

cooperazione tra consumatori

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXVI • Settembre 2019

postatarget
magazine
DC0054234
NAZ/62/2008
Posteitaliane



**COME CAMBIA
LA TELEFONIA:**

**CoopVoce non
"rimodula" le tariffe**



**BENVENUTI
A SCUOLA!**

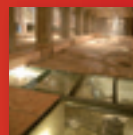
L'augurio della Famiglia Cooperativa
di Povo ai più piccoli che iniziano.
E il ritorno dell'educazione civica per tutti



**SOCIOSÌ, LA RACCOLTA PUNTI PER I SOCI CON
SOCIOSÌ PUOI RISPARMIARE SULLA SPESA, RICARICARE
IL TELEFONO, ANDARE AL MUSEO, A TEATRO, ALLE
TERME O SUGLI SCI, OPPURE AIUTARE ASSOCIAZIONI
BENEFICHE DEL NOSTRO TERRITORIO**



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



AsSi cura

AGENZIA

Intermediario Assicurativo BCC Assicurazioni

Assicurati una protezione adeguata in caso di infortuni.

AsSi you

La polizza che garantisce
a te e ai tuoi cari un sostegno
economico in caso di imprevisti.



È un prodotto di

BCC  **Assicurazioni** 
tranquillità su misura

 **Casse Rurali
Trentine**

www.casserurali.it



sommario

- famiglie cooperative**
 7 Famiglia Cooperativa di Povo
Auguri per il primo giorno di scuola!
- 8 **La storia, piena di futuro, della Famiglia Cooperativa della Valle di Ledro**
 di *Cristina Galassi*
- 10 Famiglia Cooperativa di Cavalese
Il ritorno ai soci 2019
- cooperazione**
 9 "Il Salvagente", quattro anni di test
Coop l'insegna migliore per i prodotti a marchio
- 13 **Contro il lavoro nero «Buoni e giusti», Coop dalla parte dei lavoratori**
 di *Chiara Faenza*
- consumi sostenibili**
 14 Provincia autonoma di Trento futuro distretto biologico
Un referendum per un Trentino biologico
 di *Antonella Valer*
- 15 Prima di "Fa' la Cosa Giusta! Trento" 2019
Gli incontri dai Gusti Giusti per conoscere la Fiera
 di *Dario Pedrotti*
- consumi**
 16 Come cambia la telefonia mobile
La caccia ai clienti nella guerra dei giga
 di *Dario Guidi*
- educazione**
 21 Novità alla Libreria Erickson
Con le lenti della fantasia
 di *Silvia Martinelli*
- società**
 22 Salvamento: dalla (nostra) montagna al mare
Le guardiane della vita di Pellestrina
 di *Maddalena Di Tolla Deflorian*

- educazione alla cittadinanza**
 23 **Il ritorno dell'educazione civica a scuola**
 di *Alberto Conci*
- 24 Nella scuola della casa circondariale di Trento
Quando vengo a scuola mi sembra di essere libero
 di *Antonella Valer*
- stare in salute**
 27 26ª Giornata Mondiale dell'Alzheimer
Informazioni utili e massaggi shiatsu
- 30 Rovereto
Un percorso da fare insieme per smettere di fumare
- cultura**
 29 **A Rovereto e Trento il meglio dell'arte coreutica mondiale**

rubriche

- cultura libri**
 26 **Le recensioni del mese**
 a cura di *Franco Sandri*
- mangiare e bere**
 32 Ricette souvenir
Ancora in vacanza
- coltivare**
 34 La mora di rovo
Non c'è mora senza spine?
 di *Iris Fontanari*



15

Gusti Giusti

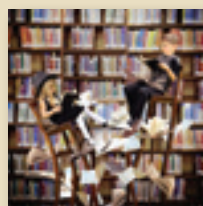
Una serie di aperitivi-incontri per conoscere le tante proposte per un consumo più attento all'ambiente della fiera "Fa' la Cosa Giusta! Trento" 2019



19

CoopVoce non "rimodula"

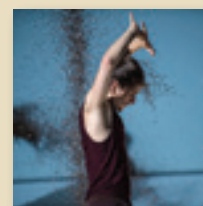
Riconosciuta come la presenza più affidabile e trasparente nel mercato della telefonia mobile, CoopVoce non cede dati e non rimodula le tariffe



21

Si torna a scuola

La Libreria Erickson è nuova e più grande. Uno spazio dove incontrare gli autori, partecipare ai laboratori, visitare mostre e assistere a spettacoli. In settembre il ciclo d'incontri "Si torna a scuola"



29

Oriente Occidente Dance Festival

Dal 29 agosto all'8 settembre a Rovereto e Trento il meglio della danza mondiale, coniugando etica ed estetica. Con tanti appuntamenti dedicati alle famiglie e ai bambini



FAMIGLIA
COOPERATIVA



L'ASSEGNO UNICO

VALE *di più*



CARTA IN COOPERAZIONE

Sei Socio di una **Famiglia Cooperativa** e percepisci l'**Assegno Unico Provinciale** erogato dalla Provincia Autonoma di Trento? Da oggi la tua spesa vale di più. Coop Trentino e Famiglia Cooperativa ti riservano uno **sconto del 5%** sulla tua spesa* fino al 31 dicembre 2019.

Registrati sul portale www.laspesainfamiglia.coop o direttamente nei punti vendita aderenti.

Perché in Cooperativa, il valore delle persone è il valore più importante. Ed unico.

*Se non sei ancora Socio e vuoi godere di questa opportunità **richiedi la Carta In Cooperazione; riceverai un buono spesa elettronico di 25 euro come benvenuto.***

* Sconto valido su una o più spese, per un importo scontabile massimo mensile pari al valore stesso dell'assegno unico provinciale di cui il Socio è beneficiario, arrotondato ai 100 Euro superiori, fino ad un massimo di 1.000 Euro. Sono esclusi dallo sconto alcolici, prodotti farmaceutici, generi di monopolio, tabacchi, valori bollati, biglietti delle lotterie, giornali, riviste, ricariche telefoniche, combustibili, biglietti di concorso a pronostico, bollette utenze e relative commissioni, alimenti per lattanti (D.lgs. 84/2001), nonché altri prodotti non promozionabili ai sensi della vigente normativa. Lo sconto non è cumulabile e non si applica ai prodotti in promozione. Promotore: SAIT s.c. Trento - Via Innsbruck, 2. Iniziativa valida dal 10 giugno al 31 dicembre 2019 in tutti i punti vendita aderenti, associati al promotore, che espongono la locandina dell'iniziativa. Il buono spesa di benvenuto riservato ai nuovi soci è valido su un'unica spesa a richiesta del socio, non è frazionabile e non dà diritto a resto. Verifica i termini e le condizioni complete dell'iniziativa su www.laspesainfamiglia.coop.

editoriale

di Giuseppe Ciaghi

L'obbligo dell'educazione (civica)

L'educazione civica come materia a sé stante, con programmi definiti e relativo voto in pagella, è una delle proposte all'esame del legislatore che intende riformare il sistema scolastico. Il tema ha suscitato un certo qual dibattito dentro e fuori dalle aule. Naturalmente denuncia una carenza (si parla di pace quando non c'è e se ne avverte di più il bisogno), un grave deficit all'interno della nostra società cui si vorrebbe porre rimedio, cominciando dalla scuola. Insieme alla famiglia dovrebbe "educare", cioè "condurre "per mano il bambino, il ragazzo, l'adolescente a prendere coscienza dei propri doveri e dei propri diritti nei rapporti con il prossimo e con le istituzioni, e comportarsi di conseguenza, con responsabilità e senso civico".

Ma sarà questa eventuale introduzione un rimedio adatto? porterà ai risultati voluti? Giusto chiederselo.

Ricordo che già negli anni Settanta del secolo scorso a scuola si insegnava "storia ed educazione civica" con l'esito che abbiamo tutti sotto gli occhi. Basta

spingere lo sguardo nelle sedute delle assemblee di chi ci rappresenta nei Comuni, nelle Province, in Parlamento, persone che dovrebbero incarnare l'educazione civica, per farci un'idea del loro grado di civismo e del grado di civismo della società in cui ci troviamo a vivere...

Personalmente sono convinto che l'educazione civica debba essere affrontata trasversalmente in tutte le materie e da ciascun docente, pretendendo anzitutto da costui un comportamento adeguato (l'esempio vale più della parola!) e che debba essere sempre presente, permeare ogni aspetto dell'insegnare, si affronti una pagina di letteratura o un argomento di storia, si studi la geografia di un Paese o ci si introduca nella conoscenza delle scienze naturali.

Il discorso andrebbe poi completato con i valori ai quali guardare, ai quali ispirarsi nel proporre un tipo di società più rispettosa delle persone e delle istituzioni e confrontarli con quelli oggi in vigore. Sui quali invito a pensare e riflettere per opportune considerazioni.



DIRETTORE RESPONSABILE
Giuseppe Ciaghi

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

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

HANNO COLLABORATO
Alberto Conci, Maddalena
Di Tolla Deflorian, Iris Fontanari,
Cristina Galassi, Silvia Martinelli,
Dario Pedrotti, Franco Sandri,
Antonella Valer.

IMPAGINAZIONE
Scripta società cooperativa

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
Elcograf S.p.A.
con utilizzo di carta certificata FSC®
proveniente da fonti gestite
in maniera responsabile



ANNO XXVI - SETTEMBRE 2019
Mensile della Cooperazione
di consumo trentina
casella postale 770 - 38121 Trento
Aut. Trib. di Trento n. 829 del 6-7-1994

Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 12-08-2019
La tiratura del numero
di agosto 2019 di
"Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 52.600 copie

LE BOTTIGLIE DI ACQUA COOP SONO REALIZZATE CON IL 30% DI PLASTICA RICICLATA.

DIAMO ALL'AMBIENTE
UNA NUOVA IMPRONTA.



Con un anticipo di 10 anni sulla normativa, le **bottiglie di acqua Coop** hanno oggi il **30% di plastica riciclata** e la percentuale salirà nei prossimi anni. Abbiamo poi selezionato le sorgenti d'acqua Coop per ridurre l'impatto ambientale del trasporto e promuoviamo l'uso consapevole dell'acqua.

#coopambiente

LA **coop** SEI TU.

Eccoli in queste belle foto alcuni dei “primini” del prossimo anno scolastico 2019-2020: sono le bambine e i bambini che hanno ricevuto l’augurio di buon inizio della scuola primaria dalla Famiglia Cooperativa di Povo, insieme ad uno zainetto con quanto serve per imparare a leggere, scrivere, far di conto!
Un detto africano dice che



così apprezzato da scuole e famiglie.

FESTA DEL DIPLOMA

D’accordo con le maestre delle scuole materne di Povo, Oltrecastello, Cognola, San Donà e Sardagna, ha dato forma ad una piccola iniziativa dedicata ai bambini giunti al termine della loro esperienza presso la scuola materna. Verso il termine dell’anno scolastico e in vista del

organizzate dalle singole scuole materne di Povo, Oltrecastello, Cognola, San Donà e Sardagna.

Durante le feste del diploma ogni futuro alunno ha ricevuto il diploma di fine del ciclo della scuola materna, e in dono, per mano della presidente della Famiglia Cooperativa di Povo, Alessandra Cascioli, uno zainetto con quanto necessario per iniziare a frequentare il primo anno di scuola primaria: un gesto per far sentire i piccoli parti importanti della comunità e per ispirare anche nei più giovani il senso e l’importanza dei valori della cooperazione.

Il successo dell’iniziativa ha lasciato non

FAMIGLIA COOPERATIVA DI POVO

Auguri per il primo giorno di scuola!

L’iniziativa della Famiglia Cooperativa di Povo: in occasione di una piccola festa a scuola, il dono di uno zainetto completo di tutto per accompagnare i bambini all’inizio della scuola primaria

per crescere un bambino ci vuole un intero villaggio, ma nel tempo e nella società in cui viviamo non è sempre facile “fare villaggio” e coltivare le relazioni che ci facciamo sentire parte di una comunità. La Famiglia Cooperativa ha pensato allora di trasmettere il senso di appartenenza e di solidarietà, in cui la Cooperativa crede e su cui si fonda, festeggiando i piccoli che si preparano ad iniziare il primo anno di scuola e lo ha fatto dando continuità al rapporto con la scuola avviato negli scorsi anni con il progetto “Fate i buoni...scuola”,



debutto dei bambini alla scuola primaria, la Famiglia Cooperativa di Povo ha partecipato ad una serie di “feste del diploma”

Una delle “feste dei diplomi”, organizzate dalla Famiglia Cooperativa di Povo nelle scuole materne Povo, Oltrecastello, Cognola, San Donà e Sardagna, per augurare ai bambini buon inizio della scuola

LA FAMIGLIA COOPERATIVA DI POVO

(3900 soci e 41 dipendenti), fondata nel 1895, è tra le più antiche del Trentino ed è stata insignita nel 2012 anche del riconoscimento di Bottega Storica Trentina (riservata agli esercizi commerciali che operano da più di 50 anni). I suoi negozi sono a Povo, Sprè, San Donà, Cognola e Sardagna.



solo nei destinatari del dono (e nei loro genitori), ma anche nella stessa Cooperativa un entusiasmo ed un senso di gratitudine che sarà costantemente rinnovato.





Con la sua rete di ben undici negozi – a Pieve, Bezzecca, Enguiso, Lenzumo, Locca, Legos, Molina, Mezzolago, Prè, Tiarno di Sopra e Tiarno di Sotto – più i due stagionali, aperti durante la stagione turistica estiva a Pur e Molina lago, la Famiglia Cooperativa Valle di Ledro garantisce il suo servizio ad ogni paese della valle.

della Famiglia Cooperativa in questi anni recenti con il loro evolversi nel tempo, – come spiega Sartori stesso nella prefazione del libro – tracciando un percorso che fosse collegato al passato, alla sua storia. Aldilà della pura ricostru-

zione storica, il lavoro di Paolo Cis ci restituisce il senso stesso della esistenza della Cooperazione di consumo in questa valle.

Il libro riesce infatti a testimoniare quanto la storia della Famiglia Cooperativa abbia coinvolto di-

Famiglia Cooperativa Valle di Ledro

La storia, piena di futuro, della Famiglia Cooperativa della Valle di Ledro

Un libro che testimonia lo stretto legame con la comunità di questa storica Famiglia Cooperativa, che con impegno continua ad assicurare il suo servizio in tutta la valle. Con ottimi risultati, anche economici

Di questa rete di negozi, dieci hanno una superficie di vendita inferiore ai 300 metri quadrati, mentre per molti la superficie è sotto i 200 mq.; otto di questi negozi sono anche l'unico punto vendita del paese.

Tutti insieme – più grandi, piccoli e piccolissimi, spesso sistemati nei piccoli centri storici dei paesi e delle località, come si nota nelle foto che pubblichiamo in queste pagine – rappresentano l'immagine stessa della Famiglia Cooperativa attuale, raggiunta attraverso oltre 120 anni di storia. Nel 2020 infatti raggiungerà il traguardo dei 125 anni dalla fondazione.

La Famiglia Cooperativa Valle di Ledro è il risultato di fusioni e incorporazioni che si sono succedute nel tempo tra le numerose Famiglie Cooperative della zona, che hanno scelto l'unione per poter continuare a garantire un indispensabile servizio alla comunità. Ad offrire un'ampia e documentata testimonianza della storia della Famiglia Cooperativa è il libro uscito recentemente e curato da Paolo Cis, *"Le Famiglie Cooperative della valle di Ledro"* (Tipografia Gianantonio Tonelli, Riva del Garda).

La pubblicazione è stata voluta dal Consiglio di amministrazione della Famiglia Cooperativa e dal presidente Franco Sartori, che in conclusione del suo ultimo mandato ha condiviso con il Consiglio di amministrazione la necessità di collegare gli eventi che hanno caratterizzato la vita e lo sviluppo



Alcuni dei tredici negozi della Famiglia Cooperativa Valle di Ledro: qui sopra Enguiso e in senso orario Legos, Lenzumo e Locca. In alto, la copertina del libro di Paolo Cis dedicato alla storia delle Famiglie Cooperative in Valle di Ledro



rettamente la vita e il lavoro di migliaia di persone, dimostrando così quanto le Famiglie Cooperative, oltre alla funzione economica, abbiano sempre svolto e svolgano tuttora un fondamentale ruolo sociale. Ruolo che, d'altro canto, non può prescindere dagli indispensabili risultati economici, e dalla capacità di innovarsi, per rispondere ai nuovi bisogni di consumo.



Ed è questo impegno, il far convivere la funzione sociale e di servizio alla comunità con l'efficienza economica, ciò che caratterizza ogni cooperativa di consu-



mo e ne garantisce il futuro. Come accade ora per questa Famiglia Cooperativa, che dopo aver archiviato un nuovo bilancio positivo e in utile, grazie ad un 2018 con vendite record, può pianificare il miglioramento del servizio della rete di negozi e l'importante ampliamento del supermercato di Pieve di Ledro.

LA FAMIGLIA COOPERATIVA VALLE DI LEDRO ha circa 2000 soci (quasi uno per ogni famiglia della Valle di Ledro), 29 dipendenti fissi e oltre 30 stagionali nel periodo estivo; la sede della Cooperativa è a Molina di Ledro; tredici i negozi presenti in tutta la valle. Il presidente è Franco Sartori, il direttore Michele Berti.

(c.galassi)

Da in alto a sinistra, in senso orario: i negozi di Tiarno di Sotto, Tiarno di Sopra, Bezzecca e Molina



“Il Salvagente”, quattro anni di test

Coop l'insegna migliore per i prodotti a marchio

È Coop Italia l'insegna della grande distribuzione migliore per i prodotti alimentari di marca propria, davanti a Consilia e Conad, mentre i peggiori sono Carrefour e Lidl. A dirlo l'indagine del mensile dei consumatori “Il Salvagente”, che ha realizzato una classifica sulla qualità dei prodotti a marchio dei supermercati attraverso “una sintesi di quattro anni di test di laboratorio che tiene conto dei giudizi ottenuti nelle analisi di tutti i numeri finora pubblicati”. Nel mirino olio, pasta, passate di pomodoro, prodotti per la prima colazione fino alla carne, ai salumi, formaggi, dolci

e altri cibi verificati con diversi esami. Un settore importante in crescita, quello dei “prodotti a marchio proprio”: secondo una ricerca Nomisma per l'Osservatorio Marca 2019, per il 55% dei consumatori acquistare un prodotto

a marchio significa soprattutto mettere nel carrello “convenienza a parità di qualità”, un cliente su tre che si dice convinto di poter contare su “prodotti di filiere tracciate, certificate e controllate” e il 32% di chi si affida a questi prodotti



lo fa perché gli riconosce garanzie di salubrità e perfino attenzione per l'ambiente. Con una scelta, dunque, adottata non solo per motivi economici. Tanto che tra i prodotti a marchio prediletti, carne e salumi sono la prima scelta per il 34% degli intervistati; latte, yogurt, formaggi e uova





ci, pari a 120.000 €, per premiarne la fiducia e la fedeltà. Il ristorno è la restituzione al Socio di una percentuale di quanto ha speso in Famiglia Cooperativa, cioè del fatturato che ha contribuito produrre.

FAMIGLIA COOPERATIVA DI CAVALESE

Il ristorno ai soci 2019

Una parte degli utili premia fiducia e fedeltà dei soci

Anche nel 2018 la Famiglia Cooperativa di Cavalese ha conseguito un bilancio positivo, con fatturati in crescita e con buoni risultati (utili), tanto da permettere di restituire ai Soci una parte, attraverso il meccanismo definito "ristorno". La fedeltà dei soci che scelgono con costanza di fare la spesa nella propria Famiglia Cooperativa consente infatti di garantire sempre un buon servizio e, con un circolo virtuoso, di generare vantaggi per tutta la comunità. Quest'anno la Famiglia Cooperativa restituisce una somma ragguardevole ai So-

Una Famiglia Cooperativa può redistribuire un "ristorno" solo quando riesce a raggiungere risultati economici significativi destinando a questo una parte degli utili.



In queste foto, il grande supermercato Coop Trentino Centro Alimentare di Carano

oltre a mantenere il servizio in comuni e località periferiche ed un continuo miglioramento delle strutture e del servizio.

La Famiglia Cooperativa da giugno 2019 sta consegnando a ciascun socio il proprio coupon del ristorno: i soci

possono ritirarli nel proprio negozio abituale e poi usarlo in tutti i negozi/filiali della Famiglia Cooperativa di Cavalese, così sarà ancora più comodo e conveniente fare la spesa.

LA FAMIGLIA COOPERATIVA DI CAVALESE

Fondata nel 1896, la Cooperativa di Cavalese ha circa 4200 soci e occupa 60 dipendenti (ai quali si aggiungono 20 stagionali); il presidente è il dottor Alessandro Sontacchi; il direttore è Marino Sbetta.

Ben 1.286.000 € il totale di quanto distribuito ai Soci dal 2007 a oggi attraverso il "ristorno".

I punti vendita della Famiglia Cooperativa di Cavalese sono 15 e si trovano a Cavalese, Carano, Castello, Molina, Predaia, Masi, Daiano, Capriana, Casatta di Valfloriana, Montalbiano, Anterivo.

Nel negozio di Molina di Fiemme dal 1° luglio è aperto un nuovo reparto self service di casalinghi, tessile, intimo, giocattoli e scuola. (c.g.)



per il 30%; prodotti confezionati seguono con il 28%. "A trainare le vendite, non c'è dubbio, è soprattutto l'alimentare, molto più di quanto faccia il mercato delle private per i detersivi i prodotti per l'igiene per la casa o per la cura della persona", spiega "Il Salvagente".

"Dietro il successo dei prodotti a marchio Coop - commenta Coop Italia - c'è un intenso lavoro dietro le quinte. Il motore dell'operazione risiede nella Direzione Qualità Coop Italia, dove lavorano 43 persone, che dispone di un laboratorio interno presso la propria sede di Casalecchio di Reno a Bologna. È un laboratorio che nel tempo si è evoluto e oggi è di ultimissima generazione in termini di strumenti e metodiche utilizzate in cui vengono eseguiti vari tipi di analisi volti anche a scoprire l'adulterazione possibile degli alimenti (in dotazione di

Coop anche un gascromatografo). Per un investimento economico pari a 10 milioni di euro all'anno solo per il controllo qualità. Da qui passano anche stagisti universitari in uno scambio di formazione continuo a presidio della trasparenza. I dati 2018 relativi al prodotto a marchio Coop sono dati che continuano a essere positivi, e complessivamente la quota del nostro prodotto sul totale del fatturato tocca il 30% a volume con un fatturato di quasi 3 miliardi di euro, di cui circa il 40% proviene da filiere a completa tracciabilità, un unicum in Italia. Continua a dare ottimi risultati Vivi Verde, la linea bio di Coop, dove abbiamo esordito nel 1999, e oggi raccogliamo i risultati con una crescita nel 2018 di un +3,6%, e Fior Fiore, la linea dell'eccellenza gastronomica". (fonte: Wine News)

FAMIGLIA COOPERATIVA CAVALESE

1896
120 ANNI
di servizio
Dal 1896
al servizio
della
Comunità

LA FAMIGLIA COOPERATIVA CAVALESE

NELL'ANNO 2019
RISTORNA AI SOCI

120.000 €

PER I RISULTATI OTTENUTI NEL 2018.

DAL 2007 AD OGGI SONO STATI EFFETTUATI RISTORNI PER UN TOTALE DI

1.286.000 €

Grazie a tutti i Soci per la fiducia!

FAMIGLIA COOPERATIVA CAVALESE | coop | KONSUM

È pronta a tornare con una nuova edizione di fine estate “Raccogli il risparmio”, la raccolta punti che prende il via lunedì 26 agosto nei negozi Famiglia Cooperativa e Coop Trentino che aderiscono all’iniziativa e nel Superstore di Trento.

La “raccolta” è come sempre molte semplice e d’immediato utilizzo.

Fino al 13 ottobre 2019

“Raccogli il risparmio”: più sconto sulla tua spesa

Con Raccogli il risparmio ricevi un bollino ogni 20 euro di spesa e con 10 o 15 bollini hai diritto ad uno sconto del 10 o del 20 per cento su una tua spesa successiva fino al 13 ottobre 2019

Anche questa volta, come nelle passate edizioni che tanto successo hanno registrato, basterà raccogliere i bollini ottenuti facendo la spesa (1 bollino ogni 20 euro di spesa), per avere diritto a nuovi sconti, e quindi ulteriore convenienza sulla spesa di ogni giorno nei negozi Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Superstore.

Questa edizione di “Raccogli il risparmio” permette di **collezionare punti dal 26 agosto al 6 ottobre 2019**, mentre le schede completate con i bollini daranno diritto allo sconto sulla spesa fino al 13 ottobre 2019.

DUE POSSIBILITÀ DI SCONTO

Le possibilità di sconto sono due:

- con le schede completate con 10 bollini si ha diritto ad uno **sconto del 10 per cento**
- con le schede da 15 bollini lo sconto raddoppia e diventa del **20 per cento**.

In entrambi i casi è possibile fare **una spesa dell’importo massimo di 200 euro** (offerte escluse).

“Raccogli il risparmio” è una iniziativa rivolta a tutti, soci e clienti; la **scheda della raccolta si trova** nei negozi Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Superstore e **può essere ritagliata** e conservata facilmente nel portafogli, per essere presentata all’operatore di cassa, che applicherà direttamente i bollini.

Una volta completata con 10 o 15 bollini la scheda dà diritto allo **sconto sulla spesa, nel periodo compreso tra il 26 agosto e il 13 ottobre 2019.**



RACCOGLI IL RISPARMIO

15 Bollini = 20% di sconto

10 Bollini = 10% di sconto

Dal 26 agosto al 6 ottobre 2019, ogni 20 euro di spesa e multipli ricevi un bollino che verrà applicato sulla tua scheda.

Completa la scheda con 10 o 15 bollini e riceverai uno sconto rispettivamente del 10% o del 20% su una spesa* fino al 13 ottobre 2019.

*singolo scontrino importo massimo 200 euro. Lo sconto non verrà applicato sui prodotti già in offerta.

FAMIGLIA COOPERATIVA | coop

È un’iniziativa promossa da SAI Soc. Coop - Via Imbriani, 2 - Trento, valida dal 26 agosto al 6 ottobre 2019 in tutti i supermercati aderenti che espongono il materiale promozionale. Regolamento disponibile nei negozi aderenti.

RACCOGLI IL RISPARMIO

Nome _____

Cognome _____

Ritaglia e porta sempre con te la scheda per raccogliere i bollini che verranno applicati direttamente dall’operatore di cassa.

Raccogli i bollini fino al 6 ottobre 2019

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10% di sconto
11	12	13	14	20% di sconto

Richiedi lo sconto fino al 13 ottobre 2019

TIENI LA TUA SCHEDA-PUNTI CON TE

“Raccogli il risparmio” è per tutti, soci e clienti; la scheda della raccolta si trova nei negozi Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Superstore: una volta ritagliata si conserva nel portafogli, per essere presentata alla cassa per l’applicazione dei bollini.

**CI SONO POMODORI
CHE GIOCANO SPORCO
CON GLI AGRICOLTORI**



**E POI CI SONO
I POMODORI COOP.**

In alcune filiere come quella del pomodoro da trasformazione, il rischio di avvelenare il mercato con pratiche scorrette è alto. Se si pagano poco gli agricoltori, si dà il via a un circolo vizioso che genera illegalità e sfruttamento. Noi di Coop abbiamo stabilito con i fornitori un prezzo equo e chiediamo loro il rispetto degli accordi. Così, con un prezzo più giusto e regole più certe, si può consentire a tutti gli operatori del mercato di organizzare al meglio la produzione, creando una filiera buona e pulita.

LA *coop* SEI TU.

Coop ha sempre presidiato il settore agroalimentare con un approccio di "filiera", controllando tutti i passaggi dal campo alla tavola, con una gestione basata sull'analisi del rischio e con attenzione a tutti le segnalazioni ricevute. Per le filiere più a rischio i



chiesta a tutti i fornitori di prodotto a marchio e ai fornitori anche di prodotto non a marchio in ambito ortofrutta, riguarda i principi riportati nel nostro codice etico e la non adesione comporta l'esclusione del fornitore. Dal 2016 il rilancio della tematica etica (nello specifico per l'ortofrut-

pachino uva, patate (novelle e non), cavoli/cavolfiori, anguria, finocchi, limoni, zucchine, ciliegie, banane, cipolla tropea, fico d'india, olio e olive, vino, caffè, succhi di frutta 100%.

Ben 700 aziende agricole sono state sottoposte a audit: i risultati dei controlli sono stati incoraggianti, solo pochissimi i casi in cui Coop è stata costretta a sospendere immediatamente le aziende (**4 le aziende agricole sospese** per i gravi elementi rilevati). In tutti gli altri casi non sono state rilevate non-conformità critiche quali caporalato, lavoro nero, lavoro minorile, violenza e discriminazione. Sono state individuate alcune problematiche relative alle norme sulla sicurezza dei lavoratori in seguito alle quali è stato definito un percorso di risoluzione in tempi brevi.

Nel 2019 sono state verificate, oltre alle filiere già controllate in passato su cui si mantiene un monitoraggio, anche indivia riccia e scarola radicchio, ananas, pesche e nettarine, sedano. Altre attività sono state pianificate tra luglio e agosto, tra cui quelle sul pomodoro da trasformazione. Coop ha inoltre rafforzato il presidio e per i prodotti ortofrutta della **linea Origine**.

Atutti i fornitori di ortofrutta a marchio Coop e a quelli di pomodoro da trasformazione è stato richiesto di far aderire le loro aziende alla «**Reti del lavoro agricolo di qualità**» (iniziativa del mi-

Ortofrutta Coop Contro il lavoro nero «Buoni e giusti», Coop dalla parte dei lavoratori

Coop presidia l'agroalimentare con un approccio "di filiera", controllando tutti i passaggi dal campo alla tavola del consumatore, per garantire l'autenticità del prodotto a marchio a discapito di frodi e falsificazioni

di **Chiara Faenza**

Responsabile sostenibilità e innovazione valori di Coop Italia

controlli coinvolgono anche la produzione primaria e le aziende agricole. In caso di non conformità alle tematiche in oggetto, Coop chiede un immediato piano di miglioramento o, in relazione alla gravità, può anche decidere di escludere i fornitori/subfornitori coinvolti; dall'inizio del progetto nel 1998 sono state **11 le aziende sospese**.

Coop è stata la prima azienda in Italia ad ottenere nel 1998 la certificazione di standard etico SA 8000 e, in questi 20 anni, ha sempre messo in campo nuovi strumenti per **presidiare il tema dei diritti dei lavoratori**. Ai fornitori dei prodotti a marchio si richiede la sottoscrizione di un **codice di comportamento etico** basato sullo standard SA 8000; in più vengono effettuate verifiche nei luoghi di produzione nei punti critici delle filiere: in questi anni sono state oltre **1900 le ispezioni condotte** (tra fornitori e subfornitori) da enti terzi accreditati, attività comprensive di interviste anonime ai lavoratori e di raccolta informazioni dagli stakeholder locali (sindacato, ONG, ecc.).

È un impegno che coinvolge moltissimi fornitori e subfornitori; la sottoscrizione ri-



ta) si è centrato sulla campagna **Buoni e giusti**. Attraverso questo strumento l'impegno si è esteso anche a tutte le filiere dei prodotti ortofrutta di fornitori nazionali e locali, coinvolgendo oltre **800 fornitori** e più di **70.000 aziende agricole**; tutti i fornitori di ortofrutta hanno aderito al codice etico Coop.

Sono state identificate le 13 filiere ortofrutta maggiormente critiche: da quella del pomodoro da trasformazione alle clementine e arance (bionde e rosse), fragole, meloni, lattuga, zucchine, pomodoro, pomodoro

Coop è stata la prima in Italia ad ottenere nel 1998 la certificazione di standard etico SA 8000 e ha sempre messo in campo nuovi strumenti per presidiare il tema dei diritti dei lavoratori.



nistero del Lavoro e delle Politiche sociali, del ministero delle Politiche alimentari e forestali, del ministero dell'Economia e delle Finanze, dell'Inps).

“Volete che il territorio agricolo della Provincia autonoma di Trento diventi un distretto biologico, per tutelare la salute, l'ambiente e la biodiversità, indirizzando la coltivazione, l'allevamento, la trasformazione, la preparazione alimentare e industriale dei prodotti con i sistemi di produzione biologici?”: è questo il quesito referendario che un Comitato promotore, partito da un'iniziativa dei Verdi del Trentino, ha depositato presso la



Tutto questo in sinergia con l'apparato turistico del Trentino, perché il “bioturismo” si va consolidando come una delle tendenze future.”

CONSTRUIRE ACCORDI

Per raggiungere questi obiettivi si devono

Provincia autonoma di Trento futuro distretto biologico **Un referendum per un Trentino biologico**

Valutata l'ammissibilità, si potrebbe arrivare ad un referendum propositivo, per avviare la conversione al biologico dell'agricoltura trentina: una conversione ecologica possibile che non esclude uno sviluppo economico

di Antonella Valer

Presidenza del Consiglio provinciale, lo scorso 26 luglio, allo scopo di arrivare, attraverso un referendum propositivo, ad avviare la conversione al biologico dell'agricoltura trentina.

Si propone di supportare le aziende agricole e tutti i soggetti che utilizzano il territorio ad implementare modalità sostenibili e rispettose della biodiversità.

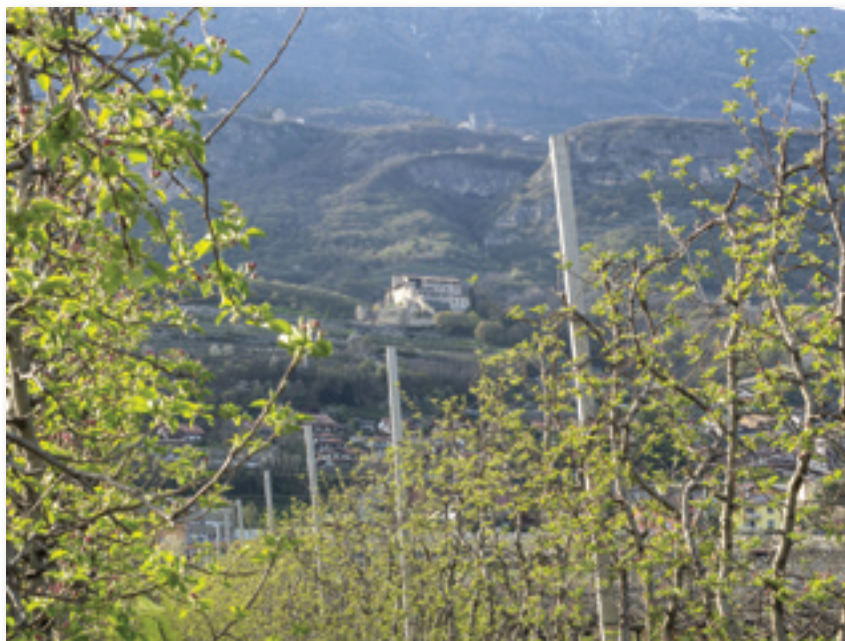
Si propone di sostenere percorsi di innovazione che conducano verso l'obiettivo iniziale della diminuzione e poi della scomparsa del carico di tossicità

che il territorio e il nostro stesso organismo devono sopportare.

In particolare, secondo l'idea del Comitato, andranno sostenute le coltivazioni biologiche, gli allevamenti che valorizzano le razze autoctone, le filiere corte che garantiscono i prodotti a Km zero.

L'AMBIENTE AL CENTRO

“Un processo che metta al centro il rispetto dell'ambiente e che, allo stesso tempo, lo valorizzi e lo renda ancora più desiderabile”, ha dichiarato Andreas Fernandez, membro del Comitato “perché una conversione ecologica è possibile e non



IL QUESITO

“Volete che il territorio agricolo della Provincia autonoma di Trento diventi un distretto biologico, per tutelare la salute, l'ambiente e la biodiversità, indirizzando la coltivazione, l'allevamento, la trasformazione, la preparazione alimentare e industriale dei prodotti con i sistemi di produzione biologici?”

esclude uno sviluppo economico in grado di non lasciare indietro nessuno e di continuare a creare ricchezza.

iniziare a costruire accordi tra istituzioni, aziende, produttori locali e cittadini, per impegnarsi ad una gestione responsabile e sostenibile delle risorse. **E singoli/e cittadini/e possono svolgere un ruolo importante.**

Anna Dallapiccola, ad esempio, ha deciso di far parte del Comitato promotore a partire da una preoccupazione concreta. “I miei figli vanno ogni giorno all'asilo in Alta Valsugana; la struttura è circondata da meleti e ho iniziato a preoccuparmi per la loro salute, visti i tanti prodotti chimici antiparassitari che circolano”.

RACCOGLIERE 8 MILA FIRME

L'obiettivo del Comitato è arrivare nei primi mesi del 2020 a una consultazione provinciale.

In queste settimane una commissione provinciale deciderà l'ammissibilità del quesito

referendario e, in caso affermativo, si dovranno raccogliere 8 mila firme in tre mesi.

“Un'impresa assolutamente fattibile se si considerano i benefici in gioco per tutti”, ha detto Fabio Giuliani, presidente del Comitato.

“Per immaginare un referendum propositivo in grado di porre le basi per creare un distretto biologico su tutto il territorio provinciale, si è dovuti partire raccogliendo le energie di tante associazioni, comitati, gruppi di acquisto solidale ed esperti agricoltori, allevatori e operatori turistici, andando al di là degli schieramenti politici.”

L'estate di quest'anno ci ha detto chiaramente che il clima, più che stare cambiando, è già cambiato. I temporali monsonici che si sono abbattuti anche sulla nostra provincia, nessuno dei nostri nonni ricorda di averli mai visti, e non parliamo delle temperature, che hanno raggiunto picchi che da queste parti fino a pochi anni fa erano impensabili.



Anche per questo motivo quelli dell'associazione Trentino Arcobaleno hanno pensato che mai come ora è importante che a conoscere le migliaia di proposte per un consumo più attento all'ambiente, che ogni anno si possono trovare alla fiera "Fa' la Cosa Giusta! Trento", la fiera del consumo critico e degli stili di vita sostenibili, vengano anche persone che non ci hanno mai messo piede. Così quest'anno, per la prima volta, verrà organizzato un percorso di avvicinamento alla fiera, che proverà a fare incontrare pubblici nuovi, andando a cercarli nei bar della città di Trento, ma non solo.

"Gusti Giusti" proporrà riflessioni anche impegnative, ma partendo dalle cose belle della vita, come il bere bene e il mangiare, coniugati secondo i principi della sostenibilità.

In ogni incontro saranno quindi proposti aperitivi e piatti realizzati con i prodotti dell'Economia Solidale Trentina, accompagnati da suggestioni in forme diverse, presentate da varie realtà del tessuto sociale trentino.

GLI APPUNTAMENTI PER AVVICINARSI ALLA FIERA

Il primo appuntamento sarà **giovedì 12 settembre 2019** alle ore 18 presso il bar Bookique in via Torre d'Augusto e il linguaggio utilizzato sarà quello cinematografico. Non ancora definito il titolo del film, ma quelle dell'associazione LabArca garantiscono che la bellezza aiuta a riflettere meglio.

Giovedì 19 settembre al Cafe de la Paix in Passaggio Osele, alle 18, i giovani dei Fridays For Future, quelli di Greta per ca-

pirsi, riscalderanno i motori, naturalmente metaforici, per la Marcia per il Clima del 27 settembre.

Giovedì 26 settembre al Bar Picaro in via San Giovanni 36, alle 18, i soci di Trento Consumo Consapevole in collaborazione con le aziende del Mercato dell'Economia Solidale proporranno varie attività pratiche per ragionare sul proprio modo di fare la spe-

ria della Malombra in Corso Tre novembre, l'associazione LabArca e la Libreria due Punti proporranno spunti, e assaggi, sul tema della mobilità sostenibile.

Sabato 12 ottobre, infine, sarà la volta di "Giusto due passi", una passeggiata per scoprire alcune realtà dell'Economia Solidale Trentina e la sorprendente Bio Diversità della collina Est di Trento, con pranzo finale

Prima di "Fa' la Cosa Giusta! Trento" 2019

Gli incontri dai Gusti Giusti per conoscere la Fiera

Da settembre a ottobre, per la prima volta, un percorso di avvicinamento alla fiera: aperitivi-incontri per conoscere le tante proposte per un consumo più attento all'ambiente

di **Dario Pedrotti**



presso il BarNaut della Cooperativa Samuele. Partenza da Martignano alle ore 9.

INFO E ISCRIZIONI

Al momento di andare in stampa, il programma è ancora provvisorio e qualche dettaglio potrebbe ancora cambiare. È in ogni caso possibile informarsi ed iscriversi sul sito www.trentinoarcobaleno.it, sulla pagina FB FaLaCosaGiustaTrento e all'indirizzo segreteria@trentinoarcobaleno.it.

sa e sulle sue ricadute sull'ambiente. La serata verrà replicata il **4 ottobre** presso il Social Stone in via Gorizia 18, sempre alle 18.

Giovedì 3 ottobre al Panificio Moderno, in piazza Lodron, a partire dalle 18, gli operatori del Muse intratterranno il pubblico sul tema **"Gli obiettivi di Sviluppo Sostenibile 2030 per il Trentino. Ed io cosa posso fare?"**.

Giovedì 10 ottobre dalle 9 alle 14, all'Oste-

DAL 18 AL 20 OTTOBRE FA' LA COSA GIUSTA

A proposito: la XV edizione di Fa' la Cosa Giusta! Trento, quest'anno dal 18 al 20 ottobre, cadrà esattamente un anno dopo la tempesta Vaia, un altro impressionante promemoria del fatto che non c'è più tempo da perdere.





COME CAMBIA LA TELEFONIA MOBILE

La caccia ai clienti nella guerra dei giga

In Italia le Sim attive continuano a crescere: sono più di 103 milioni, quasi 2 per ogni abitante. Più che le “vecchie” telefonate, contano il volume e la velocità con cui si possono trasmettere e scaricare dati nelle nostre vite sempre più connesse. Ma occhio a qualità del servizio e...

di Dario Guidi



E pensare che spesso nelle chiacchiere quotidiane lo chiamiamo ancora “il telefono cellulare” o ancor meglio “il telefonino” con un diminutivo che è inversamente proporzionale alle sempre più numerose possibilità e usi a cui si presta. Come se quell’aggettivo che ci accompagna e che maneggiamo ormai in ogni momento della giornata fosse “solo” un telefono. Spiace ma non è più così e lo sappiamo tutti. Non a caso Michele Serra, in un suo romanzo, lo chiamava “egofono”. Parola inventata ma che ben spiega come, attraverso quest’oggetto, passi una buona quota del racconto della personalità e della considerazione sociale di ognuno di noi.

Sempre sul filo dell’ironia, in una vecchia vignetta, Altan ci ammoniva: «È record, ogni telefonino possiede un italiano». Fulminante fotografia di un ribaltamento del rapporto per cui non è il cellulare al nostro servizio, ma noi al suo. Ognuno deciderà, per sé e per chi conosce, in che misura questa pro-vocazione risponda al vero.

Paradossi, battute: fatto sta che il mondo

della telefonia mobile continua a evolversi con una velocità impressionante e a essere sempre più protagonista delle nostre vite. Pensiamo ai sempre più debordanti social (da Facebook a Instagram, da Whatsapp a Twitter) che possiamo consultare di continuo senza più bisogno di oggetti “arcaici” e pesanti come un computer.

MERCATO SATURO

Parliamo di un mercato già da qualche anno sostanzialmente saturo, visto che il numero di SIM (cioè di linee mobili attive) supera di gran lunga il numero di abitanti. Ciò non toglie che le SIM continuano a crescere: nel 2018 sono aumentate di 3,5 milioni, arrivando al numero complessivo di 103,6 milioni di linee mobili rispetto a circa 60 milioni di abitanti che fa 1,7 Sim a testa (se togliamo i neonati e i bambini più piccoli si arriva tranquillamente a 2 Sim a testa).

Da dove viene questa crescita? Certo, da un lato, l’età cui arriva il primo telefonino si è progressivamente abbassata (nonostante rischi e problemi segnalati da medici e psicologi) così come, all’altra estremità del ciclo di vita, sempre più anziani, grazie ad apparecchi pensati per le loro esigenze, si trovano un cellulare in tasca.

EVOLUZIONE TECNOLOGICA

Ma ad attirare nuovi clienti e far crescere le SIM è soprattutto l’evoluzione tecnologica e la capacità, in un mercato fortemente concorrenziale, di offrire servizi e presta-

LE TARIFFE Quanti giga mi servono...

Per capire quale piano tariffario sottoscrivere è essenziale analizzare le proprie abitudini di navigazione (se ad esempio si può usufruire spesso di reti Wifi o meno) e di uso del proprio smartphone.

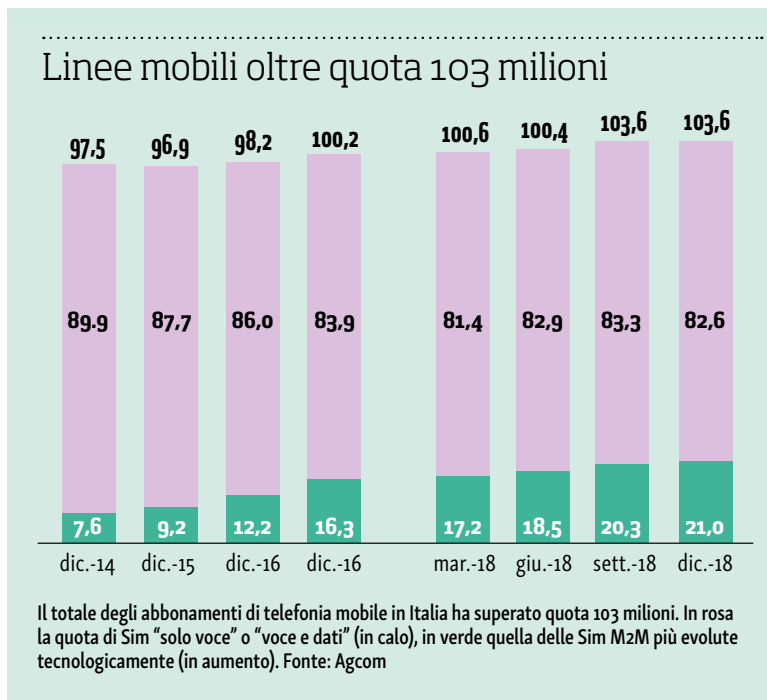
Ad esempio un piano da 2 o 3 GB al mese può andar bene per l’utilizzo dei social e delle principali app di messaggistica. Meglio però limitare i video, sia su YouTube che su Facebook e WhatsApp.

Se invece si guardano molti video, si seguono film o trasmissioni Tv, si ricevono mail con allegati pesanti, si usano applicazioni particolari, allora occorre aumentare il numero dei giga disponibili ogni mese partendo dai 5GB in su.

zioni sempre più potenti e veloci. Del resto, l'altro cambio fondamentale che si è affermato nel corso degli ultimi anni è che sostanzialmente le tariffe non si misurano più sulla base di quante telefonate o quanti Sms uno può mandare o fare, ma solo sulla base del **volume di dati** che posso trasmettere o scaricare. Dunque si ragiona in giga (dove giga sta per gigabyte che è un'unità di misura che equivale a mille megabyte che a loro volta equivalgono a mille Kilobyte), parola entrata stabilmente nel vocabolario di ogni giorno. **Di quanti giga ho bisogno per "vivere"?** E così ognuno cerchi la sua taglia d'abito, che può andare da pochi giga sino a 20 o anche 30, se si è consumatori "obesi" che guardano filmati o la Tv dal cellulare, oppure si è appassionati di videogiochi o altro ancora. A dicembre 2018 il traffico dati medio mensile per utente ha raggiunto i 4,2 giga, con un aumento del 55,6% sul dicembre 2017!

"HUMAN" E "MACHINE TO MACHINE"

Ma torniamo alle nostre utenze da telefonia mobile. L'ultimo report dell'Agcom



(l'Autorità per le garanzie nelle telecomunicazioni) spiega, infatti, che nel corso del 2018 sono cresciute di 4,8 milioni di unità le cosiddette **Sim di tipo M2M** (cioè, detta in inglese, quelle *machine to machine*) e sono calate di 1,3 milioni le SIM dette *human*. Sigle che la gran parte degli utenti probabilmente ignora al momento dell'acquisto ma che sono fondamentali per capire l'evoluzione del settore. Le Sim *human* sono quelle in grado di for-

nire servizi solo "voce" o "voce e dati", cioè quelli più semplici e tradizionali (tra cui possono comunque stare molte cose tra cui la navigazione internet). Con le Sim M2M si aprono invece possibilità ulteriori che consentono di mettere in collegamento apparecchiature diverse. Qualche esempio? Volete accendere il condizionatore prima di arrivare a casa e volete farlo del vostro telefono? Dovete avere una Sim di tipo M2M. Avete un sistema antifurto che vi segnala le eventuali intrusioni? Anche questo è possibile con le nuove Sim. Guardando ancor più in dettaglio i dati Agcom, le schede Human, che erano 89,9 milioni a fine 2014 ora sono scese a quota 83,4 milioni, mentre le Sim più evolute che erano 7,6 milioni, sempre a dicembre 2014, ora sono a quota 21 milioni (cioè quasi triplicate). Dunque, un numero di possibilità e di funzioni che passano tutte dal nostro smartphone che sta crescendo esponenzialmente. E i cui confini futuri ancora nessuno può disegnare con certezza.



TELEFONIA FISSA

Avanza la fibra ma calano le linee

Interessante è sapere che, anche in virtù dell'evoluzione e dei servizi che la telefonia mobile è in grado di offrire, in Italia è in calo il numero di accessi complessivi da rete fissa che nel corso del 2018 si sono ridotti di circa 350 mila unità (180mila unità solo nell'ultimo trimestre). In totale gli accessi, cioè le linee esistenti, sono poco più di 20 milioni, contro gli oltre 100 milioni di Sim della telefonia mobile.



I dati dell'Osservatorio sulle Comunicazioni, diffusi dall'Autorità per le Garanzie nelle Comunicazioni, evidenziano tuttavia **profondi mutamenti nella composizione delle tecnologie utilizzate per la fornitura del servizio**, che anche

in questo comparto sono sempre più orientati a fornire collegamento al web e traffico dati a più alta portata, al posto della "vecchia" telefonia. Infatti, se a fine dicembre 2014 quasi il 94% degli accessi alla rete fissa era in rame (cioè la vecchia linea telefonica), dopo quattro anni questi sono scesi al 58%, pari a una flessione di 7,5milioni di linee. Nello stesso periodo

(dicembre 2014-dicembre 2018) sono cresciuti gli accessi tramite altre tecnologie qualitativamente migliori, in particolare quelle in fibra (quella sino alle cabine stradali +5,9milioni di unità e quella sin dentro casa +540mila unità). Poi c'è anche il FWA (+700mila), collegamento wireless su onde radio con capacità di trasporto dati ancor più potente della fibra.

Un'evoluzione che si traduce in un aumento delle prestazioni della rete in termini di velocità di connessione: le linee con velocità inferiore ai 10 Mbit/s, infatti, rappresentano a dicembre 2018 meno del 25% delle linee rispetto al 75% del dicembre 2014. Nello stesso periodo, viceversa, il peso delle linee con velocità pari o maggiore di 30 Mbit/s è passato dal 3,7% al 45,1%.



Parliamo di un mondo che va veloce e nel quale il consumatore si muove bombardato da tantissima pubblicità, da continue promozioni, ma alle quali guarda anche con tanta diffidenza.

CONSUMATORI E CONCORRENZA

Questo perché la feroce concorrenza tra i competitori sul mercato è stata accompagnata da **comportamenti spesso non proprio corretti**. In Italia le quote più grandi di mercato le hanno tre operatori come Tim, Vodafone e Wind-Tre. A loro si è aggiunto nel corso del 2018 il primo operatore low cost come Iliad. Poi ci sono alcuni operatori, cosiddetti virtuali (perché utilizzano una rete non di loro proprietà) tra cui CoopVoce (di cui parliamo più approfonditamente nell'altro servizio).

Questo cocktail di presenze e la guerra per accaparrarsi i clienti ha portato a far sì che spesso l'offerta cui si aderiva potesse poi riservare sorprese sgradite e non ben spiegate dall'inizio. Oppure il fatto che la stessa offerta venisse, dopo un po' di tempo, rimodulata dal gestore, mettendo l'utente di fronte al fatto compiuto. Il caso più celebre è la scelta della fatturazione che da mensile è diventata a sole 4 settimane (e il problema è stato superato solo dopo una lunga battaglia tra autorità di controllo e gestori).

Poi ci sono i **servizi non richiesti** che spesso spuntano in bolletta. O anche solo la difficoltà a parlare e avere spiegazioni da call center e servizi al cliente che non sono proprio di facile accesso (**proprio la trasparenza delle offerte, la correttezza e la gestione dei servizi al cliente rappresenta uno dei punti di forza di CoopVoce**).

L'ARRIVO DELLA RETE 5G

In questo panorama si annuncia poi una nuova evoluzione che è l'arrivo della rete 5G. Ad oggi in Italia la copertura di rete, tra i due standard esistenti (il 3G e il più performante 4G) è buona e sul livello degli altri paesi europei. Con il 5G, per il quale qualche anticipazione è già al via, ma che decollerà pienamente dopo il 2020, si annuncia l'ennesima rivoluzione, che certo offrirà a tutti performance più potenti e veloci, ma che servirà anche a guardare alle prossime frontiere non si sa quanto lontane, tipo le auto a guida autonoma che avranno bisogno di una copertura di segnale di altissimo livello. Detto tutto ciò, ovviamente ognuno, quando fa un abbonamento con un gestore o acquista uno smartphone, è bene misurare offerte e servizi sulla base delle sue effettive necessità. *(consumatori.e-coop.it)*

IL REPORT DI CITTADINANZATTIVA

Ecco quali sono le lamentele dei consumatori

Anche il XVII rapporto Pit Servizi dei consumatori realizzato da Cittadinanzattiva conferma come **il settore dove si registrano i maggiori disservizi è quello delle telecomunicazioni con oltre il 28% delle segnalazioni.** Nel 56% dei casi si tratta di problemi relativi alla telefonia fissa, nel 40% a quella mobile e nel restante 4% ci si lamenta dei servizi televisivi.

Le principali anomalie denunciate dai cittadini a Cittadinanzattiva riguardano la contestazione delle fatture, la disdetta, le problematiche contrattuali, il cambio operatore, le attivazioni di contratti e servizi non richiesti, la scarsa qualità di quelli erogati.

- **Contestazione delle fatture** – perché doppie, sbagliate, anche a contratto chiuso, per aumento dei costi (fatturazione a 28 giorni) - al primo posto con il 30% delle segnalazioni, e problematiche varie legate alla disdetta e al recesso dal contratto (14%) sono strettamente correlate anche a **problemi contrattuali**. Per lo più anomalie, in termini di qualità del servizio erogato o di rimodulazione tariffaria, che riguardano il mancato rispetto o la modifica delle condizioni contrattuali e l'attivazione di servizi non richiesti.
- In particolare spiccano tra le segnalazioni **scarsa trasparenza e**



carattere ingannevole dell'offerta precontrattuale, false informazioni sulla velocità di internet e sulla presenza della fibra ottica.

- **Per il cambio operatore** (11,9%) i cittadini lamentano, soprattutto nel settore della telefonia fissa, **la complessità delle procedure di migrazione da un operatore all'altro, i ritardi nel passaggio effettivo, i rimpalli di responsabilità** tra i due operatori coinvolti.
- Dure a morire le **attivazioni di servizi non richiesti**, nonostante quanto previsto dalla legge e dalla sperimentazione avviata da Agcom: gli abbonamenti a servizi premium si dovrebbero attivare solo con un

consenso espresso dell'utente. Il quadro è chiaro: disservizi a caro prezzo.

E come deve comportarsi il consumatore di fronte a tutto ciò?

«Ci sono alcuni piccoli consigli, semplici da attuare – spiega Tiziana Toto, referente politiche dei consumatori di Cittadinanzattiva. - Innanzitutto bisogna leggere bene l'offerta, compreso ciò che è scritto con un carattere microscopico, solitamente ignorato. Poi **controllare che la cifra pubblicizzata sia comprensiva di tutti gli oneri**, sempre, e che non sia legata solo a un'offerta limitata nel tempo. In questo caso, si deve controllare quale sarà il costo effettivo al termine della promozione. Se si usa molto il telefono, conviene sottoscrivere un'offerta flat, cioè con costo prefissato, verificando appunto il contenuto in termini di minuti, giga e quantità di sms. In caso di contestazioni occorre in primis scrivere (anche via social) all'azienda con cui si ha il contratto. In caso di risposta insoddisfacente ci si può rivolgere a un'associazione di consumatori che si attiverà immediatamente per tutelare i diritti degli utenti - anche per mettere in piedi le procedure di conciliazione - oppure all'Autorità Garante della Concorrenza e del Mercato: www.agcom.it».

In un mondo come quello della telefonia mobile, popolato da giganti, piuttosto aggressivi e agguerriti, CoopVoce ha dimostrato di poter conquistare



anni fa, abbiamo cercato di riproporre la filosofia e i valori Coop anche in questo campo, con un approccio che mira a tenere insieme **convenienza, semplicità dell'offerta** unite alla mas-

nico gratuito con il servizio **"Autoricarica con la Spesa"**. Inoltre, attivando il **"Servizio Vivibici"** è possibile ottenere più Giga "semplicemente" pedalando, trasformando i percorsi effettuati in bicicletta o a piedi e conteggiati tramite la omonima App.

Quanto alla qualità, **CoopVoce ha una co-**

UN'OFFERTA BASATA SU CONVENIENZA, QUALITÀ E LEALTÀ CoopVoce cresce e prepara il futuro

Riconosciuta come la presenza più affidabile e trasparente nel mercato della telefonia mobile, CoopVoce ha già avviato il percorso per un'evoluzione tecnologica che col 2020 porterà importanti novità per i clienti

uno spazio significativo e di poter continuare la sua crescita, arrivata oggi a **1 milione e 300 mila clienti**, soprattutto basandosi su alcuni punti di forza che sono la convenienza, la qualità e la lealtà dell'offerta tariffaria oltre ad un ottimo livello di servizio verso il cliente.

COOPVOCE: L'OPERATORE DI TELEFONIA MOBILE PIÙ TRASPARENTE

L'ultima certificazione in questo senso è venuta dall'indagine svolta a inizio anno da Altroconsumo che ha premiato CoopVoce come operatore di telefonia mobile più trasparente nei confronti dei propri clienti. Altroconsumo ha visitato 160 punti vendita di 7 tra i principali operatori presenti sul mercato e CoopVoce è risultata prima in tutti e tre gli ambiti dell'indagine.

Sapere cosa stiamo pagando e soprattutto che fine fanno i nostri

dati personali, la cosa più preziosa oggi. Esiste un vero e proprio mercato di nomi, cognomi e numeri di telefono che fanno gola alle società di marketing. Quindi se non capiamo bene ciò che stiamo acquistando e le informazioni sulla privacy, meglio chiedere spiegazioni o guardare altrove. Secondo Altroconsumo **CoopVoce è l'operatore mobile più trasparente del Paese, e non cede i dati dei clienti ad altre società.**

«La nostra impostazione è molto semplice – spiega il responsabile di CoopVoce, **Mas-similiano Parini** – Sin da quando siamo partiti con il progetto CoopVoce, ormai 12

sima trasparenza e attenzione verso il cliente. Le indagini che svolgiamo noi, come anche quella di Altroconsumo, confermano che la soddisfazione di chi ci ha scelto è ai livelli più alti in questo settore. Abbiamo investito già anni fa per avere un call center italiano e gestito direttamente da noi, che garantisce standard qualitativi e modalità di risposta tempestive ed efficaci. Per questo abbiamo ottenuto un livello di soddisfazione così alto per il servizio e le risposte che siamo in grado di offrire».

La diversità positiva di CoopVoce emerge anche su altri versanti: «Noi non abbiamo mai operato una rimodulazione delle nostre offerte che danneggiasse il cliente. Rimodulazione significa cambiare le condizioni dell'offerta dopo che il cliente l'ha sottoscritta. Inoltre un altro aspetto che caratterizza il nostro posizionamento basato sulla lealtà è aver sempre impostato il rinnovo delle promozioni su base **"mese vero"**, senza mai applicare la scadenza di 28 giorni».

CONVENIENZA, QUALITÀ E LEALTÀ

Quest'insieme di caratteristiche sono riassunte in uno slogan che CoopVoce usa nella sua comunicazione che è **"ConQualE"**, cioè l'acronimo di **Convenienza, Qualità e Lealtà**. La convenienza è testimoniata dalle promozioni tariffarie in grado di dare risposta alle esigenze delle diverse tipologie di clienti, ma anche dalla possibilità di ricaricare il proprio numero facendo la spesa nei negozi Coop, offrendo ai Soci l'opportunità di convertire i punti spesa in traffico telefo-

« In questo periodo di rimodulazioni da parte dei maggiori operatori, i clienti CoopVoce non hanno mai avuto aumenti sull'offerta sottoscritta »



apertura del 99,8% del territorio nazionale, ha offerte in 4G, non applica costi aggiuntivi e impedisce l'attivazione di servizi a pagamento non richiesti.

NOVITÀ IN ARRIVO

«Se questa è la fotografia di CoopVoce oggi – spiega ancora Parini -, importanti novità sono in arrivo! In un mercato in rapida evoluzione e così competitivo come quello delle telecomunicazioni è infatti necessario offrire servizi sempre più evoluti e innovativi, a vantaggio delle persone. Pur restando un operatore cosiddetto virtuale, infatti, CoopVoce si doterà di un'**infrastruttura tecnologica indipendente** che funzionerà grazie a **nuove SIM** che permetteranno ai nostri clienti di fruire di nuovi servizi e benefici, potendo gestire in autonomia gran parte della struttura tecnologica, pur mantenendo la copertura del servizio mobile di Tim. In un mondo che cambia anche CoopVoce cambia... e cresce!»

Per tutte le informazioni sulle offerte e le tariffe proposte da CoopVoce si può visitare il sito www.coopvoce.it o chiamare il numero verde 188.



IL TUO OPERATORE TI CAMBIA LA TARIFFA?

CoopVoce non lo ha mai fatto!



**Convenienza
Qualità
Lealtà**



coop voce
Comunicare è semplice.



Novità alla Libreria Erickson

Con le lenti della fantasia

L'immaginazione aiuta a guardare alle situazioni, o difficoltà, in cui ci si trova non per forza come ostacoli, ma come una nuova possibilità. Con curiosità e desiderio di rinnovarsi

di **Silvia Martinelli***

“ Viaggio” (*Feltrinelli*) è un libro di Aaron Becker in cui la storia è narrata solo dalle figure e dal potere descrittivo dell'immaginazione. La protagonista è una bambina che, in un mondo in bianco e nero, si guarda intorno con le lenti della fantasia. Un pastello rosso, trovato quasi per caso, è la chiave per aprire un mondo di avventure, in cui la piccola protagonista riesce a navigare nel mare in tempesta, superare ostacoli, spiccare il volo e stringere nuove e importanti amicizie. Il suo super potere è semplicemente quello di saper guardare alle situazioni in cui si trova ogni volta come una nuova possibilità, disegnando con il pastello rosso di volta in volta una barca, una mongolfiera e un tappeto volante.



Il Centro Studi Erickson ha cominciato il suo viaggio 35 anni fa, grazie all'abilità dei suoi fondatori di saper guardare lontano e da un punto di vista ogni volta innovativo. Il loro pastello rosso ha tracciato un quadrato, che non è un confine ma una scatola sempre aperta dentro cui inserire ancora nuovi e diversi punti di vista, per far uscire competenza e innovazione. È una lente quadrata attraverso la quale immaginare mondi possibili - alcuni già realtà - in cui l'inclusione scolastica e sociale sono pratiche quotidiane, le difficoltà non sono per forza osta-

coli, la cultura è un bene da tramandare. Ancora oggi, dopo tanti anni, Erickson ha molte esperienze da raccontare e non vuole smettere di imparare, né di migliorarsi. Per seguire la sua indole curiosa ha rinnovato anche la sede in cui si trova a Trento e ne ha aperta una nuova a Roma;

un luogo che è motivo di incontro e confronto, dove far circolare le idee, aiutarsi a vicenda e dialogare alla pari.

LA NUOVA LIBRERIA ERICKSON

La Libreria Erickson di Trento da questo mese ha ampliato i suoi spazi e non solo per sfogliare i libri, scoprire le novità editoriali,

i giochi più divertenti e gli albi illustrati più belli. Il libro è intreccio e intersezione, le storie si infilano nelle fessure della vita e portano a galla sentimenti, idee, punti di vista: la libreria è il luogo dove questo intreccio prende forma. Si è pensato infatti di costruire uno spazio tutto nuovo dedicato

all'incontro, che sia dentro la libreria e contemporaneamente una finestra per guardare fuori, che abbia molti volti e raccolga tante mani mosse dalla stessa passione per i libri e la scoperta. In questo spazio vi daremo appuntamento per incontrare gli autori, partecipare ai laboratori, visitare mostre e assistere a degli spettacoli.

Entrare in una libreria significa anche scoprire che esiste una componente di mistero nel modo in cui si (o ci) scelgono i libri. Si scopre presto infatti che non esiste il libro-medicina con le risposte pronte per ogni domanda, ma che piuttosto bisogna prendersi il tempo per imparare a farsi le domande giuste.

Così come la protagonista del libro di Aaron Becker, si scopre che il libro certo è un rifu-

gio, ma è anche un ottimo punto di partenza; è una nave che porta lontano, ma anche un porto sicuro in cui approdare durante la tempesta.

L'augurio che facciamo a piccoli e grandi lettori - ma anche a chi ancora lettore non è - è quello di circondarsi di libri, di assaporarne la vita che li anima. Perché entrare in una libreria è un po' come scriveva Italo Calvino ne "Il cavaliere inesistente": "Il capitolo che attacchi e non sai ancora quale storia racconterà è come l'angolo che svolterai uscendo dal convento e non sai se ti metterà a faccia con un drago, uno stuolo barbaresco, un'isola incantata, un nuovo amore."

*La Libreria Erickson

Gli appuntamenti in libreria "Si torna a scuola"

Settembre è il mese d'inizio di molte nuove avventure: ricomincia la scuola con tante nuove sfide e scoperte, si fanno progetti e ci si pongono obiettivi nel campo dello studio e del lavoro.

Dal 2 settembre animerà la libreria un ciclo di incontri dal titolo "Si torna a scuola": in dialogo con gli esperti genitori e insegnanti potranno approfondire i temi legati all'apprendimento e all'inclusione, scambiare spunti per attività da svolgere a scuola e a casa, condividere dubbi e incomprensioni, ma anche gioie e traguardi.

Si torna a scuola | ore 18:00

- **Lunedì 2 settembre: Partire e (ri)partire) alla grande!**
Con Anna Marinelli e Desirée Rossi
- **Lunedì 9 settembre: Ascolto e racconto con il Kamishibai**
Con Manuela Boz e Silvia Moretti
- **Lunedì 16 settembre: Allenare la concentrazione** Con Silvia Andrich
- **Lunedì 23 settembre: Gli strumenti per apprendere al volo con il Metodo Analogico** Con Mariarosà Fornasier e Giuseppe Degara
- **Giovedì 26 settembre: Come sopravvivere ai gruppi Whatsapp delle classi** Con Anna Fogarolo
- **Lunedì 30 settembre: Montessori dalla A alla Z** Con Battista Quinto Borghi e Silvia Pietrantonio

Gli incontri sono gratuiti, fino a esaurimento dei posti disponibili. È gradita la prenotazione telefonica

La Libreria Erickson è aperta in via del Pioppeto 24, Gardolo (Trento)
Per informazioni: 0461-993963 | lalibreria@erickson.it

Gente di mare che sarà salvata, anche, da gente di montagna. Sedetevi comodi, perché quella che stiamo per raccontare è davvero una bella storia di vera cooperazione, fra persone. Ed è una storia dove il mare è luo-



goli, sorelle, fidanzate, donne) di Pellestrina sono le protagoniste centrali.

Il cuore pulsante è la cooperazione, nel senso letterale, la capacità molto umana di cooperare per un bene comune, per un bene superiore. In questo caso hanno co-

Salvamento: dalla (nostra) montagna al mare

Le guardiane della vita di Pellestrina

Il trentino Franco Danieli, fondatore di Trentino Spiagge Sicure, ha promosso un corso di soccorso e rianimazione nell'isola della laguna di Venezia, basato sulla cooperazione tra gli abitanti, e in prima fila le donne

di Maddalena Di Tolla Deflorian

e membro dell'Istituto di Medicina del Soccorso. L'Istituto di Medicina del Soccorso (con sede a Roma) è la Società Scientifica che ha costituito le linee basi disciplinari e fondato la Specializzazione in Medicina del Soccorso, in ambito di alta formazione universitaria in area critica extra-ospedaliera e in emergenze medico-sanitarie. Danieli è vicepresidente tecnico dell'Irma, *International Rescue Medicine Association*.

Coordinatore del corso di cui parliamo fra poche righe, insieme a Franco Danieli, è il dottor **Gianluigi Da Campo, medico responsabile di area dell'Istituto di Medici-**

operato degli esperti, professionisti di alto livello, come abbiamo visto scorrendo i curriculum sopra esposti, che hanno lavorato gratis, e dei cittadini molto consapevoli.

Le donne dell'isola hanno seguito un corso full-immersion e il 30 giugno di quest'anno hanno conseguito l'attestato Irc (*Italian resuscitation council*) che dimostra che adesso sono capaci di attuare la rianimazione cardio-polmonare chiamata Blsd (*Basic Life Support Defibrillation*) e anche pediatrica Pbls (*Pediatric basic life support defibrillation*).

Gli esperti hanno reso queste donne intraprendenti, autonome dal soccorso rapido



go di vita e luogo di pericolo e dove salvare è la priorità. No, non parliamo di migranti, però l'idea di fondo di amare la vita umana e salvarla dal mare è la stessa.

Lo scopo è salvare persone colpite da malori o ferite, e per farlo formare persone residenti nei luoghi.

Lo scenario in cui si svolgono i fatti è la piccola isola di Pellestrina (nella foto), una fragile scommessa geografica e fisica, una lingua di terra sottile fra mare e laguna di Venezia, che da secoli affronta le grandi onde delle mareggiate, ed è **lontana da tutto**. Lontani anche dai soccorsi ufficiali, se si sentono male, sono gli abitanti, che di giorno sono quasi sempre le donne, legate ai pescatori del luogo.

Uno dei protagonisti è un trentino doc, il professore universitario Franco Danieli, maestro europeo di salvamento, istruttore di nuoto e preparatore atletico, esperto internazionale di protezione civile, famoso da noi per aver fondato il progetto Trentino Spiagge Sicure. Danieli è membro della commissione Federazione italiana nuoto nella Protezione Civile, membro di commissioni europee di ricerca, fondatore

na del Soccorso; specialista di medicina subacquea e iperbarica, ha conseguito un master in medicina d'urgenza in situazioni ostili (dall'acqua alle grotte fino alla montagna), è operatore sub, ha partecipato a varie missioni come medico iperbarico per il Cnr e in contesti internazionali, è ufficiale medico della Croce Rossa Italiana, ha avuto il comando a Lampedusa del punto medico avanzato in uno dei momenti drammatici, nel 2011, quando furono salvate 577 persone dal mare: fu uno dei soccorsi più importanti dell'isola tra Africa e Italia e per questo il gruppo di lavoro fu premiato dalla Libera Università dei diritti umani. Da Campo ha lavorato durante la guerra serbo-croata per la sicurezza sulla prima linea degli ospedali, è stato con l'esercito italiano a Herat, è stato medico di bordo in operazioni antipirateria in Mozambico e Sudafrica; è istruttore Irc da 45 anni.

"Le donne di Pellestrina – spiega il medico – sono di giorno le vere guardiane dell'isola. Per questo si son sentite in dovere di imparare le tecniche di rianimazione e soccorso, per essere loro le prime a intervenire. Il corso è stato un grande successo". 28 mamme (e

esterno, che non potrebbe comunque arrivare in tempo. È il primo caso in Italia in cui si affianca all'istruzione sulla rianimazione cardiopolmonare, anche quella sulle tecniche di salvataggio in acqua.

Il prossimo passo di Danieli e Da Campo sarà donare un defibrillatore e anche un etilometro al comando di stazione dei carabinieri, in occasione del corso che si terrà a settembre e sarà rivolto agli allenatori di Pellestrina, presso il palazzetto dello sport. La richiesta di organizzare il corso, che poi è stato patrocinato dal Comune di Venezia, è partita dagli abitanti della piccola isola, in particolare dalla moglie del capostazione dei carabinieri del posto, ed è stata subito colta con passione (e gratuità) da Danieli e Da Campo.

Quando sarete in riva al mare, o sulle rive di un lago, sedetevi sulla spiaggia, se potete, e guardando l'orizzonte di acqua lasciatevi pervadere dalla sua immane bellezza e dal senso di unione umana che le onde portano, hanno portato e porteranno sempre. In fondo il più famoso mito di sempre, l'Odissea, è la storia di gente che per mare incontra ogni lato dell'umanità.



E una domanda che non lascia tregua: cosa possiamo e dobbiamo fare, sul piano educativo, per arginare la deriva del linguaggio volgare, gli esasperati egoismi dei singoli o di gruppo, lo sdoganamento del razzismo – ormai di casa nelle istituzioni e nella quotidiana

pei da molti anni si è abbandonata l'idea che l'educazione alla cittadinanza vada confinata nello spazio ristretto di un'ora settimanale. Al contrario essa «è intesa come un'area disciplinare, che viene promossa nelle scuole per favorire la convivenza armoniosa e lo sviluppo reciprocamente costruttivo delle persone e delle comunità di cui esse fanno parte. Nelle società democratiche l'educazione alla cittadinanza aiuta gli studenti a diventare cittadini attivi, informati e responsabili, desiderosi

della cittadinanza e dei valori comuni di libertà, tolleranza e non discriminazione attraverso l'istruzione».

LA MULTIDIMENSIONALITÀ DELL'EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA

Dal rapporto emerge la multidimensionalità dell'educazione alla cittadinanza, che «è molto più del semplice insegnare agli studenti la struttura costituzionale di un Paese. [...] La maggioranza dei Paesi include nei

L'educazione alla cittadinanza

Il ritorno dell'educazione civica a scuola

L'inserimento dell'educazione civica nella scuola italiana sarà un'occasione persa se ridotta a una parentesi fra le altre materie, invece che un'area disciplinare: l'educazione alla cittadinanza che aiuta gli studenti a diventare cittadini attivi, informati e responsabili

di **Alberto Conci**

rità –, la violenza strisciante, la perdita del senso delle istituzioni, l'enfasi della paura, l'indifferenza per il dolore degli altri? La risposta non è facile, soprattutto in un momento storico in cui sembrano attecchire più l'aggressività che la fiducia, più la diffidenza che l'accoglienza, più la chiusura entro confini simbolici e reali che l'apertura sul mondo degli altri. Ma proprio per questo mi sembra importante gettare uno sguardo su come in Europa la scuola stia ragionando sull'educazione alla cittadinanza, per comprendere l'investimento dell'istruzione sul futuro e il modello di società che la scuola immagina e contribuisce a costruire. Da questo punto di vista uno dei documenti più interessanti da consultare resta quello di **Eurydice, la rete europea che dal 1980 raccoglie, aggiorna, analizza e diffonde informazioni sulle politiche, la struttura e l'organizzazione dei sistemi educativi del continente e che periodicamente redige un rapporto sulla situazione dell'Educazione alla cittadinanza in Europa.** Va subito detto – e questo è un elemento non secondario nel momento in cui nel nostro Paese si approva una legge che parla di «educazione civica» – che nei rapporti euro-



propri curricula **responsabilità personale, cooperazione e comunicazione in tutti i livelli di istruzione.** [...] È interessante notare come un'ampia maggioranza di Paesi tratti il tema del rispetto, inteso in senso generale come il rispetto di opinioni e convinzioni diverse oppure, in particolare, come il rispetto di altre culture e religioni o dei diritti umani».

e capaci di assumersi responsabilità per loro stessi e le loro comunità a livello locale, regionale, nazionale e internazionale».

Le competenze sociali e civiche richieste per raggiungere questi obiettivi, individuate in linea generale già nel 2006 nel Parlamento e nel Consiglio d'Europa, sono quattro: l'interazione efficace e costruttiva con gli altri; la maturazione di un pensiero critico; la capacità di agire in modo socialmente responsabile; la capacità di agire in modo democratico.

È chiaro da una parte che la costruzione di queste competenze non si riduce a una materia, ma coinvolge l'intera vita della scuola e ad essa devono concorrere tutte le discipline (anche se qui si registra una significativa differenza fra le strategie adottate nei singoli Paesi); e dall'altra che l'obiettivo ultimo è quello di implementare nella propria vita queste prospettive per preparare gli studenti ad assumersi responsabilmente il proprio ruolo di cittadini.

In questa prospettiva, non solo «l'educazione alla cittadinanza sembra essere una questione attualmente al centro dell'attenzione in numerosi Paesi europei», ma essa costituisce uno dei più importanti investimenti culturali, come ha messo in rilievo il gruppo di lavoro su Istruzione e formazione 2020 della Commissione Europea parlando della necessità di considerare prioritaria la «promozione

TRE APPROCCI POSSIBILI

Per realizzare gli obiettivi previsti ci sono tre approcci possibili: fare dell'educazione alla cittadinanza una materia a sé stante; integrarla all'interno di aree disciplinari affini (ad esempio le scienze sociali o il diritto); considerarla un obiettivo «cross-curriculare» che tutti gli insegnanti devono perseguire, nessuno escluso.

L'investimento formativo, quando si sceglie di fare dell'educazione alla cittadinanza un'ora curriculare, è molto diversificato e va da Paesi come Estonia, Slovacchia, Francia, Finlandia dove si insegna tale materia per un periodo da sette a dodici anni, a Paesi come Croazia, Cipro e Turchia che offrono l'insegnamento agli studenti per un solo anno.

In generale prevale però il terzo approccio, considerandolo più efficace in quanto tutta la comunità scolastica viene in questo modo responsabilizzata nella trasmissione dei valori di cittadinanza e le studentesse e gli studenti possono comprendere tali competenze come obiettivi generali che ineriscono alla loro vita democratica. **In un sistema «cross-curriculare», in altre parole, si comprende meglio che le competenze di cittadinanza costituiscono il fondamento sul quale costruire la propria esistenza assieme agli altri.**





L'IMPORTANZA DEGLI ORGANISMI PARTECIPATIVI

Un'attenzione particolare, in questo percorso, va dedicata agli organismi partecipativi, in primis degli studenti, che «sono canali importanti attraverso i quali tutti gli studenti possono vivere l'esperienza pratica del processo democratico fin dalle primissime fasi dell'istruzione. Possono anche rappresentare canali attraverso cui le persone coinvolte possono sviluppare competenze trasversali, come il lavoro di squadra, la fiducia e la sicurezza in sé, che possono aiutarle a fare la differenza nel mondo che le circonda. Inoltre, coinvolgere i genitori nelle scuole può aiutare a sviluppare una cultura scolastica democratica e inclusiva, che promuova un senso di responsabilità condivisa».

PERCORSI PER GLI INSEGNANTI

Particolarmente interessante è l'analisi dei percorsi di formazione degli insegnanti. Nel 2010 «era possibile specializzarsi in educazione alla cittadinanza solo nel Regno Unito (Inghilterra) nel corso della formazione iniziale degli insegnanti, oggi tale possibilità esiste in altri quattro sistemi educativi (Belgio - Comunità francese, Irlanda, Lussemburgo e Paesi Bassi) e, dall'autunno 2017, anche in Danimarca», mentre in altri sette Paesi - Repubblica Ceca, Estonia, Lettonia, Lituania, Austria, Polonia e Slovacchia - sono possibili specializzazioni in questa direzione. Il dato è significativo per due ragioni. Prima di tutto perché ci mette di fronte a un vuoto formativo che dovrà essere colmato anche in collaborazione con le università, che dunque dovranno essere coinvolte nella strutturazione dei percorsi formativi e nell'individuazione dello statuto epistemologico della materia. E poi perché solleva il problema della didattica, degli obiettivi e dei contenuti specifici, che sono oggetto attualmente di un dibattito molto articolato (interessante in proposito il ricco dibattito sul curriculum dell'educazione alla cittadinanza in Austria).

L'EDUCAZIONE ALLA CITTADINANZA PER L'EUROPA

È chiaro dunque che l'educazione alla cittadinanza, immaginando le caratteristiche che dovranno avere i cittadini di domani, è uno dei campi politicamente più sensibili per l'Europa di oggi: «L'Europa - si legge nel rapporto - si trova oggi di fronte a sfide importanti. Problemi socio-economici, estremismo violento e mancanza di fiducia nei processi democratici sono tra le minacce più gravi ai principi di pace, giustizia, democrazia, rispetto dei diritti umani, libertà, uguaglianza, tolleranza e non discriminazione, principi ampiamente condivisi in Europa. In tale contesto, l'istruzione e la formazione rivestono un ruolo importante per coltivare il rispetto

reciproco e i valori fondamentali, oltre che per favorire l'inclusione e l'uguaglianza».

In questa prospettiva il rapporto indica quattro "aree" di lavoro: «1. Assicurare l'acquisizione delle competenze sociali, civiche e interculturali da parte di bambini e giovani, promuovendo i valori democratici, i diritti fondamentali, l'inclusione sociale, la non discriminazione e la cittadinanza attiva; 2. Incrementare lo sviluppo del pensiero critico e dell'alfabetizzazione ai media; 3. Incoraggiare l'istruzione dei bambini e dei giovani svantaggiati; 4. Promuovere il dialogo interculturale attraverso tutte le forme possibili di apprendimento, in cooperazione con altre politiche e parti interessate pertinenti».

NON UNA "CLASSICA" DISCIPLINA

Ciò che caratterizza questa disciplina è quindi il fatto che non può essere troppo frettolosamente ridotta a una disciplina nel senso più classico del termine, poiché in questo modo se ne sottostimerebbe ampiezza e importanza. E soprattutto se ne sottostimerebbe la funzione, «che non è altro che colmare il divario tra l'individuo e la comunità. Questi due concetti non sono soltanto distinti, ma anche in contrapposizione l'uno con l'altro. Gli interessi e le preferenze dell'individuo e della comunità non sempre coincidono. Talvolta, arrivano persino a scontrarsi con conseguenze disastrose, come ha dimostrato l'esperienza storica dei regimi totalitari, del terrorismo e del razzismo oppure dell'anomia e dell'apatia politica. L'educazione alla cittadinanza, pertanto, è prima di tutto un mezzo per aiutare gli individui a capire che fanno parte di una comunità o, per essere più precisi, un insieme di comunità, che vanno da quelle più piccole a livello locale, a quelle più ampie a livello nazionale e globale. In secondo luogo, essa aspira a dotare gli studenti delle competenze che consentono di pro-

È usuale che un grido di gioia accompagni la fine delle lezioni nelle scuole. Non così nelle classi di quella "scuola speciale" che si tiene nella casa circondariale di Trento, e che vede impegnate più di 100 persone detenute in vari corsi: dall'alfabetizzazione per l'apprendimento dell'italiano come seconda lingua e delle competenze informatiche di base fino al percorso liceale, passando per quel traguardo intermedio e fondamentale che è il diploma di conclusione del primo ciclo di istruzione, la "terza media", fondamentale per l'accesso al lavoro e per l'integrazione dei cittadini stranieri. A giugno, quando finiscono le lezioni, gli studenti di questa scuola speciale sono

muovere contemporaneamente gli interessi dell'individuo e della comunità, permettendo così lo sviluppo armonioso di entrambi».

L'educazione alla cittadinanza è, da questo punto di vista, un argine e un antidoto. Un argine alla tentazione dell'individualismo, personale o di gruppo, contro la costruzione di una comunità accogliente, aperta e consapevole dell'interdipendenza. È un antidoto contro la presunzione di essere il centro del mondo.

In tal senso l'inserimento dell'educazione civica nella scuola italiana sarà un'occasione persa se verrà ridotta a una parentesi aggiuntiva fra le altre materie e non diventerà, invece, l'occasione per immaginare il mondo nel quale vorremmo abitassero i bambini e le bambine, le ragazze e i ragazzi di oggi. Che spero sia molto diverso da quello grigio e triste che costruiscono ogni giorno i professionisti del rancore.

Acl Trento C'è Zack, calmo e socievole



L'associazione Acl Trento rinnova il suo invito all'adozione di Zack (nella foto). Zack ha sei anni, pesa 28 kg, è socievole con cani e persone, è un cane calmo, adorabile. Adatto anche a bambini e persone sedentarie.

Per info e adozione 349/2302344 (sms solo per fissare appuntamento telefonico, con nome e località). Per aiutare l'associazione Acl Trento onlus ad accudire altri cani, potete donare sul conto postale ACL Onlus IBAN:IT 96U0760103200000077251890, con versamento - causale "donaz Acl Trento coop". Avvisate su acitrento@gmail.com, per essere ringraziati. Info su <http://www.aclonlus.org>



preoccupano. Ma quando vengo a scuola mi sembra di essere libero”.

La scuola è stata “complice del mio cambiamento”: racconta S. all’esame di maturità 2019. Nel ripercorrere le poche esperienze di lavoro regolare della propria vita e confrontare in parallelo il lavoro legale e quello illegale, lo studente ha delineato quanto i 4 anni di liceo in carcere lo abbiano accompagnato nella riflessione verso una prospettiva nuova sulla vita che ha

zazione degli studenti delle scuole sul tema della legalità.

Ogni anno sono molti i diplomi di terza media conseguiti in carcere: 24 quest’anno scolastico.

Ma l’anno scolastico 18-19 ha rappresentato anche la conclusione della prima tornata di qualifica del **percorso professionale alberghiero**: sono stati 4 gli studenti che si sono qualificati cuochi dopo un percorso biennale parallelo ai colleghi del corso serale dell’alberghiero a Rovereto.

“So che la scuola non mi darà automaticamente un lavoro, ma serve a cambiare dentro” dicono ancora gli studenti. *“Oggi dico a mio figlio che è meglio studiare. Andare a scuola per me è anche un modo di insegnare questo a mio figlio”.*

La scuola è però soprattutto un contesto di umanità e di libertà. *“A scuola posso dire quello che penso. Discuto e mi confronto con i compagni e i professori su tanti argomenti. In sezione invece parliamo di reati e processi, sempre delle stesse cose”.*

È dunque una scuola di cittadinanza attiva che educa alla responsabilità: *“Mi è piaciuto il libro di Gherardo Colombo “sulle Regole” (...). Ci ha colpiti la Costituzione Italiana: è bellissima, perché garantisce l’uguaglianza, rifiuta il razzismo, e chiede la solidarietà tra le persone”.*

Allo scopo di non lasciare soli gli studenti da giugno a settembre, da 5 anni il **Liceo Rosmini** organizza anche una **“scuola estiva”**,

con la collaborazione di decine di insegnanti volontari/e, che desiderano fare un’esperienza di insegnamento speciale o dare continuità al lavoro dell’anno scolastico.

Sono state circa 150 le persone detenute coinvolte nell’estate 2019 e diversi i corsi proposti. Oltre all’italiano e alle lingue straniere nel percorso di studi sociali gli studenti hanno sperimentato laboratori di dialogo filosofico, giornalismo, storia e letteratura, psicologia, antropologia culturale, giustizia riparativa. Occasioni preziose di confronto per gli stessi docenti che tornano volentieri di anno in anno per incontrare l’umanità ristretta, che con la privazione della libertà sconta la propria “pena”, ma che ha diritto ad occasioni di riscatto. *“Andare a scuola tutti i giorni e avere buoni risultati sono qualcosa di più della semplice buona condotta. Sono fonte di soddisfazione e orgoglio”.*

1 Intervento degli studenti al convegno “Insegnare legalità in carcere”, del 17 maggio 2017

Nella scuola della casa circondariale di Trento Quando vengo a scuola mi sembra di essere libero

Per chi è ristretto, la scuola è una prospettiva nuova sulla vita che sostiene la decisione di cambiare. Una scuola di cittadinanza attiva che educa alla responsabilità

di Antonella Valer

piuttosto tristi. Perché andare a scuola, per chi è ristretto, è vissuto come un importante spazio di libertà e un’occasione unica per confrontarsi con la società civile; il che, secondo l’ordinamento penitenziario (la legge che regola la vita di chi è recluso), dovrebbe essere uno degli elementi fondamentali del percorso di rieducazione, che l’art. 27 della Costituzione chiede alla “pena”.

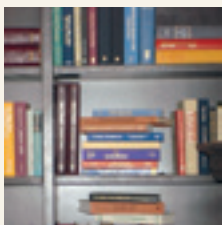
Da *“modo per trascorrere il tempo”* diverso dal passeggiare sui corridoi della sezione o per poter accedere alla liberazione anticipata, la frequenza della scuola può diventare per le persone detenute un’importante occasione di riflessione sulla propria vita, passaggio indispensabile per un possibile cambiamento. Questa opportunità si ritrova nelle parole che gli stessi studenti usano per parlare della scuola¹. *“Sto imparando tanto. Avevo smesso di andare a scuola 20 anni fa e avevo dimenticato tante cose. La scuola mi aiuta a ritrovare queste conoscenze. È come una “doccia che rinfresca la memoria” e ci aiuta a mantenere il contatto con il mondo esterno. La scuola ci aiuta a cambiare, ci fa pensare cose positive, allarga gli orizzonti. Aiuta a pensare alla vita in un modo diverso. A dare un ordine diverso ai valori. I soldi possono non essere più al primo posto. È importante anche il senso di responsabilità, andare a lavorare, pensare ai figli e alla famiglia”.* Non si tratta di un percorso scontato. *“Non sempre è facile. È faticoso scendere a scuola quando hai altre cose per la testa, che ti fanno star male e ti*



Il corridoio della scuola, dipinto dal gruppo di arte/murales

sostenuto la decisione di cambiare. S. è uscito in permesso premio per fare l’esame, si è diplomato al liceo economico sociale dopo 4 anni di studio intenso e regolare nella scuola ristretta. 76 su 100 il voto e tanta la soddisfazione sua e della sua famiglia. Lo scorso anno per E. invece, la commissione era dovuta entrare a fare l’esame orale.

Ma quelli di S. ed E. non sono l’unico risultato della scuola ristretta. Quest’anno anche D., che nel 2014-2016 aveva frequentato i primi due anni di scuola superiore in carcere, e ha poi proseguito una volta uscito, a giugno ha ottenuto il diploma del liceo serale del Rosmini, dopo che aveva già conseguito la qualifica uffici presso l’PUPT di Trento. Anche D. sostiene che tornare a scuola in carcere non ha significato soltanto realizzare il suo sogno di studiare, a cui aveva dovuto rinunciare all’età di 10 anni, ma è stato anche un momento decisivo per cambiare vita. **D. in questi anni ha “restituito” molto alla società trentina in attività di volontariato e di sensibiliz-**



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



CICLO TOUR TRENTINO

di Flavio Maria Tarolli, ed. Reverdito, Trento 2019

Pedalare - come viaggiare, correre, arrampicare... - è una passione. È sport e passione che, con l'osservazione, diventano cultura e storia del territorio.

In questo bel volumetto *"paesaggi incantati, castelli, esperienze irripetibili, fatica e soddisfazione sono vissuti intensamente dalla mente e dal corpo della persona impegnata a pedalare sulle strade, sui sentieri e sulle ciclabili del Trentino"*. Territorio: costeggiando gli specchi d'acqua della Valle dei Laghi, su alle palafitte di Ledro e Fiaavè, verso i massicci dell'Adamello e del Brenta, verso le Dolomiti di Fiemme e Fassa, Passo Rol-



le e la Val Venegia, la Valsugana e il Menador verso Luserna, per scendere verso Rovereto, Trento, Monte Bondone, poi la Val di Non, la Val di Sole, più a Nord al Passo Mendola e Ballino. Cultura: 'leggendo' i fortificati delle guerre e i musei all'aria aperta,

soffermandosi al Mart, al Polo Meccatronica, all'Aeronautica Caproni, al Muse, alle Cantine Ferrari, a Cavit e Rotary, a Melinda, alla Fondazione Mach di S.Michele. Tutto descritto in 192 pagine, con uno stile agile e amicale. Territorio e cultura diventano 'incontri' penserosi e lieti con le bellezze, la storia, i sapori e i profumi del Trentino. Pedalando, preferibilmente in compagnia.

VITE DI CARTA

di Micaela Bertoldi, ed. Del Faro, Trento 2019

La collana 'EquiLibri' di Del Faro *"ospita libri in grado di favorire sguardi critici per interpretare i vissuti, le tematiche e le emozioni del nostro tempo"*. Come questo, fatto di relazioni interpersonali, di aspirazioni verso cose imprecisate ma trascinate, alla ricerca di autenticità, di presenze vaghe e forti, solo gradualmente ben definite, di confronti esistenziali. Tutto necessario al proprio esistere, eppur fragile come la carta. Marisa sente determinante poter interloquire con Emma. Ne nasce una corrispondenza epistolare, che diventa *"il telaio per la tessitura di racconti di vite diverse, riunite in una stessa tela"*: Cristina con il suo ambulatorio, pronta a condividere speranze di guarigione e ineludibili dolori; Mirella e la sua mamma anziana, Sonia che *"continua a oscil-*

lare tra slanci volitivi e pause di malinconico ripensamento", Michele in cerca di affetti comodi e vicini per poi fuggirli, Lorenzo che talvolta si immerge nella poesia perchè sa di trovarvi *"la saldatura tra la sua identità e il suo divenire uomo"*... Emma racconta le molte storie a Marisa e Marisa le risponde narrando altre. Un'esigenza esistenziale, perchè *"ogni mente ha bisogno di un cuore in ascolto, di un alter ego che dia il riscontro atteso"*.

OLTRE IL FINE VITA

La terapia della dignità nelle cure palliative

a cura di Elena Bonamini e Annamaria Perino,
ed. Tangram, Trento 2017

Riflessioni ed emozioni diverse, talvolta convergenti, altre contrapposte. Di fronte al 'fine vita' di un essere umano - soprattutto se parente, amico, conoscente - nasce smarrimento, talvolta angosciante. Nè puoi sfuggirvi. Il lavoro curato da Bonamini, infermiera, e da Perino, sociologa, è un utile strumento offerto a operatori sanitari e a semplici cittadini per poter crearsi non certezze, ma un ragionevole orientamento nell'affrontare la Terapia della Dignità e le Cure Palliative. Qui sono analizzati due modelli di analisi e di valutazione sui momenti del fine vita: il modello Chochinov, risultato di anni di ricerca in rapporto con i pazienti e con i loro familiari, affrontando le dimensioni biologica, psicologica, sociale, spirituale; un ulteriore modello di intervento, diretto ad ampliare le possibilità assistenziali all'interno del contesto italiano delle Cure Palliative. Persona, dolore, dignità: in questo volume sono riportate le riflessioni di dieci professionisti, che *"lavorano sulla cura della dignità e utilizzano la dignità come cura, per dare alle persone malate la sensazione, non solo di contare per la loro specificità, ma anche di contare fino alla fine della vita"*, come suggeriva Cicely Saunders, la fondatrice del movimento delle Cure Palliative.



LE RICETTE DI 'TIZIANAMANIINPASTA'

di Tiziana Mazzotta, ed. CurcuGenovese, Trento 2018



Il cucinare è passato da prevalente tradizione a creatività poggiata sulla tradizione. Oggi è tutto un pullulare di proposte, di pubblicazioni, di trasmissioni televisive, che

documentano appunto un continuo creare. Tiziana Mazzotta vi aggiunge un sorriso e il *"Non dimenticate di essere felici!"*. Poi via con le ricette: antipasti, aperitivi, primi piatti, secondi piatti, insalate, contorni, condimenti, torte salate e frittate, dolci, pane, confetture, conserve, bevande e liquori. Ogni ricetta - oltre 150 - è presentata su uno schema ripetuto: gli ingredienti; la preparazione, dal pentolame suggerito, al processo culinario, al consumo; le note, con qualche suggerimento. Nel presentare le creazioni di Mazzotta, Anna Consales parla di spontaneità, dolcezza, semplicità; dice di aver scoperto un mondo fatto di amore per la famiglia, per le tradizioni, per *"valori che sembrano non esistere più"*. E pur confessando che *"le ricette e la cucina in generale non sono il mio forte, ma amo mangiare bene"*, conclude che *"forse un giorno cucinerò qualcosa per la mia famiglia, cercando di comunicare lo stesso amore di Tiziana"*.

26^a GIORNATA MONDIALE
ALZHEIMER

Associazione Italiana Malattia di Alzheimer
SEZIONE ONLUS ROVERETO

**Un ciclamo
per non dimenticare**

17 settembre 2019
dalle 9.00 alle 18.00

ROVERETO
Via Mazzini (angolo via Scuole)

APSP

- Avio
- Brentonico
- Folgaria
- Mori
- Nomi
- Rovereto (C. Vannetti e Sacra Famiglia)
- Vallarsa

RIVA DEL GARDA
Piazza Cavour

APSP

- Riva del Garda

Sarà allestito un tavolo AIMA con distribuzione di materiale informativo



Rovereto, 17 e 21 settembre 2019

26^a Giornata Mondiale dell'Alzheimer Informazioni utili e massaggi shiatsu

Dal 1994, settembre è il mese dedicato in tutto il mondo all'Alzheimer e il 21 settembre è la Giornata celebrativa istituita dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dall'Alzheimer's Disease International (ADI), con l'obiettivo di favorire la crescita di una coscienza pubblica su questa terribile malattia e sulle complesse problematiche sociali e sanitarie che ruotano intorno ai malati di Alzheimer e ai loro famigliari.

Il 17 settembre, dalle 9 alle 18, a Rovereto in via Mazzini, nelle APSP di Avio, Brentonico, Folgaria, Mori,

Nomi, Rovereto, Vallarsa, a Riva del Garda in piazza Cavour e nell'APSP, l'Associazione Italiana Malattia di Alzheimer (sezione di Rovereto) allestirà degli spazi per incontrare le persone e distribuire materiale informativo.

Inoltre, il 21 settembre, dalle 15.30 alle 17.30, allo Smart-Lab di Rovereto gli operatori professionisti FIS/ieo, **nella settimana dedicata allo Shiatsu,** offriranno ai soci/familiari dell'associazione Aima un trattamento (massaggio di 40/50 minuti) ricordando la Giornata Mondiale Alzheimer.

MUSE, SABATO 14 SETTEMBRE 2019 EUREGIOFAMILY#DAY

Per festeggiare la cooperazione transfrontaliera tra Trentino-Alto Adige e Tirolo, una giornata di eventi, giochi, visite guidate, laboratori, dedicati anche ai più piccoli

Un'intera giornata per festeggiare la cooperazione transfrontaliera tra Trentino-Alto Adige e Tirolo: sabato 14 settembre il Muse ospita "EUREGIOFAMILY#DAY", l'evento che unisce le culture dei 3 territori e le mette in relazione in un nutrito programma di attività, laboratori e spettacoli pensati per tutte le famiglie, i bambini e i giovani.

Tra le mille proposte segnaliamo: negli **Orti del MUSE "Seed. Storia di un piccolo seme che vuole mettere radici"**, un'avventura che porterà alla scoperta delle sfide che un seme deve affrontare per diventare "grande". Nel parco del MUSE, un gruppo di **trampolieri** si muoverà leggero tra la folla, creando veri e propri quadri viventi colorati di Euregio, mentre agli stand sarà possibile effettuare **tatuaggi** a tema, mettersi alla prova con **giochi** da tutto il mondo, creare affascinanti **origami scientifici** e ascoltare – sulla panchina delle favole – emozionanti **racconti** di



arte, natura e scienza adatti a tutte le età. E ancora, per tutti, sarà possibile osservare il Sole, partecipare al jukebox creativo e sorvegliare una bibita nel bar al buio, condotto e organizzato dalla Cooperativa AbC Irifor.

Anche all'interno del MUSE, il pubblico potrà trovare numerose attività, come **visite**

guidate, laboratori, talk scientifici, quiz, dimostrazioni, TinkerFun e molto altro. Tra le proposte più originali, alle 14, il Coro a Bocca Chiusa, nato dalla collaborazione tra la Scuola di Musica "I Minipolifonici" di Trento e l'Ente Nazionale Sordi di Trento e formato da persone sorde o in grado di esprimersi con la LIS (la lingua dei segni italiana) che interpreteranno insieme il testo di brani musicali.

Dalle 15 alle 18, Parkour, un grande spettacolo ad alto tasso adrenalinico con le incursioni di Parkour della Jestion Academy: l'occasione per conoscere da vicino una disciplina "metropolitana", nata in Francia alla fine degli anni '80 e sempre più apprezzata anche in Italia.

I visitatori in possesso della carta EuregioFamilyPass potranno entrare al MUSE gratuitamente e partecipare ai laboratori, anche in lingua tedesca; le attività possono essere prenotate a partire dal 2 settembre. Per alcune è previsto il servizio di interpretariato LIS.

Programma completo su www.muse.it



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione ingresso con tariffa

ridotta alle mostre e alle visite al museo, in tutte le sue sedi.

ChiamaTutti SMART+

A SOLI **8€** AL MESE
PER SEMPRE

Promozione valida dal 5 settembre
al 9 ottobre 2019

▶ **15 GIGA** in 4G
▶ **1000** minuti
▶ **300** sms



coop voce
Comunicare è semplice.

L'offerta "ChiamaTutti SMART+" è valida per chi attiva CoopVoce dal 5 Settembre al 9 Ottobre 2019 e prevede ogni mese, in territorio nazionale e in territorio UE, 15 GIGA di traffico internet in 4G, 1000 minuti e 300 SMS verso numeri fissi e mobili. I minuti sono tariffati sugli effettivi secondi di conversazione, senza scatto alla risposta e le connessioni internet a singolo kbyte. Al superamento dei minuti e SMS compresi nel mese si applicano le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. La promozione ha un costo di 8€ al mese e si rinnova automaticamente ogni mese. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta è sospesa per 30 giorni. Per riattivarla è necessario ricaricare entro 30 giorni, altrimenti verrà disattivata. In caso di sospensione il traffico voce e SMS è tariffato 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. L'Uso del servizio è personale, secondo quanto previsto dall'art.4 delle CONDIZIONI GENERALI DI CONTRATTO. Per maggiori dettagli sull'offerta, policy di corretto utilizzo e limitazioni, condizioni generali di contratto, visita il sito www.coopvoce.it.



CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: ALDENO Via Dante, 9 • AVIO P.zza Roma, 5 • BASELGA DI PINÈ Corso Roma, 9 • BONDO Corso III Novembre, 12 • BORGHO 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 • MATTARELLO Via Catoni, 50 • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • 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, 169 • 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 • TUEENNO Piazza Alpini, 24 • VEZZANO Via Roma, 45 • VILLALAGARINA Via 25 Aprile, 50 • **PROVINCIA DI BELLUNO:** AGORDO Via Insurrezione, 18 • FALCADE Piazza Mercato • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11 • **PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18

Inizia il 29 agosto, e durerà fino al prossimo 8 settembre tra Rovereto e Trento, Oriente Occidente Dance Festival, il festival di danza contemporanea che da 39 anni riempie i teatri e le piazze di Rovereto – e quest'anno anche di Trento – con il meglio dell'arte coreutica mondiale. Per il secondo anno, Oriente Occidente esplora la Nuova Via della Seta, aprendo

di oggi (3/9, Auditorium Melotti, ore 20.30). Sarà invece *Frozen Songs* di **Zero Visibility Corp.** a portare in scena la **vulnerabilità del nostro ecosistema**: sacchi di cellophane, proiezioni di immagini naturali e ciminiere fumanti faranno da scenografia a sei danzatori che faranno di tutto per garantirsi una sopravvivenza (7/9, Auditorium Melotti, ore 20.30).

Civico di Rovereto, ma soprattutto la **Mutant Animal Parade**, una grande parata per le strade del centro di Rovereto, guidata da musicisti e dall'artista Ruggero Asnago, alias **RUGGGE**, che grazie al contributo di tutti costruirà stendardi, marionette giganti, maschere e costumi (come nella foto in basso). **Dal 3 al 7 settembre infatti all'Oratorio Rosmini di Rovereto bambini e bambine di ogni età potranno partecipare al laboratorio pomeridiano di costruzione con materiali di recupero e scarti che ognuno potrà portare con sé. La partecipazione al**

ORIENTE OCCIDENTE AL VIA

A Rovereto e Trento il meglio dell'arte coreutica mondiale

Nella sua 39ª edizione il Festival di danza contemporanea di Rovereto coniuga etica ed estetica. E presta sempre più attenzione ai più piccoli e alle famiglie

lo sguardo all'attualità e alle tematiche più discusse, secondo diversi fili tematici. Dall'attenzione alla danza contemporanea che arriva dall'Oriente con compagnie da Corea e Cina, all'approfondimento della danza dell'Est europeo, passando per il grande interesse per gli artisti italiani, sia gli emergenti che i più affermati.

Tra questi ultimi **Michela Lucenti con Balletto civile**, il collettivo nomade dalla forte tensione etica oltre che estetica, con due spettacoli: *Madre* e *Concerto fisico*, entrambi al debutto. *Madre*, per dieci interpreti, è un visionario spettacolo nel quale vengono messi in discussione i legami famigliari e la capacità di ognuno di rendersi indipendente dalla propria origine (5/9, Auditorium Melotti, ore 20.30). *Concerto fisico* è invece un solo in cui Michela Lucenti oltre ad essere ideatrice è anche interprete e tra musica e movimento racconterà 15 anni di storia della compagnia (6/9, Mart, ore 17 e ore 20).

Il Festival attraversa quest'anno anche due importanti questioni al centro del dibattito pubblico: il tema della **migrazione** e quello dei **cambiamenti climatici**. Ad affrontare il tema dell'esilio è **Claudio Bernardo** con *#Frontiera* che, a partire dalla tragedia di Euripide *Le Troiane*, alza la voce richiamando le coscienze sulle barbarie di ieri e



ORIENTE OCCIDENTE È FAMILY FRIENDLY!

Il Festival non dimentica di aprire le sue porte ad un pubblico di bambini e famiglie. E il cambiamento climatico è uno dei temi che coinvolge i più piccoli anche sull'onda del grande movimento che giovani e giovanissimi in tutto il mondo hanno attivato in favore dell'ambiente e del proprio futuro. Proprio a questo si ispira l'intera **giornata del 7 settembre**, dal titolo *Saturday for future*, che include una serie di attività in collaborazione con il MUSE di Trento e con il Museo



laboratorio è completamente gratuita ma è richiesta l'iscrizione via mail a cid@centrodelladanza.it o telefono al numero 0464 431660.

Per i più piccoli anche alcuni spettacoli per avvicinarsi alla danza in modo aperto, giocoso e divertente. Il 30/8 a Piazza Malfatti alle 16 e alle 18 *Zoo Humans* di **The urban playground team** unisce aspetti acrobatici alla danza urbana. Il 3 e il 4/9 alle 18 a Ple Caduti sul Lavoro, invece, **Cirque la compagnie** stupirà il pubblico tra voli in aria, capriole e grandi acrobazie. Il 4/9 alle 20.30 **Cirque Rouage** porterà i suoi funamboli in equilibrio a progetto Manifattura, che sarà teatro anche della danza verticale di **Compagnie Retouramont** il 7/9 alle 22.30 e l'8/9 alle 21.

Un programma ricco di possibilità che vuole coinvolgere il pubblico con emozioni, immagini potenti, visioni e riflessioni, invitando grandi e piccoli a lasciarsi contagiare dalla curiosità e dalla meraviglia.



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sconto sul costo del biglietto intero per l'ingresso agli spettacoli nei teatri del Festival Oriente Occidente

Rovereto, 16-19 settembre 2019

Un percorso da fare insieme per smettere di fumare

Scegliere una vita senza tabacco conviene ed è salutare: un corso di quattro serate consecutive (più una) per scoprire come riuscirci

Decidere di non iniziare a fumare o smettere in qualsiasi momento significa proteggersi dal rischio dell'insorgenza di numerose malattie, e avere significativi vantaggi di tipo economico, per la propria salute e per l'ambiente che ci circonda. Significa dare respiro alla salute, contribuire al proprio benessere e a quello delle persone attorno a noi. Come farlo?

Il Servizio dipendenze e alcologia, Centro alcologia, antifumo e altre fragilità dell'Azienda provinciale per i servizi sanitari, in collaborazione con A.C.A.T. Vallagarina, rinnova la sua proposta di percorso "Insieme per non fumare più":



quattro serate consecutive, da lunedì 16 a giovedì 19 settembre (ore 20-22), più una il 25 settembre, a Rovereto e sempre presso l'oratorio della parrocchia Santa Caterina (Borgo Santa Caterina, 38).

Alla base del percorso per smettere di fumare c'è il modello dell'auto mutuo aiuto: il cambiamento del proprio stile

di vita è infatti facilitato dal confronto con gli altri membri del gruppo. Elementi essenziali del percorso sono: il rinforzo della motivazione personale, l'apprendimento di tecniche e suggerimenti utili anche rispetto ad altri stili di vita e la solidarietà tra i componenti del gruppo.

Durante gli incontri si suggerisce la presenza di un familiare o di una persona amica.

Per informazioni e iscrizioni

Servizio dipendenze e alcologia,
Centro alcologia, antifumo e altre fragilità
Rovereto, Via G. Bosco 6
Tel. 0464 403611 (lun-ven, 8.30-10.30)
Alcologia2@apss.tn.it

IL 17 E IL 26 SETTEMBRE 2019

Telefono Amico di Trento cerca nuovi volontari dell'ascolto



Al via la nuova campagna di ricerca di nuovi volontari e il corso di formazione

Telefono Amico Trento cerca persone che credono nel valore dell'ascolto e dell'attenzione verso gli altri per dare vita a relazioni d'aiuto positive: i futuri volontari di Telefono Amico.

Come ogni anno nel mese di settembre, Telefono Amico Trento promuove infatti una campagna di ricerca volontari e un corso di formazione. **Il corso è aperto a chi ha almeno 18 anni**, si sente disponibile verso gli altri, è pronto a mettersi in discussione e a offrire del tempo libero.

Per diventare volontari non sono necessarie qualifiche o esperienze specifiche, ma è una scelta che rappresenta un notevole investimento personale: il volontario è infatti

una persona che crede nei rapporti umani e nell'importanza dell'ascolto reciproco. Per maggiori informazioni: trento@telefonoamico.it, oppure serate informative di



martedì 17 e giovedì 26 settembre, ore 20.30, Hotel Everest in Corso degli Alpini 14, Trento.

Telefono Amico Trento è membro di Telefono Amico Italia che è un'associazione di volontariato che conta 500 volontari e 20 Centri in tutta Italia. I volontari di Telefono Amico Italia rispondono all'199.284.284, numero unico nazionale tutto l'anno, dalle 10 alle 24. Per mettere al centro del servizio le relazioni autentiche tra le persone, i volontari di Telefono Amico praticano un ascolto empatico e competente, che accetta l'altro, ne accoglie e condivide i problemi, senza formulare giudizi e rispettando ogni diversità, di carattere politico, culturale o religioso. Telefono Amico Italia risponde dunque a un disagio sociale comune nella nostra epoca: quello di non riuscire a esprimere e a dare un senso all'esperienza del dolore e della solitudine. I volontari di Telefono Amico ascoltano con empatia e attenzione, aiutano le persone che chiamano a esprimere la propria sofferenza, parlare della loro storia personale e recuperare così, in un lento cammino di crescita, la fiducia nelle relazioni sociali, nelle proprie risorse e identità.



primofiore

DA OTTOBRE A MARZO

È il limone invernale per eccellenza, grande, ricco di succo e oli essenziali, gusto deciso ed elevata acidità.



bianchetto

DA APRILE A GIUGNO

È il limone di primavera dalla caratteristica buccia giallo pallido, la forma tonda e schiacciata.



verdello

DA LUGLIO A SETTEMBRE

È il limone estivo siciliano dal profumo intenso e dalla bassa acidità. La buccia verde è caratteristica della stagione calda.

LE STAGIONI?
CI SONO ANCORA E NOI
LE CONOSCIAMO BENE.

Consumare i frutti di stagione
è la scelta più sana che puoi fare.

Questa è la stagione giusta per
gustare il limone verdello



Per anni i ricercatori hanno cercato quale fosse il gene o i geni responsabili dell'obesità, trovandone decine di potenzialmente correlati all'aumento di peso. Osservando come l'obesità stia aumentando nel mondo viene spontanea un'osservazione: **il patrimonio genetico dell'essere umano ci porta a mangiare più di quanto sia necessario.** Nonostante campagne di educazione alimentare, nonostante investimenti personali in diete più o meno supportate da evidenza

all'accumulo di peso, non si vedrebbero dati di prevalenza del fenomeno di questo tipo. Solo se riprendessimo lo stile di vita attivo che abbiamo seguito per migliaia di anni riusciremmo a mantenere spontaneamente un peso normale, il che significa camminare per ore al giorno, cacciare o coltivare facendo una fatica fisica tale che per millenni gli uomini non riuscivano a sfamarsi.

Ma questo non è realistico, dobbiamo prendere consapevolezza del fatto che ci siamo geneticamente evoluti in un

Prendere peso è nella nostra natura...

Perché tendiamo a ingrassare

Aumento di peso: il periodo delle vacanze estive è uno dei più delicati durante l'anno, perché prestiamo meno attenzione a ciò che mangiamo meno nei momenti di convivialità.

Invece controllarsi fa la differenza

di **Michele Sculati**, medico, specialista in scienza dell'alimentazione, dottore di ricerca in sanità pubblica



ambiente che è radicalmente mutato, non esiste dunque il gene dell'obesità ma, sostanzialmente, tutti i geni che regolano il bilancio energetico erano utili quando bruciavamo il doppio o più delle calorie che bruciamo oggi.

Esistono poi comportamenti sociali che condizionano una ciclicità nell'aumento di peso misurato nelle varie stagioni dell'anno, e il periodo delle vacanze estive è uno dei più delicati durante l'anno, come rilevato in uno studio pubblicato su

scientifico, il peso delle persone che hanno la fortuna di abitare in zone ricche è in costante crescita: in Italia la percentuale delle persone in sovrappeso o obesa è del 40% secondo il Centro Nazionale di Epidemiologia, negli Usa lo è il 70% delle persone secondo il National Center for Health Statistics.

Negli Usa l'epidemia di obesità è iniziata prima che da noi, tuttavia le percentuali in gioco sovvertono il concetto stesso di normopeso, che solitamente si intende essere un peso normale per almeno il 50% della popolazione, lì la normalità è l'eccesso di peso. **Il problema è indiscutibilmente multifattoriale: abitudini alimentari, stress, sedentarietà, fattori emotivi, carenza di sonno, reti di amicizie** e molte altre variabili si sono mostrate in grado di condizionare il comportamento alimentare. Tuttavia, se non fossimo geneticamente predisposti

New England Journal of Medicine. Nel caso del periodo estivo è soprattutto la disinibizione del controllo che si verifica nei momenti di convivialità, che aumentano soprattutto la sera in questo periodo, a condizionare il comportamento alimentare.

Queste osservazioni ricordano che non dobbiamo sentirci sbagliati o sfortunati se tendiamo ad aumentare di peso: è nella nostra natura.

Questo non significa rassegnarsi, al contrario dovremmo sempre prestare un poco di attenzione a ciò che mangiamo, poiché mantenere spontaneamente un peso normale è difficile, mentre se ci distraiamo è normale tendere ad aumentare. Solitamente si aumenta poco per volta, ma anche solo un kg all'anno corrisponde a 20 kg che trasformano un ventenne normopeso in un quarantenne obeso. (*consumatori.e-coop.it*)



Ricette, bottiglie e libri

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



Pollo alla siciliana

Per 4 persone: 800 g di filetto di pollo
Origine coop alimentato senza antibiotici, 130 g di pomodori di Pachino, 1 spicchio d'aglio, 2 cucchiaini di olive nere e snocciolate, 1 cucchiaino di capperi già dissalati, 250 ml di vino bianco, olio d'oliva extravergine, peperoncino, finocchietto selvatico, sale.

In una padella fate soffriggere l'aglio con olio e peperoncino. Dopo un paio di minuti aggiungete il pollo tagliato a pezzi e rosolatelo finché inizierà a dorarsi; unite pomodorini precedentemente tagliati a metà, le olive, i capperi e il finocchietto. Sfumate con il vino, fate evaporare, aggiungete un bicchiere d'acqua, coprite con un coperchio e cuocete per circa 30 minuti a fiamma bassa; togliete il coperchio e continuate la cottura per altri 10 minuti circa; se necessario aggiustate di sale e servite con altro finocchietto.

Peperoni imbottiti alla napoletana

Per 8 persone: 2 peperoni gialli e 2 rossi, 2 melanzane medie, 100 g di mollica di pane, 4 filetti di acciughe del Mar Cantabrico in olio d'oliva Fior fiore, 1 spicchio d'aglio,

Ricette souvenir

Ancora in vacanza

Solari e gustosissimi: sono alcuni dei piatti della tradizione mediterranea, semplici ma perfetti per replicare e conservare anche in autunno il sapore dell'estate

1 cucchiaino di capperi sotto sale, 70 g di olive verdi denocciolate, olio d'oliva extravergine, olio di semi per friggere, prezzemolo, sale.

Tagliate a metà e peperoni, rimuovete i semi; dissalate i capperi, riducete le melanzane a dadini, spolverizzatele con del sale e lasciatele scolare per circa 15 minuti; tamponate le melanzane e friggete in abbondante olio di semi, quindi scolatele su carta assorbente. Dorate la mollica a pezzetti con un filo d'olio, aggiungete l'aglio tritato, le acciughe e i capperi tritati grossolanamente; fate insaporire per qualche minuto poi unite il prez-

zemolo tritato, mescolatevi le melanzane e usate il composto per farcire peperoni; poi infornateli a 200°C per i primi 15 minuti, abbassate la temperatura a 180°C continuate e la cottura per altri 15 minuti.

Scarola con burrata, pomodori secchi e acciughe

Per 4 persone: 1 cespo scarola grande, 4 burratine o 2 burrate Fior fiore, 5 pomodorini semiseccchi fior fiore, 4 filetti di acciughe Cantabrico in olio d'oliva Fior fiore, 15 olive denocciolate, 1 spicchio d'aglio, 1 peperoncino fresco, olio d'oliva extravergine, sale e pepe.

Mondate la scarola eliminando le foglie esterne della costa centrale, lavatela e scolatela bene e cuocetela in una pentola dai bordi alti senza aggiungere acqua; in una padella fate sciogliere i filetti di acciuga con poco olio a fuoco basso; una volta sciolta aggiungete l'aglio in camicia precedente-



mente schiacciato, unite quindi le olive, la scarola, i pomodorini secchi e se necessario aggiustate di sale; insaporite con il peperoncino tritato è una macinata di pepe continuate la cottura a fuoco basso per circa 20 minuti; servite la verdura con la burrata e a piacere con qualche filetto di acciuga intero. *(Fiorfiore in cucina, 7/2019)*

(ricette tratte da Fiorfiore in cucina, 9/2018)



SEI SOCIO POSSESSORE DI CARTA IN COOPERAZIONE? SCOPRI I VANTAGGI A TE RISERVATI!



POLIZZA RCAuto

La soluzione che protegge te, il tuo veicolo e le persone che trasporti. Per fare della serenità un punto fermo.

POLIZZA SALUTE

Accanto a te ogni giorno, per far fronte ad ogni imprevisto della vita.

POLIZZA CASA E FAMIGLIA

Per mettere al sicuro la tua casa e la tua famiglia nella vita di tutti i giorni.

assicom

Via Brennero, 35 - Trento - Tel. 0461822321

PARTNER ASSICURATIVO DEL CONSORZIO SAIT DAL 1982



Chi non ricorda più le scorpacciate di more di rovo fatte da bambini, cogliendole ai margini del bosco o nelle siepi che costeggiavano i sentieri di campagna? Osavamo sfidare spesso cespugli intricati e spine pungentissime per consumare quei deliziosi frutti che, a nostra insaputa, costituivano sicuramente una preziosa fonte di minerali e vitamine per il nostro organismo.

Oggi sembra così lontano e irrealistico il tempo delle more... e questo perché negli ultimi decenni del secolo scorso l'asfalto e l'edilizia irrompente e talora sconsiderata hanno con-

Il frutto è la tipica mora, composta da piccole drupe carnose e lucide, di colore nero bluastrato che, anche a maturità, restano strettamente aderenti al ricettacolo florale. Quest'ultima caratteristica differenzia la mora dal lampone (*Rubus idaeus*), in cui le piccole drupe, a maturità, si staccano facilmente dal ricettacolo.

Per chi volesse coltivare queste piante nel proprio orto o giardino, esistono sul mercato varietà prive di spine e di facile coltivazione, adatte a qualsiasi tipo di clima e di terreno purché questo sia fresco, profondo, ben drenato e ricco di azoto e potassio.

La mora di rovo

Non c'è mora senza spine?

Amiamo quelle coltivate (senza spine!) quasi quanto le more di rovo selvatico: un gusto unico che riporta all'infanzia, alle passeggiate nel verde o in montagna

di Iris Fontanari



La crostata di more (con le nocciole)

Ingredienti: una pasta frolla (500 g circa), ½ kg di more, 100 g di zucchero, 80 g di nocciole, un uovo, 3 cucchiaini di panna, foglie di menta, burro.

Mettere a cuocere in un pentolino le more con lo zucchero e qualche fogliolina di menta fresca. Foderare con la pasta frolla una tortiera imburrata, cospargerne il fondo con le nocciole tritate finemente e riempirla con le more cotte. A parte sbattere l'uovo con lo zucchero, unirvi la panna liquida e versare il composto ottenuto sulla crostata. Infornare a 180°C e cuocere per circa 40 minuti. Dopo aver tolto la crostata dalla tortiera, adagiarla su un piatto da portata e decorarla con foglioline di menta.

tribuito ad eliminare, assieme a molte altre siepi spontanee, anche i rovi selvatici; d'altro canto, le more di coltivazione, facili da cogliere perché prive di spine, le hanno quasi completamente soppiantate (ma, a detta dei bambini stessi, queste ultime non sono altrettanto gustose!).

La mora di rovo (*Rubus fruticosus*) appartiene ad un genere di piante antichissimo e molto conosciuto; è forse originaria della Persia, dov'era considerata un frutto molto salutare. Assieme al lampone (*Rubus idaeus*) è la specie più diffusa al mondo e, proprio come quest'ultimo, è anche della famiglia delle rose; infatti, il suo fiore è molto simile a quello della rosa di macchia.

Il rovo è una specie estremamente polimorfa, si presenta cioè sotto numerose specie e moltissimi ibridi che solo gli specialisti sono in grado di distinguere.

Si tratta di una pianta cespugliosa perenne, interamente coperta di spine, con fusto e rami prostrati talvolta rampicanti e provvisti di gemme che possono fissarsi al terreno, radicare e originare nuove piante. Le foglie composte hanno una forma ovoidale-oblunga ad apice acuto e il margine finemente seghettato. I fiori, bianchi o rosa, sono piccoli, inodori e riuniti in grappoli allungati.

Le more sono ipocaloriche (100 g di frutto sviluppano 38 calorie) e perciò adatte ad una dieta che non produca aumento di peso; molto ricche d'acqua (85%) e povere di zucchero, hanno però buone dosi di calcio, ferro e vitamine A, B1, B2 e C. Se consumate a digiuno, sono toniche, battericide, astringenti, digestive, antinfiammatorie. Lo sciroppo, ottenuto facendo cuocere lentamente fino alla giusta consistenza 200 g di frutti con 200 g di zucchero, preso a cucchiaini è astringente e regolatore delle funzioni intestinali.

“Ipocaloriche, le more sono molto ricche d'acqua (85%) e povere di zucchero, in più hanno buone dosi di calcio, ferro e vitamine A, B1, B2 e C”

Anche le foglie hanno proprietà medicinali: un infuso, coadiuvante nella cura del diabete, si ottiene mettendo in infusione per circa un quarto d'ora 20 grammi

di foglie essiccate in un litro d'acqua bollente. Si consuma a tazzine, senza zuccherare, due volte al giorno.

Queste saporite e dissetanti bacche estive, con maturazione da luglio a settembre, sono dolci e gradevoli soprattutto se mangiate al naturale, magari cogliendole direttamente dalla pianta quando sono perfettamente mature. Si prestano per moltissime golose ricette, marmellate e gelatine in particolare, ma anche gelati, succhi, sciroppi e grappe. Si possono pure congelare e sciogliere.



PRENOTA I LIBRI DI TESTO

**E RISPARMI
SULLA SPESA!**



PER TUTTI



SOLO PER I SOCI

15%

*SUL PREZZO DI COPERTINA
DEI LIBRI DI TESTO
per le scuole medie, superiori
e l'università*

www.laspesainfamiglia.coop
**PRENOTA ONLINE OPPURE CHIEDI IL
MODULO DI PRENOTAZIONE IN NEGOZIO**

10%

in **BUONI
SCONTO**

prenotando i libri in **ON-LINE**
su www.laspesainfamiglia.coop

OPPURE

5%

in **BUONI
SCONTO**

prenotando i libri in **NEGOZIO**

I buoni sconto vengono rilasciati al momento del ritiro dei libri e sono calcolati sull'importo pagato per l'acquisto dei libri, al netto dello sconto 15% già ricevuto.

5 OTTOBRE CHIUSURA PRENOTAZIONI
31 OTTOBRE ULTIMA DATA RITIRO LIBRI



SocioSì RACCOLTA PUNTI

valida nei negozi aderenti

Ecco i prodotti che dal 22 agosto
al 4 settembre potrai pagare in parte con
i punti della tua Carta In Cooperazione!

Latte di capra uht intero
Latte Trento
500 ml
2,78 € al litro



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e **0,69 €**
ANZICHÈ **2,10 €**

Philadelphia Classico
250 g
7,96 € al kg



SOLO PER I SOCI
80 PUNTI e **1,19 €**
ANZICHÈ **2,49 €**

Preparato per torta
La Soffice Cameo
Cioccolato - Yogurt -
Margherita 650 g
4,91 € al kg



SOLO PER I SOCI
180 PUNTI e **1,39 €**
ANZICHÈ **4,20 €**

Panna da montare UHT
Peri
200 ml
5,90 € al litro



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e **0,48 €**
ANZICHÈ **1,50 €**

Pasta di semola
Coop
assortita 500 g
0,78 € al kg



SOLO PER I SOCI
20 PUNTI e **0,19 €**
ANZICHÈ **0,59 €**

Dadi per brodo carne
Bauer
no glutammato 8 dadi - 80 g
17,38 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,79 €**
ANZICHÈ **1,99 €**

Minestrone Tradizione
Findus
con verdure IGP e DOP
surgelato 400 g
3,13 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,65 €**
ANZICHÈ **1,79 €**

Biscotti Novellino
Campiello
350 g
3,29 € al kg



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e **0,45 €**
ANZICHÈ **1,45 €**

Nesquik Nestlé
500 g
5,18 € al kg



SOLO PER I SOCI
90 PUNTI e **1,69 €**
ANZICHÈ **2,99 €**

+ PUNTI

Raccogli subito tanti punti per i prossimi **SUPER PREMI**

Ecco i prodotti che
DAL 22 AGOSTO AL 4 SETTEMBRE
ti consentiranno di ricevere
tanti Punti Extra sulla tua
Carta In Cooperazione!

Mini Ritter Sport
assortiti
150 g



**+ 5
PUNTI**

Dolcificante Diator
dispenser
120 compresse - 6 g



**+ 10
PUNTI**

Caramelle Golia
Bianca - Liquirizia - Gran Golia
180 g



**+ 10
PUNTI**

Camomilla
Pompador
100% italiana 30,6 g



**+ 10
PUNTI**

Il numero dei prodotti presente in negozio 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 i materiali dell'iniziativa. * Punti doppi con i prodotti Coop: non danno diritto al cumulo dei punti le ricariche Coop Voce, la rivista fiorifere Coop e il latte infanzia tipo 1 Coop.

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*

SocioSi RACCOLTA PUNTI

valida nei negozi aderenti

Ecco i prodotti che dal 5 al 18 settembre potrai pagare in parte con i punti della tua Carta In Cooperazione!

Mozzarella di latte di Bufala Mandara
200 g
12,95 € al kg



SOLO PER I SOCI
160 PUNTI e 0,99 €
ANZICHÈ 3,19 €

Ricotta Senza Lattosio Brimi
200 g
5,95 € al kg



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e 0,49 €
ANZICHÈ 1,60 €

Panna da cucina UHT Senza Lattosio Accadi
3 x 100 ml
5,83 € al litro



SOLO PER I SOCI
90 PUNTI e 0,85 €
ANZICHÈ 2,55 €

Burro Trentino Latte Trento
200 g
7,95 € al kg



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e 0,89 €
ANZICHÈ 1,99 €

Margarina Vallè Naturalmente
250 g
4,76 € al kg



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e 0,49 €
ANZICHÈ 1,55 €

Gelato Croccante Algida
amarena pz. 8 -
456 g
8,09 € al kg



SOLO PER I SOCI
180 PUNTI e 1,89 €
ANZICHÈ 5,20 €

Biscotti Mulino Bianco
Macine - Tarallucci - Galletti -
Girotondi 350 g 3,14 € al kg
Rigoli 400 g 2,75 € al kg



SOLO PER I SOCI
50 PUNTI e 0,65 €
ANZICHÈ 1,50 €

Cacao amaro in polvere Perugina
75 g
11,87 € al kg



SOLO PER I SOCI
40 PUNTI e 0,49 €
ANZICHÈ 1,25 €

Vino da tavola Tavernello
rosso - bianco 1 litro
1,35 € al litro



SOLO PER I SOCI
70 PUNTI e 0,65 €
ANZICHÈ 1,69 €

+ PUNTI

Raccogli subito tanti punti per i prossimi

SUPER PREMI

Ecco i prodotti che DAL 5 AL 18 SETTEMBRE ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

Spumante Brut Trento DOC Rotari
750 ml



**+10
PUNTI**

Oro Ciok Saiwa
al latte 250 g



**+15
PUNTI**

Biscotti Canestrellini La Sassellese
250 g



**+20
PUNTI**

Gelato Fior di Fragola Algida
pz. 8 - 408 g



**+20
PUNTI**

Il numero dei prodotti presente in negozio 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 i materiali dell'iniziativa. * Punti doppi con i prodotti Coop: non danno diritto al cumulo dei punti le ricariche Coop Voce, la rivista fioriflore Coop e il latte infanzia tipo 1 Coop.

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*

MISSIONE RISPARMIO

SPECIALE PELLETS

FINO AL 30 SETTEMBRE 2019

PRENOTA ORA E RISPARMIA

**PELLETS ABETE
PELLETOP
LEDRO
ENERGIA**
15 kg



4,59 €

**PELLETS
ABETE
FIEMMEPELLET**
15 kg



4,59 €

**PELLETS
DI FAGGIO
BIO FAGGIO**
15 kg



4,49 €

**PELLETS
100% ABETE
BIO HOLZ**
15 kg



4,99 €

CONSEGNA A DOMICILIO: INFORMAZIONI PRESSO IL TUO PUNTO VENDITA

Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionati salvo esaurimento scorte. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici o modifiche alle leggi fiscali. Le foto sono solo rappresentative dei prodotti. Il cliente può esercitare il diritto di recesso entro giorni 10 dalla data di sottoscrizione della nota d'ordine, tramite semplice restituzione del bene presso il punto vendita dove è stato effettuato l'acquisto.

LIBERTYGROSS

**FORNITURE
ALBERGHIERE**

TRENTO - Via Innsbruck, 2
tel 0461 808862 / 808863
libertygross@sait.tn.it

DA LUNEDÌ A VENERDÌ
9.30 - 17.30

fornitore ufficiale di:



MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTE

Offerte esclusive per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

DAL 5 AL 18 SETTEMBRE 2019

MOKA MY INDUCTION PEDRINI

- 3 tazze
- colore tortora



SCONTO 30%
15,90 €
 ANZICHÉ 22,90 €

TAZZE BLACK MAGIC

- senza piattino
- assortite

JUMBO

SCONTO 36%
2,95 €
 ANZICHÉ 4,65 €

THE

SCONTO 36%
1,75 €
 ANZICHÉ 2,75 €

CAFFÈ

SCONTO 36%
1,45 €
 ANZICHÉ 2,30 €



DAL 19 SETTEMBRE AL 2 OTTOBRE 2019

LINEA BLUES

- 100% cotone
- colori assortiti

LENZUOLO SOTTO CON ANGOLI

SINGOLO
cm 90x200

SCONTO 44%
4,95 €
 ANZICHÉ 8,90 €

MATRIMONIALE
cm 170x200

SCONTO 44%
6,95 €
 ANZICHÉ 12,50 €



COPPIA FEDERE

- cm 52x82

SCONTO 33%
3,95 €
 ANZICHÉ 5,95 €

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

FINO AL 30 SETTEMBRE 2019

ZAINO ACTIVE
25 LT
cm 30x43h



PREZZO € 52,90
OFFERTA € 34,90

PREZZO SOCI € **29,90**



SCONTO **43%**

ZAINO HIKE
35 LT - cm 27x44h



PREZZO € 66,90
OFFERTA € 43,90

PREZZO SOCI € **39,90**



SCONTO **40%**

BASTONCINI TREKKING
2 PZ



PREZZO € 28,90
OFFERTA € 24,90

PREZZO SOCI € **19,90**



SCONTO **31%**

più convenienza al Socio

OFFERTA

FINO AL 30 SETTEMBRE 2019

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione



KIT GASATORE CRYSTAL SODASTREAM

Il kit contiene:

- Un elegante e pratico gasatore CRYSTAL
- Una bottiglia in vetro, lavabile in lavastoviglie

PREZZO € 129,90
OFFERTA € 99,90

SCONTO **23%**



Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionati salvo esaurimento scorte. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici o modifiche alle leggi fiscali. Le foto sono solo rappresentative dei prodotti. Il cliente può esercitare il diritto di recesso entro giorni 10 dalla data di sottoscrizione della nota d'ordine, tramite semplice restituzione del bene presso il punto vendita dove è stato effettuato l'acquisto.

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 10 SETTEMBRE 2019

CONSEGNA DAL 21 AL 31 OTTOBRE 2019

nr. **194** TISANIERA BOLLITORE IN VETRO CORDLESS 2200W 1,8LT



- Potenza: 1850-2200 W
- Capacità 1,8 Lt
- Caraffa graduata in vetro
- Filtro inox smontabile per tè e tisane
- 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
- Dimensioni cm 23x25x16
- Alimentazione: AC 220-240V ~ 50/60 Hz

PREZZO € ~~54,90~~
OFFERTA € 31,90

PREZZO SOCI € **28,90**



SCONTO **47%**

nr. **195** FORNO ELETTRICO VENTILATO GIRMI 20LT



- Potenza: 1380 W
- Capacità: 20 Lt
- Ventilazione
- Luce interna
- Vetro doppio per isolamento termico
- Può contenere un piatto Ø cm 24
- Timer 60 minuti con segnale acustico
- Termostato regolabile da 100° a 230° C
- 4 resistenze riscaldanti in acciaio corazzato
- Funzioni di cottura: base, grill, combinata
- Indicatore luminoso di funzionamento
- Accessori: 1 griglia, 1 leccarda, 1 maniglia di presa leccarda
- Dimensioni cm: 46x33x28
- Alimentazione: AC 220-240V ~ 50/60Hz

PREZZO € ~~79,90~~
OFFERTA € 69,90

PREZZO SOCI € **62,90**



SCONTO **21%**

nr. **197** ASPIRAPOLVERE PORTATILE CICLONE ROSSO 500W MAGNIFICO



- Sistema ciclonico
- Filtro HEPA, senza sacco
- Classe Energetica B
- Potenza aspirante > 15kPa
- Silenziosità 73 dBA
- Lunghezza cavo: 4mt
- Salvaspazio con beccuccio pieghevole
- Funzione soffiaggio
- Accessori: tubo flessibile, beccuccio, spazzola, adattatore per soffiaggio
- Alimentazione: AC 220-240V ~ 50/60Hz
- Potenza 500W
- Dimensioni cm 30x11x11H
- Peso: 1,5 kg

PREZZO € ~~74,90~~
OFFERTA € 38,90

PREZZO SOCI € **34,90**



SCONTO **53%**

nr. **193** PENTOLA PRESSIONE COOK COLOR ROSSO 5LT



- Pentola a pressione in acciaio inox 18/10
- Dotata di valvola di esercizio, valvola di sicurezza e dispositivo blocca manico.
- Triplo fondo incapsulato. Manicatura colorata rossa in bachelite
- Ideale per cucinare in modo rapido e dietetico
- Adatta a tutti i piani di cottura: gas, elettrico, vetroceramica ed induzione
- Capacità: lt 5
- Ø cm 20
- Spessore mm 6

PREZZO € ~~33,90~~
OFFERTA € 22,90

PREZZO SOCI € **19,90**



SCONTO **41%**

nr. **196** SBATTITORE IMPASTATORE ANIMADOLCE 250W



- 6 velocità di lavorazione
- Funzione TURBO
- Tasto di espulsione delle fruste
- Accessori: sbattitori ed impastatori in acciaio INOX
- Alimentazione: AC 220-240V ~ 50/60 Hz
- Potenza: 250W
- Peso: 900 g

PREZZO € ~~29,90~~
OFFERTA € 20,90

PREZZO SOCI € **18,90**



SCONTO **36%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 10 SETTEMBRE 2019

CONSEGNA DAL 21 AL 31 OTTOBRE 2019

PIUMINO 4 STAGIONI LUXUS

- Composto da due piumini di pesi differenti che possono essere uniti tramite bottoni
- Imbottitura: 100% piumino vergine bianco di provenienza Europea con trapuntatura a riquadro
- Fodera: 100% cotone con bordino bianco
- Confezione: borsa in TNT con stampa
- Prodotto in Germania
- Pesi piumino: Misura cm 155x200 – 280 g + 500 g
Misura cm 200x200 – 360 g + 640 g
Misura cm 250x200 – 450 g + 800 g



nr.
182
cm 155x200



PREZZO € 309,00
OFFERTA € 224,00
PREZZO SOCI € **199,00** SCONTO **35%**

nr.
183
cm 200x200



PREZZO € 385,00
OFFERTA € 278,00
PREZZO SOCI € **249,00** SCONTO **35%**

nr.
184
cm 250x200



PREZZO € 445,00
OFFERTA € 324,00
PREZZO SOCI € **289,00** SCONTO **35%**

COMPLETO COPRIPIUMINO "SOGNI DI VIAGGIO" CALEFFI

- Tela: 100% cotone
- Federe e sacco copripiumino in stampa digitale
- Produzione italiana
- Misura 2 piazze: lenzuolo sotto con angoli cm 180x200; sacco copripiumino cm 255x200; due federe cm 50x80



PREZZO € 109,00
OFFERTA € 79,90
PREZZO SOCI € **69,90** SCONTO **35%**

nr.
179
ART.80107
AUTUMN LEAVES



nr.
180
ART.59407
LAVENDER SUNSET



nr.
181
ART.80060
NEW YORK BLACK&WHITE



COMPLETO FLANELLA CALDO COTONE COGAL



VARIANTE 426



VARIANTE 146

- Tela 100% cotone smerigliato
- Federe a due volani
- Trattamento antipeeling
- Produzione italiana
- Misure
- 1 piazza: lenzuolo sopra cm 155x300; lenzuolo sotto con angoli cm 90x200; federa cm 50x80
- 2 piazze: lenzuolo sopra cm 245x300; lenzuolo sotto con angoli cm 180x200; due federe cm 50x80

1 PIAZZA

nr.
175

nr.
177



PREZZO € ~~44,90~~
OFFERTA € **28,90**

PREZZO SOCI € **24,50** **SCONTO 45%**

2 PIAZZE

nr.
176

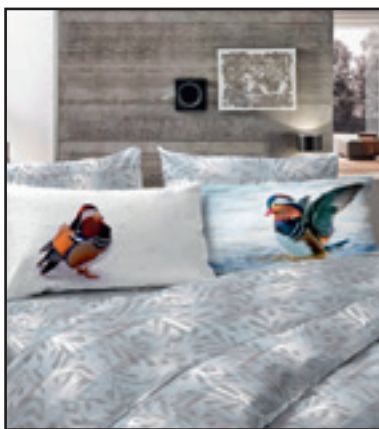
nr.
178



PREZZO € ~~59,90~~
OFFERTA € **44,90**

PREZZO SOCI € **39,90** **SCONTO 33%**

COMPLETO FLANELLA MORBIDOSI COGAL



DISEGNO 1911



DISEGNO 1847

- Tela 100% cotone
- Federe a due volani con stampa digitale
- Produzione italiana
- Misure
- 1 piazza: lenzuolo sopra cm 155x300; lenzuolo sotto con angoli cm 90x200; federa cm 50x80
- 2 piazze: lenzuolo sopra cm 245x300; lenzuolo sotto con angoli cm 180x200; due federe cm 50x80

1 PIAZZA

nr.
171

nr.
173



PREZZO € ~~46,90~~
OFFERTA € **28,90**

PREZZO SOCI € **24,50** **SCONTO 47%**

2 PIAZZE

nr.
172

nr.
174



PREZZO € ~~61,50~~
OFFERTA € **44,90**

PREZZO SOCI € **39,90** **SCONTO 35%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 10 SETTEMBRE 2019

CONSEGNA DAL 21 AL 31 OTTOBRE 2019

nr.
185 **BARRIERA LETTO**
GREY CM 150

- Aiuta i bambini a passare dalla culla al lettino
- Lunghezza: cm 150
- Adatta a materassi di lunghezza di cm 200
- Semplice da installare / blocco automatico in posizione verticale
- Adatto a bambini dai 18 mesi ai 5 anni



PREZZO € 48,90
OFFERTA € 33,90



PREZZO SOCI € 29,90 **SCONTO 38%**

nr.
188 **SEGGIOLINO TIMBA**
NERO + CUSCINO
6M/30KG

- Adatto a bambini a partire dai 6 mesi fino a 30 kg
- Seggiolino evolutivo in legno
- Il vassoio amovibile e il design del seggiolone consentono al bambino di sedere al tavolo insieme agli adulti.
- Cintura di sicurezza a 3 punti (rimovibile in fase di crescita, se opportuno)



PREZZO € 94,90
OFFERTA € 87,90



PREZZO SOCI € 79,90

SCONTO 15%

nr.
186 **CANCELLETTO EASY**
CLOSE METAL
CM 73-80

- Telaio in acciaio / Larghezza min- max in cm 73-80 (senza estensioni)
- Apertura con una mano sola
- Sistema di chiusura semplice a spinta
- Ampia larghezza di passaggio
- Fissaggio a pressione in 4 punti
- Munito di indicatore visivo Secure Tech a garanzia del fatto che il cancelletto sia realmente chiuso e in sicurezza
- Doppio blocco / apertura in un senso o in entrambi i sensi per massima sicurezza



PREZZO € 44,90
OFFERTA € 33,90



PREZZO SOCI € 29,90 **SCONTO 33%**

nr.
187 **ESTENSIONE**
CANCELLETTO EASY
CLOSE METAL CM 7

- Estensione pari a cm 7
- Compatibile con modello Easy Close Metal e Auto Close



PREZZO € 17,90
OFFERTA € 10,90

PREZZO SOCI € 8,90



SCONTO 50%

nr. 189 **MEGA LABORATORIO COLORI MAGICI CREANGOLO MITAMA**

- Contenuto:
 - 6 pennarelli cambia 3 colori
 - 6 pennarelli cancellabili
 - 3 pennarelli magici
 - 10 pennarelli Jumbo
 - 2 aerografi "Soffia Soffia"
 - 6 fogli di stencil
 - 1 album da colorare con effetti 4D



PREZZO € 24,99
OFFERTA € 17,90



PREZZO SOCI € 15,90 **SCONTO 36%**

nr. 191 **INALATORE A PISTONE BEURER IH26**

- Tecnologia ad aria compressa mediante compressore
- Per il trattamento delle vie respiratorie superiori e inferiori
- Elevata percentuale di particelle diffuse nei polmoni
- Inclusa doccia nasale
- Tempo di inalazione breve
- Pressione di esercizio: ca. 0,8 - 1,45 bar
- Accessori completi
- Disinfettabile
- Potenza di nebulizzazione: ca. 0,3 ml/min
- Dispositivo medico
- Alimentazione da rete elettrica
- Con custodia



PREZZO € 59,50
OFFERTA € 43,90



PREZZO SOCI € 39,90 **SCONTO 32%**

nr. 190 **TERMOMETRO PER ORECCHIO BEURER FT58**



- Il termometro auricolare è particolarmente adatto a una misurazione igienica e sicura. Inoltre può determinare anche la temperatura di un oggetto.
- Misurazione igienica e sicura
- Con cappuccio protettivo sostituibile (10 inclusi)
- Misurazione della temperatura superficiale
- Misurazione in pochi secondi
- Tecnologia di misurazione a raggi infrarossi
- Allarme febbre da 38,0 °C, segnale acustico da 37,5 °C
- Indicazione in °C o °F
- Visualizzazione della temperatura ambiente
- Indicazione smiley: smiley sorridente = temperatura nella norma, smiley triste = temperatura ± 38 °C
- Meccanismo di rinvio
- 10 posizioni di memoria
- Disinserimento automatico
- Segnale acustico di fine misurazione
- Dispositivo medico
- Indicazione di sostituzione batterie
- Inclusi 10 cappucci protettivi
- Con custodia

PREZZO € 29,90
OFFERTA € 19,90



PREZZO SOCI € 17,90 **SCONTO 40%**

nr. 192 **MISURATORE PRESSIONE BEURER BM28 ON PACK**



- Il misuratore di pressione dispone di un manicotto universale adatto anche a circonferenze del braccio fino a 42 cm. Il controllo integrato del posizionamento del manicotto offre un'ulteriore garanzia a ogni misurazione sulla correttezza dei valori di pressione sanguigna misurati.
- Manicotto universale per circonferenze del braccio da cm 22 a 42
- Misurazione automatica della pressione sanguigna e del battito cardiaco
- 4 x 30 posizioni di memoria
- Controllo posizionamento manicotto
- 2 orari sveglia impostabili
- Display ben leggibile
- Indicatore di rischio
- Rilevazione dell'aritmia
- Dispositivo medico
- Data e ora/Disinserimento automatico
- Avviso in caso di errori di utilizzo
- Indicazione di sostituzione batterie
- Con custodia

PREZZO € 49,90
OFFERTA € 33,90



PREZZO SOCI € 29,90 **SCONTO 40%**

MISSIONE RISPARMIO

OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

**DALL'1 AL 30 SETTEMBRE
LE OFFERTE DEL MESE**

TRENTO

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

coop
SUPERSTORE

COPRIMATERASSO SILVER 2.0

Tessuto jacquard elastico 95,5% poliestere + 2% filo d'argento + 2,5% poliammide (lurex), antibatterico naturale, con trattamento antiacaro certificato sanitized, resistente a 1000 lavaggi. Modello a cappuccio con ampie fasce perimetrali. Massima morbidezza e resistenza. Alta Qualità Italiana. Disponibile nelle misure: 1 piazza cm 82x192, 1 piazza e mezzo cm 120x192 e 2 piazze cm 162x192 tutte con fascia perimetrale cm 27

ESEMPIO: 1 piazza

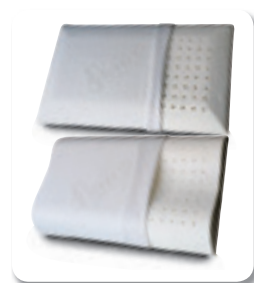
PREZZO € 18,00
OFFERTA € 11,50
PREZZO SOCI € 9,90

SCONTO
45%



GUANCIALE IN MEMORY FORATO SILVER 2.0

Anima 100% memory poliuretano, fodera in tessuto jacquard elasticizzato 95,5% poliestere + 2% filo d'argento + 2,5% poliammide (lurex), antibatterico naturale, con trattamento antiacaro certificato sanitized, resistente a 1000 lavaggi. Massima morbidezza e resistenza. Alta Qualità Italiana. Disponibile nel modello saponetta cm 42x72x12 e doppia onda cm 41x70x9/11



SET 2 COPRIGUANCIALI

PREZZO € 10,90
OFFERTA € 6,99
PREZZO SOCI € 5,90

SCONTO
45%



PREZZO € 23,50
OFFERTA € 14,99
PREZZO SOCI € 12,90

SCONTO
45%

PRENOTAZIONE DALL'1 AL 30 SETTEMBRE 2019 - CONSEGNA A PUNTO VENDITA ENTRO 20 GIORNI

RETE A DOGHE ERGONOMICA

28 doghe in legno di faggio curvate a vapore, supporto lombare, ammortizzatori laterali perimetrali, telaio in legno massello, altezza totale cm 30. Garanzia 5 anni. Misure: singola cm 80x190 - matrimoniale cm 160x190

ESEMPIO: singola

PREZZO € 165,00
OFFERTA € 115,00
PREZZO SOCI € 98,00

SCONTO
40%

RETE MOTORIZZATA

Rete 26 doghe in legno di faggio racchiuse da un raccordo in caucciù, struttura multistrato di betulla, doghe flessibili, dotata di un motore elettrico per il sollevamento autonomo ed indipendente della testa e dei piedi. Altezza totale cm 36. Garanzia 5 anni. Disponibile nella misura cm 80x190

PREZZO € 489,00
OFFERTA € 340,00
PREZZO SOCI € 289,00

SCONTO
40%

MATERASSO MEMORY COMFORT 1500

Lastra interna a 2 strati: Memory cm 2 + Eliocell Firm cm 16, ruotando le lastre interne si possono ottenere 4 combinazioni diverse di comfort a seconda delle proprie esigenze. Imbottitura in memory cm 1 + fibra anallergica. Rivestimento sfoderabile in tessuto anallergico. Altezza totale cm 20 circa. Garanzia 5 anni. Disponibile singolo e matrimoniale.

ESEMPIO: singolo cm 80x190

PREZZO € 345,00
OFFERTA € 224,00
PREZZO SOCI € 189,00

SCONTO
45%



MATERASSO MEMORY COMFORT FRESH 2500

Lastra interna a 2 strati: Memory cm 2 + Eliocell Firm cm 16, ruotando le lastre interne si possono ottenere 4 combinazioni diverse di comfort a seconda delle proprie esigenze. Imbottitura in memory cm 2 + Polar Gel cm 1, materiale indeformabile ed ecologico. Rivestimento sfoderabile in tessuto Coolmax® con trattamento antibatterico. Altezza totale cm 22 circa. Certificazione Medical Device. Garanzia 5 anni. Offerta prova 60 notti. Disponibile singolo e matrimoniale.

ESEMPIO: singolo cm 80x190

PREZZO € 455,00
OFFERTA € 295,00
PREZZO SOCI € 249,00

SCONTO
45%



MATERASSO MEMORY+MOLLE BOX COMFORT FRESH 250

Lastra interna a 2 strati: Memory cm 2 + Box 500 molle mq insacchettate in acciaio temperato 2,2, ruotando le lastre interne si possono ottenere 4 combinazioni diverse di comfort a seconda delle proprie esigenze. Imbottitura in memory cm 2 + Misto lana. Rivestimento sfoderabile in tessuto Coolmax® con trattamento antibatterico. Altezza totale cm 22 circa. Garanzia 5 anni. Offerta prova 60 notti. Disponibile singolo e matrimoniale.

ESEMPIO: singolo cm 80x190

PREZZO € 455,00
OFFERTA € 294,00
PREZZO SOCI € 249,00

SCONTO
45%



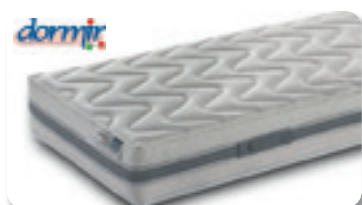
MATERASSO MEMORY+MICROMOLLE COMFORT 3000

Lastra interna a 3 strati: Memory cm 2 + Box 300 micromolle mq insacchettate indipendenti realizzate in acciaio temperato 2.2 + lastra Eliocell Firm cm 12, ruotando le lastre interne si possono ottenere 4 combinazioni diverse di comfort a seconda delle proprie esigenze. Imbottitura lato invernale in pura lana cardata e Fibra Super Soft. Imbottitura lato estivo in fibra Super Soft. Rivestimento sfoderabile in tessuto antibatterico. Altezza totale cm 21 circa. Garanzia 5 anni. Offerta prova 60 notti. Disponibile singolo e matrimoniale.

ESEMPIO: singolo cm 80x190

PREZZO € 490,00
OFFERTA € 317,50
PREZZO SOCI € 269,00

SCONTO
45%



MISSIONE RISPARMIO

OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

**DALL'1 AL 30 SETTEMBRE
LE OFFERTE DEL MESE**

TRENTO

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

coop
SUPERSTORE

PRENOTAZIONE DALL'1 AL 30 SETTEMBRE - CONSEGNA A PUNTO VENDITA DAL 15 OTTOBRE AL 15 NOVEMBRE

COLONNA PORTAOGGETTI CON ANTA SPECCHIO

Struttura spessore 18 mm; anta con specchio; fianchi e top a vista; bordo ABS senza angolo vivo; 4 ripiani regolabili; maniglia in alluminio e piedini verniciati cromo satinato. Disponibile nei colori: bianco fiammato, cemento, olmo chiaro. Mobile montato, dimensioni: cm 43x29xH190



OFFERTA € 99,90
PREZZO SOCI € 59,90

COLONNA 1 ANTA + 4 CASSETTI

Struttura spessore 18 mm; cassetti spessore 16 mm; fianchi e top a vista; guide cassetto in metallo; 2 ripiani regolabili; maniglie e piedini verniciati cromo satinato. Disponibile nei colori: bianco fiammato/ bianco fiammato, cemento/ossido bianco, olmo chiaro/bianco fiammato. Mobile montato, dimensioni: cm 50x41xH183



OFFERTA € 160,00
PREZZO SOCI € 96,00

SCARPIERA 4 ANTE

Struttura spessore 18 mm; ante spessore 16 mm; fianchi e top a vista; bordi ABS; ante a ribalta doppia profondità; maniglie e piedini verniciati cromo satinato; capacità fino a 24 paia di scarpe. Disponibile nei colori: bianco fiammato/ bianco fiammato, cemento/ossido bianco, olmo chiaro/bianco fiammato. Mobile montato, dimensioni: cm 70x29xH154



OFFERTA € 149,00
PREZZO SOCI € 89,00

MOBILE 2 ANTE

Struttura spessore 18 mm, ante spessore 16 mm; fianchi e top a vista; bordo ABS senza angolo vivo; 3 ripiani regolabili ed 1 fisso, maniglie e piedini verniciati cromo satinato. Disponibile nei colori: bianco fiammato/bianco fiammato, cemento/ossido bianco, olmo chiaro/ bianco fiammato. Mobile montato, dimensioni: cm 63x34xH183



OFFERTA € 109,00
PREZZO SOCI € 65,00

MOBILE 6 CASSETTI

Struttura spessore 18 mm; cassetti spessore 16 mm; fianchi e top a vista, bordi ABS; guide cassetto in metallo; maniglie e piedini verniciati cromo satinato. Disponibile nei colori: bianco fiammato/bianco fiammato, cemento/ossido bianco, olmo chiaro/bianco fiammato. Mobile montato, dimensioni: cm 50x41xH124



OFFERTA € 125,00
PREZZO SOCI € 75,00

MOBILE 2 ANTE E 4 CASSETTI

Struttura spessore 25 mm; ante spessore 16 mm; fianchi e top a vista; bordi ABS; guide cassetto in metallo; 2 ripiani regolabili; maniglie e piedini verniciati cromo satinato. Disponibile nei colori: ossido bianco/ossido bianco, cemento/ossido bianco, olmo chiaro/ bianco fiammato. Mobile montato, dimensioni: cm 137x41xH84



OFFERTA € 190,00
PREZZO SOCI € 114,00

MOBILE 4 + 2 CASSETTI

Struttura spessore 18 mm; cassetti spessore 16 mm; fianchi e top a vista, bordi ABS; guide cassetto in metallo; maniglie e piedini verniciati cromo satinato. Disponibile nei colori: bianco fiammato/bianco fiammato, cemento/ossido bianco, olmo chiaro/bianco fiammato. Mobile montato, dimensioni: cm 70x41xH112



OFFERTA € 130,00
PREZZO SOCI € 78,00

RACCOGLI IL RISPARMIO

15 Bollini = **20** % di sconto

10 Bollini = **10** % di sconto

Dal 26 agosto al 6 ottobre 2019,
ogni 20 euro di spesa e multipli ricevi un bollino
che verrà applicato sulla tua scheda.

Completa la scheda con 10 o 15 bollini
e **riceverai uno sconto** rispettivamente del **10%** o del **20%**
su una spesa* fino al 13 ottobre 2019.

*singolo scontrino importo massimo 200 euro. Lo sconto non verrà applicato sui prodotti già in offerta.

