mai esistita al mondo! Chiudete gli occhi e provate a visualizzarla, pensate a cosa vi servirebbe se voleste costruirla, quali problemi potreste incontrare nel farlo e come potreste superarli. Ci siete riusciti? Bene, ora provate a costruirla veramente. Non sarà certo facile, proprio come capiscono una bambina e il suo assistente canino nell'albo illustrato "La Cosa Più Grandiosa" (A. Spire, Erickson). Insieme decidono di costruire la Cosa Più Grandiosa al mondo, ma dopo tanto duro lavoro, il risultato non è quello che si aspettavano.

La bambina è tentata di lasciar perdere, ma una lunga passeggiata le rivela cosa le manca per poter riuscire nel suo intento. **È così che regala a noi lettori la Cosa Più Grandiosa: una prospettiva diversa sulle cose!** Ogni obiettivo, ogni sogno ha la possibilità di essere raggiunto e realizzato, a prescindere dalle barriere che un bambino trova sulla propria strada. Uno di questi ostacoli

è rappresentato dal genere, ed è per questo che la protagonista di questa storia è una bambina. Per dimostrare come anche questo ostacolo non sia insormontabile.

**Nonostante molti pensino ancora che esistano campi del sapere riservati quasi esclusivamente al genere maschile o femminile, possiamo trovare molti esempi che mettono in luce l'esatto contrario.** Non a caso la protagonista e l'autrice di un libro sul **Coding** sono femmine (*Hello Ruby*, L. Lukas, Erickson).

Adesso vi state chiedendo che cos'è il Coding? Ce lo spiega Ruby, una ragazzina molto sveglia che quando si mette in testa una cosa trova sempre il modo per farla. La sua parola preferita è "Perché" e il suo motto "Niente è impossibile", sa che spesso i problemi grandi sono solo tanti piccoli problemi messi insieme, e così fanno meno paura. Così comincia la sua (e nostra) avventura nel mondo del Coding. In un modo un po' stravagante, ma molto divertente, impariamo a **conoscere i rudimenti della programmazione, il mondo della tecnologia e dei computer.** A dimostrazione che quando la curiosità chiama, non importa l'età o il sesso basta solo avere abbastanza coraggio e tenacia per seguirla ovunque ci porterà. **L'importante è avere a portata gli strumenti necessari per leggere il mondo in modo consapevole, e questo è un compito che spetta ai grandi:** dare ai bambini la possibilità di sperimentare, inventare, provare e sbagliare, e provare ancora, lasciare che si perdano tra le pagine di libri che stimolino la loro curiosità e che li incoraggino a crescere seguendo le loro passioni liberandoli dal peso del pregiudizio.

\* La Libreria Erickson

### GLI APPUNTAMENTI IN LIBRERIA

**Martedì 16 gennaio, ore 10.30**  
**Una storia tra me e te**

L'incanto di una fiaba, lo stupore di un suono, la fantasia dei colori... un momento dedicato ai bimbi e ai loro genitori, per scoprire e riscoprire il piacere di condividere la lettura di una storia. **Per i bambini da 0 a 12 mesi**

La partecipazione agli incontri è gratuita, fino a esaurimento dei posti disponibili.

È necessario prenotare chiamando il numero 0461-993963.

Per restare aggiornati sul calendario degli eventi in libreria, potete visitare il sito [www.erickson.it/LaLibreria](http://www.erickson.it/LaLibreria) e seguire la pagina Facebook [www.facebook.com/LaLibreriaErickson](http://www.facebook.com/LaLibreriaErickson)

**R**osarno, Piana di Gioia Tauro, Calabria, Italia, 2017: alle 6 del mattino di un giorno di tardo autunno, fuori dalla vecchia tendopoli di San Ferdinando, due furgoni caricano decine di migranti e li portano verso i campi. All'inizio della stagione degli agrumi, il caporalato agisce, come accade da anni, sfruttando i lavoratori stranieri, che spesso vivono ancora in tende di fortuna e in condizioni

Cibo e informazione

## Cibo ingiusto

Sfruttamento del lavoro, caporalato, schiavismo. Il festival *Tutti nello stesso piatto*, da poco concluso e organizzato dalla cooperativa Mandacarù, contribuisce, di edizione in edizione, a sviluppare nelle persone una nuova consapevolezza delle ingiustizie nelle filiere mondiali del cibo

di Maddalena di Tolla Deflorian

inaccettabili, ma anche non pochi italiani. Un articolo di un giornale locale ci racconta che questa volta autisti, caporali e alcuni imprenditori conniventi e di fatto mandanti finiscono nei guai, scattano multe e iscrizioni nel registro degli indagati. Però il fenomeno dilaga, e la politica quanto i sindacati sembrano deboli di fronte alle risposte nette che servirebbero. Del resto, nel paese del sottocosto e dei continui sconti, anche l'opinione pubblica, o per meglio dire, i consumatori sono distratti dal proprio piccolo cabotaggio quotidiano e convivono con il cinismo di un marketing semplice e menzognero.

### SCHIAVISMO MODERNO

Lo schiavismo moderno è documentato denunce e oramai una sentenza di primo grado, emessa nell'estate di quest'anno per riduzione in schiavitù. **Ivan Sagnet**, di quella coraggiosa ed efficace rivolta pacifica dei lavoratori stranieri contro gli sfruttatori, condotta a Nardò con uno sciopero duro e utile, è stato la mente e l'animatore. Correva l'anno 2011. Giovane studente universitario di origini camerunesi giunto da pochi mesi in Italia, all'epoca Ivan Sagnet era andato in Puglia a lavorare per pagarsi gli studi a Torino: pensava di andare

a raccogliere i nostri pomodori. Quando scoprì che le condizioni erano di vero e proprio schiavismo e che questa situazione pazzesca era di fatto tollerata dallo Stato, organizzò i compagni, impauriti, minacciati e poveri, ed ottenne risonanza e alla fine anche un processo (che è stato de-

nominato "processo Sabr", dal nome di un caporale in posizione apicale nella rete malavitosa). Insomma, una delle lezioni qui è che fu un cittadino straniero, un immigrato, a portarci un processo e **una legge contro il caporalato, che fu approvata proprio dopo quel clamoroso caso pugliese.**

Il caporalato esiste ancora nel nostro paese, e lo schiavismo di cui tratta il processo per i fatti di Nardò, sussiste ancora, come dimostra la scioccante indagine pubblicata di recente da Internazionale, che racconta le disumane condizioni e perfino gli stupri alle quali sono costrette migliaia di donne straniere (moltissime di origini rumene) che lavorano nei campi del meridione del nostro Belpaese.

Sagnet è stato a Trento in novembre, nel contesto del festival *Tutti nello stesso piatto*, organizzato da Mandacarù. Chi scrive lo ha seguito sia al cinema Astra, mentre il sindacalista e fondatore della Rete NoCap (che sta per No caporalato, ovviamente) parlava con il pubblico, sia a scuola, quando al liceo Da Vinci, ha teso decine di ragazzi come corde di violino raccontando lo schiavismo moderno visto con i suoi occhi a Nardò e la sua rivolta per la dignità e la giustizia.

Il Cercapadrone onlus

## Le pagine Facebook di Trentino adozioni animali e di Trentino animali smarriti

Ricordiamo a tutti l'importanza di consultare le **pagine Facebook Trentino Adozioni animali**, se volete adottare e dunque aiutare un cane, un gatto, un pappagallo, una cavia o un animale di qualche altra specie e poi **Trentino animali smarriti**, se avete perduto il vostro compagno animale.

**Entrambe le pagine raccolgono ogni anno centinaia di segnalazioni**



**per adozioni e smarrimenti, ed è di utilità sociale nutrirle, diffonderle e consultarle.**

Molti cani sono stati salvati e adottati grazie alle pagine, gestite da volontari esperti. Si ricorda l'utilità di diffondere quanto prima qualsiasi segnalazione, per smarrimenti, avvistamenti, adozioni: il fattore tempo e quello della diffusione salvano vite, ricongiungono animali e umani.

**ADOZIONE DEL MESE: VICKY**, è una dolce cucciolotta di poco meno di dieci mesi, di taglia piccola (pesa 8 chili), si trova in Valsugana in stallo, dove è arrivata grazie ai volontari dalla Puglia. Cerchiamo per lei un'adozione in famiglia. Orecchie da deltaplano, sorriso contagioso, zampotte corte ma sempre in movimento, la nostra dolce Vicky ha vissuto un brutto abbandono eppure trova ancora simpatici gli umani. È sterilizzata e sana. Per informazioni telefonare al 349/2302344 (no sms, presentarsi, citare il Vicky-rivista della cooperazione) o scrivere [trento@ilcercapadroneonlus.it](mailto:trento@ilcercapadroneonlus.it). Per aiutare l'associazione a salvare altri animali, donare su [paypal segreteria@ilcercapadroneonlus.it](https://www.paypal.com/it/web/webform/submit?business=ilcercapadroneonlus.it) o sul conto iban: IT64P033590160010000122508 causale "animali Trento cooperazione". Avvisate su [trento@ilcercapadroneonlus.it](mailto:trento@ilcercapadroneonlus.it), per essere ringraziati.

## LA FINANZIARIZZAZIONE DELLE FILIERE DEL CIBO

Come ha varie volte documentato il giornalista Stefano Liberti nei suoi reportage, anche intervenendo a Trento, l'agricoltura e la produzione del cibo oggi sono fortemente delocalizzate e la finanza ne controlla una enorme quota. Tutto questo accade anche con varie forme di sfruttamento, perfino di schiavismo, come dimostra la storia di Sagnet.

Facciamo un passo indietro: nel 1999 – come Liberti mi ha ricordato qualche tempo fa in un'intervista - l'amministrazione democratica statunitense di Bill Clinton ha liberalizzato il mercato delle commodity aprendo spazi di manovra per le grandi banche e i fondi di investimento, fra l'altro togliendo il reato di insider trading in questo ambito. Liberti racconta nei suoi reportage che gruppi transnazionali come Cargill ad esempio, insieme ad altri, hanno potuto beneficiare di informazioni speculando o facendo particolari sconti.

La crisi economica del 2007 ha poi portato molti grossi investitori a spostare i flussi



di denaro da oro e petrolio sul cibo, e oggi assistiamo alla **finanziarizzazione delle filiere del cibo**. Parliamo di un fenomeno troppo complesso, ci sono incroci societari difficili da ricostruire. Ad esempio Goldman Sachs oggi detiene il 5% del più grande gruppo mondiale per la trasformazione di carne suina, il gruppo cinese Shuanghui, in passato era arrivata ad averne il 25%.

## LE SOLUZIONI PER RIDURRE LE INGIUSTIZIE

Fra le soluzioni per ridurre le ingiustizie, Sagnet, Liberti, Mistratis (il coraggioso regista del notevole documentario sullo **schiavismo infantile nelle piantagioni del cacao** che arriva anche in Europa) e vari altri analisti e persone coinvolte nel giornalismo, nei sindacati o nelle associazioni territoriali con cui ho parlato negli anni, propongono **la tracciatura delle filiere che evidenzia l'assenza di sfruttamento dei lavoratori oltre che criteri ambientali, i marchi etici, ma anche una rete di negozi che sia alternativa alla grande distribuzione** e che allar-

## COOP CONTROLLA I SUOI FORNITORI

# La campagna "Buoni e giusti"

La campagna Coop per contrastare sfruttamento e caporalato nelle filiere agricole

Lanciata nel marzo 2016, "Buoni e Giusti" è la campagna Coop volta a promuovere l'eticità delle filiere ortofrutticole a rischio. La campagna ha coinvolto tutti gli 832 fornitori di ortofrutta (nazionali e locali) di Coop, che operano con oltre 70.000 aziende agricole.

Sotto la lente dei controlli Coop sono finite le filiere più a rischio dell'agroalimentare italiano e 7200 aziende agricole all'origine delle filiere dei prodotti a marchio Coop sono state invitate a aderire alla **Rete del Lavoro Agricolo di Qualità, in accordo con il progetto del Ministero delle politiche agricole lanciato nel 2015**. A queste si sono poi aggiunte le altre 1500 aziende agricole coinvolte nella filiera del pomodoro da industria (di cui il 15% opera nelle filiere più critiche per zona geografica e modalità di raccolta manuale), e anche queste invitate a aderire alla Rete del Lavoro Agricolo di Qualità.

In accordo con le istituzioni locali, il volontariato laico e cattolico e il mondo sindacale, Coop ha promosso azioni concrete per diffondere una sempre maggiore consapevolezza del fenomeno e ha partecipato al Tavolo voluto dai Ministeri competenti per la definizione del **disegno di legge sul caporalato, divenuto legge dall'ottobre 2016**.

Nel primo anno della campagna 8 sono state le filiere sotto i riflettori, per un totale di 270 aziende agricole sottoposte a audit, di cui 2 sospese per i gravi problemi rilevati. Procede ora la campagna di controlli 2017 che interessa le altre filiere e che serviranno a testare la risoluzione di criticità riscontrate con corso del primo anno di controlli.

**La campagna "Buoni e Giusti Coop" è per Coop un impegno che parte da lontano (nel 1998 Coop è stata la prima in Europa e l'ottava nel mondo**

a adottare lo standard SA8000 per ottenere precise garanzie in tema di responsabilità sociale dai propri fornitori di prodotto a marchio), ma che è stato rilanciato a fronte di un problema drammatico che tocca i diritti primari delle persone. A fianco di Coop un ente esterno, **Bureau Veritas, che si occupa delle verifiche e dei controlli ispettivi in campo**.

**Con il lancio della linea "Origine" nel 2016 la campagna "Buoni e giusti" ha acquistato ancora maggior concretezza e confermato l'impegno costantemente ribadito da Coop contro lo sfruttamento dei lavoratori nelle filiere agricole. Con "Origine", la nuova linea di prodotti a tracciabilità totale che comprende latte, olio d'oliva, conserve di pomodoro, carni, uova, Coop offre il massimo delle**



garanzie sul piano igienico-sanitario e della qualità, poiché è in grado di raccontare al consumatore **da dove vengono le materie prime** dei prodotti che acquista, come sono stati nutriti gli animali, quali controlli sono stati fatti, dove è avvenuta la lavorazione: insomma **ricostruire la storia di ogni prodotto** con una rintracciabilità totale. I prodotti Origine riportano infatti sulle confezioni **informazioni ancora più complete** per conoscere subito con esattezza la reale provenienza di tutte le materie prime impiegate, e non solo lo stabilimento di trasformazione o confezionamento. (c.g.)

ghi la capacità distributiva delle botteghe del commercio equo, ad esempio.

In Trentino gli oltre quattromila spettatori che anche per questa nona edizione hanno affollato le sale del festival dedicato alle filiere del cibo, *Tutti nello stesso piatto*, e l'ade-

sione entusiasta di numerosi giornalisti da varie regioni all'innovativa scuola di **impact journalism**, organizzata da Mandacurà in novembre, sono due segnali confortanti che portano nella direzione quanto meno di una maggiore consapevolezza.

Stagione 2017-2018

# Trentino a teatro: gli spettacoli di gennaio

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione tariffe ridotte sui biglietti d'ingresso e sugli abbonamenti. **Info e dettagli su [www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni/Cultura/Teatri](http://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni/Cultura/Teatri)**



## Trento

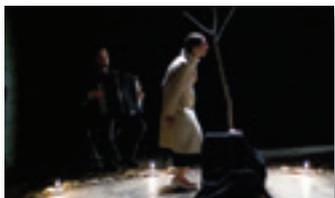
### TEATRO PORTLAND

12 gennaio, ore 21  
*Controcanto Collettivo*  
**SEMPRE DOMENICA**



Dalle ore 18 alle 19  
**"Lo spettatore accorto":**  
approfondimenti tematici e formazione del pubblico a cura di Enrico Piergiacomini e Andrea Brunello; insegnante Paolo Vicentini

26 e 27 gennaio, ore 21  
*Aida Talliente*  
**SOSPIRO D'ANIMA**



Venerdì dalle ore 18 alle 19  
**"Lo spettatore accorto":**  
approfondimenti tematici e formazione del pubblico a cura di Enrico Piergiacomini e Andrea Brunello. Insegnante Giacomo Anderle.

- **Con Carta In Cooperazione:**
- **biglietto d'ingresso a tariffa ridotta** per gli spettacoli della Stagione teatrale La Bella Stagione e Teatro della Meraviglia e di tutte le altre rassegne del Teatro Portland.
- **sconto 10%** corsi di avviamento a teatro per bambini, ragazzi e adulti.
- **sconto 10%** corsi di dizione,

lettura in pubblico ed educazione vocale.  
Convenzione valida per due persone: intestatario della carta e un familiare (inteso coniuge o figlio).

**Info e prenotazioni**  
prenotazioni@teatroportland.it  
tel. 0461 924470 (feriale)  
339 1313989 (festivo)  
[www.teatroportland.it](http://www.teatroportland.it)

## Trento

### TEATRO SAN MARCO

#### TRAPASSATO FUTURO

Stagione organizzata da Il teatro delle quisquiglie con il Servizio Cultura, turismo e politiche giovanili del Comune di Trento

31 gennaio, ore 21  
*Il teatro delle quisquiglie*  
**FUGA DA AUSCHWITZ**



con Filippo Fossa, Massimo Lazzeri e Adele Pardi  
regia di Massimo Lazzeri

- **Biglietti**
- intero: 10 € (9 € con Carta In Cooperazione, max 2 biglietti ridotti per tessera; ridotto under 29: 7 € (6 € con Carta In cooperazione, max 2 biglietti ridotti per tessera); classi di studenti delle scuole secondarie: 4 € a studente (vedi sito [teatrosanmarco.it](http://teatrosanmarco.it), anche per gli orari delle matinée). Si può prenotare online su [www.teatrosanmarco.it](http://www.teatrosanmarco.it)

Informazioni  
[www.teatrosanmarco.it](http://www.teatrosanmarco.it)  
tel. 0461 233522

## Fiera di Primiero

### PRIMIERO DOLOMITI FESTIVAL



Primiero, Auditorium  
2 gennaio, ore 21  
**CONCERTO DI CAPODANNO**  
Dolomiti Wind Orchestra  
Ivan Villanova, direttore

- **Con Carta In Cooperazione:**
- **biglietto d'ingresso a tariffa ridotta** per i concerti del Primiero Dolomiti Festival;
- **biglietto d'ingresso a tariffa ridotta** per altri concerti organizzati dalla scuola  
Convenzione valida per due persone: intestatario della carta e un familiare (inteso coniuge o figlio).

**Informazioni**  
Tel. 0439.64946  
[www.primierodolomitifestival.it](http://www.primierodolomitifestival.it)

## Trento

### ESTROTEATRO - Villazzano

#### Musica

30 dicembre, ore 20.45  
*Associazione musicale Aurora*  
**CONFINI**  
Concerto sinfonico di fine anno  
orchestra Aurora  
direttore Claudio Vadagnini

#### Prosa

13 gennaio, ore 20.45  
14 gennaio, ore 16  
*La Bilancia Produzioni*



## MINCHIA SIGNOR TENENTE

di Antonio Grosso  
regia di Nicola Pistoia

27 gennaio, ore 20.45  
28 gennaio, ore 16  
*Agricantus Produzioni*  
**HO ADOTTATO MIO FRATELLO**



di e con M. Cannella, N. Innocenzi, M. Iovane, J. Libertino, N. Mattei

25 gennaio, ore 20.45  
*EstroTeatro*  
**COSMO LIFE**



## PoPoPò: porta i popi al Portland!

### STORIE DI TEATRO PER PICCOLI SPETTATORI

Domenica 7 gennaio, ore 11 e 16.30  
*Teatro a Dondolo*  
**FANTASIE DI MARIONETTE**  
di e con Michela Cannoletta (età consigliata: bambini dai 3 anni in su)



Domenica 21 gennaio, ore 11 e 16.30  
*Aria Teatro*  
**LA STORIA DEL LUPO LULÙ**  
con Klaus Saccardo e Andrea Pietro Anselmi (età consigliata: dai 4 anni in su)

- **Biglietti:** intero 6 euro, ridotto 4 euro, ingresso libero under 3



## Lizzana

**ASSOCIAZIONE CULTURALE  
COMPAGNIA DI LIZZANA**

**Teatro Zandonai, Rovereto**  
12 e 13 gennaio, ore 20.45  
**SORELLE. DIO VEDE  
E PROVVEDE!**

con la Compagnia di Lizzana  
regia Roberto Marafante  
musiche originali di Ariele  
Manfrini

■ **Con Carta In Cooperazione:**  
tariffa ridotta per gli spettacoli

del Sipario d'oro 2018, Festival  
nazionale di teatro amatoriale,  
sia dei Concorsi nazionale e  
regionale.

Convenzione valida per due  
persone: intestatario della carta  
e un familiare (inteso coniuge o  
figlio).

### Informazioni

www.compagniadilizzana.it  
Sipario d'Oro, Rovereto  
tel. 0464 480686  
prenotazioni@compagniadilizzana.it  
www.sipariodoro.it



regia e adattamento Nicola  
Piffer

## Amatoriale

20 gennaio 2018 ore 20.45

*I Toni Marci*

**LA TV DEI TONI MARCI**



di e con Marcello Morgese,  
Franco Toniolatti, Gabriele  
Zanon

## Teatro ragazzi

6 gennaio, ore 20

*ariaTeatro*

**LA STORIA DEL LUPO  
LULÙ**



■ **Con Carta In Cooperazione:**  
- biglietto d'ingresso a tariffa  
ridotta per gli spettacoli della  
Stagione teatrale organizzata  
dalla compagnia.

Convenzione valida per due  
persone: intestatario della carta  
e un familiare (inteso coniuge o  
figlio).

- **sconto 10% corsi annuali,  
seminari intensivi e workshop  
dedicati al teatro, al cinema e  
ad altre discipline artistiche.**

### Informazioni

www.estroteatro.com  
comunicazione@estroteatro.it

## Trento

**PRO LOCO RAVINA**

6 gennaio, ore 20.45

*Coro Vocinmusica*

**IL MIO POSTO  
NEL MONDO**

Testi di Chiara Zanella  
Con Roberto Leveghi

13 gennaio, ore 20.45

*Filodrammatica Vi.Va*

*di Vigolo Vattaro*  
**LA "NEO" DEL ZIO  
ANSELMO**



di Valerio Di Piramo traduzione  
di Serena Giacomelli,  
regia Rosella Ducati

27 gennaio, ore 20.45

*Estravagario teatro di Verona*

**COLAZIONE DA  
OCCHIOBELLO  
(anche da asporto)**



di Carlo Saglia adattamento  
di Silvino Gonzato  
regia di Alberto Bronzato

■ **Con Carta In Cooperazione:**  
tariffa ridotta sull'abbonamento  
per gli spettacoli teatrali  
"RavinAteatro" 2017-2018.  
Convenzione valida per due  
persone: intestatario della carta e  
un familiare (inteso coniuge o figlio).

### Informazioni

info@ravina.it  
www.ravina.tn.it

## Pergine

**TEATRO DEL COMUNE  
DI PERGINE VALSUGANA e  
ASSOCIAZIONE CULTURALE  
ARIA-TEATRO DI PERGINE**

6 gennaio, ore 20.45

7 gennaio, ore 10

*ariaTeatro*

**COPPIA APERTA,  
QUASI SPALANCATA**



di Franca Rame e Dario Fo  
con Simonetta Guarino,  
Denis Fontanari  
e Andrea Pietro Anselmi

9 gennaio, ore 20.45

*a.ArtistiAssociati, Pierfrancesco*

*Pisani, Parmaconcerti*

**MARITI E MOGLI**



dalla sceneggiatura del film  
omonimo di Woody Allen  
di e con Monica Guerritore  
e con Francesca Reggiani,  
Ferdinando Maddaloni, Cristian  
Giammarini, Enzo Curcurù,  
Lucilla Mininno, Malvina  
Ruggiano e Angelo Zampieri

18 gennaio, ore 20.45

*Sivalaccio Teatro*

**ROMEO E GIULIETTA,  
L'AMORE È  
SALTIMBANCO**



soggetto originale  
e regia Marco Zoppello  
con Anna De Franceschi,  
Michele Mori e Marco  
Zoppello

25 gennaio, ore 20.45

*Ludus in Fabula*

**MORTIMER E WANDA**



di e con Marina Thovez  
e con Mario Zucca

## Teatro ragazzi

14 gennaio, ore 16

*Teatro delle Briciole e la compagnia*

*I Sacchi di Sabbia*

**POP-UP. UN FOSSILE  
DI CARTONE ANIMATO**



di Giulia Gallo e Giovanni  
Guerrieri  
*età consigliata dai 3 anni*

28 gennaio, ore 16

*Teatro Carta e ariaTeatro*

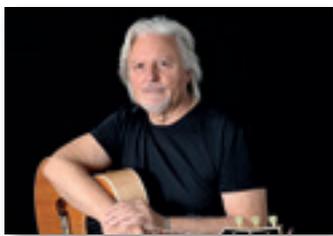
**IL PICCOLO CLOWN**



di e con Klaus Saccardo  
e Nicolò Saccardo  
*età consigliata dai 3 anni*

### Musica

13 gennaio, ore 20.45  
**ALDO TAGLIAPIETRA  
BAND**  
in concerto



27 gennaio, ore 18  
**Banda Sociale Di Pergine**  
**“COME FARFALLE  
IN UN CAMPO”**  
Voci da Terezín 1942-1944  
Concerto



*con musiche composte da  
musicisti internati nel campo di  
concentramento di Terezín;  
da un'idea di Wolftraud De  
Concini, attori Manuela  
Bertoldi, Ester D'Amato  
e Fabio Gaccioli; Banda  
Sociale di Pergine arrangiamenti  
e direzione Maestro Claudio  
Dorigato drammaturgia e regia  
Massimo Lazzeri e Antonella  
Bragagna*

### Danza

15 gennaio, ore 20.45  
*Natiscalzi DT*  
**LO SCHIACCIANOCI**



*Opera fantastica in atto unico  
per ensemble di danzatori  
e tappeto elastico*

di Tommaso Monza  
e Claudia Rossi Valli

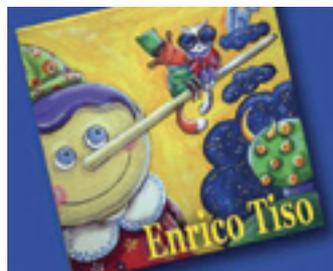
■ **Con Carta In Cooperazione:**  
**tariffa ridotta** su biglietti  
d'ingresso e abbonamenti per la  
Stagione di Prosa 2017/2018  
Convenzione valida per due  
persone: intestatario della carta  
e un familiare (inteso coniuge o  
figlio).

**Informazioni**  
Tel. 0461 534321  
www.teatrodipergine.it  
www.ariateatro.it

### Borgo Valsugana

**TEATRI DEL SISTEMA  
CULTURALE VALSUGANA  
ORIENTALE**  
Borgo, Roncegno, Telve,  
Scurelle e Grigno

**Teatro del Centro  
Scolastico di Borgo**  
6 gennaio, ore 16.30 e ore 20.45  
*(fuori abbonamento)*  
**Banda Civica di Borgo  
Valsugana**  
**PINOCCHIO,**  
storia di un burattino



*Fiaba musicale per banda  
e voce narrante*

**Teatro Comunale di Bolzano,**  
**Sala Grande**  
14 gennaio, ore 16  
**IL NOME DELLA ROSA**



di Umberto Eco; versione  
teatrale di Stefano Massin;  
regia e adattamento Leo Muscato  
*spettacolo riservato agli abbonati  
della Stagione Teatrale del Sistema  
della Valsugana Orientale  
(trasferita in pullman compreso  
nell'abbonamento)*

### A teatro con mamma e papà

**Borgo Valsugana,**  
**Teatro di Olle**  
20 gennaio, ore 16.30  
*I Burattini di Daniele Cortesi*  
**GIOPPINO E IL MISTERO  
DEL CASTELLO**  
di e con Daniele Cortesi

### Stagione Teatrale 2018 a Olle

13 gennaio, ore 20.45  
*Filodrammatica "Toblino" di Sarche*  
**COSSÌ NO' L VAL**  
di Luciano Longhi

27 gennaio, ore 20.45  
*Filodrammatica di Viarago*  
**LE SORELLE TRAPUNTA**  
di Giuseppina Cattaneo

■ **Con Carta In Cooperazione:**  
**tariffa ridotta** su biglietti  
d'ingresso ai singoli spettacoli e  
abbonamenti.  
Convenzione valida per due  
persone: intestatario della carta  
e un familiare (inteso coniuge o  
figlio).

**Informazioni**  
Tel. 0461 754052  
www.valsuganacultura.it/

### Riva del Garda Arco, Nago-Torbole

**Teatro Casa della Comunità  
di Nago**  
13 gennaio, ore 21  
*Compagnia Arditodesio*  
**MIO FRATELLO  
RINCORRE I DINOSAURI**



*tratto dal libro di G. Mazzariol  
"Mio fratello rincorre i dinosauri"*  
di Christian Di Domenico  
e Carlo Turati

**Auditorium del Conservatorio,**  
**Riva del Garda**  
19 gennaio, ore 21  
*zerO*  
**GUERRA ANGELO**



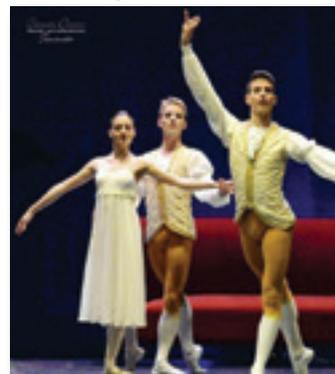
di e con Filippo Garlanda,  
pianoforte e suoni Pierangelo  
Taboni

**Sala Garda, Palazzo dei  
Congressi di Riva del Garda**  
martedì 23 gennaio, ore 21  
**PERLASCA**  
Il coraggio di dire no



scritto e interpretato da  
Alessandro Albertin

**Sala Garda, Palazzo dei  
Congressi di Riva del Garda**  
30 gennaio, ore 21  
*Balletto di Siena*  
**GRANDE SUITE  
CLASSIQUE VERDIANA**



coreografie di Marco Batti

■ **Con Carta In Cooperazione:**  
**sconto del 10%** su biglietti e  
abbonamenti di tutti gli spettacoli  
della stagione di prosa.  
Convenzione valida per due  
persone: intestatario della carta e  
un familiare (inteso coniuge o figlio).

**Informazioni**  
Unità operativa Attività Culturali,  
Sport e Turismo  
Comune di Riva del Garda,  
tel. 0464 573916  
www.comune.rivadelgarda.tn.it  
cst@comune.rivadelgarda.tn.it



## Rovereto, CID Centro Internazionale della Danza **Movimento e danza 2018**

**Da gennaio nuovi corsi settimanali per tutti e una programmazione ricca di grandi nomi della danza nazionale ed internazionale**

**CID  
Formazione e Animazione  
Territoriale: i nuovi corsi 2018**

**DANZA AFRO con Solò Diedhiou\***: alla scoperta della danza africana, del suo ritmo e della sua energia; con musica dal vivo. *Il lunedì, dal 15 gennaio al 19 marzo, ore 19.30-21. Costo 150 euro per 10 incontri*

**TAI CHI con Liliana Atz**: adatto a tutte le età, introduce i principi fondamentali del Tai Chi Chi Kung, insegnando progressivamente la "forma" a mani nude. *Il mercoledì, dal 24 gennaio al 2 maggio, ore 19.30-20.50. Costo 190 euro per 14 incontri*

**DANZA SABAR con Solò Diedhiou\***: una danza tradizionale tipica della cultura senegalese che prende il nome dello strumento usato per questa tecnica. *Il giovedì, dall'11 gennaio al 15 marzo, ore 20-21.30. Costo 150 euro per 10 incontri*

**LABORATORIO OFFICINA MOVIMENTO con Gloria Potrich, Alessandro Andreatta e Filippo Balestra\***: un chitarrista e un batterista, e una coreografa che costruisce dinamiche di movimento in dialogo continuo con la musica: è la danza contemporanea di OM\_OfficinaMovimento. *Il martedì e il giovedì, dal 6 febbraio al 19 aprile, ore 20-21.30. Costo 240 euro per 20 incontri, 150 euro per 10 incontri*

**ZUMBA® con Cristiana Bertelli\***: un allenamento completo che combina tutti gli elementi di fitness e cardio, condizionamento muscolare, equilibrio e flessibilità, con un'esplosione di energia positiva e una dose massima di entusiasmo. *Il venerdì, dal 12 gennaio al 16 marzo, ore 19-20. Costo 75 euro per 10 incontri*

**GIOYOGA BIMBI 4-5 e 6-7 anni con Maura Mascolo**: un approccio pedagogico centrato sul valore formativo dell'educazione sensibile, per sostenere la crescita sul piano fisico emotivo e psichico. Il metodo GiocaYoga® dà vita a tempi e spazi che coinvolgono il corpo, le emozioni, i sensi. *Il venerdì, dal 19 gennaio al 9 marzo, ore 16-17 giocayoga 4-5anni e ore 17-18 giocayoga 6-7 anni. Costo 85 euro per 8 incontri (sconto del 5% per il secondo figlio iscritto)*

**PILATES con Silvana Pedrotti\***: permette di conoscere il proprio corpo per ottenerne il massimo beneficio: migliore postura, forma più equilibrata, muscolatura tonica e articolazioni più elastiche. *Il venerdì, dal 9 febbraio al 4 maggio, ore 18-19. Costo 85 euro per 12 incontri*

**DANZA CLASSICA con Enkel Zhuti\***: per apprendere le basi di questa affascinante tecnica, con un metodo che tiene conto delle difficoltà di un corpo già sviluppato può incontrare. *Il sabato, dal 13 gennaio al 3 marzo, ore 9-10.30 per principianti e ore 10.30-12 livello intermedio/avanzato. Costo: 90 euro per 8 incontri*

**LEZIONI DI GRUPPO DI METODO FELDENKRAIS® con Luna Pauselli\***: un sistema educativo che stimola la capacità umana di apprendere, cambiare e migliorarsi. *Il martedì, dal 30 gennaio al 15 maggio, ore 18.45-19.45. Costo: 165 euro per 15 incontri, 100 euro per 8 incontri*

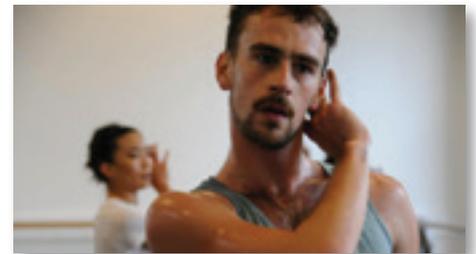


\* Per questi corsi i possessori di **Carta In Cooperazione** possono usufruire di uno sconto dal 5% al 10% iscrivendosi telefonicamente allo 0464 431660.

**VIDEOCID\_KIDS con Paola Carlucci**: per bambini dai 5 ai 10 anni (e i loro genitori) per avvicinarsi alla danza attivamente (con la creazione di disegni e di piccole sequenze di movimento o passi) attraverso la visione di coreografie che spaziano dai cartoni animati e film fino ai capolavori della danza classica e contemporanea. **Sabato 27 gennaio, 17 febbraio, 24 marzo, 21 aprile e 19 maggio**, ore 16.30-18, **ingresso libero e gratuito. Per prenotazione: cid@centrodelladanza.it / 0464 431660**

**CID/Centro Internazionale della Danza  
Masterclass e workshop  
con maestri e tecniche  
della danza moderna**

Tante le proposte in programma: masterclass e workshop per approfondire la propria formazione coreutica, e opportunità di perfezionamento tecnico e creativo con coreografi e danzatori di fama nazionale e internazionale nella danza moderna, contemporanea, classica e non solo.



**A GENNAIO: "Il labirinto di Dedalo", workshop d'improvvisazione e composizione coreografica** (venerdì 12, sabato 13 e domenica 14) condotto da **DIEGO TORTELLI** coreografo e danzatore; martedì 16 gennaio **masterclass di flamenco** con **PATRICIA GUERRERO**, artista con un talento straordinario, a 27 anni una delle ballerine più promettenti del momento.



**Per info e iscrizioni:**  
cid@centrodelladanza.it,  
www.centrodelladanza.it,  
tel. 0464 431660, lunedì-venerdì,  
ore 9-13 e 14-18.



Le convenzioni Carta In Cooperazione per sciare

# La stagione degli sci (con gli sconti)

La nuova stagione sulle piste: riservati ai soci possessori di Carta In Cooperazione, ecco gli sconti per gli impianti di risalita e per le lezioni con i Maestri di sci

## Paganella Ski

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

SCONTATO 20%	PREZZO UFFICIALE	Con Carta in Cooperazione
<b>SKIPASS GIORNALIERO PAGANELLA</b>		
ADULTI	€ 41,00	€ 33,00
JUNIOR	€ 29,00	€ 23,00
BAMBINI	€ 21,00	€ 17,00
<b>SKIPASS 4 ORE PAGANELLA</b>		
ADULTI	€ 35,00	€ 28,00
JUNIOR	€ 25,00	€ 20,00
BAMBINI	€ 18,00	€ 14,00
SCONTATO 15%	PREZZO UFFICIALE	Con Carta in Cooperazione
<b>SKIPASS STAGIONALE PAGANELLA</b>		
ADULTI	€ 550,00	€ 470,00

\* JUNIOR Nati dopo il 30.11.2001 con documento  
\* BAMBINI Nati dopo il 30.11.2009 con documento

Per i gruppi è prevista una gratuità ogni 20 persone. Lo sconto sullo stagionale sarà applicato esclusivamente ai

Soci residenti fuori regione. I residenti nelle province di Trento e Bolzano già beneficeranno di un particolare sconto deciso dal Consorzio. Per usufruire dello sconto i soci dovranno presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione (che varrà per 2 persone) insieme a un documento di identità. **La convenzione vale per 2 persone** e ha validità dal 16/11/2017 al 2/4/2018. Il Socio titolare della Carta potrà cedere la stessa a un familiare (coniuge e/o figlio) che, presentandola alla biglietteria con copia del documento di identità del Socio, potrà usufruire della convenzione. Anche in questo caso la convenzione sarà valida per 2 persone purché familiari del Socio. Gli sconti non valgono nel periodo dal 23/12/2017 al 6/1/2018.

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



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



## FolgariaSki

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **SCONTO 20%** su skipass giornaliero festivo (sabato, domenica e festivi) valido sulla Skiarea Folgaria-Fiorentini
- **SCONTO 20%** su skipass giornaliero feriale (dal lunedì al venerdì) valido sulla Skiarea Folgaria-Fiorentini
- **SCONTO 10%** su skipass plurigiornaliero da 2 a 14 giorni, valido sulla Skiarea Alpe Cimbra - Folgaria Lavarone;
- **PER I GRUPPI** organizzati e precedentemente comunicati è prevista **1 gratuità ogni 20 persone** (su prenotazione con elenco nominativi).

*Gli sconti sono riservati all'acquisto dello skipass delle categorie Adulto e Senior (nato prima del 30.11.1952).*

*Tutti gli sconti non si applicano sulle tariffe junior e bambino e non sono cumulabili con altre promozioni in corso.*

*Questi sconti non valgono nel periodo dal 23.12.2017 - 7.1.2018.*

*Per usufruire degli sconti basta presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione insieme a un documento d'identità. Convenzioni valide per due persone.*

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

Info: 0464.720538  
segreteria@folgariaski.com  
www.alpecimbra.it  
www.folgariaski.com



## Pejo 3000

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

• **SCONTO GIORNALIERO:**

- sconto 6 € su skipass adulto (prezzo ufficiale bassa stagione € 33 e € 36 in alta stagione);
- sconto 4 € su skipass ragazzi - nati dopo il 30.11.2001 (prezzo ufficiale bassa stagione € 23 e € 25 in alta stagione);

• **"3x2" (COMPRI 3 E PAGHI 2):** 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, **valido il sabato**. L'offerta è valida solo con l'acquisto di 1 skipass adulto al prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti.

*Le condizioni speciali si intendono valide dietro presentazione della Carta In Cooperazione all'acquisto del prodotto/servizio da parte dell'intestatario della medesima o da parte di soggetti appartenenti allo stesso nucleo familiare dell'intestatario (coniuge e/o figli). Qualora si presentasse ad una delle biglietterie un familiare questi dovrà*



*presentare la Carta In Cooperazione accompagnata dal proprio documento d'identità e dalla copia del documento d'identità del Socio titolare della Carta In Cooperazione. Ogni Carta In Cooperazione è valida per 3 persone (Socio + 2 accompagnatori) oppure familiare del Socio (coniuge o figlio) + 2 accompagnatori. I vantaggi offerti ai Soci non sono cumulabili con altre offerte in corso, potranno essere utilizzati una sola volta al giorno. Sono esclusi Natale e Capodanno.*



Info: www.skipejo.it  
0463.753238

## Carta In Cooperazione

### Per informazioni

Sait, Ufficio Relazioni Soci,  
0461.808641 - ufficio.soci@sait.tn.it

<https://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni>

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

## Ski Center Lavarone

### Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **SCONTO 20% skipass giornaliero full day adulto e senior** (prezzo ufficiale: adulto da 32 € a 35 € a seconda della sta-

gionalità; senior da 29 € a 31 € a seconda della stagionalità)

- **SCONTO 10% skipass plurigiornaliero adulto e senior** da 2 a 14 giorni valido per gli impianti Ski Center Lavarone
- **PER I GRUPPI è prevista una gratuità ogni 25 persone** (su prenotazione tramite elenco nominativi)

*Convenzione non valida nel periodo di alta stagione (dal 23/12/17 al 7/1/18). Per usufruire degli sconti basta presentare alle casse la Carta In Cooperazione insieme al documento d'identità. Convenzione valida per due persone.*

## tempo libero



**Info:** 0464.783335

[info@lavaroneski.it](mailto:info@lavaroneski.it)

[www.alpecimbra.it](http://www.alpecimbra.it) - [www.lavaroneski.it](http://www.lavaroneski.it)

## Trento Funivie Monte Bondone

### Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **SKIPASS 3x2 dal lunedì al sabato:** 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, dal lunedì al sabato. L'offerta è valida sull'acquisto di uno skipass giornaliero adulto a prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti (escluso il periodo dal 23.12.2017 al 7.1.2018).
- **SCONTO DI 7 EURO dal lunedì al venerdì sullo skipass Adulto di listino dal**

**25.11.2017 all'8.04.2018** (escluso il periodo dal 23.12.2017 al 7.1.2018).

- **SKIPASS STAGIONALE adulto a 329 euro invece di 389 euro** se acquistato dal



17.12.2017. Prima di questa data lo skipass è infatti in prevendita.

*Convenzione valida per il Socio o per un suo familiare (coniuge o figlio in possesso di copia di documento d'identità del Socio). Per usufruire degli sconti i Soci dovranno presentare alle biglietterie la Carta In Cooperazione insieme a un documento d'identità.*

*Queste offerte non sono cumulabili con altre promozioni.*

**monte bondone**  
**ALPE di TRENTO**

**Info:** 0461.948187

[www.ski.montebondone.it](http://www.ski.montebondone.it)

[funivie@montebondone.it](mailto:funivie@montebondone.it)

## Associazione Maestri di Sci del Trentino

### Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **SCONTO 10%** su lezioni collettive
- **SCONTO 10%** su lezioni individuali (per 1 persona)
- **1 QUOTA GRATUITA** su lezioni individuali per 2-3 persone (familiari del socio: coniuge e/o figli).

*La convenzione sarà ripetibile ma non cumulabile con eventuali altre promozioni in corso.*

*Convenzione valida per due persone appartenenti allo stesso nucleo familiare (coniuge e/o figli) per i soli corsi collettivi.*

*La convenzione è valida dall'1/12/2017, escluso il periodo natalizio dal 18/12/2017 al 8/1/2018 e la settimana di carnevale.*



La convenzione è valida esclusivamente nelle scuole di sci del seguente elenco:

Scuola	Località
ALPE CERMIS-CAVALESE	Cavalese
ALPE DI PAMPEAGO	Tesero
ALTA VAL DI FIEMME	Bellamonte
LAGO DI TESERO	Lago di Tesero
PASSO LAVAZÈ	Varena
CAMPITELLO	Campitello di Fassa
MOENA DOLOMITI	Moena
VAJOLET POZZA	Pozza di Fassa
VIGO DI FASSA PASSO COSTALUNGA	Vigo di Fassa
DOLOMITI	Primiero S.Martino di Castrozza
SAN MARTINO DI CASTROZZA	Primiero S.Martino di Castrozza
DOLOMITI DI BRENTA	Andalo
KRISTAL	Andalo
NUOVA ANDALO	Andalo
FAI DELLA PAGANELLA	Fai della Paganella
MONTE BONDONE TRENTO	Trento
VIOTE	Trento
PANAROTTA 2002	Povo di Trento
ALPECIMBRA	Folgaria
FOLGARIA	Folgaria

Scuola	Località
LAVARONE	Lavarone
SCIE DI PASSIONE	Folgaria
MONTE BALDO	Pastrengo (VR)
AEVOLUTION	Dimaro
AZZURRA	Folgarida
FOLGARIDA DIMARO	Dimaro
MARILLEVA	Mezzana
VAL DI SOLE DAOLASA	Mezzana- Commezzadura
TONALE PRESENA	Passo del Tonale
TRE LAGHETTI	Vermiglio
VAL DI PEJO	Pejo
PINZOLO	Pinzolo
VAL RENDENA a.t.p.	Pinzolo
5 LAGHI	Madonna di Campiglio
ADAMELLO BRENTA	Madonna di Campiglio
CAMPO CARLO MAGNO	Madonna di Campiglio
ITALIAN SKI ACADEMY	Madonna di Campiglio
K 2	Madonna di Campiglio
MALGHETTE	Madonna di Campiglio
NAZIONALE - DES ALPES	Madonna di Campiglio
PROFESSIONAL SNOWBOARDING	Madonna di Campiglio
RAINALTER	Madonna di Campiglio
THE GARDEN	Madonna di Campiglio
ZEBRA	Madonna di Campiglio



**Info:** 0461.826066

[www.trentinosci.it](http://www.trentinosci.it)

**S**e mai qualcuno pensasse che la diffusione di corrette informazioni e la messa in atto di comportamenti che aiutano a prevenire la diffusione delle malattie sessualmente trasmissibili siano qualcosa di scontato e già assodato, si sbaglia di grosso. In Italia, infatti, le cifre parlano chiaro: da un lato **aumentano i casi di infezioni** (ne esistono diversi tipi, dall'Hiv alla sifilide ad altre forme meno gravi), e dall'altro **cala il numero di profi-**



dell'Aids (parliamo di fine anni '80), quando l'opinione pubblica fu costretta a scoprire questo tipo di problema, paiono lontani. In più parlare di educazione sessuale nelle scuole e più in generale nella società è ancora merce piuttosto rara. **Proprio per questo Coop ha deciso di lanciare, in**

## Debuttano “+ spessi”, i nuovi profilattici a marchio Coop **Informati e protetti per volersi bene**

**Nel nostro paese si registra un aumento delle infezioni sessualmente trasmesse. Per questo Coop offre uno strumento in più per vivere serenamente la propria sessualità, dato che la prevenzione è fondamentale**

di **Dario Guidi**

**lattici venduti** che, come spiegano medici ed esperti, sono strumento fondamentale di prevenzione. Tra il 2015 e il 2016 nelle farmacie le confezioni di pro lattici vendute sono scese di un 6,5% (e già tra 2006 e 2014 si era perso un ulteriore 20%, cioè da 11 a 9,3 milioni di confezioni).

**Cifre che indicano con urgenza la necessità di riprendere e rilanciare una battaglia, specie tra i più giovani, che abbini alla sessualità il binomio informazione e prevenzione.** Del resto gli anni in cui esplose l'emergenza



concomitanza con la giornata mondiale contro l'Aids dello scorso 1° dicembre, un nuovo tipo di profilattico sempre deno-

### **«Le infezioni sono in aumento: servono informazione e prevenzione»**

**Intervista a Barbara Suligoi, Direttrice del Centro Operativo Aids dell'Istituto Superiore di Sanità**

**Alla dottoressa Barbara Suligoi, direttore del Centro operativo Aids dell'Istituto superiore di sanità, abbiamo chiesto che tipo di andamento ha avuto la diffusione delle infezioni sessualmente trasmissibili (Ist) nel nostro paese, nel corso dell'ultimo decennio?**

Quando si parla di questo tipo di infezioni bisogna comprendere che si parla di più di venti patologie, con sintomi diversi, agenti causali diversi, diversa diffusione nella popolazione e diversi trend temporali. Non ci sono (né in Italia né in altri paesi) dati nazionali sulla diffusione di ciascuna di queste patologie eccetto che per sifilide e gonorrea. Per le altre sono disponibili dei dati tratti da sistemi di sorveglianza “sentinella”, cioè ottenuti da una rete stabile di centri segnalatori di usi su tutto il territorio nazionale, che tuttavia non riportano il numero totale

delle diagnosi in Italia ma danno piuttosto indicazioni sui sottogruppi maggiormente colpiti e sugli andamenti temporali. Chiarito questo, **tutti i dati disponibili indicano un aumento costante delle Ist nell'ultimo decennio.** Con un trend analogo a quanto si vede anche in altri paesi occidentali.

**Rispetto all'Hiv qual è la situazione?**

In Italia nell'ultimo decennio si osserva un lieve declino del numero annuo di nuove infezioni, ma il numero totale di persone Hiv positive s'incrementa costantemente per effetto delle nuove terapie antivirali che comportano una aumentata sopravvivenza. Stimiamo che in Italia siano presenti circa 120.000 persone Hiv positive.

**Anche se la chiave sono i comportamenti individuali, si può tracciare una mappa del rischio?**

*I sottogruppi a rischio si differenziano molto a seconda della malattia: per alcune Ist le donne sono più vulnerabili (Hpv, clamidia), per altre i giovani (clamidia), o i maschi che fanno sesso con maschi (condilomi, sifilide, linfogranuloma venereo), oppure gli stranieri (gonorrea), o le donne straniere (sifilide latente), ecc.*

**Specie tra i giovani c'è adeguata consapevolezza dei rischi? Come operatori sanitari percepite un'evoluzione positiva del livello di informazione oppure c'è stato un regresso?**

*In tutta la popolazione la conoscenza delle Ist è molto bassa e difficilmente si percepisce il rischio, compreso l'Hiv. I giovani in particolare hanno poche fonti di informazione, spesso imprecise, e sono quelli che rischiano di pagare il prezzo più elevato per una patologia non curata, in termini di effetti negativi sulla fertilità futura e sulla qualità della vita. L'idea più diffusa è che queste patologie colpiscano unicamente alcuni gruppi di persone (omosessuali, prostitute, tossicodipendenti, pluripartner, transessuali) di cui non facciamo parte,*

## Per saperne di più

[www.iss.it/ccoa/](http://www.iss.it/ccoa/) del Centro Operativo Aids, dove si possono trovare pubblicazioni e informazioni generali su Ist, Hiv e Aids.

[www.uniticontrolaids.it/aids-ist/test/dove.aspx](http://www.uniticontrolaids.it/aids-ist/test/dove.aspx) dell'Unità Operativa Ricerca psico-socio-comportamentale dove si possono trovare indicazioni di tutte le strutture che fanno i test per Ist e Hiv, in Italia, con indirizzi, recapiti telefonici e orari.

**Telefono Verde Aids e Ist 800 861061**, servizio nazionale, attivo dal lunedì al venerdì, dalle 13 alle 18; rispondono ricercatori esperti nel settore. Il lunedì e il giovedì dalle 14 alle 18 è presente anche un consulente in materia legale

minato "Fallo protetto". Si tratta dei profilattici **"+ Spessi"**, cioè ancora più resistenti e pensati per coloro che si sentono più sicuri utilizzando preservativi di spessore maggiore, quindi per persone che vivono con ansia la rottura del profilattico, per i giovani, gli omosessuali e gli amanti dei rapporti più intensi.

**Da cosa deriva questo impegno Coop sul fronte della salute e di**

**una sessualità consapevole?** "Per Coop - spiega il responsabile della strategia del prodotto a marchio Coop, **Roberto Nanni**



- la tutela del consumatore è fondamentale e va perseguita in tutte le sue espressioni. Per questo ci siamo sempre occupati di temi sociali importanti, sviluppando **progetti e iniziative volti a garantire il benessere e la salute delle persone**. I nostri profilattici, che ora si arricchiscono di una referenza in più, rappresentano la risposta di Coop all'esigenza di soci e consumatori di vivere consapevolmente e serenamente la propria sessualità, mettendo al primo posto la prevenzione. Per questo motivo Coop ha deciso di schierarsi per la promozione di una corretta educazione sessuale, sensibilizzando soprattutto i più giovani al rispetto per sé stessi e per gli altri, **sostenendo l'uso del profilattico e offrendo un prodotto di qualità ad un prezzo conveniente**".

L'uscita del nuovo profilattico si affianca, oltre che ad attività informative e promozionali nei punti vendita, alla collaborazione con associazioni come Anlaid, Lila e Arcigay che si battono per informare sull'Hiv, per abbattere la discriminazione e per fermare l'Aids combattendo paure e pregiudizi. A queste associazioni verrà donato da Coop un quantitativo di profilattici, che saranno distribuiti nel corso delle attività programmate per il 2018. ([consumatori.e-coop.it](http://consumatori.e-coop.it))

e che quindi non ci toccano e non ci interessano. **Di fatto le Ist interessano tutte le persone sessualmente attive**, di qualsiasi età e gruppo sociale, senza discriminazioni. Purtroppo, passato il boom legato all'Aids negli anni '90, non si parla più di infezioni che si trasmettono con i contatti sessuali, né sui media, né in casa, né tantomeno a scuola. Meglio sottacere.

**Su quali azioni si deve basare una strategia di contrasto a questo tipo di problematiche?**

**Sarebbe necessario innanzitutto che la popolazione generale fosse informata sulla larghissima diffusione di queste infezioni e sulle gravi sequele che possono comportare alcune di esse se non vengono diagnosticate e curate in tempo (tumori, sterilità, gravidanze ectopiche, ecc.) e che queste infezioni possono colpire veramente ognuno di noi e i nostri figli. È importante sottolineare che in una larga parte di casi queste infezioni non si manifestano in modo evidente a livello genitale e quindi qualsiasi sintomo anormale o inusuale riscontrato deve essere motivo per**

*consultare il proprio medico curante o lo specialista (ginecologo, andrologo, infettivologo, ecc.).*

*Poi bisognerebbe educare ogni cittadino all'uso del preservativo in tutti i rapporti sessuali occasionali o con partner non stabile, spiegando che questa è l'unico strumento a disposizione di tutti (si compra ormai ovunque ed in alcuni supermercati il prezzo è particolarmente contenuto) per evitare la trasmissione di infezioni per via sessuale. Dobbiamo entrare nell'ordine di idee di usare il preservativo come strumento abituale di prevenzione, così come si usa la cintura di sicurezza o ci si lava i denti dopo i pasti; non dobbiamo temere di urtare la sensibilità del partner ma piuttosto spiegare (a lei o a lui) che usare il preservativo non è un gesto di sfiducia nei suoi confronti ma un'incertezza sullo stato di salute dei suoi partner precedenti. Infine consiglieri a tutte le persone che hanno avuto un rapporto sessuale non protetto da preservativo con partner non stabile di fare un test per l'Hiv.*

**stare  
in salute**

Rovereto, 22-30 gennaio 2018

## Insieme per non fumare più

### Il laboratorio di gruppo per smettere di fumare

**Q**uattro serate consecutive, da lunedì 22 a giovedì 25 gennaio (ore 20-22), più una il 30 gennaio, a Rovereto e sempre presso l'oratorio della parrocchia Santa Caterina (Borgo Santa Caterina, 38): è il consueto programma del corso "Insieme per non fumare più", promosso dal Servizio di Alcolologia Centro Antifumo del Distretto Sanitario Centro Sud, in collaborazione con A.C.A.T. Vallagarina e Montalbano e basato sull'approccio dell'auto mutuo aiuto (durante gli incontri si suggerisce la presenza di un familiare o di una persona amica).

**Alla base del laboratorio il modello dell'auto mutuo aiuto**, poiché l'esperienza del gruppo per smettere di fumare è valida e consolidata. Il cambiamento del proprio stile di vita è infatti facilitato dal confronto con gli altri membri del gruppo; la motivazione personale, l'apprendimento di tecniche e suggerimenti utili anche rispetto ad altri stili di vita e la solidarietà del gruppo rappresentano gli elementi essenziali del percorso.



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

**Per informazioni e iscrizioni**

Servizio di Alcolologia Centro Antifumo  
Distretto Sanitario Centro Sud  
via S.G. Bosco 6, Rovereto  
Tel. 0464 403611 (lun.-ven. 8.30-10.30)  
Quota iscrizione: 40 euro  
(per le spese del corso, devoluta alle associazioni che collaborano)



## Naked Cake alla vaniglia

### Ingredienti:

- 130 g farina 00
- 30 g Amido di Mais
- 2 uova
- 1 cucchiaino di Estratto di Vaniglia in Bacca
- 1/2 bustina di **LIEVITO PANE DEGLI ANGELI**
- 140 g zucchero
- 2 cucchiaini di cacao amaro
- 100 ml olio di semi
- 80 ml latte

### Per la crema:

- 2 uova
- 50 g zucchero
- 1 cucchiaino di Amido di Mais
- 250 ml latte
- 1 cucchiaino di Estratto di Vaniglia in Bacca
- 200 ml panna da montare

### Per la decorazione:

- Glassa al cacao **PANEANGELI**
- Mandorle affettate **PANEANGELI**
- Codette al cacao **PANEANGELI**
- Decorazioni al Cioccolato

## Preparazione

1. Disponi sul tavolo tutti gli ingredienti per la preparazione della Naked Cake.
2. Con l'aiuto delle fruste, lavora le uova con lo zucchero fino a quando il composto non diventa spumoso e gonfio. Aggiungi un cucchiaino di estratto di vaniglia in bacca.
3. Aggiungi al composto farina, amido di mais e il lievito e mescola con le fruste.
4. Quando tutto è ben amalgamato aggiungi infine il cacao, il latte e l'olio.
5. Versa il composto in uno stampo a cerniera preventivamente foderato di carta forno o passato con un ungitaglia. Cuoci per circa 40 minuti a 180°C in forno statico. Fai la prova stecchino prima di sfornare: se esce asciutto il dolce è cotto.
6. Prepara la crema pasticcera in una piccola casseruola. Lavora i tuorli con lo zucchero, aggiungendo l'amido di mais poco alla volta. Successivamente aggiungi il latte bollente e l'estratto di vaniglia in bacca. Poni sul fuoco e continua a mescolare. Cuoci per 3-4 minuti. Quando la crema sarà pronta lasciala raffreddare completamente.
7. Sforna la torta su una gratella e lasciala raffreddare bene.
8. Aggiungi alla crema pasticcera la panna montata.
9. Taglia la torta a metà e con l'aiuto di una sac à poche farcisci la torta con la crema alla vaniglia. Aggiungi le mandorle affettate.
10. Prepara la glassa al cioccolato seguendo le indicazioni riportate sulla confezione e rivesti la torta.
11. Completa la decorazione con codette al cacao e decorazioni al cioccolato.





**Ricette, bottiglie e libri**

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

**L'avena in cucina**

# Chicchi e fiocchi nel piatto

Non solo nel latte del mattino: l'avena (in particolare i fiocchi) si presta a ricette alternative salate o dolci, stuzzicanti e nutrienti, per ogni ora della giornata

## TORTINO DI FIOCCHI D'AVENA CON SPINACI

*Per 4 persone: 200 g di fiocchi di avena, 400 g di spinaci, 2 uova, 40 g di formaggio grana, 1 spicchio d'aglio, olio d'oliva extravergine*

Dapprima mettete i fiocchi di avena in poca acqua per ammorzarli, poi scolateli bene; unite le uova, il grana grattugiato, sale e pepe; cuocete gli spinaci in poca acqua salata, scolateli, strizzateli, insaporiteli in padella con aglio e poco olio di oliva e teneteli da parte. Scaldare 2 cucchiaini di olio nella padella usata per gli spinaci e cuocetevi il composto di fiocchi di avena, a fuoco lento, come una frittata: fatelo dorare e giratelo per dorarlo dall'altra parte; servitelo caldo con gli spinaci e il grana grattugiato.

## ZUPPA DI AVENA CON VERDURE E LEGUMI

*250 g di ceci o fagioli lessati, 150 g di avena perlata, se gradite 5 foglie di cavolo nero (oppure biette), 1 carota, 1 cipolla bianca piccola, 1 litro di brodo vegetale, 3 cucchiaini di olio d'oliva extravergine, 2 foglie di salvia, una di alloro e un*



*piccolo rametto di rosmarino, formaggio grana, sale e pepe*

In un tegame fate ammorbidire nell'olio la cipolla con la carota e gli aromi (legati in un piccolo bouquet), aggiungete il cavolo nero tritato e quindi l'avena (tenuta in ammollo almeno per 3 ore), mescolate, versate il brodo e lasciate cuocere (circa 50 minuti), aggiungendo brodo se necessario; verso il termine della cottura aggiungete i ceci o i fagioli; aggiustate di sale e pepe; lasciate riposare qual-

che minuto e servite con grana grattugiato. Per risparmiare tempo, e in alternativa all'avena perlata, è possibile impiegare i **fiocchi di avena** (40-50 g a porzione), da mettere a cuocere con le verdure quando queste sono a metà cottura (i fiocchi richiedono circa 5-10 minuti di cottura, o anche di più, dipende dai gusti). A piacere si possono aggiungere o sostituire altre verdure di stagione o quelle più gradite.

## PORRIDGE CON YOGURT GRECO E MUESLI

*Per 1 persona: 50 gr di muesli alla frutta vivi verde, 1/2 bicchiere di latte alta qualità Origine, 1 cucchiaino di miele di bosco fior fiore, 2 cucchiaini di yogurt greco, frutta fresca di stagione a piacere (mela, banana, mirtillo, lamponi, fragole, ...), frutta secca e semi vari (mandorle, semi di girasole, di lino, bacche di goji...)*



Fate cuocere il muesli a base di fiocchi di avena nel latte fino a che il liquido non si sarà assorbito (4-5 minuti); unite il miele e mescolate bene; mettete il tutto in una ciotolina e ponete al centro lo yogurt greco, la frutta fresca a pezzetti, la frutta secca e/o i semi e guarnire con una spolverata di cannella. Consigli: il porridge si presta a mille personalizzazioni. Altri ingredienti da mettere possono essere vaniglia, cacao, purea di frutta fresca, fave di cacao, cioccolato, erbe aromatiche, spezie. La frutta fresca, come mela e pera, possono essere messe anche in cottura con il muesli. ([www.e-coop.it](http://www.e-coop.it))

## CON GLI AVANZI DELLE FESTE Polpette (al forno) di cotechino, lenticchie e boscatella

*Per 4 persone: 200 g di lenticchie lessate, scalogno, aglio, carota e sedano, peperoncino; 1 cotechino fior fiore; formaggio Boscatella del Trentino fior fiore q.b.; 1 cucchiaino di curcuma (facoltativo); 100 g di mollica di pane raffermo ammollata nel latte; pangrattato, sale e pepe*



Scolate bene le lenticchie lessate: per una preparazione più saporita fate soffriggere in una padella, dell'olio di oliva con un trito aglio, scalogno, carota e sedano e peperoncino; regolate il sale; quando risultano ben asciutte, fate raffreddare. Cucinate il cotechino come indicato dalla confezione; una volta cotto eliminate la pelle e tritatelo. Amalgamate le lenticchie con il cotechino, la mollica del pane raffermo (ammollato e strizzato), il cucchiaino di curcuma e regolate di sale e pepe; aggiungete il pangrattato e amalgamate tutto fino a giusta consistenza. Prendete un po' del composto tra le mani (meglio se un po' umide) per una polpetta, al centro mettete un pezzetto di formaggio Boscatella e chiudete; passate le polpette nel pangrattato, infornate per circa 15 minuti a 200 °C; servite con insalata di sedano, carote, finocchi e melagrana. ([www.e-coop.it](http://www.e-coop.it))

## TORTA DI MELE CON FIOCCHI DI AVENA

*1 kg di mele renette, 150 g di farina integrale, 150 g di fiocchi di avena, 80 g di zucchero di canna, 60 g di burro, 2 cucchiaini di uva sultanina,*



## mangiare



1 cucchiaio di pinoli, zenzero fresco, limone, cannella in polvere, sale

Fate insaporire le mele sbucciate e tagliate a fettine nel succo di limone, con 15 g di zucchero, uva sultanina ammorbidente nell'acqua, un pizzico di cannella e un cucchiaino di zenzero grattugiato. In una ciotola unire al burro (morbido) i fiocchi di avena, la farina, i pinoli, lo zucchero e il sale e lavorare con le mani



per ottenere un impasto sbriciolato. Mettete le mele sul fondo della tortiera e distribuitevi sopra l'impasto sbriciolato. Cuocete in forno preriscaldato a 180 °C per 20 minuti.

### CON GLI AVANZI DELLE FESTE/2

## Tartufi al cioccolato e torrone

**Per 4 persone:** 280 g di cioccolato fondente extra repubblica dominicana fiorfiore, 200 ml di panna fresca, 20 g di mascarpone, 50 g di torrone, 50 g di biscotti, 50 g di zucchero a velo, cacao amaro in polvere

In un pentolino portate a bollore la panna, versatela sul cioccolato tritato e mescolate bene in modo da ottenere una crema liscia; lasciate intiepidire. Sbriciolate i biscotti e tritate finemente il torrone, uniteli al cioccolato insieme al mascarpone e allo



zucchero, mescolate ancora e lasciate riposare il composto in frigorifero per almeno 1 ora. Formate i tartufi e passateli nel cacao amaro. (Fiorfiore in cucina, gennaio 2017)

La coltivazione dell'avena ha sempre avuto una notevole importanza, in particolare nei Paesi settentrionali dell'Europa, dove trova un ambiente climatico adatto alla sua vegetazione; scavi archeologici in queste zone hanno portato alla luce grani d'avena risalenti all'Età del Bronzo. Per gli antichi Celti, Galli e Germani la farina d'avena era alla base dell'alimentazione e la mangiavano torrefatta sia in forma di pane che di polenta, mentre per i Romani era destinata solo agli animali. In realtà, nel passato, questo cereale ha costituito la "biada" (foraggio) per eccellenza, in quanto alimento base per i cavalli.

In ogni caso sembra che non fosse coltivata al tempo delle più antiche civiltà, come quella dei Cinesi, degli Indiani e degli Egizi, mentre i Greci l'avrebbero conosciuta e utilizzata solo a scopo medicinale. Attualmente è sempre molto usata nell'alimentazione del bestiame e solo una piccola percentuale è riservata all'alimentazione umana.

### DIVERSI TIPI DI AVENA

Con il nome di avena si intendono varie specie appartenenti al genere *Avena*,



# 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



## Altri cereali

# L'avena, il cereale tutto da (ri)scoprire

Noto per essere la "biada" (foraggio) per eccellenza per i cavalli, l'avena è in realtà utilissima per la nostra alimentazione: particolarmente ricca di vitamine e sali minerali, è uno dei cereali con il più alto contenuto di proteine. Ma allo stesso tempo assicura una preziosa quantità di fibre

di Iris Fontanari

tra le quali le più importanti sono l'*A. sativa*, l'*A. byzantina* e l'*A. nuda*: le prime due hanno granella (chicchi) vestita, l'ultima ha granella nuda.

L'*Avena sativa*, appartenente alla grande famiglia delle Graminacee, è una pianta erbacea annuale, dotata di un apparato radicale fascicolato molto sviluppato; culmo cavo, cilindrico ed eretto; foglie lineari e lanceolate; infiorescenza a pannocchia con ramificazioni portanti due spighe pendule di 2-3 fiori ciascuna.

Il tipo più comune di avena è quello provvisto di guscio, in cui, cioè, il seme è avvolto da brattee laminari che restano attaccate durante la trebbiatura; il guscio però non aderisce al seme, come nell'orzo, e perciò la cariosside può essere

separata passando i chicchi tra rulli ravvicinati in modo da rompere i gusci.

La tecnica colturale e la raccolta non differiscono da quelle utilizzate per il frumento, ma l'avena è più esigente in fatto di umidità e teme molto la siccità, pur essendo rustica e adattabile anche ad un terreno difficile, acido, molto magro. Ed è pure meno resistente del frumento, dell'orzo e della sagale al freddo e perciò la semina dev'essere precoce: per la semina primaverile, quindi, il periodo otti-



**L'avena migliora la digestione e la motilità intestinale, aiuta a combattere ipercolesterolemia e poiché ha basso indice glicemico è adatta anche ai diabetici**

male è proprio l'inizio della bella stagione.

Alcune specie di avena sono coltivate solo per ricavarne fieno per il bestiame: in questo caso, le piante possono essere usate come foraggio senza che i grani siano stati trebbiati e, proprio per que-

sto motivo, l'avena si taglia spesso prima della maturazione dei grani stessi.

### ECCELLENTE REMINERALIZZANTE

**Tutte le parti della pianta sono utili:** i semi per la semola e la farina; la paglia, ricca di silice, per combattere la gotta, i calcoli renali e la ritenzione d'urina; e la pula, ossia l'involucro esterno del seme che cade durante la trebbiatura, per il suo contenuto (un alcaloide e un notevole tasso di saponina).

L'avena è utilizzata in fitoterapia per le sue proprietà emollienti, lassative, energetiche e nutrienti; è meno digeribile dell'orzo perché più ricca di fibre grezze, ma possiede un più alto valore biologico a motivo del suo alto contenuto in sali minerali (ferro, fosforo, sodio, magnesio e calcio) e in vitamine (A, B1, B2, PP e D).

Le proteine sono presenti nella misura del 12%; il resto è costituito in gran parte da carboidrati.

Per lenire i catarri e la tosse, per combattere la cirrosi epatica e per favorire la diuresi risulta efficace il *decotto* che si ottiene facendo bollire per una ventina di minuti 20 g di semi tritati in un litro d'acqua.

Il caffè, ricavato dai semi torrefatti dell'avena, oltre ad essere nutriente e lassativo, è utile a chi soffre di emorroidi e agli stitici.

## In chicchi, in fiocchi, in farina Benessere in fiocchi

Dai semi di avena si possono ricavare biscotti, pani o focacce, il classico "porridge" inglese, o i *fiocchi d'avena*, l'alimento tradizionale dei Paesi nordici, ottenuto mediante decorticazione, rigonfiamento e cilindratura delle cariossidi, che così diventano scaglie appiattite, biancastre e farinose utilizzate per l'alimentazione umana e animale; i *fiocchi d'avena* si consumano nel latte della prima colazione, nello yogurt o nel muesli, ma sono anche ingrediente per ottimi prodotti da forno e di pasticceria.

**La farina d'avena può essere mescolata a quella di frumento e impiegata per la panificazione;**

inoltre, dato che contiene un agente antiossidante, si aggiunge, in piccole quantità, ai cibi grassi per prevenirne l'irrancimento.

**Questo ottimo alimento è consigliato per lo svezzamento dei bambini e per le mamme povere di latte;** è adatto a convalescenti, deperiti, nevrastenici, anemici, nella pubertà, per combattere l'acidosi diabetica, negli stati di debolezza fisica e di affaticamento mentale.

**È utile pure ai diabetici per il basso contenuto di zuccheri.**

Veramente ideali per gli scopi di cui sopra, in quanto **vitaminiche e remineralizzanti**, sono le pappe, le minestre e le zuppe di farina, di cruschetto (crusca più minuta), di fiocchi e di malto d'avena. Si possono preparare bollendo l'ingrediente d'avena in acqua leggermente salata (o in acqua e latte), con l'aggiunta di un po' di burro e di zucchero.



# MISSIONE RISPARMIO

## Raccolta Punti

CARTA IN COOPERAZIONE

### I TUOI PUNTI VALGONO DI PIÙ

Ecco i prodotti che dal 28 dicembre 2017 al 10 gennaio 2018 potrai pagare in parte con i punti della tua Carta In Cooperazione!

**Actimel Danone**  
assortito 6 x 100 g  
3,82 € al kg



SOLO PER I SOCI  
**100 PUNTI** e **1,29€**  
ANZICHÉ 3,10 €

**Mikado Lu**  
al latte - fondente 75 g  
15,87 € al kg



SOLO PER I SOCI  
**50 PUNTI** e **0,69€**  
ANZICHÉ 1,75 €

**Biscotti Mulino Bianco**  
Abbracci - Pan di Stelle -  
Batticuori 350 g  
4,26 € al kg



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

**Dolcificante Diator**  
dispenser  
120 compresse - 6 g  
313,33 € al kg



SOLO PER I SOCI  
**90 PUNTI** e **0,98€**  
ANZICHÉ 2,35 €

**Gran Ragù Star**  
assortito 2 x 180 g  
6,08 € al kg



SOLO PER I SOCI  
**120 PUNTI** e **0,99€**  
ANZICHÉ 2,60 €

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



SOLO PER I SOCI  
**14 PUNTI** e **0,15€**  
ANZICHÉ 0,38 €

**Birra Premium Forst**  
bottiglie 3 x 330 ml  
1,91 € al litro



SOLO PER I SOCI  
**90 PUNTI** e **0,99€**  
ANZICHÉ 2,10 €

**Vino Valdadige DOC**  
Terre Freddo Cavit  
Bianco - Rosso - Rosato  
750 ml  
3,32 € al litro



SOLO PER I SOCI  
**120 PUNTI** e **1,29€**  
ANZICHÉ 3,10 €

**Bocconcini per gatti Kitekat**  
assortiti busta 100 g  
2,90 € al kg



SOLO PER I SOCI  
**14 PUNTI** e **0,15€**  
ANZICHÉ 0,35 €

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 28 dicembre 2017 al 10 gennaio 2018 ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

**Confettura Extra Zuegg**  
Fichi - Crema di marroni -  
Arance 330 g - assortita 320 g



**+ 10 PUNTI**

**Biscotti 5 Cereali Oro Saiwa**  
400 g



**+ 15 PUNTI**

**Detersivo liquido per lavatrice Dash**  
Classico - Salva Colore  
19 lavaggi - 1235 ml



**+ 15 PUNTI**

**Cereali Choco Krave Kellogg's**  
choco nut - white choco  
375 g



**+ 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 **dall'11 al 31 gennaio 2018** potrai **pagare in parte con i punti** della tua Carta In Cooperazione!

**Sfogliavelo - Duetto**  
**Giovanni Rana**  
assortiti 250 g  
9,16 € al kg



**SOLO PER I SOCI**  
**110 PUNTI** e **1,19€**  
ANZICHÉ **2,90€**

**Preparato per torta La Soffice Cameo**  
cioccolato - yogurt - margherita -  
stracciatella - 5 cereali 650 g  
6,14 € al kg



**SOLO PER I SOCI**  
**200 PUNTI** e **1,99€**  
ANZICHÉ **5,15€**

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



**SOLO PER I SOCI**  
**60 PUNTI** e **0,89€**  
ANZICHÉ **1,99€**

**Bevanda di Soya**  
**Valsoia**  
gusto morbido 1 litro



**SOLO PER I SOCI**  
**100 PUNTI** e **0,99€**  
ANZICHÉ **2,60€**

**Millefoglie**  
**Vicenzi**  
175 g  
8,51 € al kg



**SOLO PER I SOCI**  
**70 PUNTI** e **0,79€**  
ANZICHÉ **1,90€**

**Caramelle Le gelées Bonelle Fida**  
frutta 200 g al kg € 7,45 -  
frutti di bosco 160 g al kg € 9,31



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

**Dado Classico**  
**Star**  
20 dadi 200 g  
6,95 € al kg



**SOLO PER I SOCI**  
**50 PUNTI** e **0,89€**  
ANZICHÉ **1,75€**

**Dentifricio Mentadent**  
Microgranuli 75 ml  
21,20 € al litro



**SOLO PER I SOCI**  
**80 PUNTI** e **0,79€**  
ANZICHÉ **1,99€**

**Detergente Gel**  
**Wc Net**  
assortito 700 ml  
3,13 € al litro



**SOLO PER I SOCI**  
**100 PUNTI** e **1,19€**  
ANZICHÉ **2,80€**

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 **dall'11 al 24 gennaio 2018** ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

**Vegetalbrodo granulare**  
**Bauer**  
120 g



**+10 PUNTI**

**Infusi Pompadour**  
assortiti a partire da 35 g



**+15 PUNTI**

**Robiola senza lattosio**  
**Nonno Nanni**  
100 g



**+20 PUNTI**

**Bocconcini per gatti**  
**Whiskas Pranzetti**  
assortiti 6 x 50 g



**+25 PUNTI**

# PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP\*



# TOP 7 GIGA



**A SOLI 9€ AL MESE**

**PER SEMPRE**

- ▶ ● **7 GIGA** in 4G
- ▶ ● **1000** minuti

**Promozione valida dal 20 novembre 2017 al 14 gennaio 2018**

**IL MESE COOPVOCE È UN MESE VERO!**



Info e dettagli su [www.coopvoce.it](http://www.coopvoce.it)



**SCOPRI LA NUOVA APP COOPVOCE!**

**coop voce**  
Comunicare è semplice.

L'offerta è valida per chi attiva CoopVoce dal 20/11/2017 al 14/01/2018 e prevede ogni mese, in territorio nazionale e in territorio UE, 1000 minuti di chiamate, verso numeri fissi e mobili e 7 Giga di traffico internet in 4G. I minuti sono tariffati sugli effettivi secondi di conversazione, senza scatto alla risposta e le connessioni internet a singolo kbyte. Al superamento dei minuti compresi nel mese si applicano le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. La promozione ha un costo di 9 € al mese e si rinnova automaticamente ogni mese. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta è sospesa per 7 giorni. Per riattivarla è necessario ricaricare entro 7 giorni, altrimenti verrà disattivata. In caso di sospensione il traffico voce è tariffato a consumo, secondo le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. La promozione nello stesso periodo è attivabile anche dai già clienti a 9 €, che verranno scalati dal credito residuo della SIM insieme al canone del primo mese. In più, i clienti potranno acquistare un pacchetto di 200 SMS al costo di 1 € mensile durante il periodo di validità della promozione. Per maggiori dettagli sull'offerta, policy di corretto utilizzo e limitazioni, visita il sito [www.coopvoce.it](http://www.coopvoce.it). Inoltre, i clienti che portano il proprio numero in CoopVoce dal 20 novembre al 28 dicembre 2017 nei punti vendita di Coop Alleanza 3.0, Coop Sicilia, Coop Casarsa, Coop Liguria, Coop Lombardia, Novacoop, Coop Reno, SAIT, Unicoop Firenze, Distribuzione Roma, negli Ipercoop di Afragola, Avellino, Aprilia, Guidonia, Quarto, nei Superstore "Big Center" di Trento e "Millennium Center" di Rovereto ed attivano contestualmente la promozione "TOP 7 Giga" riceveranno 30 € di traffico telefonico bonus in omaggio. Il bonus è utilizzabile verso tutti e senza vincoli, ad eccezione del traffico internazionale. Ogni cliente può beneficiare del bonus di 30 € al massimo su 2 linee. La promozione non è compatibile con le altre iniziative che prevedono un accredito di bonus.

**CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE**

**PROVINCIA DI TRENTO:** AVIO P.zza Roma, 5 • BONDÒ Corso III Novembre, 12 • BORGÒ VALSUGANA Corso Vicenza, 4/A • CALDONAZZO Via Marconi, 28/A • CAMPITELLO DI FASSA Streda Dolomites, 73 • CARANO Via Nazionale, 18 • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperis, 2 • MALE' Via 4 Novembre • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MOENA Strada De Prealton, 26 • MORI Via Marconi, 38 • PERGINE VALSUGANA Piazza Gavazzi, 6 • PONTE ARCHE Via Prati, 19 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Via Padova - Piazzale Mimosa, 8/10A • ROVERETO Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31/B - Piazza N. Sauro, 19/A • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TRANSACQUA Viale Piave, 75 • TRENTO Piazza Gen. Cantore, 30 - Via Brigata Acqui, 2 - Via Solteri, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Via C. Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - Piazza Lodron, 28 • TUENNO Piazza Alpini, 24 • VEZZANO Via Roma, 45 • VILLALAGARINA Via 25 Aprile, 50 • **PROVINCIA DI BELLUNO:** AGORDO Via Insurrezione, 18 • FALCADE Piazza Mercato • SEDIÇO Via Gerolamo Segato, 11 • **PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



## OFFERTA

DALL'11 AL 24 GENNAIO 2018

Offerte esclusive  
per i Soci possessori di  
Carta In Cooperazione

### SPREMIAGRUMI ELETTRICO G 3 FERRARI G20033

- Potenza 40W
- Spremitura automatica a pressione
- Doppia coppa di spremitura piccola e grande
- Doppio senso di rotazione del cono
- Capacità: 500 cc
- Griglia filtrante
- Completamente smontabile per una pulizia facilitata
- Alloggiamento nella base per avvolgere il cavo
- Dimensioni: cm 21x17x15 H



SCONTO  
**43%**

**11,90** €  
ANZICHÉ **20,90** €

## OFFERTA

DAL 25 GENNAIO AL 7 FEBBRAIO 2018

### BOLLITORE TREVI CL 272

- Capacità 1,7 L
- Potenza 1850-2200W
- Caraffa con finestra graduata
- Filtro removibile
- Sistema di sicurezza anti surriscaldamento
- Resistenza nascosta
- Interruttore di accensione a rilascio automatico
- Luce di funzionamento
- Base di alimentazione ad incastro
- Rotazione 360°
- Avvolgicavo nella base
- Colore bianco
- Dimensioni: cm 21x15x23,5 H



SCONTO  
**43%**

**12,90** €  
ANZICHÉ **22,90** €

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



## PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 GENNAIO 2018

CONSEGNA DAL 19 AL 28 FEBBRAIO 2018

Offerte esclusive  
per i Soci possessori di  
Carta In Cooperazione

### COPRIPOLTRONA - COPRIDIVANO ITALIAN STYLE CALEFFI



1 POSTO

nr.	nr.	nr.	nr.
1	4	7	10

SCONTO  
**30%**  
**28,90 €**  
ANZICHÉ 41,50 €

2 POSTI

nr.	nr.	nr.	nr.
2	5	8	11

SCONTO  
**34%**  
**35,90 €**  
ANZICHÉ 54,90 €

3 POSTI

nr.	nr.	nr.	nr.
3	6	9	12

SCONTO  
**33%**  
**39,90 €**  
ANZICHÉ 59,90 €

- Tessuto in cotone e poliestere JACQUARD ed elasthan
- Lavabile in lavatrice e non si stira
- Copridivano 3 posti  
– per divani con schienale fino a cm 220
- Copridivano 2 posti  
– per divani con schienale fino a cm 180
- Copripoltrona 1 posto  
– per poltrone con schienale fino a cm 110

nr.  
**13**

### STENDIBIANCHERIA GULLIVER NATURALE FOPPAPEDRETTI



- Stendibiancheria pieghevole, completamente chiuso occupa pochissimo spazio
- In totale 14 metri di filo per stendere
- I bracci sono indipendenti e si aprono anche solo in parte
- Dotato di 4 ruote alla base di cui 2 con freno
- Gambe in legno massello di faggio verniciato
- Bacchette stendibiancheria in alluminio verniciato
- Particolari plastici in nylon
- Dimensioni - Aperto: cm 55x174x103H  
- Chiuso: cm 55x14x103H

SCONTO  
**40%**  
**119,00 €**  
ANZICHÉ 199,00 €

nr.  
**14**

### ASPIRAPOLVERE SENZA SACCO ROWENTA R03786EA



- Aspirapolvere a traino senza sacco
- Prestazioni 2000W consumi 750W
- Classe energetica A
- Spazzola parquet
- Spazzola combinata High Efficiency
- Mini turbospazzola Animal Care
- Accessori: bocchetta lancia 2 in 1
- Ruote morbide
- Filtro Super efficiente (classe A)
- Impugnatura tubo Ergo con spazzola integrata
- Tubo telescopico
- Maniglia trasporto
- Cassetta ciclonica 1,5l
- Avvolgicavo automatico

SCONTO  
**39%**  
**99,90 €**  
ANZICHÉ 164,50 €

**nr. 18** **INALATORE CON COMPRESSORE BEURER IH 60**



- Nebulizzatore ad aria compressa, piccolo, leggero e silenzioso, per farmaci liquidi
- Ricaricabile, con batteria agli ioni di litio
- Per il trattamento delle vie respiratorie superiori e inferiori
- Da utilizzare in caso di raffreddore, asma, malattie delle vie respiratorie, ecc. – per un'inalazione rapida ed efficace
- Elevata percentuale di particelle diffuse nei polmoni
- Elevata potenza di nebulizzazione: >0,25 ml/min: tempo di inalazione breve
- Accessori: nebulizzatore, boccaglio, erogatore nasale, mascherina adulto, mascherina bambino, tubo per aria compressa, adattatore di rete con cavo micro-USB, filtro, custodia e borsa

- Può essere disinfettato
- Pressione di esercizio: ca.0,25-0,5 bar
- Prodotto medicale
- Dimensioni: cm 11x6,2x4,7

**SCONTO 33%**

**59,90 €**  
ANZICHÉ **89,90 €**

**nr. 19** **SPECCHIO COSMETICO ILLUMINATO CON POWER BANK BEURER BS39**

- Power bank integrato da 3000 mAh – per caricare Smartphone, tablet, e-book, ecc. in mobilità
- 2 superfici a specchio: normale/ingrandimento 3x
- Diametro specchio: ca. cm 7
- Alimentazione elettrica mobile per quando si è in viaggio
- Con illuminazione a LED automatica all'apertura dello specchio
- Indicatore a LED della capacità
- Incluso cavo micro-USB per caricare il power bank
- Alimentazione a batteria ricaricabile
- Tempo di ricarica ca.4 ore



**SCONTO 33%**

**19,90 €**  
ANZICHÉ **29,90 €**

**SPAZZOLA DISTRICANTE AGLI IONI**



**nr. 21**



**nr. 22**



**nr. 23**

**nr. 20**

- Tecnologia agli ioni per capelli morbidi e lucenti
- Morbide setole in plastica per pettinare senza tirare i capelli
- Alimentazione a batteria ricaricabile
- Indicatore di funzionamento
- Superficie Soft Touch
- Dimensioni : cm 11,7x7,3x4,7

**SCONTO 28%**

**14,90 €**  
ANZICHÉ **20,90 €**

**nr. 15** **MACCHINA PANE BAGUETTE MOULINEX OW610**

- Potenza 1650 W
- Capacità extra fino a 1500 g
- 16 programmi preimpostati: baguette, baguette dolce, cottura baguette, pane classico, pane francese, pane integrale, pane dolce, pane veloce, pane senza glutine, pane senza sale, pane omega 3, solo cottura, impasto, torta, marmellata, pasta
- 3 livelli di doratura (chiaro/ medio / scuro)
- 3 impostazioni di peso (750 g, 1 kg e 1,5 kg)
- Display di controllo
- Mantenimento al caldo 1 h
- Avvio programmabile
- Contenitore antiaderente amovibile
- Oblò di controllo
- Interruttore acceso/spento
- Ricettario
- Accessori inclusi:
  - supporto per 4 baguettes removibile e antiaderente
  - Lama per incidere le baguettes e pennello
  - bicchiere graduato
  - misurino dosatore



**SCONTO 34%**

**119,00 €**  
ANZICHÉ **181,50 €**

**nr. 16** **AIRY FRYER ARIETE 4614**

- Friggitrice ad aria che permette di friggere con un solo cucchiaio di olio verdure, carne, pesce
- Distribuzione del calore uniforme e cottura ad aria rapida
- Timer 60 minuti – temperatura regolabile fino a 200 gradi
- Cestello antiaderente, removibile per una facile pulizia, capacità 2,4 kg
- Recipiente esterno con maniglia
- Piedini antiscivolo
- Ricettario incluso
- Dimensioni cm 27x25x32H



**SCONTO 31%**

**78,90 €**  
ANZICHÉ **114,50 €**

**nr. 17** **WAFFLE MAKER ARIETE 187**

- Spia accensione e pronto cottura
- Piastra antiaderente
- Avvolgicavo
- Chiusura di sicurezza
- Riponibile in verticale
- Dimensioni: cm 23x20,5x10H



**SCONTO 25%**

**29,90 €**  
ANZICHÉ **39,90 €**

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



**OFFERTA**  
FINO AL 31 GENNAIO 2018

Offerte esclusive  
per i Soci possessori di  
Carta In Cooperazione

## CIASPOLE DA NEVE



- Ottimo galleggiamento sulla neve
- Fascia con doppio cricchetto per la sistemazione e centratura di tutte le scarpe
- Base ciaspola in propilene
- Paletta - talloniera - meccanismo alzo: tutti in nylon 6/6 con elastomero

- Sacca portaciaspole inclusa
- Mod. Uomo: doppia dentatura longitudinale inferiore per massima aderenza su terreno obliquo
- Mod. Donna/Junior: artiglio frontale e ramponi inferiori per massima aderenza su tutti i terreni

Modello uomo:  
Colori royal - antracite

**SCONTO**  
**38%**

**69,90 €**  
ANZICHÉ **113,50 €**

Modello donna/junior:  
Colori rosso - verde

**SCONTO**  
**36%**

**68,90 €**  
ANZICHÉ **109,00 €**

Modello bimbo:  
Colore rosso

**SCONTO**  
**43%**

**59,90 €**  
ANZICHÉ **106,50 €**

## CASCO SCI

**SCONTO**  
**36%**

**25,90 €**  
ANZICHÉ **40,50 €**

- Calotta esterna in ABS
- 8 prese d'aria aerodinamiche
- Ventilazione frontale e posteriore
- Paraorecchie removibili morbidi e traspiranti
- Imbottitura interna Soft-Touch in tessuto tecnico traspirante removibile e lavabile + seconda imbottitura interna per regolazione misure dalla 54 alla 60
- Sistema di regolazione posteriore Roll Fit che permette di regolare perfettamente il casco anche in movimento



- Ferma occhiale posteriore per impedire la perdita della maschera
- Certificazione europea EN1077
- Colore nero

DISPONIBILITÀ LIMITATA

## MASCHERA SCI REVO



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

**SCONTO**  
**38%**

**25,90 €**  
ANZICHÉ **42,00 €**

DISPONIBILITÀ LIMITATA



Offerte esclusive per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

# FINO AL 28 FEBBRAIO 2018

# PRENOTA DA NOI LA TUA STUFA A PELLETT O A LEGNA

ti offriamo



consegna a domicilio  
prima accensione



possibilità di installazione  
con ditta convenzionata

Alcuni esempi:



PELLET

Stufa pellet  
Ecoforest VIGO II  
9,5KW

SCONTO  
~~€ 2.509,00~~  
**22%**  
**€ 1.949,00**



PELLET

Stufa pellet  
Ecoforest CIES  
10KW

SCONTO  
~~€ 2.989,00~~  
**22%**  
**€ 2.329,00**



LEGNA

Stufa legna Thorma  
ANDORRA GRIGIO  
3,8-11,2KW

SCONTO  
~~€ 1.590,00~~  
**15%**  
**€ 1.349,00**



PULIZIA

ASPIRACENERO FREDDY  
3 IN 1 LAVOR L 20  
1200 WATT  
aspiratore per solidi,  
liquidi e cenere

**€ 69,90**

PUBLICUM ADUT

Colori delle stufe secondo disponibilità.

**Esposizione completa presso Liberty Gross in Via Innsbruck, a Trento  
da lunedì a venerdì con orario 9.30 – 12.00 / 12.30 – 16.30  
Assistenza: tel.0461 808870 – e-mail enigasgpl@sait.tn.it**

I prezzi sono comprensivi di Iva e trasporto direttamente a casa del cliente, e per la stufa a pellet, prima accensione (se presente canna fumaria già predisposta fino al punto di allacciamento dal cliente). Possibilità di concordare eventuali installazioni particolari a tariffe vantaggiose con la ditta convenzionata che effettuerà la consegna. Possibilità di usufruire dell'agevolazione fiscale IRPEF del 50% come da Decreto Legge 83/2012 prorogata sino al dicembre 2017 (L. 27 dicembre 2016, n. 296, pubblicata nella GU n. 297 del 21 dicembre 2016). Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa. 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



**OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE**

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

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

**ROVERETO**  
Via del Garda, 95  
tel 0464 - 426000

**coop**  
SUPERSTORE

## CONFEZIONE 2 SLIP DONNA SLOGGI

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



PREZZO € 12,90  
OFFERTA € 9,90  
PREZZO SOCI € **7,90** **SCONTO 38%**

## CONFEZIONE 2 SLIP O BOXER UOMO SLOGGI SERIE START

- 96% cotone 4% elasthan
- colori assortiti
- taglie dalla 3 alla 8



PREZZO € 15,90  
OFFERTA € 11,90  
PREZZO SOCI € **8,90** **SCONTO 44%**

## CONFEZIONE 3 SLIP DONNA LIABEL

- 100% cotone
- colore bianco
- taglie  
slip dalla 2 alla 6  
slip midi dalla 3 alla 6



PREZZO € 10,90  
OFFERTA € 9,50  
PREZZO SOCI € **7,50** **SCONTO 30%**

## INTIMO UOMO LIABEL

### CONFEZIONE 2 BOXER

- 100% cotone
- colore bianco
- taglie dalla 4 alla 7

PREZZO € 12,50  
OFFERTA € 8,90  
PREZZO SOCI € **6,90** **SCONTO 44%**



### CONFEZIONE 3 SLIP

PREZZO € 12,90  
OFFERTA € 9,90  
PREZZO SOCI € **7,50** **SCONTO 40%**

## PIGIAMA DONNA MANICA LUNGA SCOLLO SERAFINO ATHENA BY LIABEL

- 100% cotone
- colori assortiti
- taglie dalla S alla XL



PREZZO € 22,90  
OFFERTA € 16,90  
PREZZO SOCI € **13,90** **SCONTO 39%**

## PIGIAMA UOMO MANICA LUNGA SCOLLO SERAFINO LIABEL

- 100% cotone
- colori assortiti
- taglie dalla M alla XXL



PREZZO € 23,90  
OFFERTA € 17,90  
PREZZO SOCI € **14,90** **SCONTO 37%**

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



**OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE**

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

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

**ROVERETO**  
Via del Garda, 95  
tel 0464 - 426000

**coop**  
SUPERSTORE

**MAGLIA INTIMA DONNA  
SPALLA LARGA CON PIZZO**

- 42% cotone, 41% acrilico,  
11% lana, 6% poliammide
- colore bianco
- taglie dalla 3 alla 6

PREZZO € 8,90  
OFFERTA € 7,50  
PREZZO SOCI € **5,90**

SCONTO **33%**



**CONFEZIONE  
2 MAGLIE INTIME  
DONNA SPALLA LARGA  
LIABEL**

- 100% cotone interlock
- colore bianco
- taglie dalla 2 alla 6

PREZZO € 12,90  
OFFERTA € 10,90  
PREZZO SOCI € **8,90**

SCONTO **30%**



**MAGLIA INTIMA UOMO  
MEZZA MANICA  
GIROCOLLO LIABEL**

- 40% cotone, 46% acrilico,  
7% lana, 7% poliammide
- colore bianco
- taglie dalla 4 alla 7

PREZZO € 8,90  
OFFERTA € 7,50  
PREZZO SOCI € **5,90**

SCONTO **33%**



**CONFEZIONE 3 MAGLIE INTIME  
UOMO MEZZA MANICA  
GIROCOLLO O SCOLLO V LIABEL**

- 100% cotone
- taglie dalla 4 alla 7
- colore bianco

PREZZO € 15,90  
OFFERTA € 12,90  
PREZZO SOCI € **10,90**

SCONTO **30%**



**CONFEZIONE 2 MAGLIE INTIME UOMO LIABEL**

- 100% cotone interlock
- taglie dalla 4 alla 7
- colore bianco

spalla larga

PREZZO € 12,90  
OFFERTA € 10,90  
PREZZO SOCI € **8,90**

SCONTO **30%**

mezza manica  
girocollo o scollo V

PREZZO € 14,90  
OFFERTA € 12,50  
PREZZO SOCI € **9,90**

SCONTO **33%**

OFFERTA VALIDA  
ANCHE PER I SOCI  
NON RESIDENTI IN TRENINO  
CON CARTA IN COOPERAZIONE

**et·ka**  
l'offerta luce e gas  
economica ecologica solidale



24.000

**ADESIONI IN 12 MESI!**

**...e tu cosa aspetti?  
Chiedi alla tua Famiglia Cooperativa**

[www.etikaenergia.it](http://www.etikaenergia.it)

IL GRUPPO CHE TI FA RISPARMIARE

