

cooperazione consumatori



I bilanci 2019 **FAMIGLIE COOPERATIVE: UN NEGOZIO IN OGNI PAESE**

Una rete a servizio della comunità:
i negozi della Cooperazione di consumo
sono in 156 comuni (sui 166 del Trentino),
con 362 punti vendita, 223 dei quali
sono l'unico negozio del paese



5%
DI SCONTO

PRENDI AL VOLO LO SCONTO SUL PEDAGGIO.

Diventa cliente presso
la tua filiale entro il 31/8
e hai il 5% di sconto
sul pedaggio per tutto il 2020.

Attiva l'offerta in App

TELEPASS[®]

Messaggio Pubblicitario con finalità promozionali.
Offerta riservata ai nuovi clienti, non titolari di Telepass
Family/ViaCard nei 6 mesi antecedenti il 23.6.20, che
sottoscrivono un contratto Telepass Family entro il
31/8 e attivano in App il servizio Memo entro 30 giorni
dall'adesione e mantengono attivo il Telepass Family
fino al 30.9.2020

Condizioni economiche e contrattuali
e Regolamento su www.telepass.com



**CASSE RURALI
TRENTINE**





sommario

- primo piano/cooperazione di consumo**
- 6 **120° bilancio Sait: assemblea in modalità "Covid"**
- 7 Il convegno delle cooperative di consumo **Famiglie Cooperative, una rete a servizio della comunità**
- 8 Consorzio Sait e Famiglie Cooperative **"Il Trentino che fa bene ai trentini": nei primi giorni raccolti 150mila euro!**
- 8 **Una Famiglia Cooperativa ad Ardesio**
- 10 Famiglia Cooperativa Val di Fiemme **Predazzo: un supermercato davvero nuovo**
- 12 Famiglia Cooperativa Monte Baldo **Nella piccola, fiera Cornè il negozio è tutto nuovo**
- 13 120° Sait, l'iniziativa a sostegno di Anffas **Sait per Anffas: la consegna dei pulmini**
- società**
- 14 La fatica delle donne, durante e dopo il covid-19 **Senza aiuti, né sostegno**
di Silvia Fabbri
- 23 **Stiamo tutti sul pezzo, giovani e adulti**
di Alberto Conci
- educazione cooperativa**
- 18 Le Cooperative Formative Scolastiche **"Sentirsi insieme": una CFS nata in tempo di Covid**
- educazione**
- 19 Ginnastica per la mente **Non la solita enigmistica!**
di Silvia Martinelli
- cultura**
- 20 27 agosto-2 settembre 2020: 68° Trento Film Festival **Cento film per ripartire**
- 24 **AI MUSE c'è Summertime**
arte, astronomia, riscoperta del territorio e cura del pianeta
- 31 40° Oriente Occidente Dance Festival **La danza tra corpo politico e corpo poetico**
- cooperazione**
- 21 Il progetto 'Cooperazione 2040' **Lo sguardo dei giovani sul futuro cooperativo**
di Ilaria Rinaldi
- ambiente**
- 24 **Fauna selvatica, umani e lockdown**
di Maddalena Di Tolla Deflorian
- solidarietà**
- 26 **Solo attraverso la comunità**
di Alberto Conci
- 27 L'appello di ADMO Trentino ai giovani **Con un semplice gesto si può donare la vita**
- stare in salute**
- 28 **Pasti e porzioni: tante cose ancora da imparare**
di Dario Guidi

rubriche

- cultura libri**
- 22 **Le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- mangiare e bere**
- 32 Pasta sfoglia d'estate **Stuzzicante aperitivo**
- coltivare**
- 33 Con frullatore, centrifuga o estrattore **Da frutta e verdura i succhi che dissetano**
di Iris Fontanari



23

Stai sul pezzo!

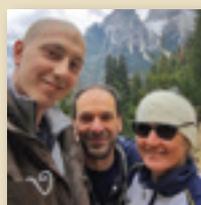
La campagna sul problema dei comportamenti a rischio e del consumo di stupefacenti nei giovani richiama l'attenzione anche degli adulti, di chi può individuare in tempo i segnali delle criticità



24

AI MUSE c'è Summertime

Fino al 30 settembre 2020, anche nelle sedi territoriali, arte, astronomia, riscoperta del territorio e cura del pianeta. Scopri il programma Summertime



27

Con un semplice gesto si può donare la vita

L'appello di ADMO Trentino ai giovani. Come tutte le malattie, i tumori del sangue non si sono fermati: la necessità di trapianti di midollo osseo è aumentata. Ecco come diventare donatore



28

Pasti e porzioni: tanto ancora da imparare

Mangiamo a orari regolari, ma quasi un 20% salta la colazione. E abbiamo idee non sempre corrette su quanti grammi di carne, verdura, frutta o altro devono stare in un piatto

et•ka

luce e gas

economica ecologica solidale

20%

Sconto
il primo anno

100%

Energia
Green

10 €

l'anno per ogni
contratto al
progetto solidale

* 10% per gli anni successivi

Per soci Casse Rurali Trentine e Famiglie Cooperative

+10 giorni gratis di energia elettrica
+50 metri cubi di gas gratuiti

www.etikaenergia.it

Clicca qui per aderire
ad Etika direttamente
sul tuo smartphone



55.610 adesioni

E tu cosa aspetti?



55.610

adesioni ad oggi



38.167

tonnellate di CO2 risparmiate pari alla
quantità assorbita da 22.567 alberi



1.332.820

euro al progetto solidale ad oggi

IL GRUPPO CHE TI FA RISPARMIARE



editoriale

di Giuseppe Ciaghi

Il nuovo benessere del fare agricoltura

Mi sono parse interessanti e mi hanno fatto riflettere le considerazioni di Vigilio Giovanelli, presidente di Agri 90, la cooperativa di Storo che commercializza i prodotti agricoli della sua zona (mais, piccoli frutti, ecc.) in occasione dell'assemblea generale dei soci. *“La nostra cooperativa – ha vantato con orgoglio – si è rivelata (cosa che affermiamo da tempo) una fonte di reddito pari, se non addirittura superiore, alle industrie che si erano insediate nella zona e che erano desiderate dalla manodopera per la sicurezza del posto di lavoro e dello stipendio. Alcune di quelle industrie hanno chiuso i battenti lasciando a casa i lavoratori, mentre noi continuiamo a mantenere vivo il territorio. I nostri soci lo testimoniano. Fare agricoltura non significa più tornare ai tempi della povertà, bensì investire in attività capaci di dare soddisfazioni economiche a quanti la praticano e di affrontare il futuro con ottimismo”.* L'indicazione, o meglio l'indirizzo suggerito da Giovanelli, che, all'indomani delle funeste conseguenze della Covid, davanti alla necessità e all'urgenza di imprimere una svolta decisa e coraggiosa alle attività produttive, indica come si possa ricostruire una società nuova, riformando le fonti di reddito - sin qui in gran parte industrie gestite da pochi magnati o da multinazionali, con strutture spesso inquinanti e responsabili delle mutazioni climatiche - per ridistribuirne i benefici con maggiore equità, tornando a lavorare la terra (che non tradisce mai se rispettata e curata) privilegiando, a livello artigianale e industriale, l'indotto che ne consegue, un indotto pulito, possibilmente gestito in forma cooperativa. Fa male pensare all'Italia, una terra vocata per sua natura all'agricoltura e al turismo (dati il suo

eccezionale patrimonio artistico e le straordinarie bellezze paesaggistiche), avvelenata nel secolo scorso, terra, mare e abitanti, dai predoni della finanza e dell'industria (una elite!) con pozzi e raffinerie di petrolio, industrie chimiche letali, fonderie, fabbriche di armi e quant'altro, a scapito del mondo rurale! Non sarà facile uscire dal tunnel in cui ci siamo incamminati, ma qualche segnale già si avverte, specie fra le nuove generazioni. Certo bisogna provarci, inseguire un'ideale. Sarà anche un'utopia, come quello di voler raggiungere la stella polare, ma inseguirla significa dirigersi a nord, avere una guida. Conforta vedere che molti giovani sono tornati ai campi, ai pascoli, a coltivare la terra, ed è bello veder rifiorire tante aree sin qui abbandonate a se stesse... senza contare che un rapporto diretto con la natura, con la terra che produce, con le piante e con gli animali aiuta a capire meglio il senso della vita, dà calma e serenità, tiene lontano dagli stress e dalle malattie, consente di pensare con misura ed equilibrio e di valutare fatti e avvenimenti per quello che effettivamente contano nella realtà empirica, lontana dal virtuale. La storia infine insegna che le basi di una nazione politicamente forte (dalla Mesopotamia all'Egitto, dal Canada agli USA, da Israele al Sudafrica...) sono sempre state un'agricoltura ben sviluppata e un sistema di conservazione e di distribuzione dei prodotti ben funzionante. Cosa che qui da noi, nonostante l'ambiente favorevole, non è avvenuto. Come mai? La speranza e l'augurio è che la ripresa economica dopo la pandemia riesca a rinnovarsi a misura d'uomo, coi piedi per terra, anzi nella terra, e nel rispetto dell'ambiente.



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 Defflorian, Iris Fontanari,
Cristina Galassi, Silvia Martinelli,
Sara Perugini, Franco Sandri.

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 XXVII - AGOSTO 2020
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 16-07-2020
La tiratura del numero
di luglio 2020 di
“Cooperazione tra Consumatori”
è stata di 50.033 copie





ni questa crescita delle vendite nell'emergenza significa principalmente una cosa: **“il ruolo insostituibile svolto dalle nostre piccole Cooperative, sia da un punto di vista meramente commerciale, garantendo, fra mille difficoltà, il costante approvvigionamento di tutte le referenze primarie nei nostri punti vendita e dall'altra più sociale, al fianco delle persone in difficoltà causa l'epidemia e degli anziani, consegnando**

tive che rischiano di penalizzare i risultati delle Famiglie cooperative con la prevista **chiusura domenicale in zone turistiche.**

“Lo scorso anno nei tre mesi estivi – informa Simoni – le nostre Famiglie cooperative nelle zone turistiche hanno fatturato tra i 7 e 8 milioni di euro. Almeno la metà (con una stima prudentissima) è attribuibile ai turisti. Con la chiusura si perderebbe un servizio apprezzato e anche una quota consistente di fatturato. Inoltre, non meno importante è la questione dell'occupazione. Ci sono **centinaia di addetti stagionali** attualmente in stand-by che rischiano di non venire occupati se i negozi chiuderanno la domenica”.

Assemblea 2020

120° bilancio Sait: assemblea in modalità “Covid”

Vietati gli assembramenti, i soci del Sait non hanno potuto partecipare in presenza all'assemblea del loro Consorzio, come d'abitudine, ma attraverso il rappresentante designato, nella figura di un notaio. Cresce il fatturato, alle Famiglie cooperative oltre 5 milioni di ristorni

Le disposizioni delle autorità sanitarie per il contenimento dei contagi hanno impedito quest'anno alle Famiglie Cooperative di presenziare direttamente all'assemblea del loro consorzio. Così, nei giorni precedenti all'assemblea Sait del 29 giugno 2020, le Famiglie Cooperative hanno ricevuto il bilancio, i moduli per votare e le relative istruzioni: la documentazione con le deleghe e le schede di voto andava poi inviata dagli aventi diritto al notaio Piccoli entro venerdì 26 giugno via Pec o lettera raccomandata. Successivamente, nel pomeriggio del 29 giugno, in una sala nella sede di via Innsbruck, alla presenza del Consiglio di amministrazione e della direzione, il notaio Paolo Piccoli, in qualità di rappresentante designato, ha raccolto le deleghe e le espressioni di voto di tutti i soci e ha reso noti i risultati delle votazioni pervenute per Pec o raccomandata. 53 soci hanno partecipato al voto differito, il bilancio è stato approvato con 294 voti, 6 i voti di astensione, nessun contrario. I soci hanno anche nominato sei consiglieri in scadenza.

PRIMI 5 MESI DEL 2020

Le conseguenze economiche del Covid-19 si vedranno sui prossimi bilanci di Sait e Famiglie cooperative. Per ora, nei primi cinque mesi dell'anno, si può dire che gli effetti sulle vendite si sentono nell'ordine del **20,2% di incremento del fatturato**, con punte fino al **31% per i negozi più piccoli.**

Per il presidente di Sait **Roberto Simo-**



le spese a domicilio, in modo gratuito e con tempi di consegna contenuti nell'arco della giornata”.

Di questo vanno ringraziati gli amministratori e il personale impegnato che ha dimostrato coraggio ed abnegazione. “La valorizzazione dei piccoli negozi di vicinato e di prossimità fa parte della nostra storia e caratterizzerà sicuramente anche il nostro futuro”, chiosa.

Preoccupano alcune discutibili scelte norma-

I NUMERI DEL 120° BILANCIO

L'emergenza del virus è piombata sulle Famiglie Cooperative dopo un anno, il 2019, che ha visto proseguire il percorso di miglioramento di efficienza dell'intero sistema della cooperazione di consumo trentina che fa perno sul Consorzio Sait.

L'esercizio sociale 2019 di Sait, il 120esi-

120° BILANCIO SAIT
Il Sait, consorzio delle Famiglie Cooperative trentine, consolida i principali indicatori economici e si concentra sullo sviluppo. Vendite a 316 milioni (+2,10%), utile a 1,8 milioni e patrimonio a 99,5 milioni. Alle Famiglie Cooperative saranno distribuiti 5 milioni 250mila euro di ristorni

mo della sua storia, si è chiuso con risultati soddisfacenti: **le vendite complessive si sono attestate a 316.105.690 euro (+2,10%) e l'utile di 1,8 milioni**, dopo aver distribuito **5 milioni 250mila euro di ristorni** alle Famiglie cooperative, testimonia una gestione efficiente a vantaggio dei soci.

Il totale delle **risorse garantite ai soci Famiglie Cooperative** - che si compone di margine, ristorni e sconti - ha raggiunto

nell'esercizio 2019 i **97 milioni di euro**, 4 milioni di euro in più rispetto all'esercizio precedente.

Stabile anche l'**indebitamento** (posizione finanziaria netta) a **36,7 milioni**, malgrado un piano di sviluppo che ha impegnato molte risorse, a partire dall'acquisizione e ristrutturazione del **Superstore** di Trento.

“Possiamo già apprezzare i risultati di questa operazione che si è conclusa nel 2019 con il passaggio delle quote al 100% a **Trento**

Sviluppo – commenta il direttore generale **Luca Picciarelli** – dal momento che il risultato della società è passato da meno due milioni di euro a più 443mila dopo la totale ristrutturazione e riorganizzazione della struttura.

In generale – prosegue ancora Picciarelli – Sait è impegnato sui **tre fronti dello sviluppo, della stabilizzazione dei costi e il rafforzamento di sistema**. Ognuno di questi filoni va presidiato con il medesimo impegno e attenzione.

Abbiamo varato nuove condizioni di forniture che consentono maggiore chiarezza e trasparenza, premiando la fedeltà. Un dato su tutti: negli ultimi quattro anni abbiamo **diminuito i costi del 15%**, pari a 6,4 milioni. Questo ci ha consentito di affron-



Un momento della particolare assemblea Sait di quest'anno, nella sede del Consorzio, ma senza la presenza diretta delle Famiglie Cooperative, a causa delle disposizioni delle autorità sanitarie per il contenimento dei contagi

tare un piano di sviluppo ambizioso che prima non sarebbe stato possibile”.

Le **quote di mercato** di Sait e Superstore raggiungono su tutta la rete il **33,75%** (metodo Nielsen), che però salgono fino al **74,84%** per i negozi più piccoli, fino a 400 metri quadrati di superficie.

IL FUTURO DIPENDE (ANCHE) DA NOI

“Il futuro – afferma ancora il presidente Simoni – dipenderà anche da noi, al Consorzio il compito

di realizzare bilanci virtuosi e politiche orientate all'efficienza, garantire adeguate politiche commerciali e fornire supporto e consulenza; alle singole Cooperative curare i negozi, adeguandoli alle mutate esigenze sanitarie e commerciali e curare i rapporti con la base sociale.

Difficile però fare previsioni, almeno per l'immediato. La stagione turistica – prosegue Simoni – è più che mai incerta, e quindi le Famiglie cooperative potrebbero perdere



Il convegno delle cooperative di consumo

Famiglie Cooperative, una rete a servizio della comunità

Un sistema capillare a servizio della comunità: presenti in 156 comuni (sui 166 totali del Trentino), con 362 punti vendita, 223 dei quali sono l'unico negozio del paese

L'8 luglio 2020 le Famiglie Cooperative trentine hanno presentato, nel loro convegno annuale, i risultati complessivi tratti dai bilanci 2019 di 68 cooperative in attività (su 71 totali), che vedono fatturato e utile in crescita. Le Famiglie Cooperative trentine, con la loro presenza capillare distribuita su tutto il territorio, sono state un presidio insostituibile di sicurezza per chi, costretto a casa dall'emergenza Covid-19, ha così potuto fare la spesa sotto casa.

I 362 punti vendita delle Famiglie Cooperative sono presenti in 156 comuni (sui 166 totali del Trentino); ben 223 di questi punti vendita sono l'unico negozio del paese. 144 di questi sono anche negozi multiservizi, e 51 sono considerati servizi di interesse economico generale (Sieg), che diventeranno 71 nel corso di quest'anno.

Nella cooperazione di consumo convivono cooperative più grandi con quelle più piccole, localizzate in territori circoscritti. La metà del fatturato è realizzata dalle 10 Famiglie Cooperative più grandi. 22 cooperative realizzano il 77% del fatturato complessivo, 12 micro cooperative realizzano insieme l'1,3% del fatturato complessivo.

In questo quadro c'è la specificità e la forza del modello cooperativo, che con il supporto dei Consorzi e della Federazione riesce a rendere sostenibile una rete di punti vendita distribuiti uniformemente sul territorio.

Il fatturato relativo al trimestre marzo-maggio di quest'anno indica un più 24,8% del fatturato alimentare; le vendite alimentari nei piccoli negozi sono cresciute nel trimestre marzo-maggio del 51%,



nei negozi medi del 40% e nei supermercati più grandi del 12%.

Pesa però l'incognita delle vendite nel prossimo semestre, soprattutto nelle zone turistiche. I primi effetti negati si cominciano già a sentire. Dipenderà molto dall'evoluzione della situazione pandemica.





in fretta quell'incremento di fatturato dovuto alla chiusura forzata in casa. A questo si aggiungono le perplessità relative ad alcune discutibili scelte normative che rischiano di penalizzare i risultati delle Famiglie cooperative in zone turistiche.

Lo scorso anno nei tre mesi estivi le nostre Famiglie cooperative nelle zone turistiche hanno fatturato **tra i 7 e 8 milioni di euro**. Almeno la metà (con una stima prudentissima) è attribuibile ai turisti. Con la chiusura si perderebbe un servizio apprezzato e anche una quota consistente di fatturato.

Sicuramente questo periodo ci lascia in eredità una nuova coscienza rispetto ai temi della sostenibilità ambientale e le strategie di sviluppo del nostro Consorzio e delle nostre Famiglie Cooperative che dovranno promuovere l'innovazione e lo sviluppo, prestando grande attenzione alla sostenibilità, oltre che economica, anche ambientale per contribuire al rilancio e al consolidamento di un'economia che faccia del benessere e della solidarietà economica e sociale due pilastri su cui costruire il nostro futuro".

IL RINNOVO DELLE CARICHE IN SCADENZA

L'assemblea ha anche rinnovato un terzo del consiglio di amministrazione. Dei sei consiglieri in scadenza di mandato, tre sono confermati dalla precedente consiliatura: per la Bassa Valsugana e Tesino **David Loss**, presidente della Famiglia Cooperativa Bassa Valsugana, e per l'alta Valsugana **Giorgio Paternolli**, presidente della Famiglia Cooperativa Alta Valsugana, e **Giorgio Corradi**, presidente della Famiglia Cooperativa di Lavarone.

Entrano per la prima volta in consiglio **Fausto Brandstetter**, presidente della Famiglia Cooperativa Imer e Vanoi per l'area del Primiero, **Paolo Catanzaro**, presidente della Famiglia Cooperativa Brenta Paganella per le Giudicarie, e per la Vallagarina **Maria Elisa Andreolli**, presidente della Famiglia Cooperativa Monte Baldo, che si presentava insieme a Sabrina Benedetti, presidente della Famiglia Cooperativa di Isera, risultata a pari voti nella riunione consorsoriale.



È tempo di fare un primo bilancio dell'iniziativa "Il Trentino che fa bene ai trentini", promossa dalla metà di giugno da Sait, il consorzio delle cooperative di consumo, e dalle Famiglie Cooperative trentine. Si tratta di una operazione di particolare significato che si concluderà il prossimo 31 luglio finalizzata a valorizzare i prodotti locali e,



Questi sono alcuni dei dati presentati l'8 luglio 2020 "fuori bilancio" dal responsabile del settore consumo della Federazione **Giuliano Bernardi** al convegno di settore svoltosi alla presenza dei presidenti delle Famiglie Cooperative nella sala congressi della Cooperazione.

I risultati dei bilanci 2019 di 68 cooperative in attività (su 71 totali) indicano un andamento delle vendite è positivo, con utile ancora in crescita. Il fatturato cresce nel 2019 per il quarto anno consecutivo +1,7%. Le vendite raggiungono quota 349,6 milioni di euro, + 5,8 milioni di euro rispetto all'anno precedente.

L'utile è positivo per 5 milioni di euro di

euro (era di 3,9 nel 2018 e 2,5 l'anno prima). Il risultato è al netto dei **ristorni** ai soci, ovvero la restituzione di una parte del prezzo pagato, in proporzione alla spesa effettuata. Nel 2019 nove Famiglie Cooperative (due in più dell'anno precedente) hanno ristornato ai soci 400 mila euro, circa il doppio rispetto ai 216 mila del 2018.

Cala anche nel 2019 il numero delle cooperative in perdita; delle 16 cooperative che chiudono in perdita (erano 20 nel 2018), metà chiude con una perdita inferiore a 25 mila euro.

Migliora la situazione finanziaria e patrimoniale. Cala l'indebitamento finanziario complessivo di circa 6,7 milioni di euro (da 37,1 a 30,4 milioni di euro) e si rafforza la solidità: il **patrimonio netto** è ora di 123 milioni: +4%.

I candidati del consumo per il Cda. Al settore consumo spettano 4 posti nel consiglio di amministrazione della Federazione. Su 9 nominativi, il convegno ha indicato quali candidati per il cda **Paola Dalsasso** (Val di Fiemme), **Aldo Marzari** (Vattaro e Altipiani), **Francesca Broch** (Primiero), **Heinrich Grandi** (vice di Sait).

Durante l'emergenza Covid l'insegna Famiglia Cooperativa è stata un importante punto di riferimento anche nella zona dell'"epicentro" del contagio: la Cooperativa di Consumo di Ardesio, che si trova in Val Seriana sulle Alpi Orobie, in provincia di Bergamo e a 20 km da Alzano, è infatti socia del Sait, il Consorzio della Cooperazione di Consumo Trentina.

Ardesio è il secondo comune più ampio del bergamasco: i suoi 3450 abitanti sono distribuiti nelle 12 frazioni, che arrivano anche a 1000 metri di altezza; Ardesio dista appena 25 km da Alzano, e quello di Alzano è uno degli ospedali di riferimento.

Ad Alzano, come a Nembro, oggi lo sappiamo, il coronavirus è arrivato addirittura prima che ha Codogno, a metà gennaio (ma "strane polmoniti" venivano registrare già nel mese di novembre), e qui ha colpito la popolazione più duramente che altrove. *"La pandemia ha messo in difficoltà il comune che ha visto aumentare improvvisamente il numero dei decessi (nel corso dell'intero 2019 i morti in paese erano stati 45, al 27 di marzo erano già 27) creando problemi di spazio nel cimitero - spiega la responsabile della Cooperativa di Ardesio, Giusi Mazzoleni - "Durante i due mesi di lockdown non si appendevano in paese gli annunci dei defunti*

Consorzio Sait e Famiglie Cooperative

“Il Trentino che fa bene ai trentini”: nei primi giorni raccolti 150mila euro!

Un primo bilancio molto soddisfacente per l’iniziativa di valorizzazione dei prodotti trentini, e insieme di sostegno alla prevenzione del Covid-19, in stretta collaborazione con la Provincia autonoma di Trento e l’Azienda Sanitaria

contemporaneamente, a dare vita o promuovere un sostegno alla prevenzione del Coronavirus.

“La risposta fin dalle fasi di avvio è stata straordinaria – spiega il presidente di Sait, Roberto Simoni - basti pensare che, nei primi 17 giorni dell’iniziativa, sono stati raccolti circa 150.000 mila euro a conferma della sensibilità concreta dimostrata dai consumatori trentini e dalla loro scelta di orientare gli acquisti alimentari

verso prodotti del nostro territorio di grande qualità”.

L’iniziativa è stata promossa con la collaborazione della Provincia Autonoma di Trento.

“La formula dell’iniziativa è semplice – aggiunge Roberto Simoni - Per centinaia di prodotti locali acquistati, Sait devolve il 10% del ricavato per fornire misure di prevenzione destinate alla popolazione trentina sul territorio della

nostra provincia per salvaguardarlo e salvaguardare le comunità locali”.

I prodotti selezionati, evidenziati nei punti vendita della cooperazione di consumo, fanno parte dell’offerta di quattordici fornitori trentini. Nel dettaglio: Cavit, Mezzacorona, La Salumeria Belli, Botteri Carni, Casa Largher, Rifugio Crucolo, Nat Nati e allevati in Trentino, Salumificio Val Rendena, Gruppo Formaggi del Trentino, Trentingrana, Melchiori, Melinda, La Trentina e Sant’Orsola.

Si può partecipare a “Il Trentino che fa bene ai trentini” anche con i prodotti a marchio Coop: Sait e Famiglie Cooperative doneranno il 10% dell’incasso anche a fronte dell’acquisto di due prodotti a marchio Coop uguali.

L’iniziativa prosegue fino al 31 luglio. È segnalata con la grafica delle mani che si stringono (uno dei simboli della Cooperazione Trentina) destinata a offrire lo spunto per pensare a una sorta di abbraccio di territorio. Che fa bene al Trentino e ai trentini.

Cooperativa Consumo Ardesio

Una Famiglia Cooperativa ad Ardesio

La testimonianza della responsabile della Cooperativa Consumo Ardesio, la Famiglia Cooperativa in Val Seriana, a 25 km da Alzano, nella zona dell’“epicentro” del contagio

per evitare gli assembramenti: il suono della campana a morto annunciava i decessi ma era difficile sapere chi ci aveva lasciato”.

In questo doloroso, difficile contesto la Cooperativa di Consumo di Ardesio ha operato durante tutta l’emergenza, impegnata a non far mancare alla comunità un servizio diventato indispensabile, sostenuta nei rifornimenti dal Consorzio Sait.

Questa zona della Lombardia è simile ad alcune zone trentine; il negozio della Cooperativa di Consumo di Ardesio, 250 mq di superficie, è piuttosto grande e completo negli assortimenti e quindi importante per il territorio, tanto più nel periodo della serrata. È stato molto impegnativo il lavoro che questa Cooperativa, insieme a tutti i suoi collaboratori, si è trovata ad affrontare.

“All’inizio ci sono stati dipendenti ammalati – ci racconta Ginsi Mazzoleni – ma tutti insieme si sono spesi generosamente senza mai tirarsi indietro, spesso a rischio della propria salute e a discapito di una vita familiare tranquilla, hanno saputo riorganizzare tutto: le costanti sani-



ficazioni, le limitazioni degli accessi, le consegne gratuite a domicilio (850 in due mesi), comprese quelle agli ammalati di Covid in quarantena, le altre forme di preparazione delle spese, procedure ad hoc per i pagamenti e concessione di credito straordinario, sempre nello sforzo di aiutare per quanto possibile la comunità a superare l’emergenza. In collaborazione con l’amministrazione comunale, i commercianti e con il sostegno dei volontari della

pro loco che in quel momento hanno potuto dare il proprio contributo, è stata organizzata “la spesa a casa tua”: portare a casa di tanti ardesiani i beni di prima necessità. La cooperativa ha fornito i sacchetti per la consegna delle mascherine cucite dalle volontarie di Ardesio e più volte distribuite casa per casa, una per ogni abitante, dai giovani per conto del Comune”.

Al telefono della Cooperativa si prendeva nota della spesa, ma si ascoltavano anche i racconti delle difficoltà, del dolore: *“una conoscente ci ha raccontato di aver dovuto contattare sette pompe funebri prima di trovarne una che potesse occuparsi della sua mamma defunta. Ma ci sono state anche le confidenze delle attenzioni premurose, come quelle di una signora che si raccomandava dicendo “sceglia con cura, è per mio marito, sono 65 anni che siamo sposati!”*

In questo 2020 la Cooperativa di Consumo di Ardesio si preparava a festeggiare il 60° anniversario con i suoi 900 soci e tutta la comunità. La festa è stata rimandata, ma si farà. Intanto è stata fissata l’assemblea del 25 luglio, alla quale partecipare, con tutte le precauzioni del caso. (c.galassi)

Coop aderisce all'appello lanciato al Governo da Animal Equality a favore dell'ovosessaggio per evitare l'abbattimento dei pulcini maschi e sottoscrive come richiesto dall'associazione la dichiarazione di impegno pubblico. Coop incoraggia lo sviluppo di tecnologie per il sessaggio degli embrioni in-ovo (in-ovo sexing) e si impegna ad adottare

soppressione immediata. I pulcini maschi delle galline ovaiole infatti sono solo parzialmente destinati a diventare galletti o capponi, ma nella maggioranza dei casi, proprio perché considerati improduttivi, sono soppressi dopo la nascita. Coop ha considerato questa pratica critica ed ha concordato con i propri fornitori di uova di aggiungere nei propri contratti un'ulteriore garanzia ovvero l'impegno ad

LA CAMPAGNA DI ANIMAL EQUALITY

Salviamo il pulcino maschio

Le uova Coop le prime "cruelty free" in Italia

Coop aderisce alla campagna di Animal Equality per evitare l'abbattimento dei pulcini maschi, ma grazie al progetto Coop "Salviamo il pulcino maschio" le uova in guscio a marchio Coop sono diventate da più di un anno la prima filiera di uova "cruelty free" in Italia



queste tecnologie innovative per tutte le uova della propria filiera non appena le tecnologie saranno commercialmente disponibili e applicabili. L'adesione di Coop è d'altronde conseguente all'impegno che caratterizza la catena di distribuzione sui temi del benessere animale e in particolare è assolutamente in linea con il progetto "Salviamo il pulcino maschio" lanciato più di un anno fa. Grazie a questo progetto, in soli 6 mesi, sono stati avviati all'allevamento circa 1 milione di pulcini maschi altrimenti destinati a una

acquistare pulcini destinati a diventare galline ovaiole per la produzione di uova a marchio Coop soltanto da fornitori che, nello stesso anno solare, si obbligano a non sopprimere un ugual numero di pulcini maschi. Così facendo **le uova in guscio a marchio Coop sono diventate la prima filiera di uova "cruelty free" in Italia** aggiungendo un'ulteriore tappa a un'attenzione rivolta alla filiera delle uova che ha premiato in Coop da più di 15 anni le uova da galline nate e allevate in Italia a terra. Sostanzialmente una messa al bando completa di uova in gabbia dai propri scaffali che a maggio 2019 ha esteso lo stesso requisito anche agli ovoprodotti utilizzati nei prodotti industriali a marchio Coop. **E già nel 2017, nell'ambito**

della campagna "Alleviamo la salute", le uova da galline allevate a terra hanno raggiunto un ulteriore traguardo, ovvero il non uso di antibiotici sin dalla nascita delle galline ovaiole. Ad oggi la campagna ha coinvolto più di 2 milioni di galline con una produzione di oltre 200 milioni di uova da galline allevate senza uso di antibiotici. "Oltre ad aderire pubblicamente alla dichiarazione chiesta da Animal Equality ci dichiariamo fin da ora favorevoli a adottare anche innovazioni tecnologiche ulteriori per raggiungere lo stesso obiettivo".

È stato aperto al pubblico il 16 luglio il nuovissimo supermercato di Predazzo della Famiglia Cooperativa Val di Fiemme, in via Battisti, completamente riprogettato secondo la nuova concezione di supermercato che la Cooperazione di consumo trentina adotterà d'ora in poi per le sue superfici di vendita di media dimensione. Un nuovo modello di supermercato che nasce per offrire una routine del "fare la spesa" agile e piacevole, e più sostenibile per l'ambiente.

La festa d'inaugurazione di questo importante progetto è rimandata al termine dell'emergenza sanitaria e sarà anche l'occasione per un nuovo incontro con i soci della Famiglia Cooperativa e per ringraziare tutti coloro che hanno contribuito alla realizzazione di questa importante iniziativa commerciale in centro paese: tra questi l'amministrazione comunale, consapevole del valore di un negozio di proprietà dei soci e a servizio della comunità. Il progetto nasce infatti come espressione della comunità: tutto il Consiglio di amministrazione della Famiglia Cooperativa ne ha sostenuto con entusiasmo la realizzazione, coordinata dalla presidente Paola dal Sasso e dal direttore Corrado Loss.

TRE FASI DI LAVORO

L'edificio che ospita il supermercato di Predazzo è anche la sede degli uffici della Famiglia Cooperativa Val di Fiemme. I lavori di ristrutturazione sono iniziati l'11 maggio 2020; la superficie di vendita (circa 1100 metri quadrati, su due piani, completa di settore extralimentare e magazzini) è stata realizzata nel 1978, quindi rinnovata e ampliata nel 1993, e riaperta nel 1994. Era dunque tempo di aggiornarla, per offrire il servizio che la zona e la valle richiedono. Dopo una attenta progettazione curata dalla Famiglia Cooperativa in stretta collaborazione con il consorzio Sait, sono iniziati i lavori di ristrutturazione, pianificati in tre fasi per creare il minor disagio possibile a soci e clienti: il primo intervento ha riguardato la cantina e il settore extralimentare, collocato al primo piano dell'edificio; la seconda fase ha operato sulla zona che porta alle casse e all'uscita; infine la terza fase, iniziata il 14 giugno, ha interessato il cuore del negozio, ed è stata quindi necessaria la chiusura del supermercato.

La Famiglia Cooperativa Val di Fiemme

La Famiglia Cooperativa ha sede a Predazzo e negozi anche a Ziano, Bellamonte, Panchià, Tesero, Lago di Tesero, oltre all'Agrifer (agricoltura, artigianato, ferramenta, fai da te) sempre a Tesero in località Piera. I soci sono circa 3300. La presidente è Paola dal Sasso, il direttore Corrado Loss.



ecc.) e nuovi impianti di illuminazione. Ogni scelta del progetto è stata operata nell'ottica della sua sostenibilità ambientale e della fruibilità del servizio, coniugate con la caratterizzazione territoriale: il supermercato, attraverso i suoi assortimenti e gli stili di consumo, esprime così le specificità che appartengono al territorio, nella quali la comunità si riconosce e che chi visita questi meravigliosi luoghi vuole scoprire o ritrovare. Protagoniste del supermercato sono le di-

FAMIGLIA COOPERATIVA VAL DI FIEMME

Predazzo: un supermercato davvero nuovo

Il Coop Trentino a Predazzo della Famiglia Cooperativa Val di Fiemme, dopo la completa ristrutturazione, riassume in sé la concezione più avanzata di supermercato: ricco di prodotti freschi, agile e sostenibile

verse "isole" dei prodotti freschi (carne, pesce, latticini, macelleria) che contribuiscono a rendere questo supermercato accogliente e piacevole: le diverse zone sono immediatamente visibili, per un percorso di spesa che aiuta a scegliere, senza dimenticare nulla e senza sprecar tempo.



Durante questa inevitabile chiusura, la Famiglia Cooperativa Val di Fiemme ha offerto ai soci di Predazzo un buono sconto del 10% da utilizzare nei suoi altri negozi di Ziano, Bellamonte, Panchià e Tesero.

UN NUOVO CONCETTO DI SUPERMERCATO

Il nuovo concetto di supermercato che ha guidato la progettazione del Coop Trentino di Predazzo si propone di favorire la percezione immedia-

Protagoniste del nuovo supermercato sono le diverse "isole" dei prodotti freschi, con strutture che migliorano l'accessibilità e la fruibilità del servizio, tecnologie che aumentano la sicurezza e la sostenibilità del negozio, per un'esperienza di spesa nuova, facile e piacevole

ta degli spazi, degli assortimenti e della accessibilità dei servizi, utilizzando nuove strutture espositive e di refrigerazione, nuove tecnologie per le informazioni a sostegno delle scelte (come ad esempio le etichette elettroniche per i prezzi, i totem informativi,

TUTTO AL PIANO TERRA

La superficie originaria di 1100 mq, pur ridotta a circa 950 mq, sembra ora più ampia, ed è molto più funzionale grazie ad una razionalizzazione e distribuzione degli spazi che rende ogni servizio più fruibile e che ha permesso di ampliare il particolare l'offerta dei prodotti freschi e degli alimentari in generale.

Questa completa ristrutturazione, inoltre, consente di offrire tutti i servizi e gli assortimenti dei vari settori (anche l'extralimentare, pur ridimensionato) al piano terra, senza spostamenti al piano superiore.

I locali al primo piano accoglieranno quindi gli uffici, che finora occupavano invece un'area al piano terra.

Tra le modifiche più significative previste, c'è lo sviluppo del negozio verso via Battisti, portico compreso, che ospiterà le nuove vetrine. Il nuovo ingresso del supermercato è stato invece spostato verso l'angolo esterno, e qui il portico verrà ampliato, per rendere più comodo e protetto l'accesso al supermercato.

A Cornè, frazione del Comune di Brentonico, la Famiglia Cooperativa Monte Baldo ha inaugurato lo scorso 25 giugno il nuovo negozio, a servizio dei circa 240 abitanti che vivono in questo piccolo paese dell'Altipiano. Si tratta di un notevole miglioramento del servizio offerto dalla Cooperativa, poiché il nuovo negozio si trova nel centro di Cornè, in Piazza Padre Ilario Dossi 3, nell'edificio delle ex Scuole, gestito da "I Codizi", associazione anima della frazione: un luogo quindi molto più comodo del punto vendita precedente, che era alla periferia del paese, in una



FAMIGLIA COOPERATIVA MONTE BALDO Nella piccola, fiera Cornè il negozio è tutto nuovo

Bello, accogliente, funzionale e ben fornito: è il nuovo negozio che la Famiglia Cooperativa Monte Baldo aperto nel centro di Cornè



cinque anni e grazie alla collaborazione dell'Amministrazione Comunale e di quella Provinciale – ha spiegato la presidente Maria Elisa Andreoli – siamo riusciti ad aprire il nuovo negozio a Cornè: è un risultato di cui siamo particolarmente orgogliosi. Il nuovo punto vendita che mettiamo a disposizione dei soci è bello, accogliente, funzionale e ben fornito. **La superficie totale è di circa**

strada in discesa e senza un parcheggio adeguato.

Il negozio di Cornè sarà aperto tutte le mattine (domenica esclusa) dalle 8 alle 12, mentre il sabato, l'apertura si estenderà anche al pomeriggio, dalle 15.30 alle 18, apertura pomeridiana prevista anche nella giornata di mercoledì per il solo periodo estivo.

Il sindaco di Brentonico Christian Perenzoni durante l'inaugurazione ha sottolineato il lungo percorso per arrivare alla realizzazione di questo negozio che rappresenta un servizio fondamentale per la frazione, ma anche una grande occasione di socialità e di coesione per la comunità.

“Dopo il lungo lavoro che ha impegnato la nostra Famiglia Cooperativa per circa



100 metri quadrati (quindi quasi il doppio di quello precedente) 75 dei quali dedicati alla vendita e i rimanenti 25 metri quadrati al magazzino. Possiamo affermare una volta di più che la nostra Famiglia Cooperativa svolge il suo lavoro con l'obiettivo di assicurare benessere e qualità della vita alle persone e alle famiglie del territorio, attraverso un servizio

garantito dalla rete delle Famiglie Cooperative anche nelle piccole comunità. L'amore per la nostra terra è un tratto distintivo della nostra identità aziendale”.

Un legame stretto che si è ulteriormente rinsaldato durante l'emergenza Covid ed ora è ancora più forte. La Famiglia Cooperativa è diventata in quei mesi un vero punto di riferimento per tutti: per fare la spesa, per trovare sostegno, per dare il proprio contributo, per aiutare chi aveva più bisogno. Un grande sforzo, in collaborazione con il Comune, le Associazioni locali e i volontari di Brentonico e dell'Altopiano. Gli Alpini hanno offerto il loro sostegno per coordinare gli ingressi nei negozi; il gruppo dei giovani si è occupato della consegna della spesa a domicilio (attrezzati anche dei pos portatili della Famiglia Cooperativa, ceduti a titolo gratuito dalla Cassa Rurale Alto Garda); altri gruppi di volontari hanno aiutato a rifornire i negozi, attività che ha visto impegnati direttamente anche i consiglieri di amministrazione, durante le ore di chiusura.

La Famiglia Cooperativa Monte Baldo ha 115 anni di storia e di attività, ed è il risultato di più fusioni maturate nel corso dei decenni più recenti; 4 i punti vendita (**Brentonico, Besagno, Cornè e Crosano**); quindici le collaboratrici e i collaboratori, guidati dal direttore Filippo Angheben. I soci sono 1081. **“Abbiamo voluto che la nostra cooperativa – aggiunge la presidente Andreoli – rappresentasse un partner essenziale sia per la comunità e le sue associazioni, sia per l'ente pubblico, mantenendo vivo il protagonismo dei cittadini nella gestione dei servizi e nella valorizzazione del nostro territorio, “per viver su l'ert” con fiducia.** “È importantissimo – ha concluso – **l'impegno responsabile di tutti voi nel sostenere, frequentandolo, il punto vendita di Cornè**, che oltre al valore dei prodotti proposti garantisce, anche per il futuro, un servizio di prima necessità in un piccolo paese dove la grande distribuzione non arriverà mai”. (c.galassi)

Ci sono anche le insegne Famiglia Cooperativa e Coop Trentino sui tre nuovissimi pulmini che Sait consegnerà ad Anffas il 22 luglio: sono il risultato dell'iniziativa di solidarietà voluta dal Consorzio delle cooperative di consumo trentino in occasione del 120° anniversario della sua fondazione, lo scorso 23 novembre 2019. Per quella storica ricorrenza il Sait ha promosso alcune importanti iniziative a favore di tutti i consumatori e della comunità e in particolare ha scelto di sostenere Anffas, donando il 5% dell'incasso delle giornate del 25, 26 e 27 novembre 2019 per destinarlo all'acquisto di 3 pulmini attrezzati.

TRE SPECIALI PULMINI

“Il pulmino è uno strumento importantissimo nello svolgimento dell'attività quotidiana, indispensabile per promuove



quanto non forniscono solo servizi e beni, ma costruiscono comunità con l'obiettivo comune di radicare famiglie sul territorio. Entrambe hanno creato modelli organizzativi e di sviluppo che fungono ancora oggi da esempio. Entrambe portano nel dna la parola famiglia”.

LO STOP. E ORA LA CONSEGNA

Dal quel 18 dicembre è iniziata la preparazione dei tre speciali pulmini. E poi è arrivata l'emergenza Covid19 e tutto si è fermato. Fino ad arrivare a questo luglio e finalmente alla consegna delle chiavi dei pulmini.

I tre mezzi attrezzati saranno subito consegnati alla comunità e quindi ai centri Anffas di Trento, Arco e Borgo. Così, una delle iniziative di maggior rilievo che il Sait ha scelto di promuovere in occasione della celebrazione dei 120 anni di attività potrà

120° FONDAZIONE SAIT, L'INIZIATIVA A SOSTEGNO DI ANFFAS

Sait per Anffas: la consegna dei pulmini

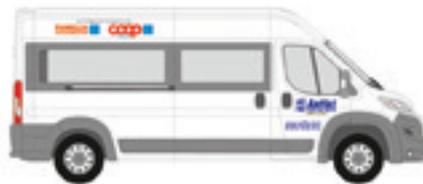
Sono stati consegnati il 22 luglio ad Anffas i tre pulmini attrezzati donati da Sait in occasione del 120° della fondazione del Consorzio. Andranno subito ai centri Anffas di Trento, Arco e Borgo

vere l'inclusione sociale, anche delle persone con grave disabilità – spiegano in Anffas –. Avere un mezzo di trasporto significa uscire dalle strutture, conoscere e visitare posti nuovi, poter partecipare agli eventi e alle manifestazioni sul territorio, e accedere alle attività riabilitative. Il sostegno

ge una attività insostituibile sull'intero territorio della nostra provincia: Anffas Trentino onlus. L'iniziativa ha raccolto la partecipazione dei soci e clienti della cooperazione di consumo che hanno contribuito con il 5% della loro spesa a questa iniziativa”.

dirsi realizzata. E il ringraziamento va anche a tutti voi che avete fatto la spesa nei negozi Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Superstore in quelle tre giornate di novembre, contribuendo alla buona riuscita dell'iniziativa.

Vogliamo anche ricordare che il sostegno di Sait ad Anffas è un impegno costante che il Consorzio sta mantenendo dal 2004, quando, nell'ambito del progetto “I trentini per i disabili trentini”, è stata avviata l'iniziativa *Un morso, un sorso di solidarietà*



di Sait ci permette di sostituire alcuni mezzi di trasporto divenuti obsoleti, in un momento in cui non avremmo potuto assumerci l'onere della spesa”.

L'assegno dei 150 mila euro raccolti il 25, 26 e 27 novembre 2019 era stato consegnato nelle mani del presidente di Anffas Luciano Enderle già lo scorso 18 dicembre 2019; durante la cerimonia Roberto Simoni, presidente del Sait, sottolineava: “siamo molto legati alle associazioni di volontariato e alle onlus che operano sul nostro territorio. La scelta voluta dal consiglio di amministrazione di Sait è stata di premiare una associazione che, da anni, svol-

La Presidenza e il Consiglio Direttivo di Anffas hanno allora espresso profonda riconoscenza alla Cooperazione di Consumo Trentina per la scelta di impegnarsi con grande spirito di responsabilità sociale a sostegno di condizioni di fragilità del territorio. “Famiglia Cooperativa e Anffas sono luoghi di vita e di incontro – ha osservato il presidente di Anffas Trentino onlus, Luciano Enderle – Luoghi di socializzazione per tutti, dagli adulti ai bambini, dai giovani agli anziani. In Anffas, così come alla cooperativa di consumo, ognuno è importante. Si sono poste, entrambe, come presidio solidale a servizio dei bisogni, in

tà, consolidata nel corso degli anni grazie al contributo delle Casse Rurali Trentine e alla generosa partecipazione della comunità, sempre sensibile nel sostenere progetti a favore delle persone con disabilità intellettive e relazionali, di cui Anffas Trentino Onlus si occupa fin dal 1965, con una rete di servizi pensati e realizzati in base a bisogni ed età (oggi Anffas risponde alle necessità di oltre 850 persone attraverso 54 servizi in 46 strutture dislocate su tutto il territorio provinciale). Dal 2004 a oggi “Un morso, un sorso di solidarietà” ha raccolto oltre 203.000 euro.

L'Italia non è un paese per donne. L'emergenza Covid-19 lo ha sottolineato come un evidenziatore, facendo emergere elementi di difficoltà e di disuguaglianza già presenti nella società, ma ora tanto più esasperati. L'isolamento sociale ha chiuso le donne in casa, costringendole a barcamenarsi tra smart working, istruzione dei figli, cura della famiglia e lavori domestici: il 60% delle donne italiane – dice un'indagine Ipsos commissionata da WeWorld – ha fatto tutto da sola, senza aiuti. Una percentuale che si impenna fino al 93% al sud e nelle isole. E poi c'erano quelle – tante, più degli uomini – che hanno continuato a lavorare offline, **in prima linea**, nei settori essenziali tutti a prevalenza femminile come sanità e servizi sociali, ma anche commesse di supermercati e attività di pulizia (donne che poi una volta a casa, ovviamente, non erano

esentate dal curarsi del ménage domestico). Così è successo che **nella fascia d'età 20-50 le diagnosi di Covid tra le donne sono state di 10 punti superiori rispetto agli uomini**, perché proprio in questa fascia d'età le donne sono state più esposte al rischio.

DONNE E LAVORO

Ma d'altro canto le donne sono anche le più presenti nei settori cosiddetti non essenziali che durante il coronavirus hanno subito la chiusura totale: ovvero turismo e ristorazione dove è femminile l'84% della forza lavoro. Ciò significa – e significherà – **posto di lavoro a rischio**, diminuzione drastica del reddito

personale e per molte perdita dell'indipendenza economica. Una catastrofe non solo individuale ma anche dell'intera società perché **l'indipendenza economica delle donne è la più importante garanzia di libertà e di sviluppo sociale**. E pensare che il 60% dei laureati nel nostro paese sono donne. Un patrimonio umano che il nostro paese disperde di generazione in generazione.

La situazione pre-Covid del mercato del lavoro femminile è già drammatica: **in Italia lavora meno di una donna su due (49%)**. Peggio di noi, in Europa, solo Montenegro,

da dirigente? Le donne ai livelli più alti della carriera sono pochissime, il 30%. Quindi **bassi livelli dirigenziali**, bassi livelli di stipendio.

In uno studio condotto da Tiziana Ferrario e Paola Profeta per l'Istituto Toniolo (vedi anche l'intervista in queste pagine) dal titolo: **“Covid: un paese in bilico tra rischi e opportunità”**, viene sottolineato che nelle famiglie italiane «le donne si fanno carico della maggior parte del lavoro domestico e di cura, visto che per il 74% di loro non c'è **nessuna condivisione con il partner**. Il lockdown per il Covid

LA FATICA DELLE DONNE, DURANTE E DOPO IL COVID-19

Senza aiuti, né sostegno

Hanno cucinato, pulito e fatto i compiti con i figli.

Ma il 74% non ha avuto alcun aiuto dal partner.

E ora rischiano di perdere lavoro e reddito, molto più degli uomini. Ecco perché il nostro Paese non può permettersi il lusso di lasciare indietro la parte femminile della società

di **Silvia Fabbri**

Turchia, Macedonia e Grecia. Poi è arrivato l'effetto lockdown con tantissimi posti di lavoro persi. In Italia ci sono 484 mila persone in meno che cercano lavoro (-23,9%) rispetto a marzo. E la maggioranza di queste persone sfiduciate e convinte di non poterla più trovare, un'occupazione, ovviamente è femminile: -30,6%, pari a -305 mila unità rispetto agli uomini (-17,4%, pari a -179 mila). Se e quando lavorano, comunque, le donne, lavorano nei settori meno remunerati: tipo turismo, comunicazione, commercio, lavoro di cura sanitario.

La carenza di donne nei settori scientifici e tecnologici, tra i più richiesti del futuro e tra i meglio pagati è una vera emergenza, vista l'importanza dell'economia digitale nel futuro. E i posti

rischia di aggravare il peso della casa e della famiglia sulle donne ma può essere anche un'opportunità per modificare gli equilibri dominanti».

CAMBIARE MENTALITÀ

Ma ci vorrebbero misure rivoluzionarie, la cui necessità è sempre più improrogabile, per far sì che questa sia più di una speranza. Scrivono le due curatrici: «Ripensiamo orari e modelli dominanti nel mondo del lavoro. Approfittiamo della necessità di rivedere la vecchia organizzazione e mettiamone in campo una nuova più funzionale non solo alla produttività delle imprese ma anche alle famiglie. Rivediamo **politiche pubbliche** e sociali offrendo servizi necessari in una economia avanzata che attiva le donne e non scaricando su di queste tutto il peso della gestione familiare. Servono **più asili nido** a prezzo sostenibile, più servizi per l'infanzia, **congedi obbligatori** e prolungati per i padri che contribuiscano a redistribuire gli oneri e a riequilibrare i costi del lavoro tra i generi».

Il **Family Act** di recente varato dal governo parrebbe andare in questa direzione: tra le misure principali a sostegno della famiglia, istituisce l'assegno universale per figli. Tra gli



In Italia



altri punti fondamentali il contributo per le rette di nidi e materne anche al 100%, il congedo per i neo papà che sale a dieci giorni, congedi usati anche per andare a parlare con i professori, e un'indennità integrativa per le mamme in rientro da congedo.

Ma oltre al cambio delle leggi, occorre un cambio di mentalità. Sempre secondo l'indagine Ipsos commissionata da WeWorld, a fronte di un 71% di donne occupate che ha dichiarato di essersi sobbarcata tutto da sola (dalla cura di casa ai compiti dei figli, dall'assistenza agli anziani al gioco dei più piccoli), corrisponde un 47% di uomini che ha dichiarato di essersi preso cura dei figli tanto quanto le compagne mentre, rispondendo alla stessa domanda, solo il 22% delle donne ha percepito di aver avuto collaborazione da parte del partner.

Anche la Società degli economisti ha lanciato un grido d'allarme. In una lettera spedita alla ministra Paola Pisano, il presidente Alberto Zazzaro ricorda che i ruoli diseguali nella distribuzione del lavoro

di cura e domestico (i dati Ocse mostrano che le donne italiane lavorano 1 ora e mezzo al giorno in più degli uomini se si somma lavoro pagato e lavoro non pagato): «Ma è molto probabile che le misure di contenimento del Covid 19 comportino un **ulteriore aggravio del carico di lavoro delle donne** con potenziali conseguenze negative di lungo periodo sull'occupazione femminile e sui divari salariali di genere». In altre parole, gli effetti della crisi rischiano di provocare un **arretramento dell'indipendenza economica** delle italiane e un'accentuazione del divario domestico: del resto, se mancano i servizi, se manca la scuola, se manca il welfare, chi starà a casa a curarsi della prole o dei genitori anziani se è la donna quella con uno stipendio più basso o con un posto di lavoro precario? **L'Onu del resto ha da poco pubblicato un report intitolato "L'impatto del Covid 19 sulle donne"**, dal quale emerge che in tutto il mondo le donne hanno forme contrattuali più precarie. E dunque saranno

le prime a essere spazzate via dalla recessione. Secondo una ricerca McKinsey sarebbe a rischio, nella fase post-Covid, il 26% dei dipendenti. A uscire peggio da questo periodo nero saranno le persone senza laurea, dipendenti e professionisti con contratti precari, meno tutele e bassi guadagni. E a livello globale, in effetti, il **divario di genere nelle retribuzioni** si attesta al 16%, in molti contesti arriva al 35% e oltre.

LA DISCRIMINAZIONE STATISTICA

Sia la precarietà, che il divario salariale, che il basso tasso di occupazione sono il risultato di quella che viene chiamata – nello studio di Ferrario e Soprano – la **discriminazione statistica**. Ovvero: **proprio a causa dello sbilanciamento del lavoro di cura, le imprese preferiscono l'assunzione e la promozione degli uomini**. Chi affiderebbe un ruolo importante, in azienda, a una donna che si deve assentare per problemi in famiglia, che arriva al lavoro stanca, che scappa senza aspettare che finisca la riunione perché c'è da prendere il bambino a scuola? Non è un caso che in Italia il gap tra uomini e donne in possesso di un **conto corrente** sia del 4,5% a favore degli uomini. In quasi tutti i paesi europei il gap è pressoché inesistente o addirittura a favore delle donne. Sottolinea lo studio che l'intera popolazione italiana ha scarse conoscenze finanziarie; ma anche qui il divario di genere è molto significativo. Il 53,9% degli uomini contro il 63,4% delle donne non partecipa mai a una discussione economica.



Smart working sì, ma bilanciato

Intervista alla prof. Paola Profeta, docente di scienze delle finanze all'Università Bocconi

Professoressa, la condizione femminile nel mercato del lavoro e nella società era drammatica e lo è diventata ancora di più in questa fase. Quali misure di welfare dovrebbe attuare lo Stato per limitare la disparità tra uomini e donne? E come giudica il recente disegno di legge del governo per il sostegno e la valorizzazione della famiglia?

Giudico positivamente il Family Act, soprattutto per la proposta di allungare il congedo di paternità, che va nella direzione di bilanciare il carico di cura tra padre e madre e quindi promuovere il lavoro femminile. Si supera la logica della conciliazione e delle misure per aiutare le

madri a lavorare, parlando di genitorialità e quindi della cura dei figli come responsabilità uguale di entrambi i genitori. Giudico positivamente il superamento delle misure attuali, frammentate e poco efficaci, a sostegno dei figli, a favore dell'assegno unico. Deve restare elevata l'attenzione sullo **smart working che va incentivato come strumento di flessibilizzazione del lavoro per uomini e donne, e non come politica di genere**. Il 74% delle donne - è un dato che riportiamo nella nostra ricerca



- dichiara di non aver nessuna forma di condivisione del lavoro domestico. È quindi giusto porre il tema della condivisione attraverso congedi di paternità: anche i padri devono avere la possibilità di stare a casa e di occuparsi dei figli fino da quando sono piccoli, per rimuovere gli stereotipi derivanti da una cultura arretrata, per cui è la donna che deve occuparsi della famiglia e dei figli. In questa direzione vanno le forme di flessibilità del lavoro come quelle che

stiamo sperimentando, però in maniera mista, con giorni a distanza e giorni in presenza sia per uomini che per donne, ovviamente.





Ma a chi giova questa drammatica disparità di genere? Agli uomini, verrebbe da rispondere, che si trovano la cameriera in casa (gratis) e nessuna o scarsa competizione con le donne nella corsa ai posti migliori e più retribuiti del mercato del lavoro. Eppure non è così: **senza le donne ci perde l'intera società. Anzi: per risolvere il Paese e riprendere un percorso di crescita le donne sono una risorsa chiave su cui contare.**

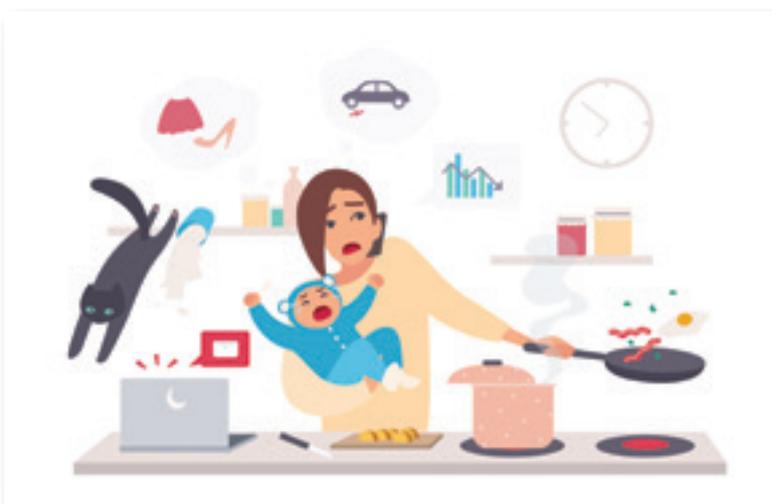
«Secondo le stime del fondo monetario internazionale – si legge nello studio – l'aumento dell'occupazione femminile fino a raggiungere quella maschile comporterebbe per l'Italia un **aumento del Pil dell'11%**. Infatti, il lavoro delle donne è motore di crescita economica: le donne sono competenti, istruite, e hanno talenti pari a quelli degli uomini. Non solo: il lavoro delle donne

potrebbe innescare un circolo virtuoso di crescita: aumenterebbe la domanda di servizi, aumenterebbe i consumi, già largamente guidati dalle donne. Insomma – si conclude – investire sul lavoro femminile conviene all'economia soprattutto per un paese come il nostro che cresce poco».

RIFLESSI SUI FIGLI

Anche una Ong come Save the Children accende i riflettori su una situazione che ri-

schia di diventare difficile per le donne e anche per i loro figli. «Con l'avvio della fase 3, le più penalizzate rischiano di essere le madri lavoratrici, circa il 6% della popolazione italiana – dice **Antonella Inverno**, responsabile politiche per l'infanzia -. Con la mancata riapertura dei servizi per la primissima infanzia molte donne, soprattutto quelle con retribuzioni più basse e impiegate in settori dove è necessaria la



presenza fisica, rischiano di dover decidere di **non rientrare al lavoro**, aggravando la già difficile situazione dei livelli occupazionali femminili italiani. Per quelle che invece potranno lavorare in smart working è forte il rischio di un carico eccessivo di lavoro e di cura». Non è solo la chiusura dei servizi per la prima infanzia a preoccupare le madri, ma anche la gestione della didattica a distanza che, soprattutto per le primarie, necessita di un continuo supporto da par-

te di un adulto da casa e soprattutto la gestione del carico emotivo dei figli, ancora oggi dimenticati dalla politica. «È dunque necessario – prosegue Save the Children – adottare un piano straordinario per l'infanzia e l'adolescenza che metta al centro dei diritti i minorenni, perché le famiglie non devono essere lasciate sole ad affrontare le sfide educative e sociali che la crisi sanitaria ha imposto».

Che tutto ciò di cui abbiamo parlato sin qui sia decisivo per il nostro Paese è chiaro anche alla task force per l'emergenza che è stata guidata da Vittorio Colao. In cima al testo delle "Iniziative per il rilancio. Italia 2020-2022" sono indicate la riduzione del divario di genere e l'inclusione delle competenze femminili come obiettivi trasversali. Il piano Colao suggerisce dunque di adottare sempre la **valutazione d'impatto di genere**, prima dell'approvazione di qualsiasi misura.

Nel piano, che contiene molte delle misure proposte dal ddl del Governo, si prospetta anche un contributo di libertà per le donne vittime di violenza, un reddito simile a quello di emergenza che «garantisca loro un supporto iniziale, da destinare a spese di sussistenza, alloggio, mobili, salute, educazione e socializzazione dei figli, corsi professionali, vita autonoma». Un libro dei sogni? Speriamo di no. (*consumatori.e-coop.it*)



Nella ricerca da lei condotta, lo smart working viene definito appunto come una forma di organizzazione del lavoro che può migliorare il divario di genere...

Lo smart working nel vero senso del termine è fatto in alternanza, ovvero lavoro a distanza solo per un giorno alla settimana: in questo senso può offrire flessibilità, l'opportunità di organizzare meglio il proprio tempo, perché con un giorno a settimana in cui non bisogna uscire di casa presto, fare chilometri... è un vantaggio, e senza lo svantaggio di rimanere isolato, intrappolato nelle faccende domestiche. Insomma, ci vuole una situazione bilanciata perché il rischio di isolamento è alto.

Sulle misure adottate durante l'emergenza Covid – molto sfavorevoli alle donne – è forse pesato il fatto che i

decisori sono quasi unicamente uomini?

Difficile provare un rapporto diretto di causa effetto. Ma certamente una leadership bilanciata porta ad una visione più articolata che tiene conto anche del punto di vista delle donne e anche di alcuni temi che non vengono affrontati se ci sono solo gli uomini a decidere. Nel caso specifico non avere donne in queste posizioni ha portato a sottovalutare alcuni aspetti. È anche vero che con le scuole chiuse, molti luoghi di lavoro chiusi, e tutto quello che abbiamo vissuto, non era così scontato che dovessero essere le donne a farsi carico di tutto, perché anche gli uomini erano a casa e avrebbero potuto collaborare. **Ma la mentalità del nostro paese ha fatto sì che questa situazione abbia gravato più sulle donne che sugli uomini, c'è poco altro da dire.** E questo a causa della mentalità comune, e non tanto e non solo dei decisori. Siamo tutti intrappolati in questi pregiudizi, in questi stereotipi.

Una delle cose più avvilenti è stato anche apprendere – da un'indagine Ipsos – che il 64% delle donne sa che le cose non miglioreranno affatto, finito il periodo Covid. Cosa potremmo dire a queste donne stanche e sfiduciate?

In questi momenti di crisi, di cambiamenti epocali, ci sono da una parte molti rischi e dall'altra molte opportunità. Potrebbe essere questo il momento per prendere una strada migliore. Certo, le donne rispondono così perché si sentono abbandonate, non hanno visto nessuna collaborazione in famiglia, non hanno visto interventi da parte delle politiche pubbliche. Ecco, **dobbiamo cambiare: il tema della disparità di genere deve diventare importante, prioritario, solo così le donne potranno acquisire fiducia.** Per il momento però hanno visto che i loro problemi si sono aggravati. E che non sono mai in cima alle preoccupazioni del paese.

TOP20

20
GIGA IN 4G

**MINUTI
ILLIMITATI**

1000
SMS

Promozione valida
dal 9 Luglio
al 9 Settembre 2020

8€
al mese
per sempre

#ConQuaLe
Convenienza
Qualità
Lealtà

coopvoce
Comunicare è semplice

L'offerta "TOP 20" è valida per chi attiva CoopVoce dal 9 Luglio al 9 Settembre 2020, e prevede ogni mese, in territorio nazionale e in territorio UE, 20 GIGA di traffico internet in 4G, minuti illimitati e 1000 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 a 9€ anche dai già clienti, 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.

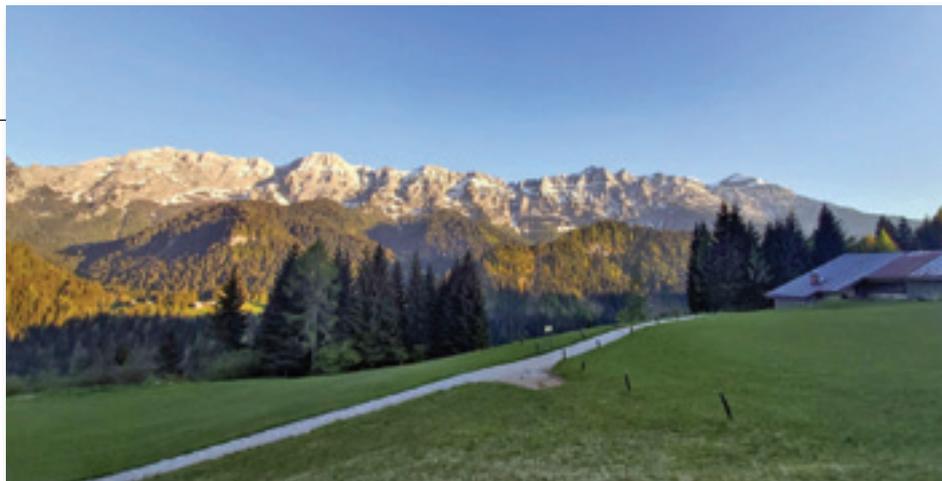


coopvoce.it

CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: ALDENO Via Dante, 9 • BASELGA DI PINÈ Corso Roma, 9 • BONDO Corso III Novembre, 12 • BORGO VALSUGANA Corso Vicenza, 4/A • CALDONAZZO Via Marconi, 28/A • CAMPITELLO DI FASSA Streda Dolomites, 73 • CARANO Via Nazionale, 18 • CASTELLO TESINO Via Donato Peloso • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperì, 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 Herring, 1 - Via C. Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - Piazza Lodron, 28 • TUENO 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

Nata per promuovere un nuovo sentiero di trekking, la cooperativa scolastica costituita all'inizio dell'anno scolastico, come progetto di alternanza scuola-lavoro, dalla III ITE e dalla III AFM dell'Istituto tecnico economico di Primiero, si è trovata a fare i conti con una sfida imprenditoriale non comune: il coronavirus. Dopo un primo momento di smarrimento, i 15 studenti e studentesse impegnati nel progetto hanno capito che potevano sfruttare la situazione per affinare nuove abilità, come flessibi-



In questa foto della studentessa socia della CFS Linda Zeni un panorama della zona del "Trekking dei tre ponti"

Le Cooperative Formative Scolastiche "Sentiersi insieme": una CFS nata in tempo di Covid

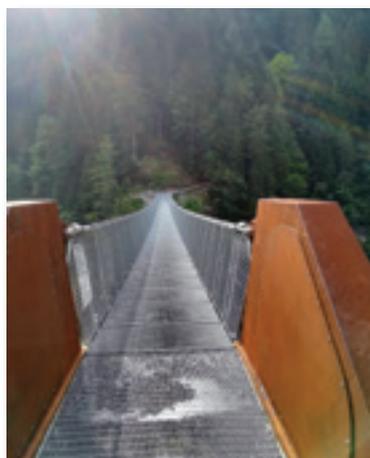
Le Cooperative Formative Scolastiche nascono come progetti di alternanza scuola-lavoro. Ecco l'esperienza vissuta all'Istituto tecnico economico di Primiero, nonostante l'emergenza coronavirus



tra i membri della CFS, poi pianificato insieme le tappe per realizzare il progetto, sperimentando immediatamente quanto sia complesso riuscire a collaborare, ma anche indispensabile per raggiungere un traguardo comune.

Ma quando avevamo finalmente stabilito una *road map* condivisa, ci siamo ritrovati di fronte l'inatteso muro del Covid 19 e l'improvvisa sospensione di ogni programma: l'emergenza sanitaria ci ha però anche costretti ad affrontare nuove sfide per poterci adattare alla situazione e trovare comunque il modo di proseguire il nostro progetto. Anche la nostra CFS, come ogni altro operatore economico nella realtà, ha quindi dovuto dimostrare la propria flessibilità: visto che nei mesi di lockdown non potevamo incontrarci né tra soci né con i partner del progetto, abbiamo cercato di mantenere attivi tutti i contatti via email e messaggi wapp e abbiamo pianificato possibili alternative nell'organizzazione della nostra commessa. Il 30 maggio scorso abbiamo quindi realizzato la nostra prima assemblea via Meet, a cui hanno partecipato, oltre a tutti i soci della cooperativa, le nostre insegnanti e la dott.ssa Sara Caldera per la Federazione Trentina della Cooperazione. Questo incontro ci ha resi ancora più consapevoli dei pesanti limiti imposti dalla pandemia a tutti i settori economici, in primis al turismo, ma ci ha anche portato a molte nuove idee, come quella di attivare una collaborazione con un form-attore.

Quali saranno le prossime tappe? È ancora difficile dirlo, date le contingenze ancora incerte, ma l'obiettivo della CFS, secondo la presidente Maimone, è chiaro: "Malgrado le notevoli difficoltà siamo ottimisti, perché sappiamo che siamo riusciti a reagire di fronte a questo primo importante ostacolo e restiamo determinati a realizzare al meglio il nuovo "Trekking dei tre ponti", una proposta turistica che potrà rilanciare ulteriormente il nostro territorio. Il Covid-19 non riuscirà ad ostacolarci!"



Alcune immagini dei ponti tibetani che si trovano nel "Trekking dei tre ponti", il nuovo sentiero lungo l'intera Valle di Primiero, creato dai ragazzi della Cfs e adatto ad ogni tipo di utente

collaborazione dell'Azienda per il Turismo Smart San Martino di Castrozza, Primiero e Vanoi, il nostro gruppo classe si è così potuto cimentare in un concreto e innovativo pro-

getto di promozione turistica contando sul prezioso supporto dei principali protagonisti della valorizzazione del territorio locale.

Così la presidente della CFS, **Agnese Maimone**, ricorda l'entusiasmo con cui è stata accolta la proposta: "Abbiamo subito deciso di cogliere l'occasione e di buttarci, per creare qualcosa di originale che potesse attirare altri turisti nella nostra bella Valle e far conoscere loro alcuni dei luoghi più suggestivi di Primiero".

Dopo alcuni incontri formativi con la Federazione Trentina della Cooperazione e con l'APT, e grazie anche all'aiuto delle nostre docenti, proff. **Gabriella D'Agostini** e **Alessia Daprà**, abbiamo prima individuato il nostro organigramma, distribuendo i ruoli

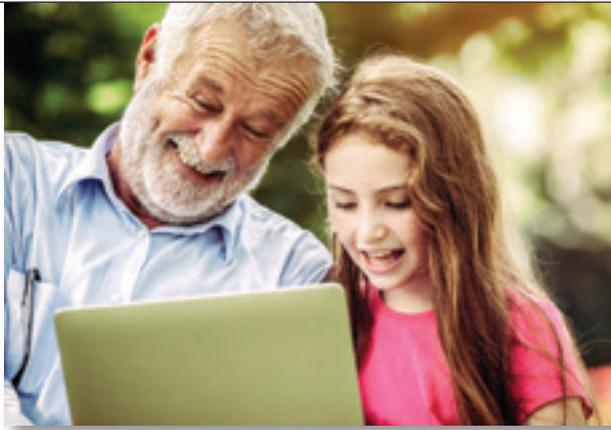
lità, creatività e determinazione. Ecco, nella loro testimonianza diretta (curata da **Melisa Tafa**, socia/addetta stampa della CFS "SentiErsi insieme"), come hanno vissuto e affrontato questi mesi.

La Cooperativa Formativa Scolastica "SentiErsi insieme", nata in questo difficile 2020, prende il nome dal progetto promosso dai suoi membri: noi alunni di classe III dell'Istituto tecnico economico di Primiero (indirizzi Turistico e AFM).

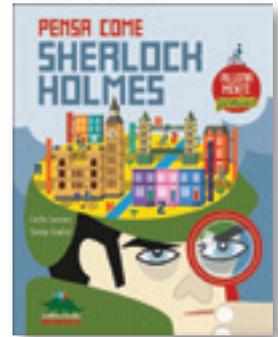
Il nostro intento è stato infatti promuovere il "Trekking dei tre ponti", un nuovo sentiero adatto ad ogni tipo di utente e caratterizzato da un piacevole percorso ad anello che attraversa tre ponti tibetani e si snoda lungo l'intera Valle di Primiero.

Grazie alla commessa del Comune di Primiero San Martino di Castrozza e alla

I ghiacciolo, l'anguria dopo cena, il tè freddo all'ora di merenda, i giochi con l'acqua, la caccia alle lucciole... ci sono cose che in ogni estate non mancano mai, che siano le estati di oggi o di quando eravamo bambini. Nonostante il tempo che passa e le mode che cambiano ci sono cose che resteranno sempre simbolo



sembra una palestra fatta apposta per la mente, dove si possono allenare la memoria, l'osservazione e la logica seguendo il piano di allenamento dell'investigatore più geniale di tutti i tempi. Ricalcando le sue orme infatti impariamo a ragionare come lui e ad ottenere il massimo dal nostro cervello con un po' di sana ginnastica che non fa sudare ma rinfresca le idee.



Ginnastica per la mente Non la solita enigmistica!

Nel riposo estivo, anche la mente cerca la sua ginnastica e lo stretching che la tiene in forma: l'enigmistica è uno strumento perfetto per dare un'accelerata alla nostra mente!

di **Silvia Martinelli***

di estate, vacanza e spensieratezza. Sotto gli ombrelloni continueranno ad avere la meglio i libri gialli, per vivere un brivido anche nella calura di ferragosto, e le parole crociate per riposare la mente senza spegnerla del tutto. Quest'anno forse cambieranno le mete delle nostre vacanze, ma che siano al mare o in montagna c'è certamente una cosa che metteremo in valigia: il nostro passatempo preferito. Perché se è vero che in estate sembra che tutto si fermi un po', o quantomeno rallenti sotto l'effetto del caldo impietoso, l'estate è il momento migliore per dedicarsi mente e corpo a ciò che ci rende felici e al tempo stesso metterci un pochino alla prova. Soprattutto la mente, dopo che il corpo è sfiancato da interminabili partite a racchettoni sul bagnasciuga e lunghe passeggiate tra le vette dolomitiche, trova ristoro in una piccola sessione di ginnastica. Sì, perché anche la mente ha la sua ginnastica e lo stretching che la tiene in forma: l'enigmistica!

LOGICA E MATEMATICA

Tra numeri e parole, risate e arrovellamenti la mente non ha di che annoiarsi con un bel libro di enigmistica. Come "Enigma-

tica-mente" (Crip, Erickson), dove logica e matematica sfidano le menti dei ragazzi più svegli. In questo colorato volumetto si trovano più di 60 sfide logiche tra rompicapi per allenare le abilità deduttive, abbinamenti, sudoku e differenze per mettersi alla prova e farsi una bella risata. **Ma ciò che rende più prezioso questo libro sono i segreti che l'autore Claudio Ripamonti (Crip), esperto enigmista, ci svela per non perdere un colpo.**



Per essere un bravo enigmista infatti è importante tenere a mente quattro semplici regole: 1) Prendi appunti e quando hai un'intuizione annotala per non farla scappare di mente; 2) Ogni buon gioco di logica ha un'unica soluzione, perciò verifica tutte le possibili alternative prima di scartarle; 3) Sii metodico nella verifica dei dati e dei risultati; 4)

Fai attenzione al testo, spesso ti dice più di quello che pensi!

COME SHERLOCK HOLMES

In fondo risolvere un rebus è un po' come risolvere un mistero. Ci vuole metodo e molta attenzione per i dettagli, come ci suggerisce Crip e un altro mito dei misteri: Sherlock Holmes. Per capire come funziona la mente del più grande investigatore della storia della letteratura ci viene in aiuto un altro libro divertente e intrigante: "Pensa come Sherlock Holmes" di Carlo Carzan e Sonia Scalzo (*Editoriale Scienza*). Più che un libro

GIOCARE CON LE PAROLE CON RODARI



Se i numeri non sono il vostro forte e vi attira di più un salto tra allitterazioni, anagrammi, sciarade e cruciverba, potete seguire le orme di un altro grande maestro degli enigmi. Gianni Rodari ci insegna infatti più di mille modi per giocare con le parole, grazie alle sue storie. In "Un libro da risolvere" (*Einaudi Ragazzi*) Marino Cassini ripropone le storie più divertenti del maestro di Omegna

e le trasforma in giochi di parole per sfide all'ultima rima. Tra rebus, acrostici, scambi di vocale e indovinelli ci lasciamo incantare dalle mirabolanti acrobazie del più grande giocoliere della parola e possiamo scoprire la nostra vena poetica. Se davvero in estate sembra tutto un po' più fermo e rallentato per il gran caldo, è vero anche che è il momento perfetto per dare un'accelerata alla nostra mente, perché non c'è brivido più corroborante di quello della risoluzione di un piccolo mistero.

*La Libreria Erickson

La Libreria Erickson in agosto si prende una pausa!

La Libreria sarà chiusa dall'1 al 16 agosto e riaprirà lunedì 17 con orario 09:00-19:00 da lunedì a venerdì e 09:00-13:00 / 15:00-19:00 il sabato

Per informazioni:

tel. 0461-993963

mail lalibreria@erickson.it

Facebook.com/LaLibreriaErickson

La 68ª edizione del Trento Film Festival si annuncia speciale non solo per le date, con lo slittamento al 27 agosto - 2 settembre, ma anche nel formato ibrido, che per la prima volta prevede la presentazione del ricco programma cinematografico **non solo in città e in altri centri della provincia ma anche in streaming in tutta Italia.**

Sono circa cento i film selezionati, tra oltre 600 iscritti, di cui 26 in

perché parallelamente le proiezioni si svolgeranno anche in città e in provincia, in spazi e con modalità nuovi che terranno naturalmente conto delle normative sanitarie e di sicurezza vigenti a fine agosto, e sono quindi tuttora in via di definizione.

La sezione curata in collaborazione con il MUSE - Museo di Scienze di Trento propone il meglio dei documentari naturalistici internazionali sulla fauna e l'ambiente.

27 agosto - 2 settembre 2020: 68° Trento Film Festival Cento film per ripartire

Il cinema del Trento Film Festival torna in scena nell'anno più difficile e rilancia: con una selezione di opere che mettono al centro l'uomo e la natura e proiezioni a Trento e provincia, e per la prima volta anche online

anteprima mondiale e 37 in anteprima italiana distribuiti nelle diverse sezioni del festival: **Concorso, Terre Alte, Alp&Ism, Orizzonti vicini, Muse.Doc, Destinazione.**

Con l'eccezione dell'evento speciale di chiusura **Nomad: In the Footsteps of Bruce Chatwin** di Werner Herzog, e del lungometraggio **Paradise, una nuova vita** di Davide Del Degan, entrambi finalmente in autunno in uscita nelle sale cinematografiche, **l'intero programma sarà presentato sia in proiezione per il pubblico trentino e gli ospiti del festival, che in streaming in tutta Italia**, per tutti gli appassionati di cinema, montagna e natura. **Ogni film sarà disponibile online per 7 giorni e un massimo di 500 visioni.**

La piattaforma adottata per la versione online del festival è quella sviluppata dal provider di servizi di streaming neozelandese Shift72 e dalla società francese FestivalScope, partner web dei maggiori festival e mercati cinematografici internazionali, a partire dalla Mostra del Cinema di Venezia, di cui gestisce dal 2012 le sale virtuali. In risposta all'annullamento delle manifestazioni cinematografiche in tutto il mondo, FestivalScope e Shift72 hanno reso disponibile una piattaforma concepita su misura per i festival online, già adottata dai primi eventi europei trasferiti sul web, come CPH:DOX di Copenaghen e Visions du Réel di Nyon in Svizzera. Quello di Trento sarà il primo festival a utilizzare questa tecnologia in Italia.

Ma non sarà un festival solo online,



La **giuria internazionale** che assegnerà la Genziana d'Oro e la Genziana d'Argento della 68ª edizione è composta da **Carlos Casas** (regista e artista spagnolo), **Matteo Della Bordella** (alpinista italiano), **Carmen Gray** (giornalista e critica cinematografica neozelandese), **Gustav Hofer** (filmmaker e reporter italiano) e **Salomé Jashi** (regista georgiana).

Il **manifesto della 68ª edizione** è firmato dall'artista trentino Albino Rossi, che ha proposto il titolo dell'opera: "Un bosco per non dimenticare". Un bosco ferito, ma pronto a ripartire e rinascere dalla sua sofferenza.

Durante la celebrazione del 50º anniversario dell'associazione **Giovani Cooperatori Trentini** è stato presentato il progetto 'Cooperazione 2040', lanciato il sito internet dedicato (www.cooperazione2040.com) ed aperte le iscrizioni.

Il percorso è partito da due domande: **in quale modo coinvolgere le nuove generazioni nel sistema cooperativo trentino rendendole protagoniste del loro futuro?** Come costruire una **visione futura condivisa**, definendone i limiti e le opportunità per portare la Cooperazione ad una transizione necessaria ad affrontare le sfide territoriali e sociali?

La risposta l'abbiamo trovata negli Studi di Futuro, la teoria dell'Anticipazione e il metodo dei "3 Orizzonti" che sono attualmente le frontiere più avanzate sia per l'analisi dei cambiamenti in corso sia per lo sviluppo della capacità di orientarsi in un panorama turbolento e sempre meno decifrabile. Questi sistemi, in pratica, consentono di **vedere in anticipo i "futuri possibili"**, per essere preparati ad affrontarli.

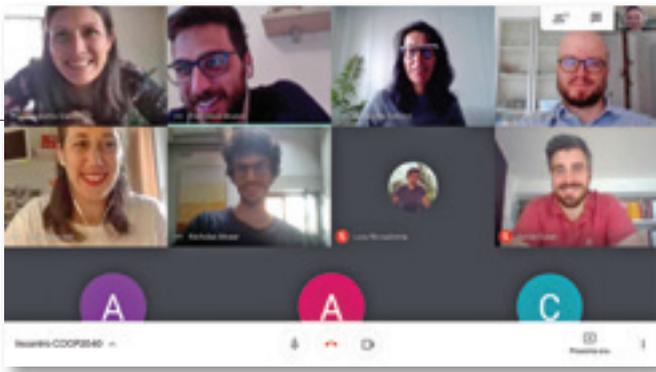
Studiare il futuro

In una situazione caratterizzata da elevati livelli di incertezza, lavorare con un'unica idea di futuro è strutturalmente pericoloso. È indispensabile indagare i diversi modi in cui le situazioni possono dispiegarsi, compresi quelli che sembrano incredibili, poco probabili o persino impossibili.

La realtà è spesso molto più sorprendente di quanto i nostri modelli mentali non dicano. Se non vogliamo farci travolgere da un passato ingombrante con il suo peso di resistenze e immobilità, ma anche dalle sorprese inaspettate che ci attendono, dobbiamo ampliare la capacità di riconoscere in anticipo le possibili

Cooperazione 2040: esercizi di futuro

Il progetto ha avuto inizio l'autunno scorso grazie alla borsa di studio istituita dalla **Federazione** in memoria della commercialista e amministratrice di cooperative **Katia Tenni**, prematuramente scomparsa nel 2016, vinta da **Ilaria Rinaldi** con la sua idea di implementazione dei Futures Studies. Il percorso si avvale della collaborazione di **Francesco Brunori** di Skopia srl e di **Simonetta Fedrizzi**, tutor interno alla Federazione, ed ha come obiettivo la realizzazione di esercizi di futuro per costruire nuove strategie di sviluppo per la Cooperazione.



Crea turbolenza e innova. Il **visionario** infine, cambia il funzionamento del mercato, inventa qualcosa di nuovo che una volta disponibile tutti vogliono avere. Egli include idee e opportunità

durre verso questo futuro, di come si possono sostenere le novità interne al sistema attuale e di quali aspetti del sistema attuale restano fondamentali, fino a smantellare lo status quo. In questo modo le risposte alle diverse domande sono diventate lo schema della strategia da adottare.

Il progetto 'Cooperazione 2040' Lo sguardo dei giovani sul futuro cooperativo

Prosegue 'Cooperazione 2040', il progetto di intercooperazione territoriale che punta a costruire una visione futura, condivisa e resiliente del mondo cooperativo con le nuove generazioni. Per innovare attraverso il pensiero prospettico

di **Ilaria Rinaldi**

svolte e quindi intercettare le opportunità, gli attori e le generazioni che dovranno essere capaci di preparare e gestire i cambiamenti in un mondo, in un'Italia, in un Trentino che sarà differente da come li viviamo oggi.

I 30 giovani cooperatori e cooperatrici che hanno aderito al progetto sono quindi stati divisi in due gruppi ed hanno svolto l'esercizio dei "3 Orizzonti", dopo un approfondimento teorico del metodo.

La distinzione dei ruoli

Il punto di partenza del metodo utilizzato è la distinzione fra tre ruoli: manager, imprenditore e visionario, dove ogni orizzonte corrisponde a un ruolo. Il **manager** ha il compito di assicurare che le cose funzionino. Descrive il core business attuale e la gestione delle attività quotidiane. La situazione è sotto controllo e sappiamo come le cose funzionano. Ciò non di meno, le idee, le procedure e le attitudini attualmente scontate prima o poi entreranno in crisi e nuove idee, procedure e attitudini faranno capolino e le attuali modalità finiranno in soffitta.

L'**imprenditore** invece cerca e individua nicchie di mercato, servizi e beni che non siano coperti dalle attuali offerte o che potrebbero rispondere positivamente a nuove offerte; continua a guardare avanti e indietro, tra futuro e passato, passando dai vincoli del passato alle opportunità del futuro.

che cambiano il mercato. Vede cose che nessun altro riesce a vedere. Non dà nulla per scontato. Anche il tempo diventa una risorsa qualitativa che indica il momento in cui le decisioni devono essere prese.

Dal punto di vista temporale questi tre sguardi sulla realtà indicano rispettivamente il presente, il futuro vicino e il futuro lontano.

L'esperienza del laboratorio

Il laboratorio svolto dai partecipanti è stato organizzato in due fasi e realizzato in parte in febbraio, dal vivo, ed in parte in maggio, in presenza virtuale. In un primo momento

In giugno ha avuto luogo l'incontro in plenaria, nel quale i due gruppi hanno posto a confronto i risultati degli esercizi. Molti i punti di contatto del lavoro dei due gruppi, che a settembre, dopo un lavoro di analisi e sintesi, confluirà nell'elaborazione di una vera e propria strategia che verrà presentata in un evento pubblico dedicato. Da qui prenderà il via la fase di disseminazione nei diversi contesti cooperativi, in primis nel rinnovato Consiglio di Amministrazione della Federazione.

La fase di disseminazione

La parte finale del progetto, in autunno, prevede infatti la condivisione con gli amministratori senior della Cooperazione Trentina della visione strategica costruita dalle giovani cooperatrici e dai giovani cooperatori.

Gli amministratori erano stati coinvolti nella prima fase, con interviste che hanno fatto emergere le informazioni rilevanti sulla loro visione di futuro.

L'obiettivo è creare maggiori sinergie tra in-



il gruppo ha descritto ognuno dei tre orizzonti partendo dalla situazione attuale, analizzando prima il punto di arrivo (la visione) e poi la situazione intermedia. È stato fondamentale, infatti, introdurre un esplicito salto in un futuro altro, diverso, alieno.

In un secondo momento si sono alternati i diversi orizzonti affrontando la descrizione di un futuro ideale di riferimento, degli aspetti dell'attuale sistema che paiono con-

Le immagini degli incontri dei gruppi di giovani che hanno partecipato al progetto 'Cooperazione 2040', in febbraio in presenza fisica, e in maggio in collegamento web

novazione, propositività ed esperienza per definire nuove linee strategiche che daranno nuova linfa a sistemi economici e sociali importanti per il nostro territorio: il mondo cooperativo del 2040.

Utilizzando un metodo come questo ci si è infatti accorti di come l'innovazione del pensiero prospettico aiuti a lavorare su una finestra temporale di lungo periodo utile a costruire strategie pro-attive per anticipare e controllare il cambiamento stesso.



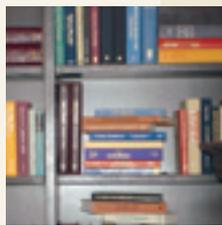
GARDUMO - 77.78/17.18

di Guido Benedetti, ed. Alcione, Trento 2019

Un volume di fascino, a colpo d'occhio. Accurato nella grafica, nell'impaginazione, nelle scelte tecniche di stampa. Il significato del titolo completo dà la sintesi dei suoi contenuti. 'Gardumo', antica pieve della Val di Gresta, che unifica le 7 comunità di Pannone, Varano, Valle San Felice, Manzano, Nomesino, Ronzo, Chienis. Anni '77-78', la data del 'taccuino di campagna con copertina in plastica rossa', lasciato in eredità dal geografo triestino Alessandro Cucagna (scriveva: "Questo paesaggio agrario, così ricco di contrasti, è lo specchio fedele di un gruppo umano che in parte è rima-

sto contadino e si è allineato sulle posizioni di specializzazione orticola della media

ed alta valle, e in parte gravita sulle industrie di Mori o della cintura roveretana"). Anni '17-18', quarant'anni dopo, durante i quali Guido Benedetti - 'ingegnere per scelta, fotografo per passione' - rivisita la Val di Gresta sulle tracce di quel taccuino. Ne deriva un racconto in 40 immagini, a documentazione di una Valle di rara originaria identità, di intatto e orgoglioso senso di appartenenza collettiva. Allora e oggi, come conclude l'autore di questo sorprendente lavoro: "La Val di Gresta è rimasta pressochè identica, a 40 anni di distanza, da quella narrata da Alessandro Cucagna".



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



ALIMENTAZIONE E ARTE DELLA CUCINA

a cura di G. Di Bernardo-M. Villa, ed. Laterza, Bari-Roma 2019

È la presentazione dei saggi proposti al Convegno "La tradizione gastronomica trentina dal Concilio di Trento al giorno d'oggi: prodotti e preparazione" (Castello del Buonconsiglio, Trento 2018). L'evento è stato voluto dall'Accademia italiana della cucina e accolto dalla Sala delle Marangonerie, dalla Loggia del Romanino e dalla Villa Margon. Entro il quadro interpretativo di "la cucina è specchio di un territorio e di una società", i relatori dissertano sui cibi nel periodo fra il Seicento e il Settecento nel Trentino, sulla viticol-

tura dalla piccola glaciazione medioevale all'attuale crisi climatica, sull'evoluzione storica delle colture orticole fino ad oggi. Con una più estesa conclusiva riflessione sulla alimentazione umana e le prospettive per il futuro. Il riferimento all'area italiana e più particolarmente al Trentino poggia sul loro riconosciuto "inesimabile patrimonio alimentare, materiale e immateriale, che si è evoluto nei secoli e ne ha contraddistinto la cultura". La cucina - nella casa e nella quotidianità della vita - può apparire un angolo riservato e marginale. Qui diventa luogo d'arte, avvalorato da firme autorevoli: Stefano Hauser, Mario Diani, Gianni Gentilini, Franco de Battaglia, Marta Villa, Attilio Scienza, Martha Canestrini, Giuliano Di Bernardo.



COME CRISALIDI IN ATTESA DI ALI

di Micaela Bertoldi, ed. Del Faro, Trento 2020

Crisalide dice metamorfosi e vita incipiente, proiettata in particolare nella gaiezza di un volo libero. Immagine beneaugurante di una coppia di giovani ai primi incontri, come qui si narra di Alex e Rose e del loro processo di crescita fino all'emersione alla luce. L'amore, il tempo, la storia di uomini idee e gli altri, le città da leggere nei loro segni/simboli del controverso vivere umano... occasioni infinite di riflessione e di reciproche verifiche. "Per questo

Alex e Rose si dedicano allo studio, alla scoperta di ulteriori paesaggi naturali e culturali. Attraverso il loro viaggio, reale e figurato, imparano a scoprire la propria vocazione e il loro posto nel mondo". A partire da un primo incontro casuale a una festa di compleanno. Lui, appena l'aveva incrociata, si era detto: ecco, quella è giusta per me. Lei, d'istinto, aveva capito che quello sarebbe entrato nella sua vita. Un sentire confuso, lentamente dipanato tra dubbi, giochi, prove, quasi certezze. Comunque un comune sentire, sufficiente per "un abbraccio impetuoso e tenero, timido e deciso, forte e lungo, come lunga è la strada che li ha fatti giungere al nuovo incrocio". E volare insieme verso gli spazi liberi della vita.



GIORGIO MARIA FERLINI E LA SUA PSICHIATRIA

a cura di Aa.Vv., ed. Fondaz. Mst, Trento 2019

Giorgio Maria Ferlini (1934-2017) è stato protagonista negli anni Settanta della trasformazione e apertura dell'Ospedale psichiatrico di Pergine Valsugana, con la non facile applicazione della 'Legge Basaglia' (L.180/1978, 'Accertamenti e trattamenti sanitari volontari e obbligatori'). È il particolare periodo storico e culturale delle lotte sociali e politiche contro le istituzioni 'totalizzanti'. Collocarvi un operare responsabile, soprattutto nel settore socio-sanitario, richiedeva estrema saggezza e grande coraggio. Giorgio Maria Ferlini ne esce

esemplare. Il 5 febbraio 2018, in occasione del primo anniversario della sua morte, la Fondazione Museo storico del Trentino ha organizzato una giornata di studio in suo ricordo. All'analisi del contesto politico e scientifico dell'azione di Ferlini psichiatra, è seguita una variegata, calorosa, ironica e commossa commemorazione, che ha fatto emergere la sua più completa figura di operatore sanitario. Tanti pezzetti, ospitati in questo volume, con la consapevolezza di essere solo un primo tentativo di collegare frammenti dell'uomo, del formatore, dello psichiatra, del direttore capace di schietta amicizia. Un documento, questo, efficace per esprimere riconoscenza a un grande teorico della psichiatria e, ancor più, a un appassionato protagonista della sanità pubblica, non solo in Trentino.

In un tempo come il nostro, caratterizzato dalla concentrazione sulle conseguenze della pandemia che stiamo vivendo e dall'esigenza di non abbassare la guardia rispetto ai nostri comportamenti, c'è il rischio di dimenticare campagne ed emergenze non meno importanti sul piano sociale, sanitario o educativo. Ce lo hanno spesso ricordato i medici – che in questi mesi hanno richiamato l'attenzione sulla necessità di non interrompere cure e programmi di medicina preventiva – ma anche gli operatori sociali,

relazioni virtuali o il ritiro sociale (sindrome Hikikomori). **Tutti atteggiamenti che finiscono per compromettere l'equilibrio psichico e la condizione fisica, con gravi conseguenze non solo sul piano personale, ma anche su quello delle relazioni sociali nel presente e nel futuro.** Negli ultimi anni l'educativa di strada ha dedicato particolare attenzione al problema, rilevando da una parte un progressivo abbassamento dell'età in cui si manifestano comportamenti a rischio, e dall'altra un quadro di “policon-

dei rischi e delle conseguenze sulla propria salute fisica e mentale provocati da sostanze, abitudini e comportamenti a rischio; allo stesso tempo si vuole **agire sul mondo degli adulti supportando la famiglia in quanto fattore importantissimo in termini di prevenzione e contrasto”.**

Cinque i passaggi che caratterizzano il progetto. La costruzione di una campagna sociale di comunicazione, rivolta agli adulti in quanto referenti di una comunità educante; l'individuazione di un messaggio che aiuti coloro che hanno ruoli educativi (insegnanti,

#STAISULPEZZO

Stiamo tutti sul pezzo, giovani e adulti

La campagna sul problema dei comportamenti a rischio e del consumo di stupefacenti nei giovani richiama l'attenzione anche degli adulti, di chi educa, di chi può individuare in tempo i segnali delle criticità, e cercare alleanze per farvi fronte

di Alberto Conci

che hanno messo in rilievo le emergenze dimenticate. Per questo assume particolare rilevanza il progetto promosso dall'alleanza **Daimuoviamoci** – che vede fra gli altri la partecipazione del Comune di Trento, dell'APSS e del CSV – lanciata con l'hashtag #Staisulpezzo. Si tratta di una campagna di sensibilizzazione sul problema, spesso molto sottovalutato, dei comportamenti a rischio e del consumo di sostanze stupefacenti da parte dei giovani. Il punto di partenza è un dato di realtà: **in Trentino, secondo i dati forniti dall'APSS, un quarto degli adolescenti viene in contatto con sostanze che sono in grado di creare dipendenza, e due terzi dei giovani consumano abitualmente bevande alcoliche.** Tuttavia, all'interno del mondo degli adolescenti si rilevano anche altri comportamenti, cresciuti in questi anni, che risultano molto preoccupanti perché all'origine di forme differenziate di dipendenza psicologica: il gioco d'azzardo, il consumo di grandi quantità di alcool in tempi brevi (binge drinking) l'uso di nuove droghe sintetiche, ma anche l'abuso di internet e di

sumi” (più atteggiamenti contemporanei che conducono alla dipendenza): una situazione che rende più difficile la risposta sistemica al problema. **Servono a poco i messaggi punitivi, mentre è più efficace un approccio educativo,** che punti sul rafforzamento della capacità degli e delle adolescenti di uscire dalle dipendenze e di “ricostruire” un universo di relazioni positive con se stessi, con gli altri e con il mondo. Non a caso l'OMS sottolinea come la **promozione della salute,** che com-

genitori, allenatori, formatori...) e che sono in contatto con il mondo giovanile a **individuare in tempo, prima che si aggravino, i segnali delle criticità, cercando alleanze per farvi fronte;** la ricerca di strategie di comunicazione efficaci e che generino attenzione sul problema; la composizione di un gruppo di lavoro del quale facciano parte più competenze per rendere maggiormente efficace la campagna di sensibilizzazione e coordinare le iniziative; la restituzione dei

risultati alla cittadinanza. Due le direzioni nelle quali si muoverà la campagna. Da una parte il mondo giovanile, con interventi che tengano conto della complessità delle nuove dipendenze; dall'altra **coloro che hanno responsabilità educative, ai quali si devono fornire strumenti per riconoscere i segnali di derive che, se trascurate, rischiano di avere gravi conseguenze sul piano fisico, psichico e relazionale, con costi sociali enormi.** Da questo punto di vista, **“coerentemente con l'obiettivo di lungo periodo della creazione di una comunità educante”,** l'importanza della campagna

risiede nel fatto che il messaggio che essa propone è rivolto a tutti gli adulti e a tutti i giovani e intende sensibilizzare l'opinione pubblica su un tema che, per le sue dimensioni e le sue conseguenze, non può essere trascurato.

<https://www.daimuoviamoci.org/staisulpezzo>
Numero dedicato tel. 340 3442400



prende il mondo delle relazioni interpersonali, necessita che si intervenga **“sia a livello personale, rafforzando le risorse di salute, sia a livello strutturale, creando i pre-requisiti e le condizioni di vita che permettano di mettere in pratica stili di vita sani, facilitando l'adozione come scelta responsabile e consapevole”.** A partire da queste considerazioni, **“il progetto si pone come finalità quella di rendere il mondo degli adulti consapevole che è necessaria la prevenzione in ambito giovanile di comportamenti che possono portare a dipendenza da alcool, sostanze, abuso di internet e videogiochi, attraverso la sensibilizzazione a stili di vita sani. Si intende aumentare la consapevolezza tra i giovani**

“Stai sul pezzo” invita insegnanti, genitori, educatori, allenatori e volontari, operatori culturali a prestare attenzione ai segnali, ai campanelli d'allarme notati nei giovani, e non sottovalutare i problemi dello spaccio e del consumo delle sostanze stupefacenti e delle altre dipendenze

Oltre 25 iniziative ogni settimana, più di 40 diverse attività fra visite, laboratori tematici e show scientifici, 5 mostre, 4 serate fotografiche, 2 rassegne cinematografiche e un ciclo di spettacoli. Il MUSE e la sua rete (Palazzo delle Albere, Terrazza delle Stelle e Giardino Botanico Alpino Viote del Monte Bondone, Museo Geologico delle Dolomiti di Predazzo e Museo delle Palafitte del Lago di Ledro) propongono con Summertime una nuova programmazione estiva all'insegna della natura, dei paesaggi, delle Dolomiti, della sostenibilità, delle foreste e degli animali che le abitano. Importanti anche le collaborazioni con

Terra dopo di noi. Un esercizio di umiltà evolucionistica". Tra le novità l'esposizione **"Handimals/Manimali"**, con i famosi animali dipinti sulle mani dall'artista e body painter Guido Daniele, e a Palazzo delle Albere il progetto internazionale **"WePlanet"**, con globi artistici "ambasciatori" di un futuro più sostenibile.

ORTI E GIARDINO DEL MUSE
Nel giardino MUSE un villaggio eco-sostenibile; nelle sedi territoriali escursioni, corsi e attività in mezzo alla natura. Attività dal martedì al sabato, dalle 17 alle 19.30; prenotazione 0461/270311 o prenotazioni@muse.it

Fino al 30 settembre 2020 anche nelle sedi territoriali **AI MUSE c'è Summertime** arte, astronomia, riscoperta del territorio e cura del pianeta



Tra le attività più curiose:
My handimals, ispirato agli animali della mostra "Handimals/Manimali", il laboratorio unisce l'osservazione scientifica alla creatività artistica.
Birdgarden, un laboratorio che spiega come avere un giardino che tutela la biodiversità, favorendo la presenza di specie animali e vegetali locali: cassette nido, mangiatoie artificiali e hotel per gli insetti per richiamare piccoli e grandi animali sui balconi e nei giardini.
Chi c'è sulle tue mani?, un'attività per sottolineare a grandi e piccini l'importanza del lavarsi le mani, supportata e consigliata da medici e pediatri, attraverso un'atmosfera giocosa.

gli altri enti e soggetti culturali della città: il martedì sera, in collaborazione con il **Comune di Trento**, il giardino del MUSE si trasformerà in un **cinema all'aperto**, mentre il giovedì saranno proiettati sulle pareti esterne del museo i documentari del **Trento Film Festival**, in un percorso di avvicinamento alla kermesse del 27 agosto-2 settembre 2020.

Le domeniche di settembre e i sabati di agosto, in collaborazione con il **Centro Servizi Culturali Santa Chiara**, prenderà il via un ciclo di spettacoli e performance artistiche e musicali.

In calendario anche **"Click di sera"** e un ciclo di talk scientifici con la partecipazione di scienziati e divulgatori su tematiche di grande attualità: il 22 agosto il filosofo ed evolucionista **Telmo Pievani** terrà un incontro dal titolo **"La**

S...ballo al museo, cosa c'è di meglio di una bella coreografia per imparare un po' di fisica? Non siete convinti? Venite al MUSE per divertirvi insieme a noi ballando e scoprendo la fisica dietro ad ogni mossa.

A fini di sicurezza tutte le attività sono su prenotazione

SCOPRI IL PROGRAMMA SUMMERTIME



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.

Vi siete chiesti se la nostra parziale assenza dalla scena del mondo (che qualcuno chiama già Antropausa), durante il lockdown, abbia avuto conseguenze sul modo di usare lo spazio degli animali selvatici? La scienza dice che è probabile che sia davvero successo. Le notizie rimbalzate sui social di movimenti strani di animali insomma, non erano soltanto singoli fatti sporadici o, come a volte è stato, vere e proprie invenzioni. Adesso arriva pure uno studio su scala mondiale, che ci dirà, numeri alla mano, cosa sia realmente accaduto in quei mesi dove gli umani erano molto meno in movimento nel mondo.

I dati in gran parte c'erano già, si tratta adesso di analizzarli, di dare loro un valore in più. Ci sono infatti decine di gruppi di ricerca che nel mondo hanno dotato varie specie selvatiche di radiocollari e sensori, che ci dicono come si muovono. In tanti credono che noi umani disturbiamo e limitiamo la vita della fauna. Adesso la scienza ci dirà fino a che punto questo sia vero.

Francesca Cagnacci, zoologa e ricercatrice alla Fem, coordinatrice scientifica del network di ricerca **Euromammals**, ha avuto un'idea: mettere in rete gli studiosi che in tutto il mondo hanno già i dati sugli spostamenti degli animali, di varie specie (circa 160), e farne un mega studio. Nasce così un inedito **team internazionale di scienziati** che

Acl Trento **Imparare a conoscere i cani**

Acl Trento, questo mese, ricorda l'importanza di conoscere e rispettare davvero l'etologia del cane. Molte famiglie, molte persone, spinte da amore ma senza competenze, fanno errori di gestione nella convivenza con il proprio cane, a volte anche gravi. L'associazione invita



analizzerà come gli animali abbiano risposto alla variazione dell'attività umana seguita alla pandemia da COVID-19.

Racconta questo importante lavoro un articolo pubblicato nei giorni scorsi sulla prestigiosa rivista **Nature Ecology & Evolution** (<https://www.nature.com/articles/s41559-020-1237-z>). La tragedia del Covid rende ancora più im-



già fatto molti studi di tipo correlativo e abbiamo notato una variazione nei comportamenti dei selvatici, associandola alla variazione nell'impatto antropico generale (infrastrutture, presenza, attività) e più diretto, come l'uso contemporaneo dello spazio".

Non si parte da una fantasia, ma dai dati: "Ci sono diversi studi, anche nostri della FEM,

La ricerca dei limiti reciproci nella condivisione dello spazio

Fauna selvatica, umani e lockdown

Nei mesi in cui gli umani erano molto meno in movimento nel mondo, come hanno usato lo spazio gli animali selvatici? Un progetto della Fondazione Mach, su scala mondiale, studia cosa è successo

di Maddalena Di Tolla Deflorian

portante, dal punto di vista etico, l'impegno di questi studiosi di non sprecare la risorsa della conoscenza, spesso realizzata con denaro pubblico.

I ricercatori hanno fondato l'iniziativa "COVID-19 Bio-Logging", un consorzio internazionale che studierà movimento,

dunque le persone che vivono con un cane a ricorrere alla conoscenza e ai **consigli di educatori** con studi certificati e approccio cognitivo e relazionale.

IL TIMIDO PILÙ

Adozione del mese: Pilù Pilù quanto triste sei tu? Pilù è un meraviglioso cane di taglia media, timido ma desideroso di conoscere le persone. Ha tre anni. Vive tristemente in un duro canile del Lazio. Spreca la sua vita fra cemento e sbarre. Per adottarlo in Trentino chiamare 349/2302344 (sms per fissare appuntamento telefonico, con nome e località) o scrivendo a actrento@gmail.com. Per aiutare Acl Trento onlus ad accudire gli altri animali che mantiene (non Pilù, che vive altrove appunto), potete donare su paypal info@aclonlus.org o sul conto postale ACL Onlus IBAN: ACL Onlus IBAN: IT62J083270325800000002044, con versamento - causale **"donaz Acl Trento coop"**. Avvisate su actrento@gmail.com, per essere ringraziati. Info su <http://www.aclonlus.org>



Francesca Cagnacci, zoologa e ricercatrice alla Fem, studia gli effetti del lockdown sulla fauna selvatica (le foto in questa pagina: Fondazione Mach)

comportamenti e livelli di stress degli animali prima, durante, dopo il lockdown, utilizzando unità elettroniche dotate di sensori ("biologgers") apposte a un campione di individui delle specie studiate. Il team di scienziati integrerà i dati raccolti da una grande varietà di specie (oltre 160), tra cui pesci, uccelli e mammiferi, per ricostruire l'effetto del lockdown a livello globale.

"Oggi di fatto qualsiasi ambiente è fortemente antropico, anche indirettamente, in maniera prevalente - ci ha spiegato Francesca Cagnacci - verifichiamo il comportamento degli animali sotto questa spinta data dalla nostra presenza, dal nostro modo di occupare lo spazio e di usarlo. Abbiamo

su questo fenomeno - afferma Cagnacci - Il lockdown ha rappresentato qualcosa di diverso, perché potevamo permetterci un confronto quantitativo diretto fra presenza e assenza dell'attività umana. Così riusciremo a identificare i **fattori di condizionamento del comportamento animale**, dovuti alla presenza diretta dell'uomo nel

momento in cui accade e non solo quelli legati alla presenza delle infrastrutture, slegate dal loro uso.

Se capiremo quali sono i limiti reciproci, potremo cercare una modalità di coesistenza migliore, "lasciando agli animali un accesso maggiore alla qualità degli habitat, mantenendo per noi d'altro canto una biodiversità vitale", conclude l'ecologa.

Grazie a quello che impareremo con questo studio, potremo evitare situazioni estreme, che costringono gli animali in aree troppo piccole, che creano un conflitto nell'ambito della comunità animale stessa.

L'esempio possono essere le migrazioni dei grandi erbivori, che gli studi dimostrano essere fortemente condizionate da strade, movimenti delle persone e del traffico, uso delle infrastrutture. Spostarsi, per gli animali, significa poter fuggire un pericolo, un incendio, scegliere un luogo di foraggiamento migliore, stare bene, stare meglio, potersi riprodurre in pace, comunque fare delle scelte di vita essenziali. **Senza una vita di qualità della fauna, soffre tutto l'ecosistema. Alla fine soffriamo pure noi, senza saperlo bene.**

Sono passati ormai più di 20 anni da quando nel 1998 un missionario italiano, **padre Gabriele Pipinato**, diede vita a Nyahururu – nel cuore degli altipiani del Kenya a nord di Nairobi – al **Saint Martin CSA, un'organizzazione con un approccio rivoluzionario all'emarginazione e alla povertà**. In una situazione di miseria e di emergen-

miliari (i cosiddetti UFE, Utenti Familiari Esperti) *“che per storia personale hanno acquisito un sapere esperienziale che li mette in condizione di fornire in modo strutturato e continuativo delle prestazioni riconosciute”*. Uno dei capisaldi del progetto – che ha fatto scuola in Italia – è la consapevolezza che nella cura possa essere valorizzata, accanto alla professionalità degli operatori sanitari, l'esperienza di utenti e

gnato dal mancato rispetto dei diritti umani fondamentali dei malati.

In questo quadro a partire dal 2018, grazie all'intermediazione della **Fondazione Fontana onlus di Ravina che da anni sostiene le attività del Saint Martin CSA in Kenya e al sostegno della Provincia autonoma di Trento**, ha preso avvio una collaborazione fra il Saint Martin e il progetto *Fareassieme*, mettendo al centro il ruolo degli UFE nel sostegno ai percorsi di cura delle malattie psichiche e l'esperienza maturata in Trentino.

Il tema è ancora più urgente ora che la pandemia ha accentuato il disagio psichico a tutte le latitudini. Secondo un recentissimo studio dell'OMS, l'isolamento forzato, la paura del contagio, l'incertezza sul proprio futuro e su quello dei propri familiari e le crescenti preoccupazioni economiche rischiano di indurre un forte aumento di ansia e depressione. È un aspetto della crisi che più si farà sentire nelle aree del pianeta più fragili, a fronte del quale si dovrà riflettere sull'allocazione delle risorse. In un Paese come il Kenya tutto ciò è oggi ancora più problematico: con un'economia informale che arriva all'86% e un forte aumento dei prezzi per le conseguenze della pandemia, si è registrata un'impennata di casi di depressione e di suicidi, alla quale è più difficile far fronte rispetto a quanto accade in Occidente.

Così oggi due territori lontani, uniti dalla stessa intuizione (*nessuno è così autosufficiente da non aver bisogno di una comunità e nessuno è tanto 'povero' da non poter dar nulla agli altri*) si trovano a far fronte alla stessa sfida, partendo però da condizioni di base profondamente diverse. Una ragione per comprendere meglio gli orizzonti ampi della solidarietà umana.

Il Fareassieme

Solo attraverso la comunità

Una collaborazione tra Trento e Kenya che nasce da una comune intuizione per affrontare il disagio mentale. Oggi tema più urgente che mai. Nell'emergenza Covid-19, ecco come aiutare 230 famiglie in Kenya

za sociale, l'idea di fondo è stata fin dall'inizio quella di **“spostare lo sguardo”, mettendo al centro la formazione e la promozione della solidarietà all'interno della comunità**. In questo modo la persona vulnerabile non è concepita come la destinataria di una tutela speciale, quanto piuttosto **come il nodo di una rete di solidarietà** allargata che coinvolga volontari locali che si prendano cura dei più bisognosi (disabili, bambini di strada, vittime di violenze e persone affette da HIV/AIDS). Questo approccio è racchiuso nel motto dal Saint Martin, *Only through community (Solo attraverso la comunità)* che descrive lo spirito che muove il personale del Saint Martin: *nessuno è così autosufficiente da non aver bisogno degli altri, e nessuno è tanto povero da non possedere delle capacità che può mettere a servizio della sua comunità*. Una logica inclusiva che trasforma in risorsa anche coloro che hanno vissuto in prima persona la sofferenza e la malattia, perché **l'esperienza della propria vulnerabilità e della fragilità aiuta a comprendere meglio l'altro e le sue difficoltà**. Una logica, soprattutto, che fa dell'empatia una “virtù” che caratterizza tutta una comunità e valorizza le competenze che nascono dall'esperienza diretta del disagio.

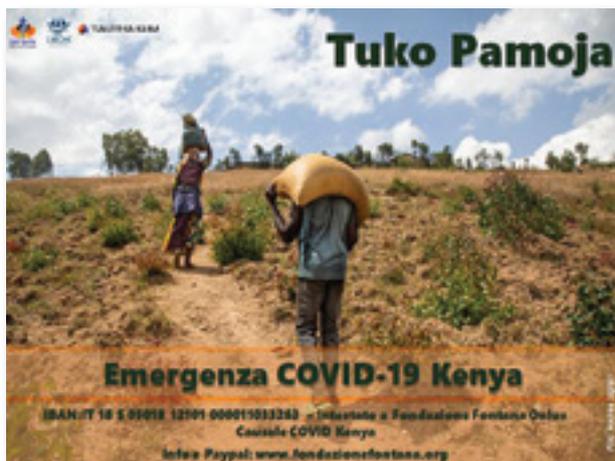
Un anno dopo il Servizio di Salute Mentale di Trento, grazie in particolare all'intuizione e alla perseveranza dell'allora primario Renzo De Stefani, diede avvio al progetto *Fareassieme*, che prevedeva il coinvolgimento diretto di utenti del Servizio e di fa-

familiari che a vario titolo hanno dovuto far fronte al disagio psichico.

Due esperienze nate quasi contemporaneamente in contesti sociali totalmente diversi,

ma animate dalla medesima convinzione che di fronte al disagio una rete vasta di persone può diventare essenziale nelle relazioni di aiuto.

In particolare il Kenya, pur presentando livelli di disagio psichico assimilabili a quelli dei Paesi occidentali, ha una struttura sanitaria insufficiente: su una popolazione di 40 milioni di abitanti, gli psichiatri sono solo 72, la maggior parte dei quali lavora in cliniche private non accessibili ai più poveri. Una situazione resa ancora più drammatica dalla permanenza di uno stigma sociale nei confronti della malattia mentale, accompa-



TUKO PAMOJA. SIAMO INSIEME

Anche il tuo aiuto è prezioso per affrontare la crisi sanitaria e alimentare in Kenya

L'epidemia Covid 19 sta creando in Kenya un'emergenza sanitaria ed alimentare; alla limitata disponibilità di acqua pulita si aggiunge la difficoltà di reperimento di saponi, disinfettanti e mascherine; molte famiglie vivono di piccoli commerci e lavori a giornata che le restrizioni causate dall'epidemia hanno diminuito drasticamente o bloccato del tutto. **Il Saint Martin CSA si sta mobilitando per aiutare 230 famiglie che vivono situazioni di particolare necessità.**

CONTRIBUISCI ANCHE TU! Per donare, con bonifico: Banca Popolare Etica IBAN IT18S0501812101000011033263, intestato a Fondazione Fontana Onlus causale: **TUKO PAMOJA, Emergenza Covid-19 in Kenya** - con Paypal vai sul sito www.fondazionefontana.org



L'appello di ADMO Trentino ai giovani tra i 18 e i 35 anni

Con un semplice gesto si può donare la vita

Come tutte le malattie, i tumori del sangue non si sono fermati: al contrario, la necessità di trapianti di midollo osseo è aumentata. Ecco come diventare donatore

“Questo periodo di quarantena ci ha insegnato che **le cose che diamo per scontate di punto in bianco possono non esserlo più**. Una passeggiata per strada, due risate e una cena in compagnia degli amici o abbracciare i propri cari ti vengono improvvisamente precluse”, racconta **Francesco Romano**, ex atleta di sci alpino a livello nazionale di Canazei, ora maestro di sci e laureando in farmacia, che **grazie al trapianto di midollo osseo è uscito dal tunnel della leucemia**.

“Quando ero malato c'erano un sacco di amici che chiedevano di potermi venire a trovare per abbracciarmi e farmi sapere che non ero solo in quella battaglia. A malincuore dovevo rifiutare o limitare i nostri contatti a un saluto dalla finestra, perché anche un semplice **raffreddore** poteva essere **fatale** per me”.

“Per quattro mesi dopo il trapianto **non ho potuto baciare la mia ragazza**, perché un piccolo mal di gola avrebbe voluto dire **non poterla riabbracciare mai più**. Le cure mi avevano tolto tutto; tutto quello che prima era normale in quel periodo non lo era più. Una **passeggiata** era diventata **impossibile** o faticosissima, mangiare era una sofferenza, nausea e non sentire più nessun gusto erano la normalità. Facevo fatica anche a mangiare

quei 20 grammi di buonissima pasta al ragù fatti con amore dalla mamma”.

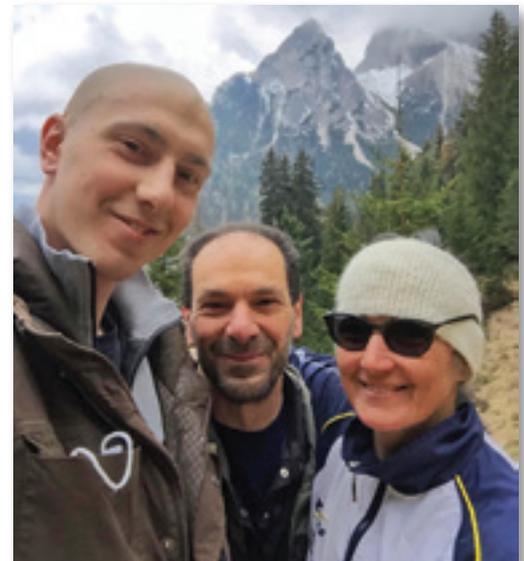
LA GIUSTA INFORMAZIONE SULLA DONAZIONE

Anche quest'anno, l'azienda sanitaria della provincia di Trento, con il supporto di ADMO Trentino che si occupa dell'attività di **segreteria** prendendo gli appuntamenti agli aspiranti donatori, dovrà **tipizzare** (inserire nel registro dei donatori di midollo osseo tramite un prelievo di sangue) **700 ragazzi e ragazze**. A causa delle misure messe in atto per il contenimento del Covid-19, però, ADMO non riesce a portare avanti le tradizionali attività di **sensibilizzazione** nelle scuole e attraverso gli eventi informativi.

La sensibilizzazione alla donazione di midollo osseo si è quindi spostata sui social media (Facebook, Instagram e YouTube) e nei punti raccolta sangue del territorio. Come tutte le malattie, **i tumori del sangue non si sono fermati**. Al contrario, il **Ministero della Salute** ha confermato che la necessità di trapianti di midollo osseo – e di conseguenza di donazioni – è aumentata.

In provincia di Trento, i donatori effettivi di midollo osseo in questi primi mesi del 2020 sono stati **quattro**, contro i **sei totali del 2019**: un dato che ripaga gli sforzi degli ultimi anni di **reclutare e tipizzare un numero sempre crescente di aspiranti donatori di midollo osseo**. Inserire più donatori nel registro significa avere molte più possibilità per un malato di trovare una compatibilità (1 su 100.000 tra non consanguinei).

“Donare il midollo significa dare la possibilità e la speranza di poter uscire dalla quarantena della chemioterapia e della malattia per poter tornare a fare tutte quelle cose che persone normali, ogni giorno, danno per scontate – continua Francesco Romano, appellandosi ai suoi coetanei -. Capisco che la donazione possa fare paura, ma la giu-



Lo sciatore Francesco Romano (in questa foto con i genitori), guarito grazie al trapianto: “Ora potete capire chi ha vissuto la malattia: un bacio alla mia ragazza avrebbe potuto significare non poterla riabbracciare mai più”

sta informazione data da ADMO Trentino può far capire che i propri timori sono infondati e che con un piccolo gesto è possibile sconfiggere il più grande terrore che un'altra persona e tutte le persone che le stanno vicine stanno vivendo”.

DIVENTARE DONATORI

I requisiti per diventare potenziali donatori di midollo osseo sono un'età compresa tra i 18 e i 35 anni, un peso superiore ai 50 chili e l'assenza di malattie importanti e permanenti.

Per qualsiasi richiesta, è possibile contattare ADMO Trentino chiamando lo 0461 933675 o scrivendo a info@admo-trentino.it.

Tutte le testimonianze dei donatori effettivi e dei trapiantati sono disponibili sui profili Facebook, Instagram e YouTube di ADMO Trentino.

A quanti grammi corrisponde esattamente una porzione di pasta o di carne o di verdura? E quante porzioni dei diversi tipi di prodotti si dovrebbero mangiare nell'arco della giornata o della settimana? Sono quesiti non banali, anzi forse per qualcuno difficili, ma decisivi per praticare una dieta corretta ed equilibrata. E proprio su questi temi è concentrata l'ultima parte dell'indagine sul rapporto tra gli italiani il cibo e l'alimentazione che la società Metrica Ricerche ha condotto in esclusiva per la rivista Coop su un campione di 1.007 persone rappresentativo dell'intero paese.

L'indagine ha fatto emergere come, anche nelle difficili e drammatiche settimane del coronavirus, gli italiani confermano che



QUANT'È IL FABBISOGNO CALORICO?

Già, ma gli italiani sanno quant'è questo fabbisogno calorico? Qui cominciano le domande più scivolose dell'indagine, nel senso che, in questo caso specifico, un'indicazione assoluta sulle calorie da assumere con la colazione non c'è. Diciamo che è con questo pasto sarebbe bene assumere circa il 20% del fabbisogno quotidiano. I nostri intervistati, per il 32,9% indicano proprio il 20% come percentuale corretta da assumere. Ma c'è un 26,5% che dice invece che la percentuale corretta è il 30%, un 23,7% che dice 25 e un 16,9% che dice 15.

Come vedremo poi anche per altre domande così specifiche, più che colpevolizzare chi non ha risposto correttamente, si può forse dire che un discreto livello di informazione è presente, ma sicuramente il lavoro di comunicazione ed educazione per una corretta alimentazione deve proseguire.

LE CORRETTE PORZIONI

Del resto, e qui veniamo alle ultime due serie di domande poste agli intervistati, avere un'idea e un'opinione più o meno vaga su un problema è cosa diversa dal saper indicare una cifra precisa. Partendo sempre dalle indicazioni delle Linee guida del Crea per una corretta alimentazione, abbiamo infatti chiesto **a quanti grammi equivale una porzione dei diversi cibi.**

Quanto a pasta, riso o orzo, il 51,3% risponde correttamente che la porzione è di 80 grammi. Un 32% dice invece 100 grammi, sbagliando forse sulla base delle antiche e più abbondanti indicazioni della nonna. Completano il quadro, ai due estremi, un 10,5% che dice la porzione corretta è di 50 grammi e un 6,2% che arriva a 120 grammi.

Quanto alla verdura, il 42,4% indica correttamente che la porzione deve essere di 200 grammi, ma un 27,8% sceglie 150, un 19,5% arriva a 250 grammi e un 10,3% dice 100.

Ancor più problematiche sono le risposte sulla porzione di frutta. Se **il Crea indica la porzione corretta in 150 grammi,** questa scelta viene condivisa dal 38,3%, mentre la maggioranza relativa (41,5%) indica la porzione da 200 grammi, seguito da un 13,7% che dice 100 grammi e un 6,5% che punta sui 250 grammi.

Sempre sull'esatta consistenza delle porzioni

La ricerca Coop sugli italiani e il cibo

Pasti e porzioni: tante cose ancora da imparare

Mangiamo a orari regolari, ma quasi un 20% salta la colazione.

E abbiamo idee non sempre corrette su quanti grammi di carne, verdura, frutta o altro devono stare in un piatto.

Ecco le raccomandazioni del CReA

di **Dario Guidi**

il loro rapporto col cibo sta cambiando, che l'attenzione alla salute e all'ambiente cresce e incide sui comportamenti concreti e che il bisogno condiviso è quello di avere un'informazione più completa e consapevole. Si tratta di un percorso ancora decisamente lacunoso e frammentario, che ha bisogno di essere sostenuto e ampliato. In molti casi il campione è spaccato quasi a metà, diviso tra **chi ha iniziato un percorso di cambiamento** (decisamente più marcato tra le donne) e **chi invece pigramente si acccontenta di tirare avanti** come se niente fosse.

QUANTI PASTI AL GIORNO?

Il quesito è quello relativo a numero e orario dei pasti. **L'84,4% dice di fare pasti a orari regolari.** E questo, nell'epoca della fretta e del boccone mangiato al volo fuori casa, è sicuramente una buona notizia. Il 66,4%, nella giornata tipo, dice di fare tre pasti al giorno, un 17,3 dice di fare solo due pasti e un 15,6

va oltre i tre, evidentemente aggiungendo qualche spuntino.

Qui è bene ricordare che (come spiegano le Linee guida per una sana alimentazione varate pochi mesi fa dal Crea, il Centro pubblico di ricerca su alimenti e nutrizione) **l'importante è che i pasti siano almeno tre e possono anche arrivare a 5,** aggiungendo spuntini di "modesta quantità" e utili a "evitare un pasto successivo troppo abbondante".

Il 17,3% che fa solo due pasti coincide quasi matematicamente con **un 19,3% che, a specifica domanda, dice di saltare spesso la colazione** (il restante 80,3% fa colazione tutti i giorni). La diffusa abitudine di iniziare la giornata concedendosi tutt'al più un caffè in piedi e nient'altro è ritenuta un errore grave da medici e nutrizionisti che spiegano sempre come il pasto di inizio giornata sia fondamentale e con esso si debba assumere una significativa quota del fabbisogno calorico quotidiano.

le indicazioni sono abbastanza contrastanti anche parlando di altri prodotti.

Per il latte (dove la corretta porzione indicata è di 125 grammi), il 55% indica invece i 100 grammi come cifra giusta, contro un 27,3% che dice 125, un 15,2% che dice 150 grammi e un 2,5% che arriva a 200.

Un po' meglio le cose sulla carne, dove un 31,3% indica la porzione corretta che è di 100 grammi, ma una percentuale identica (31,3%) opta per gli 80 grammi. Un altro terzo del campione (29,2%) arriva a 150 e un 8,2% a 175. Da ultimo vediamo i legumi dove un 39,6% sceglie la porzione da 150 grammi (che è quella corretta), seguito da un

35,9% che sceglie i 100 grammi, un 22,4% che arriva a 200.

**QUANTA FRUTTA,
QUANTA PASTA...**

Passiamo poi a vedere il livello di conoscenza sul corretto numero di porzioni che sarebbero da assumere, sempre secondo le indicazioni contenute nelle Linee guida del Crea (con riferimento a una dieta da 2.000 calorie al giorno).

Anche qui, come dato generale emerge una necessità di migliorare l'informazione e la conoscenza.

Le cose vanno bene se si parla di frutta, dove il 69,6% dice, correttamente, che le porzioni quotidiane da mangiare sono 3. Nettamente staccate le altre opzioni: il 15,8% che dice 5 porzioni e un 14,4% per il quale basta una porzione.

Passando alla verdura un 37% dice 2 porzioni al giorno, contro un 31% che dice 2,5 porzioni (che è la risposta corretta). Un 25,7% arriva a 3 porzioni e un 6,3% a 4 porzioni.

Guardando invece alla pasta un 54,9% dice che basta una porzione al giorno, seguito da un 36,2% che indica 1,5 porzioni (ed è questa la risposta corretta).

Forte lo scarto quando si parla di latte (sostanza decisamente poco di "moda"):

Quante porzioni, e quanto pesa una porzione?

L'indagine Metrica Ricerche/Coop ha chiesto agli intervistati di indicare quante porzioni dei diversi tipi di alimenti sarebbero da assumere secondo quanto indicato dalle Linee guida Crea. Il secondo quesito riguardava invece il corretto peso di una porzione, sempre secondo le Linee guida Crea. Quelli evidenziati con il segno della spunta sono i valori corretti. I valori si riferiscono alla dieta di una persona adulta con un consumo di 2.000 calorie al giorno

Cos'è il CReA

Crea sta per Centro di ricerca alimenti e nutrizione. Il Crea è un ente pubblico italiano che secondo la sua legge istitutiva ha il compito di promuovere la sana alimentazione anche attraverso la revisione periodica delle Linee Guida. È possibile scaricare la revisione più recente (novembre 2019) dal sito del CReA cercando "linee guida 2019" direttamente dalla homepage (<https://www.crea.gov.it/web/alimenti-e-nutrizione/-/linee-guida-per-una-sana-alimentazione-2018>).

un 83% dice che basta una porzione, mentre invece **le porzioni consigliate sono 3 (una scelta indicata solo dal 16,3%).**

Chiudiamo con la carne (qui le indicazioni di consumo sono su base settimanale): per la **carne rossa il 92,6% dice correttamente che basta 1 porzione a settimana**, seguito da un 7,1% che dice 3 porzioni. Anche sulla carne bianca l'89,3% dice, anche qui correttamente, che le porzioni da consumare sono 2, seguito da un 9,8% che ne vorrebbe mangiare 4. (*consumatori.e-coop.it*)

Quante porzioni al giorno?

Porzioni quotidiane

Pasta/riso 	%	Verdure 	%
1 porzione	54,9	2 porzioni	37
✓ 1,5 porzioni	36,2	✓ 2,5 porzioni	31
3 porzioni	8,5	3 porzioni	25,7
3,5 porzioni	0,4	4 porzioni	6,3

Frutta 	%	Latte 	%
1 porzione	14,4	1 porzione	8,3
✓ 3 porzioni	69,6	✓ 3 porzioni	16,3
5 porzioni	15,8	4 porzioni	0,4
7 porzioni	0,2	6 porzioni	0,3

Porzioni settimanali

Carne rossa 	%	Carne bianca 	%
✓ 1 porzione	92,6	✓ 2 porzioni	89,3
3 porzioni	7,1	4 porzioni	9,8
5 porzioni	0,3	5 porzioni	0,8
7 porzioni	8,2	6 porzioni	0,1

Quanti grammi per ogni porzione?

Pasta/riso/orzo 	%	Frutta fresca 	%
50 g	10,5	100 g	13,7
✓ 80 g	51,3	✓ 150 g	38,3
100 g	32	200 g	41,5
120 g	6,2	250 g	6,5

Verdure 	%	Latte 	%
100 g	10,3	100 g	5,5
150 g	27,8	✓ 125 g	27,3
✓ 200 g	42,4	150 g	15,2
250 g	19,5	200 g	2,5

Carne 	%	Legumi 	%
80 g	31,3	100 g	35,9
✓ 100 g	31,3	✓ 150 g	39,6
150 g	29,2	200 g	22,4
175 g	8,2	250 g	2,1

coop

in collaborazione con



OrtofruttaItalia

Organizzazione Interprofessionale dell'ortofrutta italiana



PESCHE A POLPA GIALLA

*Dissetanti e fresche.
Buone per un fine pasto o macedonie.*

PESCHE A POLPA BIANCA

*Gusto intenso piacevolmente acidule.
Ottime per un consumo fresco e a fine pasto.*



NETTARINE

*Croccanti e lisce, ideali
per uno snack fuori pasto.*

PERCOCHE

*Polpa gialla, soda e compatta,
ideali per frutta sciroppata e confetture.*



PESCHE PIATTE

*Schiacciate e profumate, polpa dal sapore
intenso e dolce; ideali col gelato.*



IL SAPORE ITALIANO
AL MOMENTO GIUSTO.

mipaef

ministero delle politiche
agricole alimentari e forestali

Sarà un programma che richiama il tempo attuale, ma non per questo meno ricco quello di Oriente Occidente Dance Festival che nel 2020 celebra la sua quarantesima edizione. Dal 3 al 12 settembre prossimi dunque si riapriranno i teatri e la città di Rovereto – ma anche quella di Trento – riprenderà a danzare. La decisione di “andare in scena” anche quest’anno risponde certamente a un’esigenza di ripartenza sia sociale che economica della città, ma si confronta anche



40° ORIENTE OCCIDENTE DANCE FESTIVAL

La danza tra corpo politico e corpo poetico

Il tema del “corpo”, durante questo difficile tempo emerso con tutta la sua forza, è al centro del 40° festival Oriente Occidente, dal 3 al 12 settembre nei teatri e nelle città di Rovereto e Trento

con un’urgenza culturale, fortemente emersa in questi ultimi mesi.

A guidare la programmazione infatti il tema del “corpo”, che durante questo tempo è emerso con tutta la sua forza. Il corpo come espressione poetica, capace di danzare di creare bellezza, ma anche il corpo nella presenza – o nella distanza – con tutta la sua accezione politica.

Mai come in questi mesi abbiamo sperimentato la fragilità dei nostri corpi, ne abbiamo avuto paura, ne abbiamo avuto cura. Raramente prima di questo momento avevamo collettivamente avvertito la necessità e al tempo stesso la paura del contatto, della vicinanza, della prossimità.

Tutto questo si traduce in danza grazie al lavoro delle compagnie e dei coreografi ospiti alla prossima edizione.

Michela Lucenti con Balletto Civile nel suo MAD – Museo Antropologico del Danzatore offre allo spettatore la possibilità di vedere un corpo che danza da vicino, avvolto da una **teca di plexiglas**, per fare in modo che la vicinanza sia ancora possibile.

In programma al Teatro Zandonai invece la prima nazionale di Sonoma, il nuovo lavoro del coreografo spagnolo Marcos Morau – artista associato al Festival già vin-



citore di diversi premi in tutta Europa - che torna a Oriente Occidente con un lavoro onirico e surreale, nel quale l’essere umano, nel ritmo esausto dell’esistenza, si fa primitivo e ritorna alla corporeità e alla sonorità. **Luna Cenere invece, con la compagnia**

Körper e un gruppo di amatori che hanno risposto a una call pubblica lanciata dal Festival, si è lasciata ispirare dal tema della distanza e nel suo **Genealogia time specific** risponde al tempo attuale e all’esigenza di distanziamento fisico, muovendo una danza nella suggestiva location della **Campagna dei Caduti** durante la quale i performer in scena non si toccheranno mai. **Proprio per i biglietti degli spettacoli programmati in questo spazio ai soci carta In Cooperazione saranno riservati prezzi speciali.**

Insieme a tutto questo Oriente Occidente non dimentica di **celebrare nel 2020 un anniversario importante: 40 anni di danza e cultura**, di contaminazioni, di grande interesse per le espressioni del mondo contemporaneo. Lo fa in particolare con un’installazione ospitata dalla **Fondazione Museo Civico** di Rovereto in cui il pubblico potrà riattraversare il percorso e la storia della danza, del Festival e al tempo stesso della città.

A questo si aggiunge un omaggio a un grande coreografo protagonista della scena mondiale e più volte ospite a Rovereto: Merce Cunningham. Cunningham è probabilmente il **coreografo più influente del ventesimo secolo**, colui che ha rivoluzionato l’osservazione della danza, ha trasformato lo spazio sul palcoscenico, ha esplorato il distanziamento tra musica e movimento pur nella compresenza durante la performance. A 100 anni dalla sua nascita, tra settembre 2018 e dicembre 2019, nel mondo sono stati programmati 636 eventi. Al centro delle celebrazioni c’è stata la **Night of 100 Solos: A Centennial Event**, la notte di danza programmata contemporaneamente a Londra, New York e Los Angeles il giorno del suo centesimo compleanno, il 16 aprile 2019). **A Rovereto arriverà proprio un adattamento della speciale serata andata in scena solo una volta**, oltre a una versione site specific che **permetterà di vedere alcuni dei soli del grande coreografo nelle strade della città.**

Il programma completo di Oriente Occidente Dance Festival è consultabile sul sito orienteoccidente.it



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

Quando d'estate il sole picchia forte e il caldo non dà tregua non c'è niente che possa dissetarci e reidratarci quanto i succhi ricavati dalla spremitura della frutta e della verdura di stagione. Reintegrare le perdite di acqua è molto importante anche perché, con l'aumento della temperatura ambientale e la conseguente sudorazione e respirazione accelerata, nel nostro organismo si determina un notevole incremento di fabbisogno idrico.



cellule e la formazione dei radicali liberi.

I succhi vegetali sono particolarmente indicati sia in caso di stress psicofisico e di squilibri digestivi che rendono difficile l'assimilazione dei vegetali, sia in tutti i periodi della vita in cui si ha un particolare bisogno di sostanze energetiche essenziali. Frutta e verdura d'estate, grazie al sole, sono più ricchi di aroma, ma anche di importanti principi attivi, e se sono biologici o provengono da colture integrate

Con il frullatore, la centrifuga o l'estrattore

Da frutta e verdura i succhi che dissetano

Niente è più dissetante e reidratante dei succhi di frutta e verdura di stagione. Ricchi di vitamine, sali minerali, zuccheri e liquidi biologici hanno un immediato effetto rinfrescante e ristoratore

di Iris Fontanari

Per avere un apporto regolare di liquidi durante la giornata, l'acqua è la bevanda migliore in assoluto, soprattutto se ricca di minerali, come accade per molte acque del rubinetto, ma la natura ci offre ottimi contenitori di acqua biologica dotata di un contenuto ben equilibrato di minerali: la frutta e le verdure. Molti vegetali che maturano in estate, come meloni e angurie, sono costituiti per il 90-95%, da acqua e da una buona quantità di minerali: per questo la frutta e la verdura di stagione sono un'ottima materia prima per ottenere bevande dal pronto effetto rinfrescante e ristoratore.

Con l'aiuto della centrifuga, dell'estrattore o del frullatore possiamo preparare un ottimo concentrato di vitamine, sali minerali, zuccheri e liquidi biologici di grande valore sia dietetico che terapeutico, da bere subito per godere al massimo dei suoi benefici, per evitare che l'aria e la luce ne degradino i componenti. Per gustarla fredda usiamo ingredienti appena presi dal frigo, oppure mettiamo qualche cubetto di ghiaccio nel bicchiere. A scopo curativo, i succhi dei vegetali vanno bevuti preferibilmente la mattina a digiuno o durante il giorno a stomaco vuoto, per qualche settimana,

ma non devono sostituire la frutta e la verdura usate normalmente ai pasti quotidiani.

I succhi vegetali sono un toccasana per tutte le età, sia quelli ottenuti dalla spremitura di un singolo frutto o ortaggio, sia quelli misti (frutta + ortaggi ecc.), purché questi ultimi contengano un mix di ingredienti ben bilanciato quanto a contenuto di antiossidanti (v. carotene, presente nelle carote e nei frutti arancioni) o di vitamina E (contenuta, in particolare, nel crescione e nel pomodoro), che combatte l'invecchiamento delle

controllate, basta lavarli bene e poi frullarli assieme alla buccia, nella quale sono concentrate sostanze aromatiche e salutari. (Se si usa la centrifuga o l'estrattore le fibre di "scarto" possono essere utilizzate per minestre, polpette, torte, ecc.)

Per dare un tocco di sapore particolare basterà aggiungere ad esempio le radici di cren, di zenzero o le erbe aromatiche, che rendono gradevoli ingredienti come il cavolo (ottimo "superfarmaco"!), molto ricchi di vitamine e di minerali.

QUALCHE RICETTA

Molto salutare è il succo di frutti selvatici che si trovano in montagna:

basta centrifugare mirtilli neri, fragoline di bosco, more selvatiche, ribes rosso, lamponi, more di gelso, ciliegie selvatiche ecc.; si può condire con cime fiorite di cumino dei prati montani o con cime fiorite di finocchio selvatico.

Un succo dolce, dissetante e nutriente si prepara centrifugando in parti uguali mele rosse o renette con carote, menta fresca o finocchio selvatico per aromatizzare, e succo d'arancia. Tra le altre combinazioni dal sapore dolce e gradevole ci sono: carota, mela, arancia e ananas, oppure finocchio, mela e ananas.

Un ottimo aperitivo di stagione si ottiene da 600 g di pomodori maturi, un gambo di sedano, 3 foglie di menta, 2 limoni, 1 cucchiaino di miele d'acacia e 1 pizzico di sale: si mettono

i pomodori, il sedano e la menta in una centrifuga, si aggiunge al liquido ottenuto il succo del limone, il miele e il sale e si decorano i bicchieri con fette di limone.

Per rimettersi in sesto dopo una giornata faticosa, centrifugare una parte di cipolla di Tropea, 2 parti di carote, poco ravanello e abbondante dose di ribes un po' aspro; salare e agitare con ghiaccio. Questa bevanda dà un buon apporto di vitamine ed è pure diuretica.

Un succo adatto a tutti per le sue proprietà tonico-ricostituenti è quello ottenuto dalle carote centrifugate (da sole o assieme ad una mela) con l'aggiunta, prima del consumo, di un po' d'acqua minerale e spremuta (poca) di limone: è un "superalimento" ricco di provitamina A, vitamine B e C, ferro e molti altri minerali, indicato per le donne in gravidanza, i bambini, gli adolescenti, gli anziani, i convalescenti e le persone anziane e debilitate, e molto consigliata nei casi di anemie, insufficienza epatobiliare, coliti, malattie della pelle ecc.



Ricette, bottiglie e libri

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

Pasta sfoglia d'estate

Stuzzicante aperitivo

Il perfetto stuzzichino per l'aperitivo o l'antipasto: accanto a formaggi, affettati, verdure fresche, la pasta sfoglia farcita è sempre molto gradita

Sfogliatine con cipolle rosse e gorgonzola

Per 4 persone: 1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare, 500 g di cipolle rosse, 120 g di gorgonzola piccante (o Roquefort), 2 cucchiaini di olio d'oliva ev, 2 cucchiaini di aceto rosso, 1 cucchiaino di zucchero, timo fresco, sale

Affettate a rondelle le cipolle e cuocetele con l'olio e l'aceto; quando saranno morbide aggiungete lo zucchero, il sale, il timo e fate caramellare. Stendete la pasta sfoglia sulla carta da forno e, con una rotella tagliapasta, ricavate dei rettangoli di 4x8 cm circa; incideteli con la punta di un coltellino affilato a circa 1 cm dal bordo e bucherellate con i rebbi di una forchetta la pasta delimitata da questo taglio. Disponete i rettangoli su una teglia rivestita con carta da forno e fate dorare a 200°C per 12-15 minuti; sfornate e fate raffreddare. Adagiate sulle sfogliatine le cipolle rosse caramellate e il gorgonzola a fettine; a piacere, scaldate sotto il grill del forno alla massima potenza per al massimo 2 minuti. Sfornate e completate con qualche rametto di timo. (Fiorfiore in cucina, febbraio 2017)



Sfogliata caprese con mozzarella, pomodori e basilico

Per 4 persone: 1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare, 200 g di mozzarella fior di latte Stg fior fiore, 30 g di olive taggiasche denocciolate in olio d'oliva extravergine fior fiore, 1 uovo, semi di papavero, 300 g di pomodori misti, olio d'oliva extravergine, origano, sale e pepe

Affettate i pomodori e disponeteli su una teglia foderata con carta da forno. Conditeli con olio, sale e pepe e poneteli in forno a 200°C per circa 10-15 minuti o fino a quando si saranno arrostiti e i bordi appariranno un po' caramellati. Sfornate e fate raffreddare. Tagliate la mozzarella a fette e fatela sgocciolare in uno scolapasta, poi tamponatela con carta da cucina. Srotolate la pasta sfoglia sulla sua carta da forno e, con un coltellino affilato, praticate un'incisione lungo il bordo a 1 cm dal margine esterno. Disponetevi i pomodori, la mozzarella e le olive, spennellate i bordi della pasta con l'uovo sbattuto e cospargeteli con i semi di papavero. Condite con un filo d'olio e un pizzico



di sale e pepe. Cuocete in forno a 180°C per circa 20 minuti o fino a doratura. Sfornate e profumate con l'origano, quindi servite. (Fiorfiore in cucina, luglio 2020)

Sfoglia con provolone

1 rotolo pasta sfoglia rettangolare, 100 g di provolone, 2 peperoni gialli piccoli e due rossi, 1-2 peperoncini verdi piccanti freschi, 6-8 foglie basilico

Lavate i peperoni e i peperoncini e poneteli su una gratella posta su una leccarda; infornate a 240°C per circa 30 minuti (per i peperoncini potrebbe bastare meno, girandoli di tanto in tanto; trasferiteli caldi in sacchetti di carta per alimenti, lasciateli intiepidire e poi spellateli e privateli dei semi e del picciolo. Tagliate i peperoni a falde sottili e tenetele da parte; tagliare il provolone a listarelle e tenetele da parte. Foderate una teglia rettangolare con carta da forno e srotolateli la sfoglia, bucherellate con una forchetta e disponetevi alternandoli peperoni gialli e rossi, peperoncini, provolone e qualche foglia di basilico; cuocete in forno a 200°C per 30 minuti fino a doratura dei bordi, sfornate e servire (Fiorfiore in cucina, agosto 2019)



RICICLARE IL PANE

Torta di pane con pomodorini e provola

280 g di pane di semola di grano duro raffermo, 250 g di ricotta vivi verde, 180 g di provola sfoglia Montalbano fior fiore, 250 ml di latte di montagna alta qualità fior fiore, 250 ml di brodo vegetale, 2 uova vivi verde, 150 g di pomodorini datterini, 4-5 gambi di prezzemolo, 5 foglie di basilico, 1/2 cucchiaino d'origano, olio d'oliva extravergine, sale marino integrale



Tagliate il pane a dadini, bagnatelo con il latte e il brodo e lasciatelo riposare per 15 minuti. Frullate il pane con le uova, la ricotta, il prezzemolo, il basilico e una presa di sale. Grattugiate la provola con una grattugia a fori larghi, unitela al composto e stendetelo in una pirofila rivestita di carta forno. Tagliate i pomodorini a metà e disponeteli sulla torta di pane, premendoli bene. Condite il tutto con un pizzico di sale, l'origano e un filo d'olio. Cuocete la torta in forno a 180°C per circa 40 minuti e servitela tiepida o fredda. (Fiorfiore in cucina, giugno 2020)

SocioSi
Raccolta
Punti

valida nei negozi aderenti

USA I PUNTI

ECCO I PRODOTTI CHE **DAL 23 LUGLIO AL 5 AGOSTO** POTRAI PAGARE IN PARTE CON I PUNTI DELLA TUA CARTA IN COOPERAZIONE!



Yogurt senza lattosio
Bella Vita Merano
assortito 2 x 125 g
3,16 € al kg



SOLO PER I SOCI

50 PUNTI e **0,29 €**

ANZICHÈ 1,10 €

Fruttolo Nestlé
misto - fragola/pera/banana
6 x 50 g
4,93 € al kg



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e **0,58 €**

ANZICHÈ 1,99 €

Latte di capra
UHT intero
Latte Trento
500 ml
2,98 € al litro



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e **0,59 €**

ANZICHÈ 1,99 €

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



SOLO PER I SOCI

50 PUNTI e **0,39 €**

ANZICHÈ 1,20 €

Gocce di cioccolato
Perugina
fondente extra 200 g
10,45 € al kg



SOLO PER I SOCI

110 PUNTI e **0,99 €**

ANZICHÈ 2,99 €

Crostatine Mulino Bianco
albicocca - cacao 400 g
4,23 € al kg



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e **0,79 €**

ANZICHÈ 2,25 €

Biscotti Milka
Cookies Sensations
156 g 9,55 € al kg
XL Cookie Choco
184 g 8,10 € al kg



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e **0,59 €**

ANZICHÈ 2,50 €

Bevanda
Yoga Tasky
assortita 200 ml
2,45 € al litro



SOLO PER I SOCI

30 PUNTI e **0,19 €**

ANZICHÈ 0,72 €

Vino Teroldego
Rotaliano DOC
Cantina Rotaliana
750 ml
6,65 € al litro



SOLO PER I SOCI

240 PUNTI e **2,59 €**

ANZICHÈ 5,85 €

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*

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 fiorfiore Coop e il latte infanzia tipo 1 Coop.

SocioSi

Raccolta
Punti

valida nei negozi aderenti

USA I PUNTI

ECCO I PRODOTTI CHE **DAL 6 AL 19 AGOSTO**
POTRAI PAGARE IN PARTE CON I PUNTI
DELLA TUA CARTA IN COOPERAZIONE!



Panna spray Fior di Neve
TreValli
250 g
7,56 € al kg



SOLO PER I SOCI

120 PUNTI e **0,69 €**

ANZICHÈ 2,15 €

Caramelle Bonelle Le gelées Fida
toffee 150 g 9,27 € al kg
frutti di bosco 160 g 8,69 € al kg
frutta - gocce di pino 175 g 7,94 € al kg
liquirizia 200 g 6,95 € al kg



SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e **0,59 €**

ANZICHÈ 1,85 €

M & M's con arachidi
200 g
8,95 € al kg



SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e **0,99 €**

ANZICHÈ 2,35 €

Fiocchi di latte
Jocca
175 g
9,09 € al kg



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e **0,69 €**

ANZICHÈ 1,99 €

Piselli e Carotine
Bonduelle
240 g
4,13 € al kg



SOLO PER I SOCI

40 PUNTI e **0,59 €**

ANZICHÈ 1,25 €

Dadi per brodo carne
Bauer
senza glutine no glutammato
8 dadi - 80 g
16,88 € al kg



SOLO PER I SOCI

70 PUNTI e **0,65 €**

ANZICHÈ 1,95 €

Caffè Hag
classico - espresso 225 g
8,80 € al kg



SOLO PER I SOCI

100 PUNTI e **0,98 €**

ANZICHÈ 2,85 €

Acqua minerale naturale
Panna
750 ml
0,52 € al litro



SOLO PER I SOCI

20 PUNTI e **0,19 €**

ANZICHÈ 0,55 €

Vino Trevenezie IGT
Terre Freddo Cavit
bianco - rosso - rosato 750 ml
2,92 € al litro



SOLO PER I SOCI

120 PUNTI e **0,99 €**

ANZICHÈ 2,99 €

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*

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 fiorfiore Coop e il latte infanzia tipo 1 Coop.

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO L'8 AGOSTO 2020

CONSEGNA DAL 23 AL 30 SETTEMBRE 2020

WOK CON COPERCHIO IN VETRO BARAZZONI

- Corpo in acciaio 18/10 e speciale fondo Acciaio-Alluminio-Acciaio garantiscono ottime performance in cucina: minor tempo di cottura e meno consumi, massima efficienza termica sull'induzione
- Dimensioni Ø cm 28
- Coperchio in vetro con sfiato

nr.
301 COPERCHIO
IN VETRO



PREZZO € 19,90
OFFERTA € 14,90

PREZZO SOCI € **12,90**

SCONTO **35%**

nr.
300 WOK



PREZZO € 49,90
OFFERTA € 37,90

PREZZO SOCI € **32,90**

SCONTO **34%**

nr.
304 SET 24 POSATE ANTONY DAY
TOGNANA

- Servizio di posate in acciaio inox resistente e di alta qualità, effetto lucido, composto da 24 pezzi, lavabili in lavastoviglie
- Composto da: 24 pezzi
 - 6 cucchiaini tavola
 - 6 forchette tavola
 - 6 coltelli tavola
 - 6 cucchiaini moka



PREZZO € 39,90
OFFERTA € 29,90

PREZZO SOCI € **25,90**

SCONTO **35%**

nr.
307 MACCHINA SOTTOVUOTO COMPATTA LAICA
CON SACCHETTI IN OMAGGIO



- 100 % automatica, funzione vuoto parziale, funzione solo saldatura
- Potenza di aspirazione regolabile (normal - gentile)
- Base con magneti, vano con taglierina
- Larghezza massima sacchetti cm 30
- Compatta, riponibile in un cassetto
- cm 37x12,5x6

PREZZO € 59,90
OFFERTA € 49,90

PREZZO SOCI € **42,90**

SCONTO **28%**

nr.
308 BOTTIGLIA FILTRANTE
+ 4 FILTRI
LAICA

Grazie al filtro a carboni attivi Fast Disk, l'acqua mantiene i Sali minerali utili per l'organismo e riduce il cloro, mantenendo il gusto buono dell'acqua da bere

- Leggera, antiurto, resistente e riutilizzabile
- Tappo igienico antiodori
- Filtrazione istantanea
- 100% Bpa free
- 1 Litro

PREZZO € 24,90
OFFERTA € 19,90

PREZZO SOCI € **16,90**

SCONTO **32%**



nr. 311 **BILANCIA PESA PERSONE ELETTRONICA SMART LAICA**



- Misura il peso, calcola la % di massa grassa, la % di acqua, la % di muscolatura scheletrica, il metabolismo basale e l'indice di massa corporea
- Invia automaticamente i dati relativi alla composizione corporea al tuo smartphone. Compatibile con tecnologia bluetooth 4.0 e superiore
- In vetro temperato
- Portata 180 kg
- Divisione 100 g
- Dimensioni cm 30x30x2,5
- Dispositivi compatibili: smartphone iOS con sistema operativo dal 10 in poi e per device con sistema operativo Android™ dalla versione 6.0 (Marshmallow)

PREZZO € 49,90
OFFERTA € 39,90

PREZZO SOCI € **33,90**
SCONTO **32%**



nr. 309 **DISPOSITIVO PER LA PULIZIA DEI PORI BEURER - FC 40**

Il dispositivo per la pulizia dei pori consente di eliminare efficacemente brufoli, comedoni e scaglie di pelle per una pelle visibilmente più bella

- Pulizia dei pori in profondità grazie alla tecnologia del vuoto
- Multifunzione grazie a 3 diversi accessori
- Contrasta efficacemente le impurità della pelle e contribuisce all'aspetto sano della pelle del viso
- Con display a LCD per visualizzare lo stato di carica della batteria ricaricabile e il livello d'intensità
- 5 livelli d'intensità
- 3 accessori intercambiabili di diverse dimensioni
- Adatto per tutti i tipi di pelle



PREZZO € 29,90
OFFERTA € 21,90

PREZZO SOCI € **18,90**
SCONTO **36%**



nr. 310 **SAUNA PER IL VISO BEURER - FS 50**

La sauna per il viso è adatta sia per il trattamento cosmetico che per l'inalazione con l'apposito accessorio vapore per l'inalazione da bocca e naso

- Accessorio per sauna per il viso e pulizia cosmetica del viso
- Apre i pori per una migliore pulizia
- Idrata la pelle
- Accessorio vapore per l'inalazione da bocca e naso
- Serbatoio per essenze profumate
- Vapore a regolazione continua
- Evaporatore in alluminio di qualità
- 2 livelli di potenza
- Alimentazione da rete elettrica



PREZZO € 37,90
OFFERTA € 27,90

PREZZO SOCI € **24,90**
SCONTO **34%**



nr. 313 **ASPIRATORE FREDDY 4 IN 1 LAVORASH**

- Aspiratore solidi liquidi e cenere
- 1200 Watt max
- Fusto in acciaio 20 litri
- Aspirazione 180 mbar portata 35 l/s
- Tubo in plastica + tubo in alluminio ricoperto
- Filtro a cartuccia lavabile
- Scuotifiltro pneumatico
- Azione soffiante



PREZZO € 89,90
OFFERTA € 69,90

PREZZO SOCI € **62,90**
SCONTO **30%**



nr. 312 **PULITORE A VAPORE AP30 GIRMI**

- Pratico pulitore a vapore, grazie alla pressione di esercizio permette di pulire e sterilizzare la casa da cima a fondo.
- Potenza 900-1050 W
- Capacità 350 cc
- Riscaldamento rapido 3-4 minuti
- Autonomia 10 minuti
- Temperatura 135°
- Lunghezza cavo 3 m
- Spazzola con panno
- Beccuccio iniettore
- Tergivetri
- Beccuccio a 90°
- Spazzolini rotonda
- Prolunga flessibile
- Misurino
- Imbuto



PREZZO € 54,90
OFFERTA € 39,90

PREZZO SOCI € **33,90**
SCONTO **38%**



MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO L'8 AGOSTO 2020

CONSEGNA DAL 23 AL 30 SETTEMBRE 2020

nr. **302** SET CREPIERE CM 28 + PALETTA
COLORI ASSORTITI
AETERNUM

aeternum



Colori disponibili:
bianco, rosso, verde,
senza possibilità
di scelta al momento
della prenotazione

- Corpo in alluminio pressofuso ad alto spessore
- Rivestimento interno: nuovo antiaderente Petravera Plus rinforzato con particelle minerali, PFOA e Nikel free
- Rivestimento esterno silconico HT
- Manico ergonomico soft touch
- Dimensione Ø cm 28

PREZZO € 21,90
OFFERTA € 16,90

PREZZO SOCI € 14,90



SCONTO 31%

nr. **303** SET SALTAPASTA + GRILL 28CM
WHITE INDUCTION
AETERNUM

aeternum

- Set Saltapasta Ø cm 28 + griglia cm 28x28 ad alto spessore
- Interno effetto pietra 2.0, esterno silconico bianco
- Fondo adatto anche all'induzione
- Manico ergonomico
- Pratica e versatile nell'utilizzo
- Cottura perfetta senza oli e grassi
- Facilità di pulizia e manutenzione



PREZZO € 29,90
OFFERTA € 21,90



PREZZO SOCI € 19,90

SCONTO 33%

nr. **305** SET MOKA ALLUMINIO 1TZ+3TZ
ALLEGRA AETERNUM

aeternum

- Corpo in alluminio pressofuso
- Manici e pomoli ergonomici anti scottatura in bakelite neri
- Guarnizione in silicone



PREZZO € 21,90
OFFERTA € 15,90



PREZZO SOCI € 13,90

SCONTO 36%

nr. **306** BILANCIA DA CUCINA
MECCANICA KS 2001 LAIKA

- Materiale piatto in ABS
- Portata massima 10 kg
- Divisione 50 g
- Dimensione cm 21,5x55x44



PREZZO € 12,90
OFFERTA € 9,90



PREZZO SOCI € 7,90

SCONTO 38%

**COMPLETO LETTO
DISNEY CALEFFI**



PREZZO € **41,90**
OFFERTA € **28,90**
PREZZO SOCI € **25,90**
SCONTO **38%**

- Tessuto: 100% cotone
- Misure 1 piazza:
lenzuolo sotto con angoli cm 90x200
lenzuolo sopra cm 155x280
federa cm 50x80



nr. **282** FROZEN MYTHIC

nr. **284** PRINCESS ROMANCE

nr. **286** CARS 95 GRIGIO

nr. **288** SPIDERMAN AMERICA

**COMPLETO COPRIPIUMINO
DISNEY CALEFFI**



PREZZO € **68,90**
OFFERTA € **46,90**
PREZZO SOCI € **41,90**
SCONTO **39%**

- Tessuto: 100% cotone
- Misure 1 piazza:
lenzuolo sotto con angoli cm 90x200
sacco copripiumino cm 155x200
federa cm 50x80



nr. **285** PRINCESS ROMANCE

nr. **287** CARS 95 GRIGIO

nr. **289** SPIDERMAN AMERICA

nr. **283** FROZEN MYTHIC

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO L'8 AGOSTO 2020

CONSEGNA DAL 23 AL 30 SETTEMBRE 2020

LINEA SASSI JUNIOR PUZZLE + LIBRO SOGGETTI E FORMATI ASSORTITI

- Set con puzzle e libro di 32 pagine dedicati a diverse materie
- Adatta dai 6 anni

PREZZO € ~~19,90~~
OFFERTA € ~~17,90~~
PREZZO SOCI € **15,90** **SCONTO 20%**

nr. 296 CORPO UMANO

- Puzzle sagomato (forma corpo umano) da 200 pezzi + 10 pezzi speciali
- Dimensioni cm 60x135



nr. 298 L'ITALIA

- Puzzle rotondo da 210 pezzi
- Dimensioni: cm 70x70



nr. 297 LA TERRA

- Puzzle ovale da 205 pezzi
- Dimensioni cm 96x68

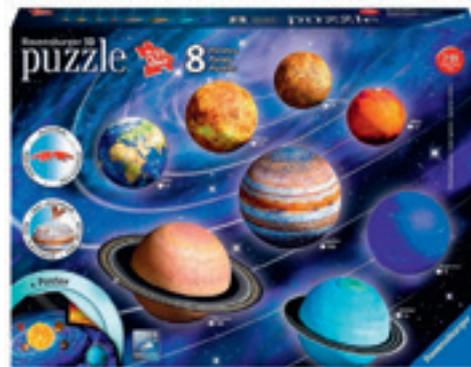


nr. 299 LO SPAZIO

- Puzzle ovale da 205 pezzi
- Dimensioni cm 96x68



nr. 293 PUZZLE 3D SISTEMA SOLARE RAVENSBURGER



- Set educativo composto da 8 Puzzle Ball con i pianeti del sistema solare per un totale di 522 pezzi
- La confezione comprende anche un poster spaziale ed alcuni accessori per conoscere a fondo i pianeti
- Adatto dai 7 anni

PREZZO € ~~42,90~~
OFFERTA € ~~38,90~~
PREZZO SOCI € **34,90** **SCONTO 18%**

nr. 294 LAVAGNA IN LEGNO CON PALLOTTOLIERE



- Lavagna in legno con pallottoliere da 45 grani, con gessetto e cancellino
- Dimensioni cm 69x38
- Adatto dai 3 anni

PREZZO € ~~28,90~~
OFFERTA € ~~22,90~~
PREZZO SOCI € **19,90** **SCONTO 31%**

nr. 291 **MAGICUBE GEOMAG NUMERI**

- Gioco comprensivo di 16 cubi magnetici e 45 clip che si attaccano l'un l'altro su ogni lato
- Gioco educativo pensato per conoscere i numeri e la costruzione delle prime operazioni matematiche
- Adatto dai 3 anni



nr. 292 **MAGICUBE GEOMAG LETTERE**

- Gioco comprensivo di 16 cubi magnetici e 63 clip che si attaccano l'un l'altro su ogni lato
- Gioco educativo pensato per conoscere le lettere e la costruzione delle prime parole
- Adatto dai 5 anni



nr. 290 **CLASSIC GREEN LINE 60 GEOMAG**

- Gioco di costruzione magnetico costituito da barrette magnetizzate e sfere metalliche che si collegano per creare ciò che si vuole
- 60 pezzi
- Prodotto realizzato in 100% plastica riciclata
- Adatto dai 3 anni

100% RECYCLED PLASTIC



PREZZO € 44,90
OFFERTA € 39,90
PREZZO SOCI € **35,90** **SCONTO 20%**

PREZZO € 37,90
OFFERTA € 33,90
PREZZO SOCI € **29,90** **SCONTO 21%**

nr. 295 **ALL-IN BOX JOLLY**

Tanti prodotti per la scuola in un'unica scatola!

- Contenuto:
 - 1 gomma „Rubby“
 - 1 righello in legno cm 15
 - 7 pennarelli Superstar One
 - 14 matite colorate Supersticks Classic
 - 4 matite neon
 - 3 matite colorate Supersticks Crazy
 - 1 matita HB2

PREZZO € 23,90
OFFERTA € 13,90
PREZZO SOCI € **11,90** **SCONTO 50%**



nr. 314 **CARICABATTERIE PORTATILE CON CAVO ESTRAIBILE CELLULAR LINE**

- Compatto, veloce, con tecnologia Qualcomm Quick Charge 3.0, doppia porta USB, porta USB-C, vano porta-cavo e doppio cavo incluso
- Lunga durata (6700 mAh)
- Cavo di ricarica Micro-USB incluso
- Cavo di ricarica USB-C incluso
- Output max 15 W / 3A
- Input 10 W / 2°



nr. 315 **PORTA TELEFONO DA AUTO CON CARICA WIRELESS CELLULAR LINE**

- Aggancio e sgancio automatico
- Sempre in carica nessun surriscaldamento
- Cavo Micro USB incluso
- Caricabatterie da auto non incluso
- Carica tutti i dispositivi compatibili con la tecnologia di carica wireless Qi
- Adaptive Fast Charge da 15 W
- Si applica su tutte le alette di areazione
- Larghezza max 85 mm
- Compatibile con le custodie



PREZZO € 49,90
OFFERTA € 39,90
PREZZO SOCI € **34,90** **SCONTO 30%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

FINO AL 30 SETTEMBRE 2020

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA



ZAINO MARATHON 10 L

PREZZO € ~~29,90~~
OFFERTA € 21,90

PREZZO SOCI € **19,90**



SCONTO **33%**

- 1 scomparto principale con chiusura a zip
- Diversi scomparti interni porta accessori
- 2 tasche laterali in rete
- Compatibile con Hydro-Bag
- Basto ELS (ergonomic light system) con inserti imbottiti

ZAINO BRISK 22 L

- 1 scomparto principale con chiusura a zip
- 1 tasca frontale con chiusura a zip predisposta per porta casco
- 2 tasche laterali in rete
- Fibbie di compressione laterali
- Ganci porta oggetti
- Basto morbido ACL (air comfort light)



PREZZO € ~~54,90~~
OFFERTA € 44,90



PREZZO SOCI € **39,90**

SCONTO **27%**

ZAINO ACTIVE 25 L

PREZZO € ~~52,90~~
OFFERTA € 34,90

PREZZO SOCI € **29,90**



SCONTO **43%**

- 2 scomparti principali con chiusura a zip
- Spallacci imbottiti regolabili
- Fibbia di compressione laterale
- Ganci porta oggetti
- Basto ACS (air circle system)



BASTONCINI TREKKING 2PZ

- Telescopici 18/16/14mm shaft
- InternalLocksystem
- 3 sezioni
- CarbideTip/ Punta in Widia
- Alu.7075
- Registrabile cm 68-135 cm
- Scarpette/Gommino in Gomma
- Doppia Rotella estate / inverno
- Colore nero o grigio



GRIGIO

NERO

PREZZO € ~~28,90~~
OFFERTA € 24,90



PREZZO SOCI € **19,90**

SCONTO **31%**

ZAINO HIKE 35 L

PREZZO € ~~66,90~~
OFFERTA € 43,90

PREZZO SOCI € **39,90**

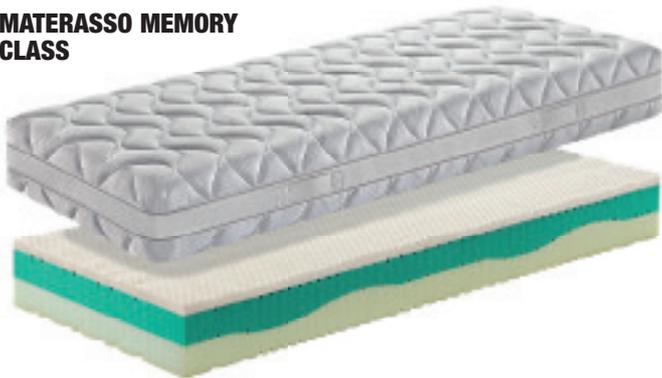


SCONTO **40%**

- 2 scomparti principali con chiusura a zip
- 2 tasche laterali in rete
- Fibbia porta materassino
- Fibbie di compressione laterale
- Ganci porta oggetti
- Basto ACS (air circle system) con inserti imbottiti



MATERASSO MEMORY CLASS



- Altezza totale circa cm 24, con massello di altezza pari a cm 21 in Aquatech e Memory a 3 strati di diversa densità e portanza
- Lato superiore in Memory con lavorazione ad effetto micro massaggio atto a favorire una areazione ideale
- Lastra in schiuma con parte naturale emulsionata con olio di soia e con lavorazione su entrambi i lati a 7 zone differenziate simmetriche per una giusta accoglienza e portanza

SINGOLO
80x190 cm

PREZZO € 299,00
OFFERTA € 223,00



PREZZO SOCI € 199,00 **SCONTO 33%**

MATRIMONIALE
160x190 cm

PREZZO € 599,00
OFFERTA € 445,00



PREZZO SOCI € 399,00 **SCONTO 33%**

- Fodera interna in Jersey di cotone a protezione del massello
- Fodera esterna in tessuto Stretch elasticizzato con disegno a 7 zone differenziate simmetriche e mano morbida, divisibile in due parti e lavabile a 60 gradi, con imbottitura interna in fibra anallergica
- Fodera esterna completa di fascia 3D volumetrica e maniglie in ecopelle

MATERASSO MEMORY BOZEN



- Altezza totale circa cm 19, con massello di altezza pari a cm 16 in Aquatech con schiuma ecofriendly monoblocco
- Lavorazione su entrambi i lati a 7 zone differenziate simmetriche per una giusta accoglienza e portanza

SINGOLO
80x190 cm

PREZZO € 199,00
OFFERTA € 149,00



PREZZO SOCI € 135,00 **SCONTO 32%**

MATRIMONIALE
160x190 cm

PREZZO € 399,00
OFFERTA € 335,00



PREZZO SOCI € 299,00 **SCONTO 25%**

- Fodera interna in Jersey di cotone a protezione del massello
- Fodera esterna in tessuto a maglia anallergico elasticizzato con disegno fiorato, divisibile in due parti e lavabile a 60 gradi

RETE IN LEGNO MAYA

- Telaio in faggio evaporato spessore mm 25x70
- doghe in faggio evaporato da mm 38 montate su sospensioni attive, che permettono alla rete di adeguarsi ai movimenti della persona e del materasso
- Dotata di doghe alleggerite per una maggiore accoglienza in zona spalle e, al contrario, con regolazione di rigidità sulle 6 doghe centrali per offrire maggior supporto in zona bacino

MOTORIZZATA
SINGOLA
80x190 cm

PREZZO € 570,00
OFFERTA € 445,00



PREZZO SOCI € 399,00 **SCONTO 30%**

- Completa di gambe cm 35 H e di ferma materasso
- Il motore è integrato nella struttura in legno, è silenzioso e privo di leverismi, in tal modo la rete può essere utilizzata anche in appoggio su di un piano pieno



FISSA
SINGOLA
80x190 cm

PREZZO € 215,00
OFFERTA € 169,00



PREZZO SOCI € 149,00 **SCONTO 30%**

FISSA
MATRIMONIALE
160x190 cm

PREZZO € 430,00
OFFERTA € 335,00



PREZZO SOCI € 299,00 **SCONTO 30%**

- Completa di gambe coniche in faggio per un'altezza finita della rete al piano del telaio di cm 35



MISSIONE RISPARMIO

OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

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

TRENTO

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

coop
SUPERSTORE

FRIGORIFERO BOSCH KGN36VL35

- Combinato
- No Frost
- Capacità netta frigo: 237 litri
- Capacità netta freezer: 87 litri
- Classe efficienza energetica: A++
- Capacità di congelamento: 14 kg in 24 h
- Autonomia di conservazione senza energia elettrica: 16 h
- Dimensioni: cm 186x60x66
- Garanzia Coop 3 anni

PREZZO € 649,00
OFFERTA € 519,00
PREZZO SOCI € 439,00

SCONTO
32%



FRIGORIFERO INDESIT I55TM 4110 S

- Doppia porta
- Capacità netta frigo: 171 litri
- Capacità netta freezer: 42 litri
- Scongelamento comparto frigorifero: Automatico
- Scongelamento comparto freezer: Manuale
- Classe efficienza energetica: A+
- Dimensioni: cm 144x54x57
- Garanzia Coop 3 anni

PREZZO € 339,00
OFFERTA € 289,00
PREZZO SOCI € 254,00

SCONTO
25%



CONGELATORE ORIZZONTALE AKAI ICE103

- Capacità netta 95 lt
- Classe efficienza energetica A+
- Dimensioni: cm 84,5x57,4x52,4
- Garanzia Coop 3 anni

PREZZO € 159,00
OFFERTA € 129,00
PREZZO SOCI € 119,00

SCONTO
25%



LAVATRICE BOSCH WAJ20007IT

- Giri: 1000
- Classe Efficienza energetica: A+++
- Esclusione centrifuga
- Capacità di carico: 7 kg
- Dimensioni: cm 84,8x59,8x54,6
- Garanzia Coop 3 anni

PREZZO € 399,00
OFFERTA € 339,00
PREZZO SOCI € 299,00

SCONTO
25%



LAVATRICE CARICA DALL'ALTO INDESIT BTW A71253 EU

- Giri: 1200
- Classe Efficienza energetica: A+++
- Capacità di carico: 7 kg
- Programmazione lavaggio ritardata
- Dimensioni: cm 90x60x40
- Garanzia Coop 3 anni

PREZZO € 399,00
OFFERTA € 299,00
PREZZO SOCI € 259,00

SCONTO
35%



MISSIONE RISPARMIO

OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

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

TRENTO

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

coop
SUPERSTORE

LO SMARTPHONE PERFETTO PER TE

TI ASPETTA PRESSO

coop
SUPERSTORE

VIENI A SCOPRIRLO



SMARTPHONE HUAWEI P SMART 2019

- Display: 6,21", 19.5:9
- Rete: 4G LTE
- S.O.: Android 9.0
- Processore: Octa Core, 4x2.2 GHz/4x1.7 GHz
- Mem: RAM 3GB, ROM 64GB incluso SO
- Foto: Retro 13+2MP, Front 8MP
- Dual Sim
- Sensore Impronta, Face ID
- Batteria: 3400 mAh
- Connessione: WiFi, BT 4.2, NFC, Hsdpa fino a 150Mbps
- Garanzia 2 anni



SMARTPHONE SAMSUNG GALAXY A41

- Display: 6,1" Full HD+ Super AMOLED
- Rete: 4G LTE
- S.O.: Android 10
- Processore: Octa Core
- Mem: RAM 4GB, ROM 64GB incluso SO
- Foto: Retro 48+8+5MP, Front 25MP
- Sensori: Impronta, Face ID
- Batteria: 3500 mAh
- Connessione: WiFi, BT
- Garanzia 2 anni



SMARTPHONE XIAOMI NOTE 10 LITE

- Display: 6,5"
- Rete: 5G
- S.O.: Android 10
- Processore: Octa Core
- Mem: RAM 6GB, ROM 128GB incluso SO
- Foto: Retro 64+8+2+5MP, Front 16MP
- Dual Sim
- Sensori: Impronta
- Batteria: 5260 mAh
- Connessione: WiFi, BT 5.0
- Garanzia 2 anni



SMARTPHONE XIAOMI REDMI 7A

- Display: 5,45", HD
- Rete: 4G LTE
- S.O.: Android 9
- Processore: Octa Core, 2.2 GHz
- Mem: RAM 2GB, ROM 16GB incluso SO
- Foto: Retro 12MP, Front 5MP
- Dual Sim
- Sensori: Impronta
- Batteria: 4000 mAh
- Connessione: WiFi, BT 2.0
- Garanzia 2 anni





OCCASIONE IR RIPETIBILE

BOMBOLA 10 KG – BUONO SCONTO 5 €uro

BOMBOLA 15 KG – BUONO SCONTO 8 €uro

Fino al 5 agosto 2020 acquistando una bombola Eni Gas gpl da 10 kg o 15 kg ricevi rispettivamente un buono sconto del valore di 5 €uro o 8 €uro da utilizzare entro il 31 ottobre 2020 per l'acquisto di un'altra bombola con le stesse caratteristiche, nello stesso punto vendita che lo ha emesso.

info@rebogas.com



Iniziativa valida nei negozi aderenti che espongono la locandina dell'iniziativa

LIBERTY GROSS

FORNITURE ALBERGHIERE

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

DA LUNEDÌ A VENERDÌ
9:00 - 17:30

fornitore ufficiale di:



MODULO PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO

FINO AL 31 OTTOBRE 2020



FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ.....
PUNTO VENDITA DI.....

PRENOTAZIONE LIBRI DI TESTO PER MEDIE SUPERIORI Anno scolastico 2020/2021

DATA PRENOTAZIONE: / / NUMERO ORDINE:

SOCIO (Cod Carta) **NON SOCIO**

COPERTINE: Sì No

TESTO: Prima riga Seconda riga Terza riga

NOME E COGNOME STUDENTE.....

TEL. CELLULARE..... E-MAIL.....
(Autorizzo l'invio di un sms per comunicazioni inerenti il servizio di prenotazione libri) (Autorizzo l'invio di e-mail per comunicazioni inerenti il servizio di prenotazione libri)

VIA CAP CITTÀ

SCUOLA CLASSE SEZ.....

SPECIALIZZAZIONE NUMERO TESTI PRENOTATI.....

FIRMA:

TIMBRO PUNTO VENDITA

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

ISTRUZIONI PER L'UTILIZZO DELLA PRENOTAZIONE

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

Vi informiamo che i vostri dati personali, inseriti nel presente modulo, saranno trattati nel pieno rispetto del Codice della Privacy e del Regolamento (UE2016/679) circa la "Tutela delle persone e di altri soggetti rispetto al trattamento dei dati personali". La compilazione e la sottoscrizione del presente modulo esprime il consenso alla raccolta ed al trattamento dei dati personali e all'invio di messaggi di avviso limitatamente ai fini connessi alla gestione del servizio.

Parte riservata al personale del punto vendita

COPIA PER IL CLIENTE

FAMIGLIA COOPERATIVA/SOCIETÀ.....

PUNTO VENDITA DI.....

PRENOTAZIONE EFFETTUATA IN DATA: NUM. ORDINE

NOME COGNOME STUDENTE..... TEL. CELLULARE

TIMBRO PUNTO VENDITA

Dal 20 luglio 2020 inizio ritiro libri prenotati. 30 novembre 2020 ultima data ritiro libri prenotati. La ricevuta di prenotazione ed i libri dovranno essere ritirati nello stesso punto vendita dove sono stati prenotati. Eventuali indisponibilità di titoli saranno evidenziate sulla ricevuta di prenotazione. Per eventuali informazioni telefonare al punto vendita.

PRENOTA ONLINE



La prenotazione online è più comoda e veloce: dal 3 giugno su www.laspesainfamiglia.coop le LISTE DI ADOZIONE DELLA TUA SCUOLA sono già pronte.
PRENOTA SUBITO I TUOI LIBRI!



**PRENOTA
SUBITO
I LIBRI
DI TESTO**

**E RISPARMI
SULLA SPESA!**

15%
SCONTO

**SUL PREZZO DI COPERTINA
DEI LIBRI DI TESTO**

per le scuole medie e superiori

IN BUONI SCONTO

Prenota i tuoi libri on line sul sito www.laspesainfamiglia.coop
oppure direttamente in negozio.

Riceverai un buono sconto pari al 15% del prezzo di copertina del libro.

Il buono viene rilasciato al momento del ritiro del libro
ed è spendibile su una spesa successiva fino al 31 dicembre 2020.

31 OTTOBRE CHIUSURA PRENOTAZIONI
30 NOVEMBRE ULTIMA DATA RITIRO LIBRI

**FAMIGLIA
COOPERATIVA**



coop



coop

KONSUM

