

cooperazione ^{tra} consumatori

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXIX • Maggio 2022



Educa, Rovereto 6-8 maggio 2022

COSTRUIRE FUTURI POSSIBILI

Il Festival dell'Educazione
torna dal vivo, con decine
di appuntamenti aperti a tutti

AIUTI ALL'UCRAINA

Coop for Ucraina
e il progetto della
Cooperazione trentina

120° ANNIVERSARIO

Famiglia Cooperativa
Vallagarina

MENO PLASTICA

Coop Alto Garda



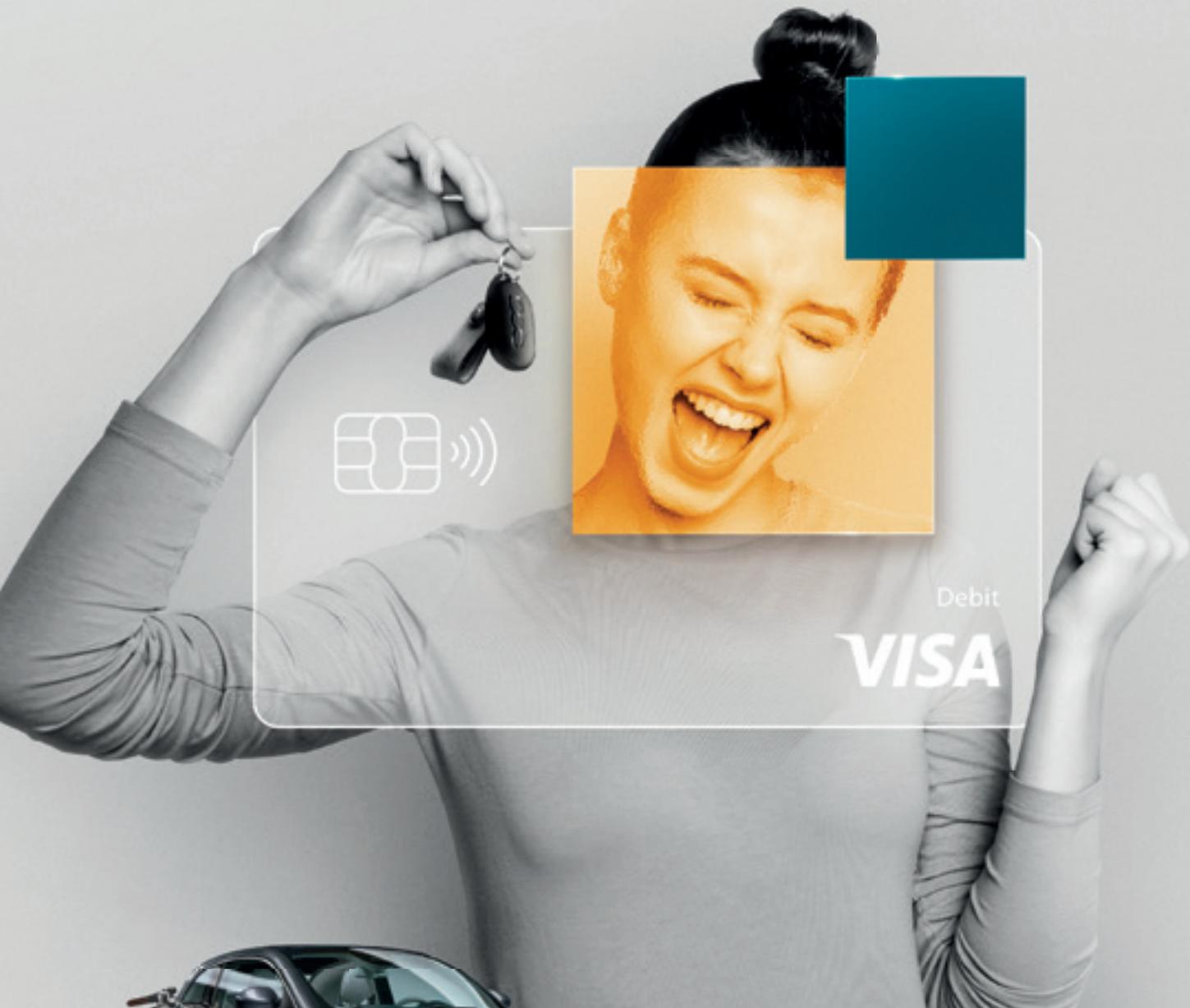
**SOCIOSÌ E CARTA
IN COOPERAZIONE:**
NUOVA EDIZIONE
DELLA RACCOLTA PUNTI
DEDICATA AI SOCI



**COLLEZIONE
ARIAPERTA**
LA NUOVA
RACCOLTA
TI ASPETTA

Viaggia green con Visa Debit

Concorso a premi valido dal 11.04.2022 al 30.06.2022



**CASSE RURALI
TRENTINE**



Richiedi Visa Debit e partecipa al concorso:
in palio trenta **bici elettriche Elops**
e una **Fiat 500 elettrica Action**

Tutte le immagini sono inserite a scopo illustrativo

Marketing CCB 04.2022 | Concorso a premi promosso da Cassa Centrale Banca - Credito Cooperativo Italiano S.p.A., valido dal 11/04/2022 al 30/06/2022. Totale montepremi €71.450,00 (iva inclusa). Regolamento disponibile su www.cassacentrale.it/it/visadebit e sui siti delle Banche aderenti all'iniziativa nella sezione Trasparenza. Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Funzionalità contactless disponibile sui POS abilitati. Per le condizioni contrattuali del prodotto è necessario fare riferimento ai Fogli Informativi disponibili presso gli sportelli e sul sito internet della Banca emittente.

casserurali.it



sommario

- primo piano**
- 6 Nuova fase della raccolta fondi
#Coopforucraina: l'impegno non si ferma
- 7 **Accoglienza dei profughi ucraini, l'iniziativa della Cooperazione trentina**
- famiglie cooperative**
- 10 Famiglia Cooperativa di Cavalese
La cooperativa parla inglese
di Sara Perugini
- 10 I 120 anni della Famiglia Cooperativa Vallagarina
La Famiglia Cooperativa, al centro della comunità
- 12 Famiglia Cooperativa Terme di Comano
Dopo due anni, torna l'assemblea in presenza
di Cristina Galassi
- 14 Coop Consumatori Alto Garda
Meno plastica nelle nostre acque
- consumi**
- 16 Le comunità energetiche
L'energia (pulita) della comunità per superare la crisi
di Roberto Lucin
- 17 **la cooperazione tra consumatori**
Coop For Future, un premio alla sostenibilità
- educazione**
- 18 Torna il festival dell'educazione
Educa. Scegliamo il futuro
di Silvia De Vogli
- 20 **Ogni mamma è la migliore**
di Silvia Martinelli
- società**
- 23 Falcone e Borsellino, le stragi 30 anni dopo
I giovani e l'eredità della memoria
di Alberto Conci
- ambiente**
- 25 Il libro dello zoologo Andrea Mustoni
Un uomo tra gli orsi
di Maddalena di Tolla Deflorian
- cultura**
- 28 Trento, Nuovo Cinema Astra
"Diventa uno di noi"
di Dirce Pradella
- tempo libero**
- 28 Carta In Cooperazione
Inglese e sport sul Monte Baldo e a Folgaria
- stare in salute**
- 30 **Dormire bene fa bene alla salute**
di Giorgia Nardelli
- 32 **Mind, la dieta da non dimenticare**

rubriche

- cultura libri**
- 27 **Le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- mangiare e bere**
- 32 **Asparagi e fragole**
Tavola di stagione
- coltivare**
- 34 **L'albero di Giuda**
Siliquastro: l'albero dai mille fiori fuxia
di Iris Fontanari



16

Le comunità energetiche da fonte rinnovabile

Le Comunità Energetiche nascono nella comunità, dai cittadini, insieme ad enti e imprese, per produrre e utilizzare energia da fonti rinnovabili, con vantaggi per tutta la comunità



17

Coop: un premio alla sostenibilità

14^a edizione di Coop For Future, il riconoscimento di Coop ai propri fornitori a marchio che si sono distinti per le politiche di sostenibilità verde. Quest'anno si aggiunge anche il premio "Close The Gap"



20

Ogni mamma è la migliore

I figli non hanno bisogno di mamme senza macchia e senza paura, che sacrificano sé stesse. Meglio ammettere che ci sono momenti di sconforto, che con il potere di una risata diventano bei ricordi



28

Monte Baldo e Folgaria: inglese e sport

Dedicate a bambine e bambini e ragazze e ragazzi dalla 3^a elementare alla 3^a superiore le speciali proposte per studiare l'inglese e dedicarsi allo sport, a tariffe scontate per i soci possessori di Carta In Cooperazione

A PARTIRE DAL 21 APRILE
UNA NUOVA RACCOLTA TI ASPETTA!

GARMIN® |  FERRINO

COLLEZIONE **ARIAPERTA**

Scopri la tua vera natura.



coop

**FAMIGLIA
COOPERATIVA** 


Scegliamo il futuro (e bentornate assemblee dei soci)

“Scegliamo il futuro!” In tempi di crisi come quelli che stiamo vivendo, dove incertezza e insicurezza sono sovrane, il tema proposto dal Festival dell'educazione in programma a Rovereto dal 6 all'8 maggio conforta; rappresenta un impagabile atteggiamento di fiducia nel domani e un appuntamento da non perdere, specie dai giovani, che dovranno crearsi un avvenire compatibile con le loro aspirazioni e la valorizzazione delle loro qualità, e dalle famiglie, che hanno bisogno, come non mai in passato, di recuperare prestigio e il loro ruolo di guida.

Fra i numerosi argomenti in discussione, tutti di notevole spessore e illustrati da studiosi seri e impegnati, merita una riflessione e un approfondimento il tema della pace soprattutto per il difficile e delicato momento in cui ci troviamo, incastrati tra la guerra alla pandemia e la guerra folle e insensata delle armi, entrata oggi prepotentemente nelle case attraverso le tv, internet e giornali, spesso con informazioni tendenziose o strumentalizzate.

Mi ha colpito poi in questi giorni

l'affermazione del prof. Tiziano Salvaterra, una vita vissuta tra gli studi e la cooperazione, che lamenta come molte assemblee di società cooperative si facciano ancora in remoto nonostante sia finita l'emergenza: “Si ha l'impressione che per molti amministratori l'assemblea generale sia un peso, il confronto con il socio una banalità che, se si può, si evita; l'assemblea con il notaio è meglio, più semplice, meno impegnativa”.

Di buon auspicio però la sua conclusione: “Vi è una parte di soci che ha voglia di partecipare, di incontrarsi, di discutere, anche solo di stare insieme, in un evento che sa di partecipazione, di coinvolgimento, di esserci specie in questa fase storica difficile, che disorienta, che ha bisogno di segni di speranza, di libertà verso qualcosa di diverso da ciò che abbiamo vissuto negli ultimi due anni...”.

Il nostro pensiero è che il socio è centrale, ha un ruolo fondamentale nel nostro movimento, va ascoltato e ci si deve confrontare con lui nella massima trasparenza a tutti i livelli, altrimenti la cooperazione non ha ragione di esistere.



DIRETTORE RESPONSABILE
Giuseppe Ciaghi

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

Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 14-04-2022
La tiratura del numero
di aprile 2022 di
“Cooperazione tra Consumatori”
è stata di 41.043 copie

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

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

IMPAGINAZIONE
Scripta società cooperativa

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

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



Ha raggiunto la cifra di oltre 1,2 milioni di euro la raccolta fondi #Coopforucraina, per portare un aiuto immediato alle famiglie in fuga dalla guerra. Avviata il 4 marzo, attraverso la collaborazione con l'Agenzia ONU per i Rifugiati-UNHCR, la Comunità di Sant'Egidio e Medici Senza Frontiere la raccolta continua a fornire assistenza sanitaria, kit di primo soccorso, cibo, vestiti e accoglienza al confine con l'Ucraina e anche al suo interno.

In un mese (dal 4 marzo al 4 aprile 2022) le donazioni ammontano a 1.200.000 euro, fra i



dall'Ucraina in questo mese. Come per la prima, anche in questa seconda fase la raccolta fondi è stata subito recepita, dal 5 aprile, anche nei 360 punti vendita Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore; quanto raccolto sarà destinato alle associazioni locali che si occupano dell'accoglienza, prima tra tutti l'iniziativa promossa dalla Federazione della Cooperazione Trentina, che prevede accoglienza immediata

nell'emergenza ma anche sul medio periodo, pensando anche all'inclusione all'integrazione delle persone accolte.

"Crediamo di aver contribuito in modo importante alla prima fase emergenziale e siamo consapevoli della fiducia che ci hanno accordato i nostri soci e consumatori anche in questa occasione. Fiducia rivolta a noi ma anche alle tre ong che sono state le destinatarie delle donazioni. Il numero dei donatori è davvero significativo ma lo è stata anche l'estrema generosità con cui hanno voluto partecipare spesso stanziando cifre ingenti – osserva Marco Pedroni presidente Coop Italia e Ancc Coop (Associazione Nazionale Cooperative di Consumatori) – Ora avviamo una seconda fase di raccolta fondi, dove sono protagoniste le cooperative e le associazioni locali che si stanno prodigando per garantire assistenza e accoglienza alle famiglie ucraine giunte in Italia nell'ultimo mese".

Nuova fase della raccolta fondi

#Coopforucraina: l'impegno non si ferma

Con Coopforucraina donati oltre 1,2 milioni di euro. Ora una seconda fase più territoriale gestita dalle singole cooperative a favore delle associazioni di accoglienza locali. Soci e i clienti possono continuare a contribuire nei punti vendita

contributi dei cittadini e il plafond di partenza pari a 500.000 euro versato dalle cooperative. I donatori sono stati oltre 81.000 e hanno contribuito in diverse modalità: degli oltre 1 milione e 200.000 euro, oltre 540mila gli euro raccolti sia attraverso le casse dei 1.100 punti vendita Coop, il resto sul conto corrente e sulla piattaforma di crowdfunding online Eppela.

La raccolta fondi #Coopforucraina è stata immediatamente promossa, già dal 5 marzo, anche nei 360 punti vendita Coop Trentino, Famiglia Cooperativa e Coop Superstore. "Abbiamo deciso di aderire fin da subito all'iniziativa organizzata da Coop perché non possiamo rimanere a guardare, – ha spiegato Renato Dalpalù, presidente del Consorzio Sait Coop – sono i nostri stessi

soci, da sempre solidali e attenti cittadini del mondo, che ci hanno chiesto di studiare modalità per soccorrere la popolazione ucraina, offrendo, con lo spirito che da sempre anima il movimento cooperativo, un aiuto rapido e concreto alle persone colpite".

LA NUOVA FASE DELLA RACCOLTA FONDI

Ora la campagna riparte con una nuova dimensione, spostandosi a livello territoriale delle singole cooperative, ma i soci e i clienti potranno continuare a contribuire nel punto vendita. A beneficiarne saranno le associazioni locali che già si stanno occupando dell'accoglienza dei profughi giunti



#Coopforucraina

COSA È STATO FATTO

L'oltre 1,2 milioni di euro raccolto fino ad oggi è impiegato su diversi fronti di attività delle tre associazioni partner dell'iniziativa. Ecco come

AGENZIA ONU PER I RIFUGIATI-UNHCR

UNHCR è presente e operativa in tutte le regioni dell'Ucraina e nei Paesi vicini. Anche grazie al contributo di Coop, UNHCR organizza trasporti aerei e convogli di as-

sistenza per fornire agli sfollati e ai rifugiati cibo e beni essenziali per la sopravvivenza, fra i quali coperte, alloggi di emergenza e abiti invernali. Garantisce servizi di protezione ai più vulnerabili, compresi i bambini; supporta la creazione di strutture di accoglienza; assicura alle famiglie che ne hanno bisogno assistenza economica diretta per far fronte alle spese di base.

In Ucraina, tra le altre cose, ha consegnato cibo e beni di prima necessità a 65 mila persone e supportato la ristrutturazione di 73 centri di accoglienza. In Polonia, ha fornito beni essenziali per la sopravvivenza

a 110 mila persone e garantito assistenza economica diretta a 4300 persone.

In Moldavia, ha garantito a 40 mila persone beni di prima necessità e assistenza economica diretta a 1300 persone.

COMUNITÀ DI SANT'EGIDIO

Presente in Ucraina dal 1991, Sant'Egidio ha costruito negli anni una rete di comunità che sono un punto di riferimento in tutto il paese. A seguito dell'invasione russa, alcune famiglie di Sant'Egidio, con bambini piccoli e anziani, si sono rifugiate nelle regioni occidentali dell'Ucraina e nei paesi confinanti,

Sono un centinaio le persone in fuga dalla guerra in Ucraina che la Cooperazione Trentina si appresta ad accogliere nelle prossime settimane. Mamme, figli e anziani che scappano in condizioni disperate e che arrivano in Trentino attraverso i mille percorsi della solidarietà e dell'accoglienza.

il nostro supporto, consapevoli che le risorse da reperire sono tante e che l'orizzonte temporale su cui lavorare non sarà breve". "Stiamo cercando di canalizzare tutta l'energia positiva che arriva dal nostro movimento cooperativo – ha aggiunto **Alessandro Ceschì**, direttore generale della Federazione, che ha ringraziato le persone e le imprese

nibilità di immobili offerti gratuitamente da Casse Rurali, comuni, privati cittadini. Gli appartamenti vengono presi in carico dalla Federazione, con contratto di comodato gratuito o simile, che a sua volta li renderà disponibili per gli ospiti.

Accoglienza dei profughi ucraini, l'iniziativa della cooperazione trentina

La rete delle cooperative trentine si è attivata per organizzare il soggiorno sul medio periodo delle famiglie in fuga dalla guerra, con servizi pensati per rendere meno traumatica la lontananza da casa. Coinvolte cooperative sociali, Consolida, Cla-Consorzio Lavoro Ambiente, Famiglie Cooperative

Il sistema cooperativo, attraverso le proprie strutture, consorzi e cooperative, farà la propria parte offrendo servizi di accoglienza che in maniera integrata si faranno carico di tanti aspetti pratici che riguardano il soggiorno. Dalla disponibilità di una abitazione dignitosa, alla mediazione linguistica, dal supporto psicologico all'accudimento dei bambini, fino al buono per la spesa alimentare in Famiglia cooperativa.

"La Federazione ha ricevuto tante sollecitazioni dalle cooperative e dai consorzi che si sono messi a disposizione con spontaneità per dare un contributo in questa situazione di emergenza – ha esordito **Germano Preghenella**, vicepresidente della Federazione e presidente di Cla –. Noi ci siamo concentrati sull'accoglienza ma anche sul medio periodo, cioè sulla fase che segue e che comprende l'inclusione e l'integrazione. Stiamo infatti cercando di strutturare una rete di appartamenti sul territorio che permetta a chi arriva di ricreare l'intimità familiare. Siamo allineati con Cinformi e la Provincia, ai quali ci affianchiamo per offrire



coinvolte per la accorata e solerte risposta – per razionalizzarla e gestirla. In questo la Federazione ha il ruolo di collettore, per cercare di fare ordine in un momento che è tutt'altro che ordinato. La nostra intermediazione mira anche a sollevare le cooperative, le organizzazioni e i privati che mettono a disposizione appartamenti dalle incombenze burocratiche ed amministrative, che vanno dai contratti alle bollette, per fare degli esempi, favorendo tutto il processo".

L'iniziativa prende le mosse dalla dispo-

IL PUNTO DI PARTENZA: L'EX CONVENTO DI ARSIO IN VALLE DI NON

Un primo elenco di immobili è già disponibile. Sono per lo più strutture in proprietà delle Casse Rurali: la più rilevante è un ex convento di proprietà della **Cassa Rurale Novella Alta Anaunia** ad Arsio, frazione di Brez in Valle di Non, che può ospitare fino ad una quarantina di persone. La Cassa, oltre che a mettere a disposizione l'immobile, anche attraverso la Fondazione **Alessandro Bertagnoli "il Sollevio"** si farà carico dei costi delle utenze.

Sarà quindi una struttura di tipo alberghiero dove potranno trovare ospitalità persone presumibilmente per brevi periodi. L'intervento sarà finanziato in parte dal consorzio **Melinda**, dalla **Cassa Rurale Valle di Non** e dal Comune di Novella, mentre la **cooperativa Kaleidoscopio** si occuperà dell'organizzazione generale e dei servizi dedicati.

Altri immobili sono offerti dalla **Cassa Rurale Alto Garda Rovereto** (due appartamenti), **Rurale Alta Valsugana** e **Rurale Valle di Non**. Anche il Comune di **Borgo Chiese** ha manifestato la possibilità di mettere a disposizione quattro o cinque alloggi, che saranno gestiti dalla **cooperativa Incontra** di Tione.

"La nostra Cassa Rurale ha messo subito a disposizione l'ex convento di Arsio, di cui siamo proprietari – ha detto **Fernando**



mentre le persone rimaste continuano, tra il coprifuoco e gli allarmi aerei, ad aiutare chi è più povero, come gli anziani e i senza dimora, e sostengono gli sfollati interni con la preparazione e la distribuzione di pasti e bevande calde.

Nelle scorse settimane gli aiuti raccolti in Italia, anche grazie alla campagna #CoopForUcraina – alimentari, medicinali, latte in polvere – sono stati distribuiti a **Kiev, Chernihiv, Cherson, Dnipropetrovsk, Kharkiv, Leopoli, Poltava, Stryj, Sumy**, presso ospedali, istituti e centri per l'infanzia, che sostengono il peso della presenza dei profughi interni.

La Comunità è attiva anche alla frontiera slovacca, in Ungheria e in Polonia, dove – a partire da Varsavia – decine di famiglie di rifugiati sono ospitate in casa, si distribuiscono generi di prima necessità alle persone in transito verso altre città o paesi europei e si promuovono attività educative e ricreative per i bambini nelle Scuole della Pace.

MEDICI SENZA FRONTIERE

Fin dal primo giorno di guerra **MSF** è in azione per una risposta d'emergenza nel paese. Finora ha inviato **kit chirurgici, traumatologici, farmaci per malattie croni-**

che e per afflussi di massa di pazienti a supporto degli ospedali ucraini (in particolare **Kiev, Karmatorsk, Odessa**), fornito formazione al personale delle strutture sanitarie sulla gestione di afflusso di massa di pazienti e inviato i propri team alle frontiere dei paesi limitrofi per rispondere ai bisogni medico umanitari delle persone in fuga.

MSF è attiva anche ai confini dell'Ucraina con cliniche mobili pronte a fornire assistenza medica, centri medici e un'area di supporto psicologico e psicosociale d'emergenza per le migliaia di donne, bambini, persone anziane e con disabilità in arrivo.



Miccoli, presidente Cassa Rurale Novella Alta Anaunia –. Si tratta di una struttura molto grande che è rimasta chiusa per un paio di anni a causa della pandemia, e che in precedenza offrivamo ad associazioni locali e provinciali per i soggiorni estivi”.

“Abbiamo sostenuto con forza questo progetto, perché desideriamo far sentire forte l'accoglienza del mondo agricolo trentino ai profughi in fuga – ha spiegato **Ernesto Seppi**, presidente Melinda –. La nostra sarà un'accoglienza integrata e di qualità; stiamo lavorando, insieme a decine di volontari della società civile, per rendere usufruibile nel più breve tempo possibile la struttura di Arsio. Servirà qualche giorno e poi saremo pronti”. “Il tema è quello della chiamata – ha aggiunto **Michele Odorizzi**, presidente cooperativa sociale **Kaleidoscopio** – perché ciascuno di noi sente la responsabilità di mettere a disposizione quello che ha per far fronte a questa crisi umanitaria. Oltre alla

struttura di **San Vito**, abbiamo offerto le nostre competenze ed esperienze nella gestione della struttura di Arsio, dove cureremo l'accoglienza e tutte quelle facilitazioni amministrative che consentiranno agli ospiti di spostarsi sul territorio, di mandare i figli a scuola, di avere innesti professionali e quant'altro di cui ci sarà bisogno”.

“Il nostro progetto – aggiunge **Serenella Cipriani**, presidente di **Consolida** – guarda all'oggi e quindi all'accoglienza in emergenza ma anche al domani, con l'obiettivo di dare un futuro inclusivo a queste persone, offrendo anche percorsi di integrazione sociale di medio termine”.

UN PROGETTO INTEGRATO

L'iniziativa intende farsi carico di tutti gli aspetti legati al soggiorno di persone in condizioni di grande stress emotivo e spesso prive di risorse economiche. Nella gestione degli appartamenti e nella predisposizione dei servizi sono coinvolte tutte le componenti della cooperazione trentina.

Il **Cla, Consorzio Lavoro Ambiente**, gestirà in particolare l'adeguamento delle strutture (pulizia, sistemazione, eventuale mobilio e suppellettili).

Le cooperative sociali coordinate dal consorzio **Consolida** garantiranno i servizi di prima necessità: mediazione linguistica, supporto psicologico, assistenza bambini, servizi per l'infanzia.

Queste persone avranno la possibilità di fare la spesa in Famiglia Cooperativa, usufruendo di buoni messi a disposizione dalla cooperazione di consumo. Ogni Famiglia Cooperativa potrà eventualmente integrare la cifra con proprie iniziative.

Si ipotizza la compartecipazione al finanziamento del progetto al 50% a carico del sistema cooperativo e altrettanto da parte dell'ente pubblico attraverso Cinformi.

La Cooperazione si avvarrà anche del sostegno del fondo con finalità sociali alimentato dalla bolletta etico-solidale Etika.

Formazione, Feel Coop Nuovi talenti per le imprese cooperative

Feel Coop è la nuova proposta formativa per chi vuole intraprendere una carriera professionale nel mondo cooperativo. Iscrizioni entro il 15 maggio

Il secondo “Rapporto sulla Cooperazione”, curato da Euricse nel gennaio 2022, evidenzia che in Trentino l'economia cooperativa (che genera, con l'indotto, un valore pari al 13,5% dell'intera economia locale, occupando circa 17.000 persone) ha saputo reggere all'onda d'urto della pandemia, ricercando nel rapporto con il territorio le giuste leve per continuare ad esercitare il proprio ruolo di servizio alla comunità. **Ora si avverte la necessità di rafforzare le potenzialità innovative di tali imprese, attraverso il coinvolgimento di nuove figure professionali** in grado di leggere la complessità del contesto e di proporre soluzioni e progetti al passo con le evoluzioni dei mercati e dei bisogni.

Feel Coop nasce proprio con l'intento di soddisfare questo fabbisogno di competenze, attraverso la formazione di nuovi professionisti che, una volta terminato il percorso e inseriti in realtà imprenditoriali solide, siano in grado di **stimolare in modo propositivo processi decisionali, strategici e progettuali finalizzati allo sviluppo delle imprese cooperative.**

“Ci rivolgiamo in particolare sia a

giovani laureati alla ricerca di un'occupazione, sia a chi già lavora in ambito cooperativo ma desidera aggiornare e rafforzare le proprie competenze manageriali -

spiega Paolo Fontana, responsabile dell'Area Formazione di Euricse -. *Siamo convinti che le imprese cooperative possano affrontare con successo i veloci e radicali cambiamenti occorsi ai mercati di riferimento e, per fare ciò, c'è bisogno di coltivare e valorizzare nuovi “talenti manageriali”, questo è esattamente l'obiettivo di Feel Coop”.*

Feel Coop prevede una prima parte di **formazione in aula in presenza (90 ore)** grazie alla quale conoscere i fondamenti dell'economia cooperativa e sviluppare competenze gestionali e di progettazione strategica. La seconda parte del percorso, invece, offre la possibilità di scegliere tra uno **stage lavorativo** (con inserimento full-time in azienda) oppure l'implementazione di un **project work** (lo sviluppo di un'idea progettuale basata sulle esigenze e gli obiettivi di sviluppo concordati con l'impresa ospitante). **Con questa duplice modalità i corsisti avranno la possibilità di mettere immediatamente alla**



prova, all'interno delle imprese cooperative, le conoscenze e le competenze specifiche acquisite nel percorso formativo.

Grazie al supporto di Fondazione Caritro, Feel Coop mette a disposizione tre borse di studio da assegnare a laureati o laureandi under 35.

I profili in uscita potranno ricoprire i ruoli di manager, funzionari di cooperative o consorzi, ma anche responsabili di settore e/o coordinatori di progetti erogati dalle cooperative, oppure consulenti che operano per lo sviluppo delle imprese cooperative. Le iscrizioni scadono il 15 maggio. Info <https://www.euricse.eu/it/training/feel-coop/>

L'iniziativa è realizzata da Euricse, con il Consorzio Lavoro Ambiente e il Centro Servizi Volontariato del Trentino, e il supporto della Fondazione Cassa di Risparmio di Trento e Rovereto

ViviBici

pedalare ✨ conviene



Per te **50 Giga** semplicemente pedalando



ogni 10 Km



ottieni 1 Giga

Grazie alla App "ViviBici" ogni 10 Km accumulati in bici riceverai 1 Giga aggiuntivo, fino a un massimo di 50 Giga. Attivabile su tante promozioni CoopVoce!



Scarica gratuitamente l'App ViviBici

Per tutti i dettagli consulta il materiale a punto vendita e sul sito www.coopvoce.it

coopvoce
Comunicare è semplice



Quello su cui opera la Famiglia Cooperativa di Cavalese è un territorio ad alta vocazione turistica, protagonista di molti eventi internazionali e che nel 2026 avrà puntati addosso gli occhi di tutto il mondo in occasione dei Giochi olimpici invernali. Conoscere le lingue straniere diventa, pertanto, una competenza fondamentale per chi opera in questo contesto. Soprattutto se svolge un lavoro a contatto con la clientela. È così che la Famiglia Cooperativa di Cavalese ha deciso di proporre al proprio un corso di inglese. “Negli anni passati

Famiglia Cooperativa di Cavalese **La cooperativa parla inglese**

Un corso gratuito di inglese per tutti i collaboratori della cooperativa: per offrire un servizio sempre migliore anche ai turisti, promuovere i prodotti locali, prepararsi al meglio per le Olimpiadi invernali

di **Sara Perugini**



– racconta il direttore **Marino Sbetta** – abbiamo potuto contare su alcune collaborazioni stagionali con persone che parlavano più lingue straniere. Riteniamo però importante sviluppare queste competenze anche al nostro interno. Da un lato, per poter offrire un servizio di maggiore qualità al turista straniero che viene ad acquistare nei nostri punti vendita. Dall'altro, permettere a chi lavora in cooperativa di svolgere i propri compiti con maggiore sicurezza e facilità”.

Nasce così la proposta, sostenuta dall'intero consiglio di amministrazione, di offrire a tutti i dipendenti la possibilità di imparare o migliorare il proprio inglese, gratuitamente. In collaborazione con la scuola di lingue Clm Bell, di proprietà della Fondazione Cassa Rurale di Trento, e il supporto dell'Area Formazione e Cultura Cooperativa della Federazione, è stato progettato un **percorso della durata di cinque anni**, avviato lo scorso autunno, declinato su due livelli: **principianti e intermedi**.

“Abbiamo scelto – spiega il presidente **Alessandro Sontacchi** – di coinvolgere in questa iniziativa non solo le persone che più si relazionano con soci e clienti, ma tutte le collaboratrici e i collaboratori interessati a imparare o migliorare la propria conoscenza di questa lingua, indipendentemente dal ruolo ricoperto in cooperativa”.

L'opportunità è stata colta da una trentina di persone, tra dipendenti e consiglio di amministrazione. “Siamo consapevoli – conclude Sontacchi – che la nostra cooperativa ha anche un importante ruolo a livello turistico, come vetrina dei prodotti tipici del nostro territorio e canale di vendita delle produzioni agroalimentari locali. Un ruolo che avrà sempre più peso in futuro, anche in vista degli eventi internazionali che saranno ospitati dalla nostra valle, e per il quale ci stiamo preparando al meglio”.

La Famiglia Cooperativa Vallagarina si sta preparando a festeggiare, nel mese di maggio, i suoi 120 anni di attività. Molte le iniziative in programma, unite tutte dal tema della comunità, come quella appunto della Famiglia Cooperativa Vallagarina, che, unica in Trentino, si sviluppa da Brentino-Belluno Veronese, nella provincia di Verona, e risalendo l'Adige coinvolge Borghetto, Avio, Ala, Vo' Sinistro, Sabbionara, Pilcante, Santa Margherita, Chizzola, Serravalle: una serie di piccoli centri nei quali la Famiglia Cooperativa ha da sempre i suoi negozi, compresa una **farmacia**, accanto al supermercato di Avio.

La Famiglia Cooperativa Vallagarina è il risultato dell'unione di cinque cooperative di consumo, di Avio, Ala, Chizzola, Pilcante, Serravalle.

La sua storia inizia il 4 marzo 1902, con la fondazione della Famiglia Cooperativa di Avio, voluta dall'arciprete Francesco Heiderpech, anima del movimento cooperativo nel paese, sull'onda di altre cooperative che da qualche anno stavano sorgendo nel territorio trentino, per venire incontro ai bisogni e alle necessità primarie della popolazione locale. Già dieci anni più tardi l'esperienza cooperativa veniva replicata con la nuova filiale nella frazione di Sabbionara; negli anni successivi la



La sede di Avio, con la farmacia. Per festeggiare il 120° anniversario, nei negozi della Famiglia Cooperativa si troverà una speciale campagna promozionale dedicata ai prodotti a marchio Coop. In basso, una immagine della Famiglia Cooperativa di Avio nei primi anni del 1900

La cooperazione per la scuola “Conoscere la cooperazione”

Nella progettazione delle iniziative per festeggiare il 120° anniversario della Famiglia Cooperativa particolare attenzione è stata dedicata al mondo della scuola, “per far conoscere ai giovani i valori mutualistici e di solidarietà del movimento cooperativo”, sottolinea il presidente Stefano Libera.

Già nel mese di marzo ha infatti preso il via nelle **scuole medie di Avio il ciclo “Conoscere la cooperazione”**, organizzato con la collaborazione dell'Area Formazione e Cultura Cooperativa della Federazione Trentina della Cooperazione e con il sostegno delle Cassa Rurale Vallagarina e di Asset, l'associazione dell'istituto di credito cooperativo di servizio ai soci e ai territori.

Il ciclo “Conoscere la cooperazione” si svilupperà lungo un percorso triennale con corsi di educazione cooperativa che vedranno la collaborazione delle cooperative locali: ad esempio, per il corso sul Consumo consapevole ci sarà la Famiglia Cooperativa; per conoscere la filiera del latte dalla stalla ai formaggi, il **Caseificio di Sabbionara**; per le produzioni agricole e per il vino, le **Cantine sociali locali**; per scoprire come funziona una banca, la **Cassa Rurale**.



I 120 anni della Famiglia Cooperativa Vallagarina **La Famiglia Cooperativa, al centro della comunità**

Le iniziative per i 120 anni della Famiglia Cooperativa si concentreranno sull'interazione tra cooperazione e comunità: le cooperative di comunità, le comunità energetiche, le comunità educanti, e il ruolo di punto di riferimento della Famiglia Cooperativa

di **Cristina Galassi**

Cooperativa si rafforzava e incorporava le Famiglie Cooperative di Borghetto (1929) e Vò Sinistro (1930). In quel periodo i soci potevano contare su un'offerta di prodotti e servizi legati al settore alimentare, alle manifatture, al legname, alla ferramenta, alle scorte agrarie, alle carni, con una propria macelleria, ai farmaceutici, alla panificazione e... addirittura un servizio di trebbiatura! Verrà poi la Seconda Guerra Mondiale, cui seguirà un nuovo periodo di intenso sviluppo e rinnovamento per la cooperazione di consumo nella zona, che proseguirà nei decenni. Alla fine degli anni '90 le Cooperative della Vallagarina avviano una fase di discussione interna per condividere un nuovo sistema organizzativo, in grado di garantire servizi e dimensioni più consoni alle nuove esigenze del mercato, giungendo nel 1999 all'accorpamento tra le Famiglie Cooperative di Avio, Pilcante, Serravalle, Chizzola ed Ala e alla nuova denominazione sociale: Famiglia Cooperativa Vallagarina Società Cooperativa.

Una lunga storia, densa di eventi. "Il 120° anniversario sarà l'occasione – spiega il presidente Stefano Libera – per un momento di festa, ma anche per proporre una riflessione sui nuovi modelli di cooperative che intercettino i bisogni del presente".

La Famiglia Cooperativa Vallagarina ha oggi una rete di dieci negozi (Brentino-Belluno Veronese, Borghetto, Avio, Ala, Vò Sinistro, Sabbionara, Pilcante, Santa Margherita, Chizzola, Serravalle); i suoi soci sono circa 2400 soci; 32 i dipendenti; il direttore è Stefano Longhi.

LE INIZIATIVE PER IL 120° ANNIVERSARIO

L'obiettivo delle iniziative è di innovare il rapporto con i soci della Famiglia Cooperativa, anche creando percorsi di educazione alla cooperazione insieme agli Istituti Comprensivi di Avio e Ala, con i quali la collaborazione è stata efficace pure durante la pandemia.

Il 120° offrirà inoltre una nuova occasione

per condividere questi temi con incontri con le comunità sul territorio nelle settimane precedenti la data fissata per l'evento celebrativo, venerdì 6 maggio, e per migliorare il servizio della Famiglia Cooperativa in alcune località, invitando soci e clienti a dire la propria, con indicazioni e suggerimenti.

Per festeggiare il 120° anniversario nei negozi si troverà una speciale campagna promozionale dedicata ai prodotti a marchio Coop; l'evento permetterà anche di presentare la nuova Carta In Cooperazione.

L'EVENTO DEL 6 MAGGIO

L'evento del 6 maggio (ore 18, teatro di Avio), sarà dedicato al tema delle comunità e della cooperazione, con riflessioni sul ruolo dei piccoli negozi cooperativi, sulle cooperative di comunità (molto simili alle cooperati-



ve di consumo), sulle attualissime comunità energetiche, sulle comunità educanti.

L'incontro vedrà nel ruolo di relatori: **Luca Riccadonna**, presidente dei giovani cooperatori che parlerà delle cooperative di comunità; **Annibale Salsa** – che ha insegnato antropologia culturale all'Università di Genova, è stato presidente del Club alpino italiano e del Gruppo di Lavoro "Popolazione e cultura" della Convenzione delle Alpi – analizzerà la vita delle piccole comunità di montagna; il presidente della Federazione della Cooperazione Trentina **Roberto Simoni**, che affronterà il tema delle comunità energetiche e della nuova legge regionale; **Paola Dalsasso** referente del settore consumo della Federazione della Cooperazione Trentina, farà il punto del settore consumo.

Le ragazze e i ragazzi delle scuole medie di Avio presenteranno le loro considerazioni sulla cooperazione maturate grazie al ciclo "Conoscere la cooperazione".

All'evento parteciperanno i sindaci di Ala, Avio e Brentino Belluno, il presidente della Provincia di Trento Maurizio Fugatti (socio della Famiglia Cooperativa Vallagarina) e i presidenti delle cooperative locali.



Il supermercato di Ponte Arche, ritratto anche nella seconda foto della pagina a fianco. In questa pagina, in basso, uno dei 5 punti vendita sul territorio della Famiglia Cooperativa, recentemente rinnovato: il negozio di Stenico

side è Ivonne Sansoni, il direttore Fabio Armanini, 18 i dipendenti.

ASSEMBLEA 2022

I risultati del bilancio d'esercizio 2021, l'andamento delle vendite nei 5 negozi, gli assortimenti, il ruolo dei soci e dei negozi nella comunità saranno tra i temi principali proposti all'assemblea dei soci del 13 maggio, nella ricerca di una nuova condivisione delle scelte, delle prospettive per il futuro.

Tra i dati di bilancio che saranno presentati per l'approvazione all'assemblea dei soci spiccano le vendite, che sfiorano i 4 milioni di euro, i quasi 700mila euro di sconti di cui hanno beneficiato soci e clienti, i 75mila euro di utile: dunque una Famiglia Cooperativa che continua, nonostante questi difficili anni, a svolgere il suo servizio con buoni risultati, ma che invita anche ogni socio a prendersi cura del suo negozio, a considerarlo come un bene della comunità di cui si è responsabili. Fare la spesa in un piccolo negozio di una Famiglia Cooperativa significa scegliere di conservare e sviluppare un servizio molto prezioso per tutta la comunità e per il suo benessere.

LA RETE DI 5 NEGOZI

I 5 punti vendita della Famiglia Cooperativa Terme di Comano sono da oltre un secolo veri punti di riferimento per la gente di questa zona delle Giudicarie Estere, anche perché la cooperazione tra consumatori è nata proprio qui, nel 1890, grazie a don Guetti, a pochi chilometri da Ponte Arche, esattamente a Santa Croce di Bleggio. Da allora la Famiglia Cooperativa è impe-

Famiglia Cooperativa Terme di Comano

Dopo due anni, torna l'assemblea in presenza

Finalmente si torna all'incontro con i soci in presenza: un invito alla partecipazione, per condividere anche le scelte per il futuro. E per festeggiare i primi 10 anni di attività del grande supermercato di Ponte Arche

di **Cristina Galassi**

Sarà un'assemblea speciale quella che la Famiglia Cooperativa Terme di Comano sta preparando per venerdì **13 maggio 2022**: finalmente si torna all'incontro con i soci in presenza, dopo due anni di assemblee a distanza, e sarà questo un motivo in più anche per festeggiare i 10 anni di attività del grande supermercato di Ponte Arche.

Accanto ai quattro negozi, più piccoli, che servono le località di **Larido, Santa Croce, Stenico e Villa Banale**, figura infatti il supermercato inaugurato nella primavera del 2012 nello spazio delle ex Aziende Agrarie, in via Prati, a Ponte Arche: con i suoi 860 mq di superficie, il reparto alimentare dominato da freschi e freschissimi, il grande banco di gastronomia con rostitteria calda, la macelleria, l'assortimento di prodotti biologici e il reparto abbigliamento e tessile per la casa, il supermercato ha saputo rispondere alle nuove esigenze dei soci e dei clienti, ha reso più forte e sostenibile la rete dei negozi della Famiglia Cooperativa Ter-

me di Comano e ha contribuito all'aumento della base sociale della Famiglia Cooperativa, passata dai 1060 soci del 2012 ai circa 1500 di oggi.

La Famiglia Cooperativa Terme di Comano è nata nel 2004 dall'unificazione della Famiglia Cooperativa di Quadra-Santa Croce (la prima creata in Trentino, nel 1890) con la Famiglia Cooperativa di Villa Banale. La pre-



gnata ad assicurare un servizio anche in località dove il negozio di alimentari altrimenti mancherebbe: il punto vendita della Famiglia Cooperativa, seppur piccolo, garantisce

sempre un indispensabile presidio per la comunità, peraltro dimostrato con maggiore evidenza e in tutta la sua rilevanza durante la pandemia Covid.



Le produzioni speciali dell'agricoltura locale

Oltre agli assortimenti di produzioni locali che si trovano in ogni settore dei 5 negozi della Famiglia Cooperativa Terme di Comano, nel supermercato di Ponte Arche c'è anche uno spazio dedicato all'associazione Deges (Diffusione Enogastronomica Giudicarie Esteriori) impegnata nella valorizzazione di questo territorio, le Giudicarie esteriori, riconosciuto patrimonio dell'Unesco, e dei suoi prodotti agricoli. Tutti i prodotti Deges rispondono ad un disciplinare molto rigoroso: pane, carni e salumi, latte e formaggi, ortofrutta, noci, miele, erbe officinali, vini: per tutti la produzione e/o trasformazione devono avvenire integralmente sul territorio.

A caratterizzare e rendere unici i 5 negozi della Famiglia Cooperativa Terme di Comano è oggi l'unione tra l'attenzione particolare alle produzioni dell'agricoltura locale, molto amate dai soci e dai clienti, e un'offerta capace di rispondere al nuovo modello di consumi che le persone, le famiglie chiedono: **attento all'ambiente, alla qualità e alla sostenibilità, anche sociale, mantenendo prezzi competitivi**, anche in

questo periodo di rincari generalizzati. Tutto questo è possibile grazie ai **prodotti a marchio Coop e all'associazione al Consorzio Sait-Famiglie Cooperative**: far parte di un sistema così grande e forte permette di offrire, anche nei negozi più piccoli, assortimenti all'avanguardia e prezzi competitivi, praticamente gli stessi che si trovano nei grandi supermercati dei grandi centri.

I buoni risultati del bilancio d'esercizio 2021 confermano la validità di queste scelte e invitano a rafforzarle: **la fiducia dei soci** che continuano a preferire il loro negozio cooperativo, nonostante l'arrivo di grandi supermercati in zona, va premiata e valorizzata. Così come va riconosciuto e valorizzato il **ruolo dei piccoli punti vendita**, per il servizio che assicurano e per la funzione sociale che svolgono. Dei circa 380 negozi Famiglia Cooperativa-Sait-Coop Trentino, (presenti nel 90% dei comuni del territorio provinciale) ben 220 sono gli unici esercizi pubblici

del paese. I piccoli punti vendita evitano la desertificazione, offrono occupazione, aiutano il turismo e l'economia locale, e sono un irrinunciabile luogo di socializzazione.

10° ANNIVERSARIO E PRODOTTI COOP

I prodotti a marchio Coop saranno anche al centro dei festeggiamenti previsti per il decennale del supermercato di Ponte Arche, con promozioni speciali legate alle novità. L'obiettivo è far conoscere ancora meglio i prodotti Coop: ottimi prodotti a prezzi veramente competitivi, che si distinguono non solo per la convenienza – per il loro rapporto qualità/prezzo difficilmente superabile – ma per la qualità, la sicurezza, l'italianità. Coop Italia è sempre più impegnata nella tutela del potere d'acquisto dei soci e delle famiglie, per questo sta lavorando per evitare quei processi speculativi e aumenti ingiustificati che possono verificarsi in periodi come quello che stiamo attraversando.



**RISPARMIA
CON**

**CATTOLICA
ASSICURAZIONI**

DAL 1896

**SIAMO A TRENTO SUD
DI FIANCO AL SUPERSTORE**

**CHIEDI
UN PREVENTIVO
RC AUTO**



**SOCIETÀ CATTOLICA
DI ASSICURAZIONE SPA**

AGENZIA ASSICOM SRL

Centro Direzionale Trento Sud n. 13 (Big Center), 38123 Trento
Tel. 0461 822321 - Cell. 335 6150670 - info@assicom-trento.it



gnate; le bottiglie devono avere il logo PET, essere vuote, non schiacciate, con o senza tappo e con etichetta e codice EAN leggibile; con gli scontrini che documentano lo smaltimento di bottiglie si ha diritto ad un premio a scelta, da ritirare nei negozi di Coop Alto Garda.

IL SEABIN

Accanto al progetto “Rifiuti ben spesi. Riciclare conviene”, Coop Alto Garda ha

ra e cattura i rifiuti galleggianti, incluse plastiche e microplastiche (fino ad un chilo e mezzo al giorno: mezza tonnellata all'anno) ed espelle l'acqua filtrata. Obiettivo di “Un mare di idee per le nostre acque” è promuovere la sensibilizzazione delle persone e il cambiamento culturale nei consumi.

GLI SVILUPPI DEL PROGETTO

Anche questo progetto è seguito dal prof. Luca Fambri e per la Fraglia dal consigliere Paolo Matteotti, responsabile dei progetti di sostenibilità ambientale. Fin dalla sua inaugurazione il Seabin è rimasto quasi sempre acceso – ci spiega Fambri – ma si è modificata parzialmente la sua funzione; oltre

Coop Consumatori Alto Garda Meno plastica nelle nostre acque

Gli importanti sviluppi del progetto “Sea-bin” a Riva del Garda e l'incontro con le scuole per presentare il compattatore che invita a non disperdere la plastica: due iniziative per limitare l'impatto ambientale della plastica

Coop Consumatori Alto Garda ha organizzato per il 12 aprile 2022 una mattinata dedicata alle scuole per presentare il compattatore di bottiglie di plastica, installato da qualche mese all'ingresso del supermercato Coop Alto Garda nel centro commerciale Blue Garden di Riva del Garda. A parlare dell'utilità del compattatore sarà il prof. Luca Fambri, professore di scienza e tecnologia dei materiali presso il Dipartimento di Ingegneria Industriale, che spiegherà ai ragazzi le problematiche ambientali legate alla plastica ed il valore del riciclo.

RIFIUTI BEN SPESI

Il compattatore di bottiglie di plastica è il fulcro del progetto “Rifiuti ben spesi. Riciclare conviene”, voluto da Coop Consumatori Alto Garda per sensibilizzare tutti al rispetto dell'ambiente, alla riduzione del consumo di materiali plastici e per sollecitare l'attenzione sul tema della dispersione di materiali plastici.

Il compattatore è una macchina “mangiaplastica”: ciascuno può inserire nella macchina le bottiglie vuote in plastica, a fronte delle quali si riceve uno scontrino che certifica il numero di bottiglie conse-

accolto e promosso, dal 17 giugno 2021, “Un mare di idee per le nostre acque”: alla Fraglia della Vela di Riva del Garda è stato collocato il 27° Seabin della campagna Coop con LifeGate per ridurre l'inquinamento da plastica e microplastiche nelle acque di mari, fiumi, laghi.

Il Seabin è un “cestino” a pelo d'acqua, che azionato da una pompa a immersione atti-

alla pulizia delle acque, è utilizzato per il controllo delle plastiche e degli altri materiali che galleggiano sulle acque del Lago.

Per questo motivo sono state stipulate convenzioni tra Fraglia della Vela Riva ed Istituti Scolastici, inizialmente il Liceo A. Maffei di Riva del Garda, a cui si è aggiunta a dicembre 2021, Gardascuola di Arco; sono stati



Il compattatore di bottiglie di plastica, fulcro del progetto “Rifiuti ben spesi. Riciclare conviene”, all'ingresso del supermercato Coop Alto Garda, nel centro commerciale Blue Garden di Riva del Garda





Nella foto a sinistra il cestino Seabin collocato alla Fraglia della Vela di Riva del Garda; qui a fianco un primo piano del cestino e sotto un esempio dei materiali raccolti. Oltre alla sensibilizzazione sul problema delle plastiche e alla pulizia delle acque, il Seabin è utilizzato per il controllo delle plastiche e degli altri materiali che galleggiano sulle acque del Lago



formalizzati due progetti Scuola-Lavoro: gli studenti, in autonomia oppure accompagnati da insegnanti, prelevando quanto si trova nel cestino del Seabin, raccolgono e valutano le diverse tipologie di materiali presenti, separano ed infine pesano i vari tipi di plastica. Questo lavoro si è svolto per tutta l'estate 2021, ed è programmato anche nel periodo inverno-primavera fino a maggio, ed estendibile anche in estate.

Quella che era partita come una operazione di pulizia – sottolinea Fambri – si è trasformata anche in un **progetto di monitoraggio e di sensibilizzazione** per la valutazione delle plastiche (sia macroplastiche sia microplastiche) presenti nel Lago di Garda: si possono infatti raccogliere e studiare materiali per capire la diffusione della plastica, ed il suo degrado.

CON L'UNIVERSITÀ DI TRENTO

Ma non è tutto: un grande contributo a queste attività con **un approccio scientifico più specifico viene dal Laboratorio Polimeri e Compositi dell'Università di Trento**. Coordinati dal prof. Luca Fambri,

del Dipartimento di Ingegneria Industriale, sono stati coinvolti anche **un tecnico di laboratorio e lo studente Cristian Cavallar** (foto riquadro) **per lo svolgimento di tesi** (Corso di laurea in Ingegneria industriale), dal titolo *"Contaminazione di plastiche nel lago di Garda. Caratterizzazione di manufatti e monitoraggio di Sea-bin"*, discussa il 18 marzo 2022.

Grazie alla collaborazione con l'Università di Trento il materiale plastico separato dagli altri materiali viene classificato distinguendo le microplastiche per le dimensioni inferiori ai 5 mm. ed analizzato tramite spettroscopia FTIR per **riconoscere il tipo di plastica**.

Un esempio della raccolta dopo 24 ore di funzionamento: circa 100 grammi totali di materiale parzialmente essiccato, di cui il 2.5% di macroplastica (13 oggetti) e 0.6% di 177 pezzetti di microplastiche; degli oltre 5000 pezzetti di microplastiche raccolti il 72% è di polietilene PE, il 15% di polipropilene PP, ed il 12% di polistirene PS (principalmente polistirolo espanso in forma sferoidale disgregata). **Il peso medio di un pezzetto di microplastica è di 5 milligrammi.**

Un prossimo obiettivo del Progetto Seabin – conclude Fambri –, grazie a Coop Alto Garda e a Fraglia della Vela Riva, agli Istituti Superiori e all'Università, è anche **la valutazione comparata delle diverse tipologie di microplastiche con analisi quantitative ed analisi qualitative nei vari periodi stagionali**.

Le attività svolte con Sea.bin sono state presentate all'evento "Il lago e l'ecologia e la Fraglia", presso Fraglia della Vela in occasione del "40° Lake Garda Meeting Optimist", il 16 aprile ore 17, da parte di P. Battocchi (Liceo A. Maffei), S. Sartorelli (Gardascuola), C. Cavallar e L. Fambri (Università).

Prima dei progetti "Un mare di idee per le nostre acque" e "Rifiuti ben spesi. Riciclare conviene", Coop Alto Garda ha promosso **"L'ambiente non è usa & getta"**, l'iniziativa con la quale Coop Alto Garda ha scelto già nel 2019 di non vendere più prodotti in plastica usa & getta, come piatti, bicchieri e posate, (in anticipo rispetto alla normativa europea che ne prevedeva la messa al bando dal 3 luglio 2021), per modificare i comportamenti dei consumatori. (C. Galassi)

Fino a poche settimane fa, prima del fortissimo aumento dell'energia da fonti fossili e prima del conflitto in Ucraina, le motivazioni per promuovere la transizione ecologica erano la lotta al cambiamento climatico e la tutela della salute delle persone. Oggi sappiamo che la nostra dipendenza da petrolio e gas ha portato ad una ulteriore crescita del loro prezzo, e che i profitti che ne derivano finanziano l'invasione dell'Ucraina e quei crimini che sono sotto i nostri occhi ogni giorno. Abbiamo quindi una ulteriore, forte motivazione per impegnarci nella transizione ecologica. Oggi ognuno di noi può attivamente farlo, parteci-

ad un modello di produzione distribuita, che permette il consumo di **energia a km zero** e lo sviluppo di **reti intelligenti** che si realizzano anche attraverso l'evoluzione dei consumatori in *prosumer*, ovvero soggetti che non si limitano a consumare energia elettrica (consumer), ma **partecipano attivamente al processo produttivo** (producer).

COS'È UNA COMUNITÀ ENERGETICA

Una significativa opportunità in tal senso è offerta dalle Comunità Energetiche da Fonte Rinnovabile (CER), **un'associazione territoriale tra cittadini, piccole e medie**

sistemi di accumulo e colonnine per la ricarica di veicoli elettrici

I VANTAGGI DELLA COMUNITÀ ENERGETICA

L'adesione ad una Comunità Energetica permette di ottenere:

- **benefici ambientali** dati da una produzione di energia elettrica esclusivamente da fonti rinnovabili e dal fatto che una produzione distribuita evita di dissipare energia in perdite di rete;
- **un risparmio in bolletta per la riduzione di tutte le componenti variabili** (quota energia, oneri di rete e imposte

Le comunità energetiche da fonte rinnovabile

L'energia (pulita) della comunità per superare la crisi

Le Comunità Energetiche nascono nella comunità, dai cittadini, insieme ad enti e imprese, per produrre e utilizzare energia da fonti rinnovabili, con vantaggi per tutta la comunità

di **Roberto Lucin**

pando alla produzione di energia pulita, grazie alle Comunità Energetiche, ora incentivate anche dalle semplificazioni introdotte dal recente **D.Lgs. 199 del 30 novembre 2021**, in attuazione della **direttiva UE 2018/2001** per la promozione dell'autoconsumo di energia elettrica anche in forma collettiva.

ENERGIA A KM ZERO

L'UE si è impegnata a raggiungere la **neutralità climatica** entro il 2050 attraverso la **riduzione delle emissioni di gas serra**, con un obiettivo intermedio di riduzione del 55% rispetto ai livelli del 1990 entro il 2030; si stima che il 75% delle emissioni di gas serra prodotti dall'UE sia riconducibile alla produzione e all'uso di energia. Per **ridurre le emissioni di gas serra** è necessaria **una transizione energetica che punti su modelli di produzione e consumo più sostenibili**, quindi sulla produzione da fonti rinnovabili, sul risparmio energetico e l'efficienza dei consumi.

In questo contesto, favorite anche dall'evoluzione tecnologica, si stanno creando le condizioni per **passare da un modello di produzione di energia elettrica centralizzata**

imprese, enti e amministrazioni locali, con scopo mutualistico: la produzione e l'autoconsumo di energia pulita, ovvero da fonti rinnovabili (energia solare, eolica, idraulica), con benefici ambientali, economici (sostegno alle imprese), sociali (lotta alla povertà energetica che colpisce le famiglie) a livello di comunità.

Privati e aziende che possiedono un impianto per la produzione di energia elettrica da fonti rinnovabili, oltre all'autoconsumo, possono dunque fare rete tra loro; l'energia condivisa,

quali accise e Iva) dell'energia consumata e autoprodotta;

- **la valorizzazione dell'energia prodotta in eccesso rispetto al proprio fabbisogno**, sia attraverso i contributi riconosciuti dal GSE, sia grazie alla valorizzazione dell'energia ceduta alla rete;
- **agevolazioni fiscali**: per i privati è possibile detrarre dall'Irpef il 50% dei costi di realizzazione dell'impianto, per le imprese è previsto il super-ammortamento del 130% del valore dell'investimento.



misurata dai contatori, viene incentivata con un **contributo riconosciuto dal Gestore dei Servizi Energetici (GSE) per 20 anni**.

Gli impianti di produzione devono avere una potenza complessiva non superiore a 1 MW ed essere connessi alla rete elettrica attraverso la stessa cabina primaria, quindi un'area molto estesa che può corrispondere ad un territorio di diversi comuni. Sono ammessi solo gli impianti di nuova costruzione o i potenziamenti di impianti esistenti; i punti di connessione ammessi possono essere anche

Nella nostra realtà possiamo immaginare una Comunità Energetica composta da tante famiglie che producono energia elettrica con pannelli fotovoltaici sul tetto di casa, ed essendo l'autoconsumo inferiore alla produzione, cedono energia elettrica alla rete; nella stessa comunità ecco una o più aziende (ad esempio una Famiglia Cooperativa o una coop agricola) che hanno consumi durante tutta la giornata, sabati e domeniche inclusi e che possono consumare l'energia condivisa creando la contemporaneità virtuale che viene incentivata.

Un rapporto di Legambiente del 2021 sulle Comunità Energetiche da fonte rinnovabile conta circa 20 soggetti attivi e altri 7 in progetto, distribuite su tutto il territorio nazionale che coinvolgono enti pubblici, famiglie, piccole e medie imprese, e cooperative. Per i prossimi anni si stima una forte crescita, favorita anche dalle semplificazioni introdotte dal D.Lgs. n. 199 del 30 novembre 2021.

Uno studio del Politecnico di Milano (Electricity Market Report) stima che le CER in Italia saranno circa 40mila nel 2025 e coinvolgeranno oltre un milione di famiglie, 200mila uffici e 10mila piccole e medie imprese.



della sostenibilità in ogni sua accezione, partendo dal presupposto che molte azioni, oltre a portare ad un beneficio per l'ambiente e l'uomo, possono generare contemporaneamente un beneficio economico.

DUE COMITATI SCIENTIFICI

Novità del 2022 anche i due Comitati Scientifici chiamati a valutare i risultati emersi dal confronto con le aziende. Nel Comitato per i Premi

dipendenti e in particolare verso le donne e inserisce tra i valori aziendali diversità, equità ed inclusione.

PREMI COOP FOR FUTURE

Nelle cinque categorie per l'ambiente vincono le operazioni di miglioramento dell'efficienza energetica, la riduzione del peso degli imballaggi e l'uso di materiali riciclati, la presenza di numerose certificazioni fra cui quella per i prodotti biologici, e le iniziative di razionalizzazione dei trasporti per ridurre l'impatto ambientale.

Riconoscimenti per La Doria, azienda di derivati del pomodoro, legumi e frutta di

Coop For Future

Coop: un premio alla sostenibilità

14^a edizione di Coop For Future il riconoscimento di Coop ai propri fornitori a marchio che si sono distinti per le politiche di sostenibilità verde. Quest'anno si aggiunge anche il premio "Close The Gap"

Edizione numero 14 per il premio Coop For Future, il riconoscimento di Coop ai propri fornitori a marchio che si sono distinti per le politiche di sostenibilità. Nato nel 2006, prima insegna della grande distribuzione italiana, il premio puntava allora sulla concretizzazione dei dettati del Protocollo di Kyoto focalizzandosi sulle emissioni dei gas clima alteranti e nel corso del tempo le tematiche si sono via via evolute con l'ampliarsi del concetto di tutela ambientale. Quest'anno si aggiunge ai 5 Premi per l'impegno nella sostenibilità verde (sono 5 le categorie merceologiche in cui si collocano i fornitori), il Premio relativo all'etica e alla parità di genere legato alla campagna Coop "Close The Gap. Riduciamo le differenze".

"RADIOGRAFIA" DELLA SOSTENIBILITÀ

Evoluzione anche nell'adesione; dai pochi pionieri che avevano aderito alla prima edizione, quest'anno sono 409 i fornitori che volontariamente partecipano all'iniziativa (sugli oltre 500 del parco fornitori prodotto a marchio di Coop) compilando questionari e accettando le ispezioni dell'ente certificatore Bureau Veritas, pena l'esclusione dal Premio; una rete di grandi, medie e piccole imprese italiane chiamate a una competizione virtuosa. E infatti il premio diviene una "radiografia" complessiva

Coop for Future figurano Carlo Alberto Pratesi, Professore Ordinario di Marketing, innovazione e sostenibilità all'Università Roma Tre, Simone Molteni, direttore scientifico di Lifegate e Angelo Mastrandrea giornalista de il Manifesto-Extraterrestre e Internazionale, mentre al Comitato chiamato a decidere sul Premio per la gender equality hanno dato il loro contributo Maurizia Iachino Fondatrice e Presidente dell'Associazione Fuori Quota, per la parità di genere nelle società quotate, Vera Gheno sociolinguista specializzata in comunicazione digitale e Andrea Notarnicola del Comitato Global Inclusion.

6 i premi consegnati il 29 marzo a Milano da Marco Pedroni Presidente Coop Italia e Ancc-Coop (Associazione Nazionale Cooperative di Consumatori) e Maura Latini Amministratrice Delegata Coop Italia.

PREMIO CLOSE THE GAP

Per il nuovo premio sull'etica e l'inclusione di genere, a salire sul podio la Euro-company del ravennate, azienda specializzata nella frutta secca ed essiccata. Certificata da enti terzi per la parità di genere, è pioniera dell'equa distribuzione del compito di genitorialità concedendo ai suoi neo-papà un periodo di congedo parentale più esteso rispetto a quanto disposto per legge. Inoltre tiene corsi sull'inclusione e la violenza di genere ai suoi dipendenti, ha procedure che tutelano chi denuncia illeciti verso i



Angri; la Giuliano, azienda leader nella produzione di frutta e ortaggi in Puglia; la Fileni leader per le carni avicole, la Essity Italia impegnata nel campo tissue casa e igiene persona e la società agricola cooperativa Orogel specializzata in prodotti surgelati vegetali.

Dall'inizio di Coop For Future, nato nel 2006, e fino all'anno 2020 compreso, si stima di avere risparmiato, attraverso le azioni virtuose dei fornitori a marchio Coop, circa 2,9 milioni di tonnellate di CO₂, pari al consumo di circa 2,2 milioni di auto diesel che percorrono in media 10.000 km annui. In relazione alla parità di genere e alla leadership femminile, il valore medio ottenuto dalle aziende partecipanti è stato il 22,7% rispetto al massimo ottenibile, con punte di eccellenza che arrivano ad ottenere il 53,2% che conferma una buona sensibilità sulla tematica ma con ancora tanta strada da percorrere.

“Scegliamo il futuro”, il tema di Educa 2022, parte dalla riflessione su come la pandemia abbia rappresentato una chiusura, l'impossibilità o la limitazione dell'incontro con l'altro e delle esperienze collettive. Una chiusura che grava soprattutto su bambini, ragazzi e giovani che verso il futuro dovrebbe essere naturalmente proiettati. La pandemia ha anche evidenziato e accelerato le profonde trasformazioni già in atto – economiche, culturali, sociali – rendendo molto più difficile anche il compito di chi – geni-

EDUCA torna a Rovereto con oltre 50 appuntamenti tra focus, dialoghi, incontri, laboratori per famiglie e scuole, spettacoli e con più di 130 relatori e gli esperti nazionali. “Scegliamo il futuro”, il tema della XII edizione di EDUCA, è declinato in **diversi filoni di approfondimento**.

GIOVANI Il primo è dedicato ai giovani: occorre sapere cosa pensano di scuola, lavoro, famiglia, amicizia, comunità, ambiente e analizzare quanto abbiano impattato i

e viene affrontato sabato 7 maggio in una serie di incontri a partire da quello sul **riconoscimento e la valorizzazione delle competenze formali e informali**, cui seguono un panel e una rassegna di esperienze sulle competenze non cognitive e apprendimento. I professori **Anna Maria Ajello e Gianluca Argentin** offrono invece un affondo su come **orientarsi nelle transizioni**. Al ruolo della scuola secondaria di primo grado è dedicato il focus in cui

Dal 6 all'8 maggio 2022 a Rovereto

EDUCA. Scegliamo il futuro

Torna il festival dell'educazione

Dialoghi, incontri, focus, laboratori per famiglie e scuole, spettacoli: oltre 50 appuntamenti con più di 130 tra relatori ed esperti nazionali.

di Silvia De Vogli



tori, insegnanti, educatori – accompagna e orienta il cammino dei bambini e dei ragazzi. In questa incertezza generale la comunità si è ritrovata più che mai unita sulla rilevanza della scuola e ne ha riconosciuto in modo unanime il ruolo primario di rimuovere gli ostacoli che impediscono agli individui di diventare ciò che vorrebbero, di essere luogo di emancipazione sociale. La (ri)costruzione di futuri possibili, sostenibili e aperti per le nuove generazioni ha bisogno di strumenti, ma anche di spazi di incontro che a partire dall'ascolto riescano a costruire nuove narrazioni superando gerarchie tra saperi, tra competenze, tra scuole, ma anche rappresentazioni del mondo stereotipate. Orientare significa, quindi, offrire gli strumenti per affrontare la complessità, promuovere la conoscenza, ascoltare i desideri e le aspettative, riconoscere i talenti e le fragilità, sostenere una scelta libera, autonoma e consapevole, creare le condizioni per una piena realizzazione umana e professionale di tutti.



cambiamenti radicali degli ultimi anni. Per andare oltre le rappresentazioni troppo spesso stereotipate, a EDUCA, sono presentate alcune tra le più recenti **ricerche nazionali: Rapporto Giovani** dell'Istituto Toniolo, **Generazione Z** di IPRASE, i report sulla povertà educativa di Openpolis e lo studio **Realtà di vita dei giovani nell'Euregio Tirolo-Alto Adige-Trentino**.

In questo filone rientra anche la presentazione del libro **Chi sono? Io. Le altre. Gli altri** con gli autori: il giornalista e scrittore **Federico Taddia** e **Daniele Grassucci** fondatore di Skuola.net.

ORIENTAMENTO Un secondo filone riguarda le competenze e l'orientamento

la ricercatrice **Barbara Romano** presenta il **rapporto sulla scuola media della Fondazione Agnelli**. Promosso dall'Università è l'appuntamento **Lavoro e vita attraverso l'orientamento** in cui studenti e studentesse si confrontano tra gli altri con **Stefano Oss**, delegato per l'orientamento



dell'Università di Trento e il giustavorista **Francesco Seghezzi**, presidente della Fondazione Adpat.

SCUOLA Altro filone riguarda scuole aperte e comunità inclusive, tema centrale delle politiche per l'istruzione e educative degli ultimi anni. A EDUCA, oltre ad una rassegna di esperienze, il tema viene affrontato in un panel che offre un inquadramento teorico-scientifico con il contributo, tra gli altri di **Francesco Profumo**, presidente di Fondazione Bruno Kessler e **Giuseppe Ellerani**, professore dell'Università del Salento.

STEREOTIPI, GENERE Molti appuntamenti sono poi dedicati al **condizionamento degli stereotipi** sulle scelte e sulla costruzione del futuro. Dedicato al genere il panel con la professoressa **Barbara Poggio** dell'Università di Trento e le curatrici della Guida **Mind the gap, costruire l'uguaglianza di genere in ambito educativo**

di **Aidos**. Vengono poi presentate **Le linee guida per una narrazione inclusiva a scuola** frutto di un laboratorio del progetto **Inclusi** selezionato con i bambini nell'ambito del **Fondo per il contrasto delle povertà educative**.

INFORMAZIONE Ci sarà un focus sul ruolo dell'informazione con **Valerio Cataldo** presidente della Carta di Roma e **Flavia Brevi** fondatrice di Ella Network, con il contributo del giornalista e scrittore **Jacopo Melio**. Il filone si chiude con la presentazione della collana e del podcast con protagonista Hank Zipzer, ideata da Henry Winkler (il celebre Fonzie di "Happy Days").

CLIMA *Noi e il mondo* è poi la chiave di due incontri, quello dedicati all'**ansia climatica tra i giovani**, grazie a Fonda-

Dal cinema a Tik Tok, dai reportage fotografici di National geographic a Instagram, dalla tv alle piattaforme. Conoscere il linguaggio dei media e l'alfabeto delle immagini è oggi fondamentale nei percorsi di crescita di bambini e ragazzi e per coloro che li accompagnano, per sviluppare il pensiero critico e diventare cittadini consapevoli e attivi. Con questo obiettivo è nato, nell'alveo di Educa e del Piano cinema per la scuola di MiC e MI, Educa Immagine, il festival dell'educazione ai media che torna in presenza a Rovereto dal 6 all'8 maggio. Il programma, frutto dell'intenso lavoro della **Trentino Film Commission** che ha la direzione artistica del Festival insieme a **Consolida**, propone proiezioni e laboratori

condurranno anche il laboratorio dedicato agli studenti delle secondarie di secondo grado che seguirà la proiezione del film premio Oscar per la migliore sceneggiatura per una commedia **Little Miss Sunshine** di Jonathan Dayton e Valerie Faris. Agli studenti della secondaria di primo grado Educa Immagine, **in collaborazione con Trento Film Festival**, propone la **proiezione on line di Mila**, film di animazione sul tema della guerra, cui seguirà l'**incontro con la regista Cinzia Angelini, l'animatore Lorenzo Pederagnana e Luca De Crescenzo** di Lanterne Magiche, che racconteranno **come si produce un film di animazione, quali sono le diverse fasi e le figure professionali coinvolte**.

Educa Immagine: l'educazione ai media

A Rovereto dal 6 all'8 maggio la terza edizione del festival dell'educazione ai media: proiezioni e laboratori e incontri con esperti nazionali: registi, critici cinematografici, fotografi, animatori, produttori, giornalisti e sceneggiatori



PER TUTTI Da venerdì pomeriggio il festival si apre a tutti. Si inizia con due appuntamenti sull'educazione all'immagine: il **panel Educare all'immagine: dal cinema al gaming** dedicato alle opportunità offerte alle scuole e non solo, da Mic e Mi per sostenerne lo sviluppo e il **laboratorio per docenti ed educatori**

zione Bruno Kessler e APPA, e quello con il MUSE, **Futuri plurali, futuri possibili**, con **Massimo Bernardi e Vincenza Pellegrino**. Non manca una riflessione sulla **guerra** che è entrata, oggi, prepotentemente nella quotidianità delle famiglie attraverso le tv, internet e i giornali. **Arianna Papini**, scrittrice e illustratrice e premio Andersen, spiega come una favola, un albo illustrato, le pagine di un racconto, possono costituire validi strumenti per riflettere insieme ai più piccoli su questo tema complesso e difficile e condividere con loro il valore della pace.

INFANZIA Di bambini e infanzia si parla partendo da **I primi 1000 giorni: tra fragili-**

e incontri con esperti nazionali: registi, critici cinematografici, fotografi, animatori, produttori, giornalisti e sceneggiatori. Gli appuntamenti sono dedicati bambini, ragazzi e giovani, ma anche a docenti, educatori, genitori e alla comunità tutta. Oltre alla collaborazione dei partner di EDUCA e al sostegno della **Cassa Rurale di AltoGarda e Rovereto**, Educa Immagine conta in questa edizione su nuovi e importanti media partner: **Rai Cultura, Mymovies.it e Dire Giovani**.

Programma

PER LE SCUOLE Si inizia venerdì 6 maggio la mattina con gli **appuntamenti dedicati alle scuole**: per gli alunni della primaria la **proiezione di Minuscule, la valle delle formiche perdute** per la regia di Thomas Szabo, Hélène Giraud, cui seguirà il **laboratorio di alfabetizzazione e analisi del linguaggio cinematografico** condotto dagli esperti di **Fondazione Sistema Toscana-Lanterne Magiche**. Esperti che

Educazione all'immagine: dal cinema a Tik Tok, per comprendere quali sono gli elementi formativi e didattici fondamentali di questa disciplina attraverso una rassegna ragionata dei diversi format.

Sempre venerdì alle 17 il focus **L'ho visto su Facebook: l'informazione di guerra ai tempi dei social** con un pool di giornalisti: **Alice Scaglioni** del Corriere della Sera e **Viola Stefanelli** che collabora con testate nazionali e internazionali; **Giovanni Zagni** direttore dei progetti di fact checking **Pagella Politica e Facta.news**, moderati da **Valerio Cataldi**, giornalista Rai e presidente della Carta di Roma. Dall'inizio dell'invasione russa dell'Ucraina i social network sono stati inondati di video e foto da entrambe le parti e sono diventati il campo di battaglia internazionale, riproponendo così in modo violento il tema dei rischi e delle opportunità dell'informazione veicolata tramite social network.





Si ricomincia sabato 7 maggio con il **laboratorio condotto da Chiara Valmachino**, pedagogista specializzata nella comunicazione sociale dedicato alla **Cittadinanza digitale**, previsto nel curriculum di educazione civica che offre a docenti ed educatori spunti metodologici, strumenti e risorse con un focus sulla media literacy. Nel pomeriggio il focus **Instareporter: la fotografia ai tempi del web** con la giornalista e photo-consultant **Irene Alison** che collabora con a reportage per testate nazionali e internazionali, **Marco Cattaneo** direttore di National Geographic Italia e Le Scienze, che moderati dal critico cinematografico **Enrico Magrelli** rifletteranno su come la diffusione di smartphone e social network abbia cambiato il mondo della fotografia, influenzato il modo di fare reportage e il lavoro dei giornalisti professionisti. Poi serata al Teatro Zandonai per parlare di **serie tv** con il magistrato e scrittore **Giancarlo De Cataldo** autore di **Romanzo criminale** di molti altri libri divenuti best-seller, e la sceneggiatrice **Barbara Petronio** una delle



prime e più note showrunner (responsabile dell'intero team di produzione) italiane. Si continua a parlare di tv anche domenica a Palazzo Fedrigotti con **Tv: istruzioni per l'uso** di **Luca Milano** direttore di Rai Ragazzi, **Paolo Ferri**, professore dell'Università Bicocca di Milano e direttore dell'Osservatorio Nuovi Media NuMediaBios, **Francesco Manfio** fondatore di Gli Alcuni e past president di Cartoon Italia e la pedagogista **Chiara Valmachino**. Assieme alle piattaforme, la Tv propone infinite forme di intrattenimento e non solo. E i bambini ne sono attratti fin da piccolissimi. Per genitori e insegnanti, soprattutto nella fascia under 10, è importante capire **quali sono le regole (tempi e modi) per un buon uso della tv ma anche dei tablet**, imparare ad orientarsi nella ricca offerta di prodotti audiovisivi e scoprire come possono essere anche un valido supporto alla didattica. In contemporanea nella sala a fianco bambini e ragazzi possono partecipare al **laboratorio** condotto dall'artista e regista **Martina Meilli**, dove apprendere alcuni elementi di base del linguaggio audiovisivo.

Per informazioni
www.educaimmagine.it



tà e opportunità. Le tracce di quei giorni e di quei mesi si ritroveranno anche nella loro vita adulta. Ospiti: il pediatra **Giorgio Tamburlini** presidente del Centro per la Salute del Bambino, la psicologa e psicoterapeuta **Laura Borghi** e la professoressa **Simona De Falco** dell'Università di Trento.

Con il professor **Ivo Lizzola** dell'Università di Bergamo si riflette anche su cosa significano maternità e paternità in carcere, mentre **Antonella Inverno** *Head of policy and law unit* di **Save the Children** Italia presenta la XII edizione dell'**Atlante dell'infanzia a rischio**.

LABORATORI Sabato e domenica si susseguono **laboratori e attività animative** per bambini e ragazzi, anche se in via cautelativa per la salute sono organizzati quest'anno in numero inferiore e in spazi circoscritti. Tra questi il laboratorio creativo curato Mart e La Coccinella **Insieme a Depero**, quello di pittura di Progetto 92, le letture animate della Biblioteca civica G. Tartarotti,



la presentazione del libro **Caro Mr. Henshaw** a cura della libreria Arcadia.

Il Tavolo dei Musei di Rovereto, nel Giardino delle sculture del Mart, propone una serie di laboratori di arte, storia e scienze.

MOSTRE, SPETTACOLI

All'interno del festival non man-

cano nemmeno esposizioni come **(S)mimetizzati**. **Nascosti, Esposti** e momenti dedicati al **teatro** e alla **musica** come il monologo di Laura Curino **Camillo Olivetti: alle radici di un sogno** per la regia di Gabriele Vacis; il **concerto dei Rock Spectrum live** e quello per i 50 anni del Secondo Statuto di Autonomia 1972-2022 dell'**Orchestra giovanile di fiati dell'Euregio**.

Il festival è promosso dalla Provincia autonoma di Trento, l'Università degli studi di Trento e il Comune di Rovereto, organizzato da Consolida con il supporto scientifico di Fondazione Bruno Kessler, Fondazione Demarchi e Iprase e il sostegno di Federazione trentina della Cooperazione e delle Casse Rurali Trentine.

Il programma generale del festival è su
www.educaonline.it

Il titolo dell'ultimo, splendido, albo illustrato edito da L'ippocampo sembra una provocazione: **"La mamma migliore del mondo"**. In effetti forse un po' lo è. **Vuole spingerci a pensare a che cos'è, in effetti, una mamma**. Come si fa a descrivere in poche parole quell'essere speciale che ci ha messi al mondo, che ci ha sostenuto nei nostri primi passi (letteralmente e metaforicamente), che ha curato le nostre ferite con il potere del suo magico bacio? Beh, non è facile dare una definizione di mamma, anche **perché i modi per esserlo sono infiniti**, uno per ognuna di esse. Ecco quindi che le parole di Sébastian Perez e i disegni di Benjamin Lacombe delinea-



Festa della mamma

L'8 maggio è la festa della mamma: dille quanto le vuoi bene con le parole di un bel libro! Venite a trovarci alla Libreria Erickson in via del Pioppeto 24 a Gardolo. Se volete restare sempre aggiornati sulle novità e le iniziative della libreria potete seguire la pagina Facebook: facebook.com/LaLibreriaErickson e visitare il sito www.erickson.it.

È possibile contattare i librai via mail lalibreria@erickson.it, via telefono o whatsapp 0461-993963.



8 maggio

Ogni mamma è la migliore

I modi per essere mamma sono infiniti. Ma i figli non hanno bisogno di mamme senza macchia e senza paura, che sacrificano sé stesse. Meglio ammettere che ci sono momenti di sconforto, che con il potere di una risata diventano bei ricordi

di **Silvia Martinelli***

ano i tratti di mille e uno madri: la mamma cerva, cuculo, gatta, ippopotamo... che pur nel loro essere diverse hanno tutte una caratteristica in comune, forse quella più importante, forse proprio quella che può farla essere "la migliore": ogni mamma ama il proprio cucciolo.

Il grande amore che ogni madre prova per il suo piccolo richiede

anche un **grande coraggio**. Non è facile infatti pensare di dedicare tutte le nostre attenzioni, le nostre energie, la parte migliore di sé a chi, per natura, si separerà da noi. Ma il compito di ogni genitore è proprio questo, dare tutti gli strumenti ai propri figli perché se la sappiamo cavare da soli. Si capirà di aver fatto un buon lavoro quando ci si renderà conto di non essere più indispensabili al proprio cucciolo. È dura - e come se è dura! - e per questo capita che



qualche **mamma un po' "calamita"** - come le chiama Alberto Pellai, psicoterapeuta autore del libro **"Una calamita di mamma"** (Erickson) - trasformi il suo abbraccio amorevole in una gabbia. Alberto Pellai ci dice con il linguaggio della fiaba quello che molte mamme non vorrebbero sentirsi mai dire: **fatevi un po' da**

parte. Giocare, sperimentare, rischiare e sbagliare (soprattutto!) sono ciò di cui hanno bisogno i bambini e grazie a cui possono crescere felici. Partite all'esplorazione del mondo insieme ai vostri figli, ma non mettete in valigia l'ansia, quella lasciatela a casa; abbiate il coraggio di sbagliare, di dire: **"Non lo so"**, di

lasciare spazio all'amore e all'ironia. Sembra suggerire questo alle mamme la fiaba di Alberto Pellai.

In effetti quello di cui hanno bisogno i figli non sono mamme senza macchia e senza paura, con la risposta sempre pronta, ma di qualcuno che li ami in modo consapevole, che sia disponibile a **mettersi in discussione alla luce delle necessità di tutti i membri della famiglia, sé stessa compresa**. Queste considerazioni arrivano da una delle più apprezzate e autorevoli psicologhe italiane, Stefania Andreoli. Nel suo ultimo libro **"Lo faccio per me"** (BUR Rizzoli) ci ricorda infatti che le madri, prima di tutto, sono donne con un'esperienza personale alle spalle, un carattere, dei desideri, delle aspettative su di sé e sul mondo che non devono essere trascurate nel momento della maternità. Al contrario, saranno proprio queste componenti "umane" a darle valore. Essere madri è sì un lavoro duro, che **richiede sacrificio, ma non richiede di sacrificare**

sé stesse. Essere sé stesse, dare spazio ai propri bisogni oltre a quelli dei figli, è proprio quello che serve per essere la mamma migliore del mondo. E scusate se è poco.

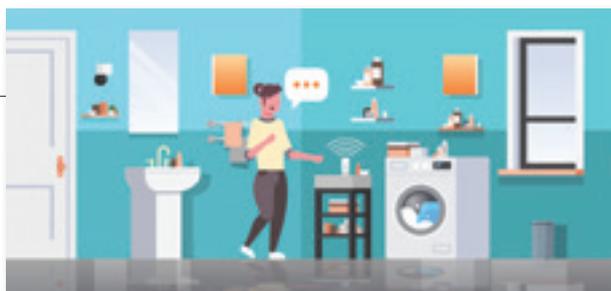
Essere sé stesse significa anche ammettere che ci sono momenti di sconforto, che si trasformano in bei ricordi con il potere di una risata. Un po' di **autoironia** è quello che propone

Liz Climo, illustratrice e mamma, nel libro **"Mamma!"** (Becco Giallo). Sì perché è vero che le mamme amano i propri cuccioli, ma come sono rumorosi a volte! Quante domande fanno e quanto poco ci lasciano dormire!

Eppure, pur essendo annoverabili tra i momenti più duri della vita, quelli della maternità sono certamente anche i più belli, perché rendono consapevoli di quanto prezioso sia quell'amore così unico e particolare tra una mamma ed il suo cucciolo.

*La Libreria Erickson





Una delle applicazioni più diffuse degli algoritmi di intelligenza artificiale è il **riconoscimento vocale**, che ci permette di dialogare con le macchine chiedendo loro di eseguire determinate azioni: telefonare, accendere a distanza il

è nascosta nei termini di servizio e non è chiaro come disattivarla. In teoria le nostre conversazioni sono anonimizzate e gli operatori sono vincolati a mantenerle

Gli assistenti vocali

Taci: l'assistente vocale ti ascolta!

Nei computer, negli smartphone, nei dispositivi come Alexa e Google Home il riconoscimento vocale ci offre servizi utili, ma può attivarsi a nostra insaputa. Agendo o violando aspetti privati della nostra vita

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

riscaldamento di casa, riprodurre un brano musicale, leggerci le previsioni del tempo e così via. C'è un assistente vocale nel tuo computer e nel tuo smartphone, e i comandi vocali sono sempre più diffusi su elettrodomestici e tv smart, e anche in certe automobili; gli assistenti domestici come **Alexa** o **Google Home** possono essere connessi ad altri dispositivi e diventare un vero e proprio centro di controllo della tecnologia di casa.

Tutto questo ci semplifica la vita e permette a persone con problemi di vista o mobilità ridotta un'autonomia fino a poco tempo fa impensabile; ma insieme ai vantaggi dobbiamo conoscere anche i **rischi** a cui andiamo incontro. La tecnologia del riconoscimento vocale si basa sul presupposto dell'**apprendimento continuo**, che consente agli algoritmi di raffinare sempre più la loro capacità di interpretare ciò che noi diciamo; questo avviene sia perché il dispositivo si

abituato al modo in cui parliamo e chiediamo le cose, sia perché memorizza le nostre abitudini e azioni, che forniscono informazioni utili a profilarci e fornire le "risposte giuste".

Quando l'assistente vocale è acceso, anche se non lo stiamo usando, è in uno **stato di ascolto passivo**, una specie di dormiveglia da cui noi lo riattiviamo con una formula ("Ehi Siri", "OK Google", "Alexa") o toccando lo schermo; ma questo può succedere inavvertitamente, magari perché diciamo una frase che viene interpretata male, e in questo modo noi ci ritroviamo **ascoltati a nostra insaputa** e rischiamo di esporre anche aspetti privati e intimi della nostra vita.

Una parte delle nostre conversazioni viene anche ascoltata da **operatori umani**, che hanno il compito di verificare e migliorare l'interpretazione di ciò che diciamo: ma non sempre le aziende sono trasparenti nel comunicarcelo, anzi spesso l'opzione

riservate, ma siamo tranquilli che questo accada? E se l'assistente governa funzioni come attivazione di allarmi e telecamere o chiusura di porte e finestre, la sua protezione da intrusioni e attivazione da parte di terzi diventa un fattore critico non solo per la nostra privacy, ma per la sicurezza nostra e dei nostri cari.

Come per molti altri strumenti che ci semplificano la vita – navigatori, WhatsApp, social network – anche **gli assistenti vocali ci chiedono in cambio tanti, forse troppi dati**: non siamo obbligati ad accettare passivamente questo scambio, ma dobbiamo abituarci a capire meglio che cosa comporta, se davvero ne vale la pena e come possiamo ridurre il più possibile i rischi. (*consumatori.e-coop.it*)

Per approfondire

Per tutelarci:

il vademecum del Garante

Sul sito del Garante della Privacy, **otto consigli per un uso degli assistenti vocali** più consapevole e sicuro. www.garanteprivacy.it/temi/assistenti-digitali

Educazione e sicurezza

Se in casa ci sono bambini

Il sito Educare Digitale ha uno speciale molto approfondito sull'uso di un assistente vocale in casa quando ci sono anche dei bambini; non solo per le implicazioni di privacy e sicurezza, ma anche per quelle educative. www.educaredigitale.it/2020/03/assistenti-vocali-rischi-figli/

21-22 maggio 2022

Pinzolo, arriva il festival della canzone europea dei bambini

Torna il Festival della Canzone europea dei Bambini, momento conclusivo del **concorso Un testo per noi**, promosso dall'**Associazione Coro Piccole Colonne**. Il concorso, rivolto a tut-



te le **classi primarie** d'Italia e del mondo (purché in esse si studi l'italiano), ha invitato i bambini a ideare e comporre, con la guida del proprio insegnante, le parole di una canzone; in quest'ultima edizione il concorso si è svolto solo a livello nazionale, a causa della pandemia. Il Festival si propone di avvicinare i bambini alla musica in modo creativo, cre-

are nuove canzoni per l'infanzia, promuovere la dimensione europea e il dialogo interculturale, contribuire alla diffusione della lingua italiana.

L'evento di questa XVI edizione è strutturato in **due spettacoli** e si

svolgerà **sabato 21 (alle 20.30) e domenica 22 maggio (alle 15) al PalaDolomiti di Pinzolo**. La giuria tecnica ha selezionato, tra **circa 200 partecipanti, sei componimenti, creati da 9 classi**, tutte vincitrici a pari merito, provenienti dalle **scuole primarie di Brindisi, Foggia, Roma, Pavia, Trento e Giovo (Tn)**; a loro si aggiunge una classe

vincitrice della XV edizione del concorso.

Grandi artisti nazionali hanno poi scritto le linee melodiche e realizzato le basi musicali che hanno trasformato gli elaborati delle classi in canzoni. Nel corso delle due serate, presentate da Lorenzo Branchetti – il folletto Milo Cotogno della Melevisione, celebre programma Rai – il Coro Piccole Colonne interpreterà le canzoni realizzate sulla base dei testi vincitori e ogni classe animerà il proprio brano con divertenti coreografie, create dalla stessa classe di bambini.

Alla manifestazione parteciperanno anche le classi dell'**Istituto comprensivo Val Rendena** che allestiranno le vetrine dei negozi di Pinzolo per l'iniziativa **"Gira la vetrina"**.

L'evento è realizzato in collaborazione con l'Associazione Piazza Viva, la Pro Loco di Pinzolo e il Comune di Pinzolo, la Provincia Autonoma di Trento, la Regione Trentino Alto Adige, il Consorzio Bim Adige e la Federazione Cori del Trentino.

Trent'anni fa il nostro Paese visse una delle più difficili stagioni della sua storia. Il 12 marzo veniva ucciso a Palermo Salvo Lima, esponente di spicco della Democrazia Cristiana locale ed ex sindaco della città. Quel giorno, uscito dalla sua casa di Mondello, si stava recando in un hotel per organizzare un convegno al quale avrebbe dovuto partecipare Giulio Andreotti, cui Lima era profondamente legato. Salvo Lima era stato sindaco alla fine degli anni Cinquanta e la sua giunta,

tirò dritto e questo gli costò la vita: venne ucciso da Cosa nostra con un'autobomba il 29 luglio 1983. Con lui morirono i due uomini della scorta, Mario Trapassi e Salvatore Bartolotta, e il portiere dello stabile nel quale abitava, Stefano Li Sacchi.

La sua morte si colloca all'interno della cosiddetta seconda guerra di mafia, che provocò la morte, fra il 1978 e il 1984 di circa 1000 persone. Furono gli anni in cui Palermo venne paragonata a Beirut, marto-

mafia, all'inizio degli anni Sessanta, Tommaso Buscetta. Furono le sue dichiarazioni, rilasciate a Giovanni Falcone, che diedero modo di comprendere il modo di agire e la mentalità di Cosa nostra.

I risultati del maxiprocesso furono impressionanti. Si rese necessaria la costruzione nel tribunale di Palermo di un'aula bunker nella quale celebrare le udienze. Il processo si aprì il 10 febbraio 1986 e la sentenza venne pronunciata il 17 dicembre 1987. Fu un colpo durissimo alla mafia: 346 condannati e 114 assolti, 19 ergastoli e pene detentive per un totale di 2665 anni. Il processo d'appello vide una mitigazione di molte condanne, ma **nella sentenza di cassazione, pronunciata il 30 gennaio 1992, l'impianto accusatorio del processo di primo grado venne confermato.**

Il pool, nel frattempo, aveva però subito un duro colpo, essendo stato praticamente sciolto dopo la sentenza di primo grado, e per questo Giovanni Falcone aveva accettato il trasferimento presso il Ministero della Giustizia con il ministro Martelli, pensando in questo modo di poter dare avvio a una struttura nazionale che avrebbe dovuto fare del metodo del pool, che aveva rivoluzionato le indagini ampliandole a livello internazionale e colpendo gli interessi finanziari della mafia, un metodo di contrasto su vasta scala della struttura delle mafie, ben oltre i confini della Sicilia. In questo contesto la morte di Salvo Lima diventava un

Falcone e Borsellino, le stragi 30 anni dopo I giovani e l'eredità della memoria

Trent'anni fa il nostro Paese visse una delle più difficili stagioni della sua storia. Alle nuove generazioni l'eredità di coloro che hanno sacrificato la propria vita per la difesa dei valori democratici e la costruzione di una società più giusta

di **Alberto Conci**

con Vito Ciancimino assessore ai lavori pubblici, fu responsabile del cosiddetto "sacco di Palermo", un'operazione che mise nelle mani della mafia un'enorme quantità di denaro e trasformò il volto della città attraverso la concessione di oltre 4.000 licenze edilizie assegnate a imprese e prestanome legati a Cosa nostra.

La sua morte, in un'Italia che era scossa dal terremoto di Mani pulite iniziata due mesi prima con l'arresto di Mario Chiesa a Milano, fu per Giovanni Falcone un segnale inequivocabile: Cosa nostra aveva deciso di abbandonare Lima, responsabile evidentemente di non essere riuscito ad arginare sul versante politico gli effetti del maxiprocesso.

Tutto era cominciato all'inizio degli anni Ottanta quando a Palermo due magistrati, che erano amici e che erano nati nello stesso quartiere di Palermo, la Kalsa, si ritrovarono a lavorare l'uno accanto all'altro assieme a Rocco Chinnici. Chinnici era il responsabile dell'ufficio istruzione del tribunale di Palermo ed era un giudice che aveva compreso che per combattere la mafia era necessario cambiare metodo. Da una parte colpendo gli interessi finanziari di Cosa nostra e dall'altra creando un gruppo di lavoro che avrebbe dovuto collaborare nelle indagini, e che diventerà il pool di Palermo. Fin da subito Chinnici si ritrovò solo, e non mancarono le pressioni affinché affidasse a Falcone e Borsellino indagini di poco conto. Ma Chinnici



riata dalla guerra civile in Libano e in quel conflitto che insanguinò la città non perirono solo esponenti delle famiglie mafiose – molti dei quali non vennero mai ritrovati essendone stati sciolti nell'acido i cadaveri – ma anche alcuni degli uomini migliori del nostro Paese come Cesare Terranova (1979), Piersanti Mattarella (1980), Emanuele Basile (1980), Gaetano Costa (1980), Pio La Torre (1982), Carlo Alberto dalla Chiesa (1982) e, dopo Chinnici, Beppe Montana (1985), Ninni Cassarà (1985) e con loro tanti altri. Sarà Antonino Caponnetto a prendere il posto di Chinnici e a rilanciare il lavoro del pool che vide accanto a Falcone e Borsellino anche i magistrati Leonardo Guarnotta e Giuseppe Di Lello e successivamente Giuseppe Ayala. **Dalla loro cooperazione nacque il cosiddetto maxiprocesso,** reso possibile anche grazie alla collaborazione di un uomo che era stato protagonista della prima guerra di

avvertimento preciso alla corrente andreottiana, che non era riuscita a vanificare in cassazione la sentenza del maxiprocesso. E a Falcone e Borsellino, colpevoli agli occhi della mafia di aver dato una spallata impressionante alla struttura di Cosa nostra.

Due mesi dopo, il 23 maggio, un'esplosione sventrava l'autostrada a Capaci, uccidendo Giovanni Falcone con la moglie Francesca Morvillo e gli agenti Antonio Montinaro, Rocco Dicillo e Vito Schifani. E il 19 luglio, in via D'Amelio a Palermo, un'autobomba uccideva l'amico Paolo Borsellino assieme alla sua scorta: Emanuela Loi, Eddie Walter Max Cosina, Vincenzo Li Muli, Claudio Traina e Agostino Catalano. Ai funerali della scorta di Borsellino un incredulo Caponnetto pronunciò parole amare, «è tutto finito...», di cui si pentì ben pre-





sto. Perché in realtà la città di Palermo aveva già vissuto la sua primavera negli anni del maxiprocesso e il Paese intero reagì con **un guizzo di moralità civile che avrebbe condotto alla più profonda trasformazione della vita politica dai tempi della fine della guerra**. Ci fu il tentativo, con le stragi di Firenze e Milano e gli attentati a Roma nel 1993, di alzare il tiro e costringere lo Stato con una strategia della tensione di stampo terroristico, in continuità con le stragi terribili del 1992. Ma questa è ancora una pagina aperta.

Che significato ha tutto questo per le nuove generazioni? Si tratta di una domanda importante, che ci mette di fronte non solo al senso della memoria nella vita civile di un Paese, ma anche al valore dell'eredità di coloro che hanno sacrificato la propria vita per la difesa dei valori democratici e la costruzione di una società più giusta.

La risposta non è scontata e richiede che, come insegnanti ma anche più ampiamente come educatori, ci si metta in gioco, creando occasioni di confronto fra i protagonisti di quella stagione e chi, come le ragazze e i ragazzi di oggi, non possono che ricostruire attraverso la testimonianza i contorni di quella stagione. La distanza che ci separa da quei fatti, trent'anni, permette un miracolo che è transitorio: i testimoni di allora sono ancora in gran parte presenti fra noi e i giovani di oggi possono ancora dialogare con loro raccogliendone l'eredità e cercando di farla propria.

L'importante è credere nella potenza trasformatrice dell'eredità che lasciano le persone buone e coltivare la fiducia che le giovani generazioni possano raccogliercela per orientare la propria vita. Sappiamo bene che la lotta contro il male non risparmia nessuna generazione. Tuttavia sappiamo anche che la storia non è fatta solo di sangue versato, ma anche del sangue risparmiato grazie a coloro che hanno operato, spesso nell'ombra, nella convinzione di dover fare tutto ciò che era nelle loro mani per contrastare la violenza. È questo messaggio, credo, che ci viene da una storia così lontana, eppure ancora così potente: perché **«se la gioventù le negherà il consenso, anche l'onnipotente e misteriosa mafia svanirà come un incubo»** (Paolo Borsellino).



alcuni suoi progetti. È promosso e co-finanziato dal **Piano Giovani di Zona Trento Arcimaga e in collaborazione con l'Agenzia Provinciale per la Protezione**

“Circolo climatico”, iscrizioni entro il 6 maggio L'ansia climatica si sconfigge in circolo

6 incontri di formazione condivisione, scambio di idee e esperienze

Parte l'11 maggio il progetto “Circolo climatico” dell'associazione **Viração&Jangada**, per creare gruppi di mutuo aiuto di giovani tra 15 e 35 anni per condividere pratiche di stili di vita nell'affrontare i cambiamenti climatici, riflettere sulla cosiddetta ansia climatica. Sempre più giovani soffrono di “eco-ansia”, anche detta “ansia climatica”. Uno studio condotto nella primavera del 2021 e pubblicato sulla rivista medica “The Lancet” ha rivelato che l'84% dei giovani intervistati, tra i 16 e i 25 anni, prova uno stato cronico di preoccupazione che, nel 60% dei casi, è legato alla percezione negativa delle risposte dei governi al cambiamento climatico. Il progetto “Circolo climatico” nasce da un confronto tra **Viração&Jangada** e i ragazzi e le ragazze che hanno partecipato ad

dell'Ambiente (APPA), Museo delle Scienze di Trento (MUSE), l'Ecosportello Fa' la cosa giusta! Trento, Extinction Rebellion e Fridays for Future.

Dopo la prima fase (3 incontri, al Muse di Trento) con esperti su cambiamento climatico, economia solidale e una psicologa, nella seconda fase, in giugno, i partecipanti si porranno delle sfide per rendere più sostenibile il proprio stile di vita e si confronteranno sulle difficoltà ma anche sui risultati raggiunti. Ne parleranno assieme, facilitati da una tutor che li accompagnerà per tutta la durata del progetto, sempre al Muse di Trento.

Iscrizioni entro venerdì 6 maggio 2022. Sono disponibili 20 posti.

Info
Tel.: 347.8267514
info@viracaoejangada.org

Acl Trento Aiuto per la crisi in Ucraina

Aiuto alle associazioni per la crisi in Ucraina: Acl Trento ricorda quanto sia importante sostenere – anche con donazioni in denaro e di materiali (guinzagli, ciotole, trasportini per gatti/cani, copertine, cibo per cani/gatti, medicinali veterinari), e con la condivisione del loro materiale e dei loro appelli – **le tante associazioni italiane che in questo periodo stanno aiutando i profughi ucraini fuggiti o in difficoltà con i loro animali. Servono anche adozioni e stalli in case o rifugi**, per i tantissimi cani rimasti senza padroni, o per le famiglie ucraine che hanno portato qui i loro animali ma non sanno dove ospitarli per un breve periodo.

Si stanno aiutando anche rifugi e canili rimasti in Ucraina sotto i bombardamenti e in difficoltà per la crisi bellica, nel paese.

Adozione del mese, Arturo: zampe e sogni prigionieri.

Arturo è ancora troppo giovane per restare confinato fra cemento e sbarre. In un duro canile da cui mai esce. Lo portiamo in Trentino per una bella adozione? Arturo è pieno di energia, esuberante, festoso, il canile non lo ha ancora piegato. Arturo con noi è affettuoso, alla ricerca di contatto, invita al gioco i suoi compagni di box (maschi e femmine), cerca di movimentare le giornate noiose in gabbia. È una taglia media, ha soli 6 anni, sta in canile dal 2018 (povero). Se volete adottarlo, chiamate 349 2302344 o scrivete a acltrento@gmail.com. Per aiutarci a salvare altri cani donazioni: ACL Odv IBAN: IT62J083270325800000002044,



con versamento-causale **“donaz Acl Trento coop”**. Avvisate su acltrento@gmail.com, per essere ringraziati. Info su <https://www.aclodv.org/>

I bosco, la profondità della natura, la curiosità, la capacità di sorprendersi e imparare, lo sguardo della scienza, la connessione forte, emotiva e mentale, con le specie selvatiche, la responsabilità verso le scelte collettive di gestione.

Troviamo questo, soprattutto



Il libro dello zoologo Andrea Mustoni Un uomo tra gli orsi

Umanità e orsi: ne parla un libro importante, che traccia un passato e un presente per la conservazione della natura, degli ecosistemi alpini, della società di montagna

di Maddalena Di Tolla Deflorian

to, nel libro *“Un uomo tra gli orsi. Il racconto di un'avventura sulle Alpi”* (edizionale editore), appena uscito per la penna dello zoologo **Andrea Mustoni**, già coordinatore del progetto di reintroduzione degli orsi bruni nelle Alpi Centrali (Life Ursus, 1996-2004), oggi responsabile scientifico al Parco naturale provinciale Adamello-Brenta. I bei disegni che corredano le pagine, rendendo l'orso anche visivamente una presenza desiderata e amabile, sono di **Massimo Vettorazzi**, disegnatore-naturalista, impegnato per la tutela dell'orso e della natura.

Questo bel libro, calmo, pieno di emozioni, quanto di pensiero razionale e *understatement* molto urbano, lombardo (del resto l'autore è un milanese trapiantato per amore e per lavoro in val Rendena) arriva prezioso, in un'epoca di confusione e accelerazione di ogni confronto.

Il volume riporta la nostra mente dentro un tempo lungo; **ci ricorda quanto avanguardia coraggiosa fosse quella reintroduzione ursina, quanto limpido fosse allora il ruolo del Parco, quanta professionalità e passione fossero alla base della scelta di ridare una possibilità di coesistenza, accanto a noi, ad una specie importante nella storia, cultura, percezione umana.**

Mustoni ha riportato all'epoca (con un lavoro di squadra che lui valorizza nel libro) gli orsi nei boschi del Trentino (ma l'obiettivo era più ampio, rivolto alle Alpi Centrali tutte), negli anni Novanta e primi Duemila, che sono ormai un'epoca remota, se guardiamo quanto il

mondo, il Parco e il Trentino sono cambiati nel frattempo. Andrea Mustoni è nato a Milano, nella metropoli “dabbere”. Sin da bambino ha amato, tantissimo, gli animali e i boschi, ritenendo la natura la sua dimensione naturale, quella da scegliere, per vivere, per lavorarci. La sua vicenda personale,

della dimensione europea, la professionalità al servizio della “gestione” della natura.

Alla fine del libro Mustoni indica due problemi fondamentali: il ritardo dell'approvazione e la sostanziale non applicazione del Piano di Comunicazione del progetto (finito formalmente nel 2004, ma che doveva diventare una gestione durevole della specie in modo strutturato: così non è stato) e la sottrazione della gestione di questa specie così particolare alle mani del Parco, non appena terminato il progetto europeo, per spostarla alla Provincia (e sappiamo come è andata: non bene).

Lo zoologo parla di “ambiguità gestionale



Lo zoologo Andrea Mustoni, dal 1996 al 2004 coordinatore del progetto Life Ursus di reintroduzione degli orsi bruni nelle Alpi Centrali

professionale, emotiva, dentro al progetto Life Ursus, è raccontata, oltre vent'anni dopo il suo svolgersi. Il libro evidenzia quanta più libertà, flessibilità e dedizione vi fosse allora in Trentino verso la causa della biodiversità, per lo meno rispetto al progetto.

Dopo essere stato un bambino e uno studente universitario pieno di amore per la natura (e di fortunati incontri didattici e disciplinari), Mustoni si è innamorato delle Dolomiti trentine (dove ha tanto arrampicato), e ha deciso di venirci a vivere. Ha costruito la sua famiglia in val Rendena e si è trovato a coordinare, a poco più di trent'anni, uno dei più ambiziosi (e discussi) progetti di conservazione in Europa: la reintroduzione di dieci orsi bruni provenienti dalla Slovenia. Mustoni parla dell'orso come di un “rivoluzionario” (inconsapevole), che ha costretto finalmente la nostra società a ridiscutere e ripensare come stare in montagna, come entrare in modo più attento e consapevole nel bosco.

Le emozioni personali (a volte da brividi) si intrecciano ad aspetti socialmente importanti: il ruolo del Parco, il senso dei progetti e

senza precedenti”, che “tollerata” (poco e male) l'orso anziché promuovere una seria coesistenza e gestione, fondata su

scienza e onestà intellettuale. Il bracconaggio è un dramma che Mustoni cita, e che scaturisce da quella ambiguità: anche il povero Masun, il primo, quasi mitico orso trasportato dalla Slovenia, ne rimase dolorosamente vittima, nel bresciano. L'autore indica anche un problema serio e sottovalutato: l'impoverimento genetico della popolazione di orsi sulle Alpi centrali, basata su due soli originali maschi riproduttori e 5 femmine riproduttrici. Servirebbero nuove introduzioni ma la politica non affronta il problema.

Mustoni alla fine del volume scrive *“La sopravvivenza dell'orso bruno sulle Alpi Centrali è legata all'habitat politico, non solo biologico. La natura offre ancora vasti spazi per la presenza dell'orso, ma dobbiamo trovare un equilibrio”*.

Secondo questo biologo di grande esperienza ed onestà, occuparsi “bene” di orsi è un dovere civico, perché loro sono un tassello importante del mosaico della biodiversità, la rete della vita che supporta la nostra vita sulla Terra.

Decalogo per gli amici delle api e degli insetti impollinatori



DIFENDIAMO LA BIODIVERSITÀ

Le api e gli altri insetti impollinatori sono fondamentali per il nostro benessere, da loro dipende la produzione di molto del cibo che consumiamo e il mantenimento della biodiversità delle piante selvatiche. Tuttavia, questi importanti insetti sono pericolosamente diminuiti in questi anni a causa, direttamente o indirettamente, delle attività umane. Ognuno di noi può fare qualcosa per aiutare le api e gli altri insetti impollinatori.

Aiutaci seguendo questi consigli:

1. Posiziona piante in fiore, come lavanda, rosmarino, salvia, calendula, borragine nei terrazzi, nei balconi e nei giardini per attrarre gli insetti impollinatori;
2. Evita di tagliare troppo spesso il prato e lasciane un angolo incolto con fiori spontanei o seminati;
3. Non disturbare le api mentre sono sui fiori;
4. Posiziona in giardino o in terrazzo casette per insetti impollinatori collocate a circa un metro e mezzo di altezza, protette dal vento e dalla pioggia ed esposte preferibilmente verso sud-est;
5. Proteggi o installa possibili rifugi naturali colonizzabili dalle api selvatiche. Molto attrattivi sono segmenti di canne di palude, fori nei muri o in tronchi di legno morto;
6. Molte specie di api selvatiche nidificano nel terreno e l'ingresso del loro nido può essere confuso con quello delle formiche. Evita di calpestare o distruggere i nidi;
7. Non usare gli erbicidi;
8. Utilizza metodi alternativi alla lotta chimica per controllare gli insetti e altri organismi dannosi, come trappole luminose o meccaniche e prodotti di origine naturale (es. biopesticidi e piretrine naturali) e preserva gli insetti utili come le coccinelle che predano gli afidi;
9. Se trovi uno sciame avvisa un apicoltore locale per il suo recupero;
10. Coinvolgi i vicini in queste iniziative. Più persone saranno coinvolte maggiore sarà il successo di queste attività!



Scopri di più del progetto su: www.e-coop.it

UNA BUONA SPESA PUÒ CAMBIARE IL MONDO

LA **coop** SEI TU.



**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

IN SALUTE CON LE API

di Christian Thuile, ed. Athesia, Bolzano 2020

L'autore è medico nutrizionista e specializzato in medicina complementare, esperto in apiterapia. Un settore da utilizzare con buon senso, ma da conoscere. Questa pubblicazione aiuta, perché frutto di lunga esperienza in ricerca e in pratica medica: in seconda di copertina è esposto il dettagliato c.v. del dottor Thuile, con la prudente e onesta avvertenza che *"in nessun modo i suggerimenti qui proposti sono stati pensati in sostituzione di un trattamento medico professionale"*. Su tutto prevale il concetto del



problematicità del vivere delle api e della loro impressionante riduzione, con la connessa e ben nota avvertenza che già cent'anni fa esprimeva Albert Einstein: *"Se l'ape scomparisse, all'umanità resterebbero solo pochi anni di vita. Niente api, niente impollinazione, niente piante, niente animali e niente uomini"*. Pur con l'ottimismo di salvifiche scienze e tecnologie.

**UNA CASA PIENA
DI AMOROSO PASSATO**

di Nadia Cappai, ed. Del Faro, Trento 2021

Nadia Cappai è una tipa fatta così come lei si è voluta e si vuole, navigando negli studi umanistici fino alla laurea, poi in immersione come manager in aziende multinazionali per il marketing, fino al 2008, quando trasforma una passione personale per l'antiquariato in attività professionale. Gira per l'Italia e all'estero con fiere, mostre, spettacoli culturali. Nei ritagli di tempo si acquieta nello scrivere. È del 2012 il suo romanzo *Si nasce senza ali*, tradotto in inglese nel 2020, e nel 2019 presenta l'opera teatrale *Circonfrenza del cuore*. Appunto, anche nello scrivere emerge il suo girovagare. Come in questo libro *"che nasce per colmare le mie nostalgie di figlia di un grande padre e di esule di una grande terra"*:

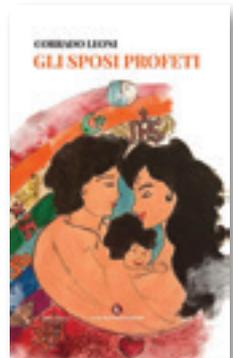


dopo il vivere spaziando in creatività e in luoghi sempre nuovi, qui il suo ritorno a Itaca di famiglia. L'incontro di tre soggetti, Pietro, Ignazio, Sara, in un angolo della Sardegna è occasione per liberare e rielaborare vicende, contraddizioni, emozioni, sofferenze, comuni, eppure specifiche delle diverse personalità, per Cappai connesse al padre e alla sua terra. Voglia di liberazione, con l'insostituibile aiuto di un'atmosfera creata dalla dolcezza, dalla generosità, dall'incanto di una natura originaria e - in quell'angolo di Sardegna - intatta.

GLI SPOSI PROFETI

di Corrado Leoni, ed. Kimerik, Patti-Messina 2018

Molti sono i lavori di Corrado Leoni, orientati su argomenti i più impegnativi, e con riconoscimenti plurimi. Qualche cenno a *Gli sposi profeti*, dove con originalità e schiettezza riflette su *uomo* e su *universo*, quasi a sintesi di un personale sottofondo filosofico. Significativo il riferimento alla lezione di geografia del suo professore di Scuola Media che riduceva la consistenza materiale del genere umano a piccola cosa rispetto alla vastità del pianeta Terra: *"Questo pensiero mi ha marcatamente segnato"*. Talmente segnato da spargerlo anche nei suoi modi di scrivere, e di sintetizzarlo nella storia di questi due *sposi profeti*. Con la semplicità del quotidiano vissuto nelle valli del Trentino, con allusioni a tematiche esistenziali appena sfiorate, in incontri casuali tra uno e una *con il velo*, gettando proposte per un libero passaggio dalla terrenità al metafisico in sedute con i Focolarini, nella leggerezza del vivere qui e ora insieme al sapore di vini buoni purchè trentini, citando Bibbia e Vangeli senza costrizione e senza incubi minacciosi o recitando il rosario con risvolti musulmani, e infine nell'abbraccio di Silvano con la moglie Sara. Con la sintesi che *"la linfa di un popolo è il rinnovamento, superando la monocultura, fecondati dalla diversità, nel confronto e nel rispetto"*.



L'INQUILINA ABUSIVA

di Giulia Fontanari, ed. Publistampa, Pergine V. 2021

di trentacinque anni - e con essa Giulia vive da più di quindici anni. Qui è il racconto autobiografico, quale strumento fondamentale per costruire la propria identità, tentare di ritrovare il filo dove le vicende della vita lo hanno interrotto, elaborare dolori, condividere esperienze. Scrivendo per sé e scrivendo per gli altri, *"per chi come lei ogni giorno vive con una malattia reumatica, per chi è vicino ad una persona che soffre di questa malattia, per il medico affinché possa tarare al meglio i propri interventi clinici"*. I temi: la diagnosi e la convivenza forzata con percorsi tanto traumatici quanto stressanti; gli aspetti di una malattia che cambia la vita per sempre; la vita sociale nella normalità e le giornate storte, quando ci si sente completamente svuotati e il dolore è pulsante; la famiglia, dove poter liberare le proprie fragilità; il lavoro da architetto, da Giulia finalmente conquistato con tenacia e attuato cocciatamente... per concludere su *"quello che la malattia mi ha tolto e quello che la malattia mi ha dato"*.



Abusiva è la Spondiloartrite, una rara malattia reumatica che intacca il tessuto connettivo e causa un'importante infiammazione, colpendo la colonna vertebrale e le articolazioni. Ha invaso la vita di Giulia - una ragazza trentina

“Diventa uno di noi” è la campagna dell’impresa sociale Nuovo Astra per coinvolgere quante più persone possibile in questo progetto culturale, offrendo quote da 100 euro (vedi sito nuovoastra.incooperazione.it). Associarsi è importante per sostenere un’attività che mira alla crescita culturale della comunità. “Una crescita che guarda al di fuori di ogni logica di profitto – ha detto Paolo Fellin, il presidente di Nuovo Astra – ma che necessita di capitali e di una base sociale allargata,

Fondazione De Marchi, Cla – ha anche deliberato un aumento di capitale di 200 mila euro per garantire continuità al progetto.

La presentazione della campagna “Diventa uno di noi” è stata anche occasione per un bilancio dell’attività del Nuovo Cinema Astra, in linea con l’andamento delle sale cinematografiche italiane, come ha spiegato il responsabile della programmazione Antonio Artuso. Nei primi due mesi del 2022, infatti, sono stati **oltre 400 gli esercizi costretti**

Trento, Nuovo Cinema Astra

“Diventa uno di noi”

L’invito ad associarsi al progetto culturale del Cinema Astra: un ‘cinema diffuso’, con nuovi spazi in città. Per i soci, abbonamenti e biglietti a prezzi ridotti, e un posto riservato agli eventi più importanti

di Dirce Pradella



per affrontare periodi di crisi come questi e per guardare al futuro con serenità, con nuove iniziative in grado di coinvolgere sempre più il nostro territorio”.

Ai nuovi soci verrà garantito l’accesso ad abbonamenti e biglietti ridotti, e la possibilità di riservarsi un posto negli eventi più importanti. Per l’estate ci sarà una programmazione all’aperto, nel cuore della città, in via Belenzani, grazie alla disponibilità della Cassa Rurale di Trento. Accordi in corso anche con l’Arcivescovile, per disporre della sala teatro da affiancare a quella in via Segantini per altre eventi. La società proprietaria del Nuovo Astra – che ha tra i suoi soci Federazione Trentina della Cooperazione, Consolida, Mandacarù, Erikson,

a chiusura, senza contare la diminuzione del numero di proiezioni disponibili per sostenere l’impatto della crisi energetica. Un fenomeno in controtendenza rispetto agli altri paesi europei, dove i cinema hanno riaperto con fatturati in crescita. Anche da questi presupposti nasce la campagna “diventa

uno di noi”, un appello riservato a chi ha a cuore il cinema, la cultura, è disposto a mettere in dubbio le proprie idee, discuterne, socializzare e crede nel valore delle relazioni.

Logo, sito e canale instagram: @nuovoastra

Al nome del progetto si aggiunge un motto: “Culture, Incontri, Comunità”, a significare la vocazione per il territorio di questa iniziativa. E **per tenere aggiornata la comunità sulla programmazione** è stato creato anche un sito con tutte le informazioni utili: **nuovoastra.incooperazione.it**. A questo si aggiunge, a fianco del canale Facebook, l’approdo su instagram (@nuovoastra) per intercettare il pubblico più giovane.

SUMMER CAMP MONTE BALDO

Saranno due gli English Summer Camp 2022 all’Hotel Bucaneve di Brentonico:

- il primo **da martedì 30 agosto a domenica 4 settembre 2022** (5 notti e 5 giorni di attività),
- il secondo **da domenica 4 settembre a domenica 11 settembre** (7 notti e 7 giorni di attività).

Entrambi i Camp sono pensati per bambine e bambini a partire **dalla terza elementare e per ragazze e ragazzi delle medie e della prima superiore (8-14 anni)**.

I partecipanti al corso verranno seguiti durante l’intero arco della giornata da **insegnanti madrelingua**, che vantano una lunga esperienza nell’insegnamento della lingua inglese a ragazze e ragazzi delle scuole elementari e medie.



ENGLISH SUMMER SCHOOL A FOLGARIA

Dedicato a bambine e bambini e ragazze e ragazzi **dalla 3ª elementare alla 3ª superiore**, l’English Summer School della London School di Rovereto è a Folgaria, presso il Grand Hotel Biancaneve oppure il Golf Hotel; il programma è full immersion in lingua inglese con insegnanti madre lingua che stanno insieme ai ragazzi sia la mattina durante il corso d’inglese sia nell’arco della giornata, perché la lingua venga praticata anche nelle attività ludiche pomeridiane e serali.

LE SETTIMANE ESTATE 2022

1-25 giugno; 26 giugno-2 luglio; 3-9 luglio; 10-16 luglio

Il **Grand Hotel Biancaneve**, completamente ristrutturato, ha una piscina coperta (con idromassaggio e nuoto controcorrente), teatrino, mini club e un grande spazio verde; tutte le camere sono dotate di tv lcd, frigobar, telefono, cassaforte, balcone e bagno con asciugacapelli; sistemazione in camere doppie o triple.

GLI SCONTI CON CARTA IN COOPERAZIONE **Inglese e sport sul Monte Baldo e a Folgaria**

Riservate ai soci possessori di Carta In Cooperazione, le speciali proposte per studiare l'inglese e dedicarsi allo sport, sempre a tariffe scontate



La mattina verrà dedicata agli aspetti didattici, con lezioni soprattutto **ORALI** e attività di inglese in piccoli gruppi suddivisi in base al livello di conoscenza della lingua ed età, mentre durante il pomeriggio e la serata verranno organizzate attività musicali, teatrali e sportive condotte

Il Golf Hotel, in un luogo soleggiato e immerso nel verde, mette a disposizione una sala congressi, piscina coperta e altri spazi; le camere sono dotate di tv lcd, frigobar, telefono, cassaforte, balcone e bagno con asciugacapelli; sistemazione in camere doppie o triple.

La quota di partecipazione comprende: sistemazione in camere doppie o triple (Biancaneve), doppie o nelle residenze 3-5 posti (Golf Hotel), trattamento di pensione completa con merenda mezza mattina e nel



dagli insegnanti in lingua inglese.

Per i figli dei soci possessori di Carta In Cooperazione:

- il costo del campo di 5 giorni dal 30 agosto al 4 settembre è di **358 euro per il primo figlio e 338 euro il secondo figlio**
- il costo del campo di 7 giorni da domenica 4 a domenica 11 settembre è di **448 euro per il primo figlio e 428 euro il secondo figlio**

La quota include: la pensione completa in hotel dalla cena del primo giorno alla colazione dell'ultimo giorno, le attività didattiche e sportive (piscina inclusa), l'utilizzo dei materiali didattici, l'assistenza durante lo svolgimento del Camp e un'escursione con guida nel Parco Naturale del Monte Baldo.

pomeriggio, uso della piscina, lezioni di inglese, attività culturali, sportive e ricreative, materiale didattico, English workbook, maglietta, cappellino e zaino firmati London School, assicurazione, attestato di frequenza.

Attività previste: calcio, pallavolo, tennis, nuoto, trekking, mountain bike, golf, giochi all'aperto, circo, danza, karaoke, talent show, sempre con insegnanti di madrelingua inglese presenti 24 ore su 24 (*insegnanti e organizzatori alloggiano nello stesso albergo, nelle camere accanto a quelle dei ragazzi*).

I tutor inglesi: sono animatori, sportivi, ballerini, artisti, acrobati, attori, registi e musicisti.

Tutti i partecipanti riceveranno in omaggio un video con filmati e foto della settimana, incluso il film prodotto insieme

Hotel Biancaneve:
680 euro a settimana.
Golf Hotel: 720 euro a settimana.



Per l'iscrizione bastano i dati anagrafici della ragazza o del ragazzo e un recapito telefonico. Al momento dell'iscrizione viene chiesta una caparra di 50 euro che verrà restituita nel caso il campo non venisse svolto per restrizioni covid.

Per informazioni

Hotel Bucaneve, tel. 0464.391557
www.hotel-bucaneve.com
info@hotel-bucaneve.com



**Carta In
Cooperazione**

Ufficio Relazioni Soci, Sait
tel. 0461.808641

ufficio.soci@sait.tn.it

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



Per i figli dei soci possessori di Carta In Cooperazione:

Sconto di 30 euro per ogni settimana di iscrizione

Per informazioni

London School
tel. 0464.311351 o 333 1564859
www.londonschoolovereto.it
londonschoolovereto@gmail.com

Come mantenere il cervello in forma

I FATTORI DI RISCHIO (su cosa intervenire):

- Diabete non controllato
- Fumo
- Ipercolesterolemia
- Ipertensione, obesità, dislipidemia
- Ipoacusia
- Depressione

LO STILE DI VITA GIUSTO

- Movimento
- Alimentazione sana
- Esercizi cognitivi come i memory training che si trovano anche online
- Giochi di logica e di enigmistica
- Ascoltare musica: aiuta il cervello a rievocare parole e ritmi
- Danza: unisce i benefici della musica al coordinamento del corpo

vanno ricercati e affrontati, come appunto apnee notturne, sindrome delle gambe senza riposo, parasonnie come il cosiddetto disturbo del comportamento del sonno REM. Sono problemi che vanno investigati e affrontati con le giuste terapie».

Una recente *review*, firmata dalla dottoressa Guarnieri con altri colleghi, mostra per esempio

come proprio le apnee ostruttive del sonno, un disturbo che si stima possa raggiungere il 40% nella popolazione maschile e il 20% in quella femminile dalla mezza età in poi, possano contribuire al declino cognitivo.

DOVE VA LA RICERCA

Non è un caso che la ricerca su Alzheimer e demenze stia puntando a indagare sui fattori di rischio e sui segnali precoci della malattia, inclusa la sfera del sonno. «Ci stiamo rivolgendo a due settori - spiega Alessandra Mocali, presidente di Airalzh, associazione che promuove la ricerca medico-scientifica sull'Alzheimer -. Quello della diagnosi precoce e di precisione, perché le terapie hanno la possibilità di essere efficaci se utilizzate agli esordi della malattia, ed è altrettanto importante diagnosticare in modo preciso e distintivo i vari tipi di demenze perché gli interventi terapeutici specifici abbiano effetto. E quello della prevenzione. Si è scoperto per esempio che ridurre i fattori di rischio che sono all'origine delle malattie cardiovascolari può posticipare anche l'insorgenza dell'Alzheimer. Non dobbiamo dimenticare che ritardare di un anno o due l'esordio di una malattia come questa significa regalare qualità della vita ai

Insonnia, sonnolenza & co

Dormire bene fa bene alla salute

Riposare bene mantiene in forma il nostro cervello: lo dimostra anche la ricerca sostenuta da Coop con Airalzh sul ruolo di questa "ricarica" notturna, fondamentale per contrastare Alzheimer e demenze senili. Un problema spesso ignorato, che riguarda soprattutto le donne

di Giorgia Nardelli

Dormiamo meno, dormiamo male e, come se non bastasse stress, smartphone accesi h24 e stili di vita sbagliati, a peggiorare le cose ci si è messa anche la pandemia, con il suo carico di ansia, paure e notti insonni. Eppure, mai come oggi si è scoperta l'importanza di riposare bene. Non si tratta solo di "ricaricare" il nostro organismo: negli ultimi anni numerose ricerche hanno evidenziato che un buon sonno ci aiuta a mantenere in forma il cervello e a prevenire malattie neurodegenerative come le demenze e l'Alzheimer. A confermarlo è Biancamaria Guarnieri, neurologa, responsabile della commissione nazionale "Sonno e malattie neurodegenerative" dell'Associazione italiana medicina del sonno e responsabile del Centro di medicina del sonno nella casa di cura Villa Serena di Città Sant'Angelo (Pe). Guarnieri è anche socia di Airalzh, con la quale segue il progetto di ricerca sostenuto da Coop.

«Negli ultimi tempi l'approccio della medicina è cambiato nei confronti di questa materia, e se fino a 20-30 anni fa ci si limitava a constatare che i disturbi del sonno accompagnavano le persone affette da demenza, col tempo si è capito che il processo è inverso: un cattivo riposo può influire sui meccanismi neuropatologici che possono

portare alle demenze, in particolare alla malattia di Alzheimer».

Studi condotti prima sugli animali e poi sull'uomo hanno infatti evidenziato che un buon sonno notturno facilita l'eliminazione di proteine come beta amiloide, tau e sinucleina, considerate responsabili di diverse forme di decadimento cognitivo. L'alterazione del ritmo sonno-veglia, al contrario, favorisce il loro accumulo, che ha una funzione "tossica" per il sistema nervoso centrale.

PRENDERSI CURA DEL RIPOSO

La parola d'ordine è quindi prevenzione, che in questo caso significa prendersi cura del proprio sonno. «Tutti noi dovremmo farlo, e invece sottovalutiamo questo aspetto. Dopo notti insonni preferiamo dire "recupero domani", anche se sappiamo che non sempre è possibile. Inoltre siamo condizionati dal luogo comune che dopo una certa età la qualità del sonno decada inevitabilmente, mentre si può migliorare».

«Anni di studi ci hanno ormai confermato che un sonno disturbato, o un'eccessiva sonnolenza diurna sono segnali da non sottovalutare - continua l'esperta -. All'origine possono esserci i ritmi di vita e lo stress, e a volte è sufficiente modificare le abitudini. Ma altre volte sono il sintomo di disturbi primari che

Alcune associazioni a cui chiedere aiuto

Negli anni si sono moltiplicati sul territorio enti e associazioni che offrono una rete di supporto per i malati di Alzheimer e le loro famiglie. Tra le principali c'è Alzheimer Italia (www.alzheimer.it, in Trentino www.alzheimer.trento.org, tel. 0461.230775), oltre a promuovere la ricerca medica e scientifica, offre sostegno a malati e familiari.

Così anche Alzheimer Uniti (www.alzheimerunitiitalia.it), che si occupa di assistenza sociale e socio-sanitaria, e della tutela dei diritti civili delle persone colpite da demenza e dei loro familiari.

Coop per la ricerca con Airalzh

Anche i soci e i clienti Coop possono dare il loro contributo alla lotta contro l'Alzheimer, partecipando alla campagna "Non ti scordar di te" promossa nei negozi Coop a favore di Airalzh: dal 2016 al 2019, grazie al sostegno di Coop, Airalzh ha finanziato 75 assegni di ricerca, a cui si somma, nel periodo 2020-2021, il finanziamento di altri 13 progetti focalizzati su Alzheimer, stili di vita e prevenzione per un totale di oltre 2,4 milioni di euro, coinvolgendo giovani



ricercatrici e ricercatori e centri di ricerca di eccellenza italiani. Dal 2016, Coop finanzia progetti specifici con campagne dedicate nei punti vendita: infatti le somme raccolte, unitamente a quelle delle altre donazioni, sono

servite a finanziare singoli progetti di ricerca. Attualmente sono 13 quelli selezionati, concentrati su prevenzione e trattamento nelle fasi precoci della malattia.

malati e alle loro famiglie, e sollevarli da costi e carichi enormi».

IL PROGETTO DI RICERCA FINANZIATO DA COOP

Sui disturbi e sulla correlazione tra sonno e demenze si inserisce anche il progetto di ricerca finanziato da Coop. A portarlo avanti è la giovane ricercatrice **Ilde Pieroni**, sotto la guida della dottoressa Guarnieri. Pieroni sta approfondendo la relazione tra alcuni disturbi del sonno e le diverse forme di demenza, con un'attenzione particolare alle differenze tra uomo e donna. Sotto la lente c'è il Disturbo del comportamento del sonno REM (RBD), che insorge in genere **dopo i 50 anni**. «I pazienti colpiti da RBD fanno sogni dal contenuto aggressivo, in cui parlano animatamente, lottano, litigano, ma soprattutto "agiscono" mentre dormono. Il disturbo può arrivare a colpire il 2% della popolazione sopra i 60 anni ed è considerato un sintomo preclinico di alcune malattie degenerative, tra cui la demenza a corpi di Lewy, molto invalidante. Chi lo presenta ha un rischio molto più alto di sviluppare la malattia nei 20 anni successivi», sottolinea Pieroni.

L'Aima (Associazione italiana malattie di Alzheimer, www.alzheimer-aima.it/index.htm) gestisce la "Linea Verde Alzheimer" 800679679, un servizio gratuito nazionale per rispondere a domande sull'argomento. In Trentino: **Aima Rovereto**, www.aimarovereto.com, tel. 0464 439432.

Alzheimer Trento e Aima organizzano, a Trento e a Rovereto, gli "Alzheimer Caffè", spazi di incontro informale per i malati di demenza e per i loro familiari, per parlare dei propri problemi e delle strategie per risolverli, per conoscere meglio la malattia e i suoi sintomi, e per trascorrere un paio d'ore in un'atmosfera accogliente, centrata sull'ascolto.

Arrivare a diagnosticare velocemente e correttamente il disturbo, uno degli obiettivi dello studio, è un passo in più verso la prevenzione e il trattamento in fase precoce. E non solo. Individuare l'RDB nelle persone con rischio cognitivo aiuta a fare una diagnosi differenziale tra Alzheimer e Morbo di Lewy e a intervenire con terapie personalizzate.

LUI E LEI, DIVERSI ANCHE NEL SONNO

Ma c'è un altro obiettivo non meno importante che si pongono le ricerche avviate con il contributo di Coop, e cioè comprendere le differenze con cui questo e altri disturbi del sonno si presentano nell'uomo e nella donna, un territorio ancora poco esplorato. «I dati ci dicono che l'accesso delle donne ai **centri di medicina del sonno** è di gran lunga inferiore rispetto a quello degli uomini - spiega Guarnieri - perché spesso **i disturbi di questo tipo si presentano nel sesso femminile in forma atipica**. Prendiamo il caso delle apnee del sonno: un uomo che ne soffre manifesta sintomi tipici quali russamento, sonnolenza diurna eccessiva, apnee testimoniate. Una donna può riferire invece incubi, cefalea, depressione del tono dell'umore: segnali atipici che possono causare un ritardo delle diagnosi. **Questo la porta a convivere con disturbi del sonno rischiosi per più tempo**. Eppure, proprio le donne dovrebbero porre su questi temi un'attenzione ancora maggiore: «C'è un lungo periodo che va dalla premenopausa alla post **menopausa**, in cui l'organismo subisce cambiamenti importanti, e si rileva un'altissima prevalenza dei disturbi del sonno. Un dato da non sottovalutare, anche alla luce del fatto che nel sesso femminile il declino cognitivo è più veloce. **Nella malattia di Alzheimer le pazienti donne sono circa due terzi del totale, questo ci deve spingere a proseguire le ricerche in questa direzione**».

(consumatori.e-coop.it)

stare
in salute

L'esperto Paolo Caffarra Così si rallenta l'Alzheimer

Solo in Italia si contano 1,2 milioni di persone colpite da demenze. Di queste, **circa 600 mila** sono affette da Alzheimer. E per il futuro, l'Oms stima che nel 2050 una persona ogni 85 sul pianeta avrà una diagnosi di questo tipo». Sono numeri da pandemia quelli che elenca il professor **Paolo Caffarra**, neurologo e già responsabile dell'Unità operativa Gestione demenze dell'Azienda ospedaliero-universitaria di Parma, nonché componente del Tavolo ministeriale permanente sulle Demenze.

Caffarra è da anni in prima linea nel combattere queste patologie, anche in veste di membro del Consiglio direttivo di Airalzh, e spiega che dopo avere speso decenni a cercare una cura risolutiva, che ancora non c'è - i farmaci a disposizione possono rallentare il decorso, ma non fermarlo - la ricerca si sta concentrando sulla diagnosi e sul trattamento precoce con molecole ancora sperimentali. Con buoni risultati: «Abbiamo esami diagnostici che riescono a individuare le demenze in **fase precoce** in modo attendibile, per esempio l'esame del liquido cerebrospinale, o altri accertamenti che ricercano modificazioni nel metabolismo cerebrale. E quando si riesce ad anticipare la diagnosi, i trattamenti di tipo psicosociale e la stimolazione cognitiva permettono in molti casi di rallentare sia pure lievemente l'evoluzione della malattia. È però fondamentale giocare d'anticipo». Ecco perché i familiari devono riuscire a individuare subito la prima spia dell'Alzheimer, che è **la memoria**, a differenza di altre demenze, che intervengono sul comportamento e sul linguaggio. «Se le dimenticanze sono frequenti, e soprattutto se si nota un cambiamento rispetto ai sei mesi o all'anno precedente, è importante rivolgersi al proprio medico e chiedere una valutazione **neurologica**, oltre che fare riferimento a un Centro per i disturbi cognitivi e le demenze», spiega l'esperto. «Nel 20% dei casi potrebbe trattarsi di un disturbo passeggero, ma se così non fosse, con un attento monitoraggio e trattamenti tempestivi la qualità della vita dei pazienti e delle loro famiglie può migliorare notevolmente».

Con l'invecchiamento l'incidenza della demenza raddoppia ogni 5 anni e l'Alzheimer è la principale causa di demenza: essendo responsabile del 60-70% dei casi, è una priorità globale in termini di sanità pubblica.

Vi sono fattori di rischio non modificabili, quali ad esempio la familiarità, l'invecchiamento ed i traumi alla testa, tuttavia il gruppo di esperti sui temi della prevenzione, cura e assistenza alla demenza istituita da Lancet ha osservato come il 35% circa delle demenze siano prevenibili attraverso modifiche dello stile di vita.

Da un punto di vista nutrizionale una delle proposte più studiate viene chiamata dieta "Mind", ed è una dieta ibrida tra la dieta Mediterranea e la dieta Dash; difficile riassumere brevemente tutti i cardini, ma ci proverò.

Demenze

Mind, la dieta da non dimenticare



Il 35% circa delle demenze sono prevenibili attraverso modifiche dello stile di vita. Nella nutrizione una delle proposte più studiate è la dieta "Mind", una dieta ibrida tra la dieta Mediterranea e la dieta Dash

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

La dieta Mind enfatizza il ruolo di alimenti di origine vegetale quali cereali integrali e legumi, limita gli alimenti di origine animale (in particolare

quelli ricchi di grassi saturi), suggerisce il consumo di pesce almeno una volta a settimana, enfatizza il **ruolo protettivo di verdura** (in particolare in foglia) e **frutta** (in particolare di **frutti di bosco e frutta secca**), consente un discreto consumo di **latte e yogurt**, è più restrittiva delle linee guida in merito al consumo di **sale**. **Quest'ultimo viene limitato a 1,5 grammi al giorno**, compreso il sale presente negli alimenti quali pane, cracker o grissini, formaggi, tonno in scatola, salumi, olive ed una notevole quantità di altri alimenti comunemente consumati. Questo per ricordare che anche chi aggiunge poco sale potrebbe consumarne troppo, in quanto è già contenuto in molti alimenti.

Nel 2015 è stato pubblicato lo studio svolto su 923 partecipanti, di età compresa tra i 58 ed i 98 anni seguiti per 5 anni con la dieta Mind; si è riscontrata una **riduzione dell'incidenza del morbo di Alzheimer del 35%** anche per livelli di aderenza "modesti" a tale dieta.

Il fatto che anche con certa flessibilità di applicazione vi siano buoni risultati è a mio avviso rilevante: **le modifiche dello stile di vita devono sempre essere flessibili affinché possano essere realisticamente mantenute per anni.**

È più rilevante fare quello che riusciamo a lungo nel tempo, piuttosto che impegnarsi in modo rigido solo per qualche mese; questo è ancora più importante nelle malattie cronico-degenerative che frequentemente ci mettono anni a manifestarsi.

Il rapporto con il consumo di bevande alcoliche è più complesso; infatti, un consumo moderato è risultato essere protettivo, in linea con i dati sul ruolo preventivo della dieta mediterranea che include il consumo moderato di vino. D'altra parte, il consumo di bevande alcoliche in eccesso triplica la probabilità di ammalarsi di demenza, incluso il morbo di Alzheimer, ed abbiamo visto nel precedente contributo su questa testata quanto possa essere facile eccedere nel consumo rispetto alle raccomandazioni. Dunque, **la moderazione assume un significato particolarmente stretto e rilevante in questo contesto**: l'indulgenza può deteriorare qualcosa a cui tutti noi teniamo molto. (*consumatori.e-coop.it*)



Ricette, bottiglie e libri

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

Bruschetta con formaggio di capra e fragole al balsamico

150 g di fragole, 8 fette di pane integrale, 200 g di formaggio di capra spalmabile, 8 foglie di basilico, olio d'oliva extravergine, aceto balsamico, sale e pepe

Lavate, asciugate e mondate le fragole; tagliatele a pezzetti, conditele con un cucchiaino d'olio, un pizzico di sale e un cucchiaino di aceto balsamico; tostate le fette di pane e spalmatele con formaggio di capra; completate le bruschette con le fragole marinate, un pizzico di pepe e foglioline di basilico. (*Fiorfiore in cucina 5/2020*)



"Fior fiore in cucina" tutto nuovo

Dal numero di aprile "Fior fiore in cucina" è tutto nuovo: il mensile di ricette e cultura gastronomica ti aspetta in negozio (a soli 1,50 euro) e online con nuove rubriche e approfondimenti dei migliori food influencer; online sono inoltre disponibili tanti contenuti extra: reportage nel cuore dei territori dove nascono i prodotti Fior fiore.



E ogni mese nella rivista Fior Fiore in Cucina troverai buoni sconto del valore di 10€: 8 buoni dispensa per prodotti Fiorfiore prodotti protagonisti di gustose ricette!

Asparagi e fragole

Tavola di stagione

Tra le mille ricette dedicate agli asparagi e alle fragole, eccone alcune, tra dolce e salato: nuovi abbinamenti e metodi di cottura, per sperimentare i gusti inattesi di questi due protagonisti della tavola di primavera



Fusilli al pesto di asparagi

320 g di fusilli di semola freschi coop, 250 g di asparagi, 8 foglie di basilico, 60 g di mandorle pelate coop, pecorino sardo maturo dop fiorfiore, 20 g di mandorle sgusciate coop, olio d'oliva extravergine, sale e pepe

Mondate gli asparagi della loro parte più dura, tagliateli in pezzi di 2-3 cm ciascuno e tuffateli per 2 minuti in un'a casseruola con acqua bollente leggermente salata; scolateli e raffreddateli subito in un recipiente con acqua ghiacciata, scolateli e asciugateli. Tenete da parte le punte degli asparagi e frullate i gambi con le mandorle pelate, il basilico, 60 g di olio e versate la salsa nella ciotola in cui verrà mantecata la pasta; amalgamate con qualche cucchiaino di acqua di cottura; lessate i fusilli, scolateli al dente e versateli nella ciotola con il pesto di asparagi; servite con abbondante pepe, le mandorle sgusciate tritate grossolanamente, una spolverizzata di pecorino grattugiato a scaglie e le punte degli asparagi. (Fiorfiore in cucina 5/2020)

Crespelle asparagi e ricotta

Per 4 persone: 250 g di asparagi, 250 ml di latte, 350 g di ricotta, 90 g di burro, 50 g di farina "00", 50 g di farina di grano saraceno, 200 g di zucchine, 4 cucchiaini di Parmigiano Reggiano Dop 30 mesi fior fiore Coop,

1 cucchiaino di mandorle pelate, 2 uova, noce moscata, sale

In una terrina sbattete le uova con poco latte e 30 g di burro fuso, unite le farine setacciate e mescolate aggiungendo il latte rimanente; salate leggermente e fate riposare per 20 minuti; mescolatela nuovamente la pastella prima di utilizzarla.

Pulite gli asparagi, eliminate la parte finale dura, tagliate a rondelle il gambo e le punte; riducete le zucchine a cubetti; spadellate le zucchine e gli asparagi con una noce di burro e un pizzico di sale finché risulteranno morbide; mescolate la ricotta con metà del Parmigiano Reggiano grattugiato, insaporite

con sale e noce moscata, aggiungete le verdure e amalgamate delicatamente; scaldate una padella antiaderente di circa 18-20 cm di diametro, spennellatela con del burro e versatevi un mestolino di pastella, facendo roteare la padella fino a ricoprirne il fondo con uno strato sottile; cuocete 1-2 minuti per lato e procedete fino a esaurire il composto. Stendete su ogni crespella una parte di ripieno a base di ricotta e asparagi, arrotolatele a cilindro, stringendo delicatamente; tagliate le crespelle a tronchetti, sistematele in una pirofila o in una teglia ricoperta con carta forno, cospargete con le mandorle a scaglie, qualche fiocchetto di burro e il Parmigiano Reggiano grattugiato; infornate a 180°C per 15 minuti; servite le crespelle calde. (Fiorfiore in cucina, 4/2018)



Skillet cake: la torta in padella con fragole e cioccolato

La skillet cake è un dolce americano che prende il suo nome dalla padella in cui viene cotta, la padella in ghisa (iron cast skillet), utilizzata sia per il forno, sia per i fornelli (si cuoce con il coperchio, a fiamma media, per circa 30 minuti): il risultato è una torta-biscotto, croccante all'esterno e morbida al centro, simile ai biscotti cookie.

Ingredienti: 150 g di farina 00, 120 g di burro, 100 g di zucchero di canna chiaro Solidal, 1 uovo grande, 150 g di fragole, 50 g di cioccolato fondente extra D'Osa, 1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio, due prese di sale; per la bagna: 150 g di fragole, 40 g di zucchero semolato, 1/2 limone

Fondete il burro e lasciatelo intiepidire; tagliate al coltello il cioccolato; lavate e mondate le fragole e tagliatele a pezzetti non troppo piccoli. In una ciotola, mescolate il burro con lo zucchero, unite poi l'uovo, la farina setacciata con il bicarbonato e il sale; amalgamate bene, incorporate 3/4 del cioccolato e delle fragole; versate l'impasto in una teglia da 20 cm di diametro precedentemente imburrata, distribuite sulla superficie il cioccolato e le fragole rimasti e cuocete a 180°C (forno statico) per 30 minuti. Nel frattempo lavate le fragole per la bagna, mondatele e tagliatele a pezzetti; fatele cuocere a fuoco dolce per 15-20 minuti con lo zucchero e il succo di limone, poi passatele in un colino a maglie fini premendo bene con il dorso del cucchiaino per far uscire tutto il liquido; servite la torta tiepida o fredda, accompagnandola con un cucchiaino di succo di fragole per ogni fetta. (Fiorfiore in cucina, 3/2022)

Ho trovato la ricetta di un sorbetto preparato con i fiori dell'albero di Giuda. Non conosco questa pianta, ma so che in primavera la si può ammirare per la sua fioritura, che la rende uno degli alberi più belli della flora mediterranea. Vorrei saperne un po' di più, anche per un eventuale acquisto per il mio giardino. Vi ringrazio.
Lucia Andermarcher (TN).

L'albero di Giuda o siliquastro (*Cercis siliquastrum*) è chiamato così perché, secondo un'antica leggenda, pare che l'apostolo Giuda Iscariota si sia impiccato proprio su un albero di questa specie dopo aver rinne-

il fusto tende a inclinarsi da un lato, mentre i rami si piegano verso terra. I fiori sono la caratteristica principale dell'albero di Giuda: sulla corteccia scura e ruvida una miriade di corolle forma dei fitti cuscini colorati, molto attraenti anche per il fatto che le foglie appaiono in un secondo tempo. **Essendo commestibili, i fiori si possono effettivamente utilizzare per ricette culinarie** un

L'albero di Giuda

Siliquastro: l'albero dai mille fiori fuxia

In primavera, fitti ciuffi di fiori rosa intenso (belli, e anche buoni da mangiare) ricoprono interamente tutti i rami di questo albero, rendendolo unico e molto decorativo

di Iris Fontanari

gato Gesù. Rimane comunque il fatto che, a primavera, prima ancora della comparsa delle foglie, i suoi rami si ricoprono di ciuffi di fiori rosa intenso tendente al violaceo, così da far pensare vagamente a fiotti di sangue sgorganti dal legno.

Il nome del genere, *Cercis*, al quale quest'albero appartiene, deriva dal greco *kerkis* (= spola del tessitore, in riferimento alla forma del frutto), mentre il nome della specie, *siliquastrum*, sta ad indicare la somiglianza del frutto con quello del carrubo (*Ceratonia siliqua*).

Il siliquastro appartiene alla famiglia delle Leguminose ed è diffuso allo stato selvatico nelle regioni nord-orientali del bacino mediterraneo, dall'Italia fino all'Asia minore, all'Iran e alla Siria. In Italia viene coltivato da epoche remote, ma lo si può incontrare anche allo stato selvatico sui Colli Euganei, attorno al lago di Garda, in Toscana, sull'Appennino marchigiano, umbro e laziale. È un alberello piccolo e robusto che eccezionalmente può raggiungere altezze superiori ai sei-sette metri, mentre **la sua longevità è notevole (attorno ai 100 anni)**.

Il tronco, un po' tortuoso e ramificato fin dal basso, è ricoperto da una corteccia molto scura, finemente screpolata; i rami giovani sono piuttosto flessibili e a crescita zigzagante. Spesso, negli alberi vecchi,

po' inconsuete, perlopiù mescolati all'insalata; hanno un sapore agrodolce e, raccolti in boccio, è possibile conservarli sotto aceto. I frutti (detti legumi), al pari dei fiori sono riuniti in mazzetti penduli, persistenti a lungo sui rami: sono baccelli verdi ed appiattiti all'inizio, quindi diventano color rosso-bruno e assumono una consistenza membranosa. Contengono da 10 a 14 semi che vanno seminati a primavera (marzo-aprile).

Le foglie del siliquastro sono caduche, alterne, piuttosto consistenti; hanno un colore verde brillante e una caratteristica forma tondeggianta con nervature irradianti a palma e il margine intero.

Questa pianta è rustica e di facile coltivazione, tuttavia cresce meglio su terreni profondi, calcarei e privi di ristagni d'acqua; predilige un'esposizione soleggiata e al riparo dai venti troppo freddi. Viene spesso coltivata nei parchi, lungo passeggiate e viali; nei piccoli giardini può essere sistemata su tappeto verde da sola o in gruppo di tre esemplari ravvicinati, in un raggio di 2 o 3 metri. La si può mescolare con altre piante per creare dei boschetti: molto belle sono le consociazioni con ornello, oleandro, leccio e roverella.

Per contenere la forma della sua chioma o per far assumere alla pianta la forma voluta, si può ricorrere alla potatura (da effettuarsi a fine inverno) senza timore di arrecare

danni perché il siliquastro sopporta molto bene i tagli.

COME RIPRODURRE PER SEME

Prima di interrare i semi si dovrà preparare un'aiuola con l'esposizione a sud, vangando il terreno per circa 30 cm di profondità, incorporandovi torba, sabbia e fertilizzante fosfatico. Quando le piantine sono abbastanza grandi, si trapiantano in vasi di circa 10 cm di diametro; l'operazione dev'essere effettuata rapidamente perché le radici non sopportano l'esposizione all'aria per più di due ore.

Si interrano poi i vasi in una posizione riparata del giardino. Per la messa a dimora definitiva si dovranno attendere circa 2 anni. Le piante inizieranno a fiorire dopo il quinto anno di età, mentre la loro crescita è abbastanza rapida poiché verso gli 8 anni esse raggiungono i 3 metri d'altezza.

IL SILIQUASTRO RESISTENTE AL FREDDO

Una varietà di *Cercis canadensis* (cercio del Canada), selezionata negli Stati Uniti qualche decina di anni fa, è il *Cercis canadensis* "Forest Pansy", dallo sgargiante fogliame color rosso-viola e dai fiori rosa. La sua fioritura è meno vistosa di quella del siliquastro, ma la pianta offre il vantaggio di **una notevole resistenza al freddo**.



coop

in collaborazione con



OrtofruttaItalia

Organizzazione Interprofessionale dell'ortofrutta italiana

Questo mese

L'ITALIA CI OFFRE

la freschezza delle

FRAGOLE



IL SAPORE ITALIANO
AL MOMENTO GIUSTO.

mipaaf

ministero delle politiche
agricole alimentari e forestali



USA I PUNTI

DAL 21 APRILE AL 4 MAGGIO

VALIDA
NEI NEGOZI
ADERENTI



**Latte di capra UHT intero
Latte Trento**
500 ml
2,38 € al litro



Tè verde aromatizzato Twinings
limone - arancia - zenzero
25 filtri - 50 g
49,80 € al kg



SOLO PER I SOCI

50 PUNTI e **0,69 €**

ANZICHÉ **1,55 €**

SOLO PER I SOCI

120 PUNTI e **1,45 €**

ANZICHÉ **3,15 €**

Sofficini Findus
assortiti
surgelati pz. 4 - 266 g
7,11 € al kg



**Trippa al sugo
Simmenthal**
420 g
5,69 € al kg



**Vino Pinot Nero
Trentino DOC
Cantina Mezzacorona**
750 ml
6,65 € al litro



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e **1,09 €**

ANZICHÉ **2,60 €**

SOLO PER I SOCI

100 PUNTI e **1,39 €**

ANZICHÉ **2,99 €**

SOLO PER I SOCI

300 PUNTI e **1,99 €**

ANZICHÉ **6,85 €**

**ECCO I PRODOTTI CHE POTRAI PAGARE
IN PARTE CON I PUNTI DELLA TUA
CARTA IN COOPERAZIONE**

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.



USA I PUNTI

DAL 5 AL 18 MAGGIO

VALIDA
NEI NEGOZI
ADERENTI



Margarina Vallè Naturalmente

250 g
3,96 € al kg



Formaggini Susanna

pz. 8 - 140 g
7,07 € al kg



SOLO PER I SOCI

40 PUNTI e 0,59 €

ANZICHÉ 1,50 €

SOLO PER I SOCI

40 PUNTI e 0,59 €

ANZICHÉ 1,45 €

Biscotti Buoni Così Galbusera

con uova fresche italiane
330 g al kg 5,42 €
ai 4 cereali 300 g al kg 5,97 €



Biscotti Canestrellini La Sassellese

250 g
5,96 € al kg



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



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e 0,89 €

ANZICHÉ 2,45 €

SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e 0,69 €

ANZICHÉ 2,09 €

SOLO PER I SOCI

120 PUNTI e 0,99 €

ANZICHÉ 2,99 €

**ECCO I PRODOTTI CHE POTRAI PAGARE
IN PARTE CON I PUNTI DELLA TUA
CARTA IN COOPERAZIONE**

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.

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

FINO AL 31 AGOSTO 2022

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

coop
Trentino

FAMIGLIA
COOPERATIVA

coop
SUPERSTORE

BASTONCINI TREKKING 2 PEZZI



NERO/ROSSO

GRIGIO/BLU

- Bastoncini da trekking in 3 sezioni
- Lunghezza regolabile cm 63-135
- Impugnatura anatomica con cinturino
- Sistema antishock
- Punta in Widia / Carbide
- Piedino in gomma
- Doppia Rotella estate / inverno
- Alu 6061

PREZZO € 31,90
OFFERTA € 24,90
PREZZO SOCI € **19,90**



SCONTO
37%

ZAINO SPHERE 20 L

- Scomparto principale e tasca frontale con cerniera a 2 cursori
- Tasca a fessura con chiusura rapida regolabile
- 2 tasche laterali in rete con cinturino elasticizzato
- Tasca interna
- Spallacci anatomici regolabili con imbottitura
- Rivestimento in PU idrorepellente da 800 mm
- Maniglia in alto
- 100% Poliestere Ripstop
- 20 litri - dimensioni cm 29x17x45



ANTRACITE/VERDE/
GRIGIO

AZZURRO/ANTRACITE/
GRIGIO

PREZZO € 59,90
OFFERTA € 39,90



PREZZO SOCI € **34,90** SCONTO **40%**

ZAINO SPHERE 35 L

- Scomparto principale con cerniera a 2 cursori
- Tasca interna imbottita per computer portatile
- Tasca frontale e piccola tasca frontale con cerniera
- Tasca a fessura con chiusura rapida
- 2 Tasche laterali con cinturino elasticizzato
- Spallacci anatomici regolabili con imbottitura
- Fascia toracica regolabile con chiusura rapida
- Rivestimento in pu idrorepellente da 800 mm
- Accenti riflettenti
- Maniglia in alto
- 100% Poliestere ripstop
- 35 litri - dimensione cm 33x26x50



ANTRACITE/VERDE/GRIGIO

AZZURRO/ANTRACITE/
GRIGIO

PREZZO € 64,90
OFFERTA € 44,90

PREZZO SOCI € **39,90**



SCONTO
38%

ZAINO VESUVIO 16 L CON PORTA SACCA IDRATANTE

- Schienale e cinghie in rete
- 3 tasche con zip sul davanti
- 2 tasche laterali portabottiglie
- Scomparto per tasche ad acqua con passaggio pipetta
- Porta telefono, fischietto sul petto
- Copertura anti pioggia
- Cinghie di compressione
- Sul frontale 2 fori formati da nastro



ROSSO/NERO

VERDE/NERO

PREZZO € 64,90
OFFERTA € 44,90



PREZZO SOCI € **39,90** SCONTO **38%**

ZAINO SAINT BAUME 9,5 L CON PORTA SACCA IDRATANTE

- Schienale ventilato in rete
- Rete per casco
- Cintura centrale retrattile
- Fascia toracica con fischietto
- 2 tasche frontali, 1 con organizer
- Scomparto per tasche ad acqua con passaggio pipetta
- Custodia in rete su una delle cinghie
- Soffietti con cerniere per aumentare la capacità da 7,5 a 9 litri
- Nylon Ripsop 6000 PU



GIALLO/NERO

AZZURRO/NERO

PREZZO € 59,90
OFFERTA € 43,90

PREZZO SOCI € **39,90**



SCONTO
33%

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

FINO AL 31 OTTOBRE 2022

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

coop
Trentino

FAMIGLIA
COOPERATIVA

coop
SUPERSTORE

MATERASSO MEMORY BOZEN

- Materasso in schiuma DN 30 con lavorazione superficiale a 7 zone
- Altezza totale ca. 18 cm
- Fodera interna in Jersey di Cotone a protezione del massello
- Fodera esterna divisibile in due parti tramite cerniera e lavabile a 60° C

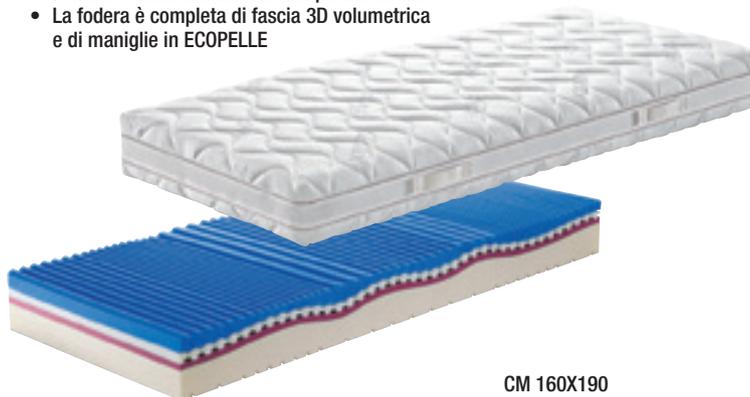


CM 90X190
PREZZO € 299,00
OFFERTA € 219,00
PREZZO SOCI € 189,00
SCONTO 36%

CM 160X190
PREZZO € 599,00
OFFERTA € 439,00
PREZZO SOCI € 399,00
SCONTO 33%

MATERASSO SPECIAL BLUE MEMORY

- Altezza totale ca. 24 cm
- Massello in Aquatech e Memory a 4 strati di diversa densità e portanza, altezza ca. 20 cm
- Lato superiore in Memory DN 40
- Base e strati intermedi in schiuma emulsionata ad acqua, in densità 30/38/40 a portanza progressiva
- Fodera interna a protezione del massello in Jersey di Cotone
- Fodera esterna in tessuto naturale Tencel elasticizzato Mediflex con trapuntatura a zone differenziate
- Fodera esterna divisibile in due parti e lavabile a 60° C
- La fodera è completa di fascia 3D volumetrica e di maniglie in ECOPELLE



CM 80X190
PREZZO € 339,00
OFFERTA € 249,00
PREZZO SOCI € 219,00
SCONTO 35%

CM 160X190
PREZZO € 649,00
OFFERTA € 479,00
PREZZO SOCI € 429,00
SCONTO 33%

RETE IN LEGNO MAYA FISSA

- 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
- Completa di piedini in legno, altezza 35 cm



CM 80X190
PREZZO € 269,00
OFFERTA € 199,00
PREZZO SOCI € 179,00
SCONTO 33%

CM 160X190
PREZZO € 529,00
OFFERTA € 389,00
PREZZO SOCI € 349,00
SCONTO 34%

RETE IN LEGNO MAYA MOTORIZZATA

- 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 maggior accoglienza in zona spalle e, al contrario, con regolazione di rigidità sulle 6 doghe centrali per offrire maggior supporto in zona bacino
- Completa di piedini in legno, altezza 35 cm
- 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
- Misure: cm 80x190



PREZZO € 699,00
OFFERTA € 519,00
PREZZO SOCI € 469,00
SCONTO 32%

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 12 MAGGIO 2022

CONSEGNA DAL 20 AL 30 GIUGNO 2022



BRIT



GEOMETRICO

COMPLETO LETTO

BRIT
BLUBRIT
CORALLOGEOMETRICO
BLUETTEGEOMETRICO
MULTICOLOR

- Tessuto in puro cotone
- Misure
 - 1 piazza
 - lenzuolo sopra cm 160x280
 - lenzuolo sotto cm 90x200
 - federa cm 50x80
 - 2 piazze
 - lenzuolo sopra cm 240x280
 - lenzuolo sotto cm 180x200
 - 2 federe cm 50x80

1 PIAZZA

nr.
179nr.
181nr.
183nr.
185

2 PIAZZE

nr.
180nr.
182nr.
184nr.
186PREZZO € 39,90
OFFERTA € 29,90PREZZO SOCI € **26,90** SCONTO **32%**PREZZO € 58,90
OFFERTA € 44,90PREZZO SOCI € **39,90** SCONTO **32%**

LINEA KIDS CALEFFI



SPAZIO KIDS



TROPICAL NATURALE



COPRILETTO

- Copriletto di puro cotone
- Imbottitura in fibra di poliestere 80g/mq -
- Misura cm 165x265



SPAZIO KIDS

TROPICAL
NATURALE

SPAZIO KIDS

TROPICAL
NATURALEnr.
175PREZZO € 62,90
OFFERTA € 49,90PREZZO SOCI € **44,90**SCONTO **28%**nr.
176PREZZO € 36,90
OFFERTA € 28,90PREZZO SOCI € **25,90**SCONTO **29%**nr.
177nr.
178

TROLLEY + BEAUTY BARBIE MATTEL

- In ABS
- Design esclusivo Barbie Mattel

nr. **BEAUTY**
211

- Chiusura a zip
- Maniglia superiore
- Scomparto divisorio interno
- Misura cm 32x15x32
- Peso 0,3

PREZZO € ~~29,90~~
OFFERTA € ~~19,90~~

PREZZO SOCI € **17,90**



SCONTO **40%**



nr. **TROLLEY**
212

- 4 Ruote piroettanti
- Chiusura a combinazione tsa
- Doppia maniglia
- Misura cabina compatibile con compagnie low-cost
- Misura cm 55x40x20
- Peso kg 2,5

PREZZO € ~~73,90~~
OFFERTA € ~~49,90~~

PREZZO SOCI € **43,90**



SCONTO **40%**

TROLLEY ECOGREEN



Le emissioni per la realizzazione di questo prodotto sono state COMPENSATE DA INTERVENTI DI CREAZIONE e TUTELA FORESTALE e da progetti di ENERGIA RINNOVABILE da impianto eolico.

- Trolley in ABS
- Con 4 ruote doppie
- Chiusura a combinazione
- Scomparto divisorio interno
- Colore blu petrolio
- Misure Grande: cm 77x52x31 – peso kg 4
Media: cm 66x48x27 – peso kg 3,3
Misura cabina: cm 55x40x20 – peso kg 2,3

nr. CABINA
213

PREZZO € ~~72,90~~
OFFERTA € ~~53,90~~

PREZZO SOCI € **42,90**



SCONTO **40%**

nr. MEDIO
214

PREZZO € ~~89,90~~
OFFERTA € ~~64,90~~

PREZZO SOCI € **52,90**



SCONTO **40%**

nr. GRANDE
215

PREZZO € ~~109,90~~
OFFERTA € ~~74,90~~

PREZZO SOCI € **64,90**



SCONTO **40%**

TROLLEY SPIKE

- Trolley in ABS
- 4 ruote doppie
- Chiusura a combinazione
- Scomparto divisorio interno
- Misure: grande cm 77x49x30 – peso kg 4
media cm 67x43x27 – peso kg 3,3
Misura cabina cm 55x40x20 – peso kg 2,3



GOLDEN ROSE



ANTRACITE



CABINA

nr. **216**

nr. **219**

PREZZO € ~~64,90~~
OFFERTA € ~~45,90~~

PREZZO SOCI € **38,90**



SCONTO **40%**

MEDIO

nr. **217**

nr. **220**

PREZZO € ~~79,90~~
OFFERTA € ~~54,90~~

PREZZO SOCI € **46,90**



SCONTO **40%**

GRANDE

nr. **218**

nr. **221**

PREZZO € ~~99,90~~
OFFERTA € ~~68,90~~

PREZZO SOCI € **59,90**



SCONTO **40%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 12 MAGGIO 2022

CONSEGNA DAL 20 AL 30 GIUGNO 2022



nr. **206** PHON TURBO SMOOTH 2200
BABYLISS

- Asciugacapelli ad alte prestazioni con ampio diffusore e concentratore
- 2200 W
- Funzione ionica anti crespo
- 3 temperature / 2 velocità
- Tasto aria fredda



PREZZO € 39,90
OFFERTA € 25,90

PREZZO SOCI € **22,90** SCONTO **42%**

nr. **207** PIASTRA SMOOTH ULTRA-FAST STYLING
SLEEK FINISH 230
BABYLISS



- Piastra lisciante con piastre in Tourmaline Ceramic per la massima scorrevolezza e una finitura a lunga durata
- Temperatura max 230°C
- Riscaldamento rapido
- Tourmaline ceramic
- 3 temperature 180-230°C

PREZZO € 39,90
OFFERTA € 33,90

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

nr. **205** LEVIGA TALLONI WET&DRY MP 59 BEURER

- Levigatore per talloni per la rimozione di calli e duri, utilizzabile su pelle asciutta o bagnata
- Con potente batteria ricaricabile e indicatore di carica
- 2 Velocità
- Inclusi 2 accessori: 1 rullo a grana fine, 1 rullo a grana grossa
- Rivestimento in silicone
- Dimensioni: cm 17x8x 4,5



PREZZO € 39,90
OFFERTA € 29,90

PREZZO SOCI € **26,90** SCONTO **32%**

BILANCIA PESAPERSONE IN VETRO
BEURER

nr. **208** SAN FRANCISCO



nr. **209** ROMA



- Display invisibile si attiva al momento della misurazione
- Spegnimento automatico
- Indicatore di sovraccarico
- Portata: 180 kg/graduazione: 100 g
- Dimensioni: cm 30x30x2 H

PREZZO € 39,90
OFFERTA € 28,90

PREZZO SOCI € **25,90**

SCONTO **35%**

nr. **210** FERRO STIRO A VAPORE DW
6030 ROWENTA

- Alimentazione 2500 W
- Colpo di vapore
- Vapore verticale
- Piastra Microsteam 400 HD, molto scorrevole
- Punta di precisione
- Serbatoio 300 ml



PREZZO € 79,90
OFFERTA € 59,90

PREZZO SOCI € **53,90** SCONTO **32%**

nr. 187 **GIARDINO DELLE ATTIVITÀ LITTLE TIKES**

- Gioco multifunzionale che aiuta i bimbi a sviluppare le capacità, possibilità di gioco illimitate! Dotato di varie attività per intrattenere il bimbo.
- Passaggio ad arco
- Cassetta della posta cerca-forme
- Piano di lavoro "musicale" sulla porta che si può aprire e chiudere
- Telescopio mobile
- Persiane che si possono aprire e chiudere con effetto sonoro
- Facile da montare senza attrezzi
- Età consigliata: dai 6 a 36 mesi
- Batterie: 2 x AAA (non incluse)



PREZZO € 109,90
 OFFERTA € 87,90
 PREZZO SOCI € 78,90 **SCONTO 28%**

nr. 188 **SABBIERA A TARTARUGA LITTLE TIKES**

- Il fondo della sabbiera ha dettagli sagomati per incoraggiare i bambini a scavare nella sabbia e, quando il divertimento è finito, puoi coprire la sabbia con un guscio di tartaruga
- Caratteristiche del prodotto:
- 2 sedili modellati
- Fondo sagomato
- Con coperchio
- Il set non include accessori per giocare
- Misure cm 93x110x26
- Età consigliata: dai 12 mesi



PREZZO € 69,90
 OFFERTA € 55,90
 PREZZO SOCI € 49,90 **SCONTO 28%**

nr. 189 **TAGLIAERBA LITTLE TIKES**

- Un tagliaerba che assomiglia a quello vero! Questo giocattolo viene fornito con tutto il necessario per mantenere al top il giardino intorno alla vostra casetta da gioco!
- Caratteristiche:
 - include 1 tagliaerba e 1 tanica di benzina
 - i suoni sono meccanici, non servono batterie
 - tirando il cavo si sentono i suoni del motore
 - tasto e acceleratore regolabile
 - tanica di benzina rimovibile
- I bambini possono aprire il tappo della benzina legato e fingere di riempire il serbatoio.
- Età consigliata: dai 18 mesi



PREZZO € 29,90
 OFFERTA € 25,90
 PREZZO SOCI € 22,90 **SCONTO 23%**

nr. 190 **MINI VESPA GTS BIANCA 6V**

- La Vespa GTS è una moto elettrica per bambini che riprende fedelmente il design e la linea inconfondibile del brand italiano. Il design e le caratteristiche tecniche sono studiati per rendere unico questo modello a misura di bambino.
- Ogni dettaglio è pensato per assicurare il 100% del divertimento in totale sicurezza.
- Modello: Vespa GTS
- Clacson funzionante
- Fari LED anteriori
- Manopole antiscivolo
- Rotelline laterali di sicurezza
- Caratteristiche
 - Portata max: 25 Kg
 - Autonomia batteria: 1 ora
 - Tempo di caricamento batteria: 9-10 ore
 - Guida radiocomandata o manuale
- Dimensioni: cm 67x38x52
- Prodotto da assemblare
- Materiale: Plastica
- Età consigliata: dai 36 mesi



PREZZO € 116,90
 OFFERTA € 94,90
 PREZZO SOCI € 84,90 **SCONTO 27%**

nr. 224 **IDROPULTRICE GALAXY 150 2100W LAVOR**

- Idropulitrice ad acqua fredda con ruote grandi per facile trasporto
- Manico ergonomico
- Portacavo e portaccessori
- Accessori standard
- Pistola con attacco rapido
- Tubo alta pressione
- Lancia con attacco rapido
- Spazzola rotante
- Lancia schiuma
- Dimensioni cm 29,5x39,5x58 H



PREZZO € 179,90
 OFFERTA € 139,90
 PREZZO SOCI € 125,90 **SCONTO 30%**

nr. 225 **ASPIRATORE SOLIDI E LIQUIDI WT 30 XE LAVOR**

- 800 W max
- Fusto inox 3 litri
- Ruote anteriori pivotanti
- Porta tubo integrato
- Tubo flex 4 m
- 2 prolunghe a tubo
- Spazzole e accessori standard
- Dimensioni cm 34x34x68 H



PREZZO € 199,90
 OFFERTA € 155,90
 PREZZO SOCI € 139,90 **SCONTO 30%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 12 MAGGIO 2022

CONSEGNA DAL 20 AL 30 GIUGNO 2022



nr. 204 BOLLITORE DA VIAGGIO BL 02 GIRMI

- Riscalda velocemente fino a 0,5 litro di acqua, ottimo per tè, tisane e bevande calde, anche in viaggio
- Potenza: 920-1100 W
- Capacità 0,5 litri
- Caraffa con finestra graduata
- Sistema di sicurezza anti surriscaldamento
- Interruttore di accensione a rilascio automatico
- Doppio voltaggio
- Luce di funzionamento
- 2 bicchieri inclusi
- Resistenza in inox nascosta
- Dimensioni cm 16x10,5x18 H



PREZZO € 31,90
OFFERTA € 19,90

PREZZO SOCI € 16,90 **SCONTO 47%**

nr. 203 BARBECUE CON PIEDISTALLO BQ 21 GIRMI

- Ideale per grigliare carne, pesce e verdure anche all'aperto.
- Potenza: 2200 W
- Grande piano di cottura cm 51x30
- Resistenza in acciaio corazzato
- Griglie in acciaio Inox
- Griglia doppia inclusa
- Regolazione della temperatura di cottura
- Dispositivo di sicurezza
- Struttura d'appoggio con piedistallo
- Dimensioni cm 58x42x72H



PREZZO € 89,90
OFFERTA € 63,90

PREZZO SOCI € 56,90 **SCONTO 36%**

BICCHIERI ORIENTE BORMIOLI ROCCO

- Bicchieri acqua in vetro colorato
- 3 pezzi
- 40 cl

nr. 198

AZZURRO



nr. 199

VERDE



PREZZO € 8,90
OFFERTA € 5,90

PREZZO SOCI € 4,89 **SCONTO 45%**

nr. 200 SERVIZIO PIATTI IN VETRO WHITE MOON BORMIOLI ROCCO 18 PEZZI

- Servizio piatti in vetro opale
- Adatto a lavastoviglie e microonde
- Composizione
 - 6 piatti piani Ø cm 27
 - 6 piatti fondi Ø cm 23
 - 6 piatti dessert Ø cm 20

PREZZO € 28,30
OFFERTA € 22,90

PREZZO SOCI € 19,90

SCONTO 29%



PIROFILE IN STONE WARE TOGNANA

- Pirofila con manici in Stone ware
- Colore giallo



nr. 201 cm 26x15x5
 PREZZO € 12,90
 OFFERTA € 9,90
 PREZZO SOCI € **7,90** **SCONTO 38%**

nr. 202 cm 35x20x6
 PREZZO € 24,90
 OFFERTA € 16,90
 PREZZO SOCI € **14,90** **SCONTO 40%**

nr. 191 PIASTRA DI COTTURA RETTANGOLARE SPHERA TOGNANA

- Ideale come piastra per cucinare carne, verdure o pesce
- Il corpo è in alluminio forgiato con uno strato interno in microsferi di porcellana che garantisce un'antiaderenza superiore; il fondo è in acciaio inox thermoradiante antideformazione che consente performance eccellenti ad alte temperature anche su piano ad induzione, la piastra è quindi adatta a tutti i piani di cottura
- Nickel Free e PFOA Free
- Manici in bakelite
- Lavabile in lavastoviglie
- Misura cm 27x22



PREZZO € 29,90
 OFFERTA € 25,90
 PREZZO SOCI € **22,90** **SCONTO 23%**

LINEA PADELLE CREMONA BALLARINI

- Corpo in alluminio ad alto spessore, per uso alimentare, indeformabile
- Fondo in alluminio per favorire la rapida trasmissione del calore
- Rivestimento interno antiaderente resistente, rinforzato con particelle ceramiche
- Rivestimento esterno resistente alle alte temperature
- Ottima impilabilità
- Prodotto in Italia



nr. 195 WOK Ø CM 28
 PREZZO € 28,90
 OFFERTA € 17,90
 PREZZO SOCI € **15,90** **SCONTO 44%**

nr. 196 CASSERUOLA 1 MANICO Ø CM 16
 PREZZO € 24,90
 OFFERTA € 15,90
 PREZZO SOCI € **13,90** **SCONTO 44%**

nr. 192 PADELLA Ø CM 20
 PREZZO € 19,90
 OFFERTA € 13,90
 PREZZO SOCI € **11,90** **SCONTO 40%**

nr. 193 PADELLA Ø CM 24
 PREZZO € 23,90
 OFFERTA € 14,90
 PREZZO SOCI € **12,90** **SCONTO 46%**

nr. 194 PADELLA Ø CM 28
 PREZZO € 28,90
 OFFERTA € 17,90
 PREZZO SOCI € **15,90** **SCONTO 44%**

nr. 197 CASSERUOLA 2 MANICI Ø CM 20
 PREZZO € 30,90
 OFFERTA € 19,90
 PREZZO SOCI € **16,90** **SCONTO 45%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 12 MAGGIO 2022

CONSEGNA DAL 20 AL 30 GIUGNO 2022

coop
Trentino

**FAMIGLIA
COOPERATIVA**

coop
SUPERSTORE

nr. **222**
**FASCIA
DA BRACCIO
SPORT NERA**

- Fascia da braccio sportiva universale per telefoni da 4.7 a 6.5 pollici
- Materiale: PVC + doppio tessuto
- Circonferenza braccio: 23 cm - 38 cm
- Prodotto leggero, comodo, anti scivolo, durevole
- Per tutti gli sportivi appassionati della corsa e atleti professionisti



PREZZO € 9,90
OFFERTA € 7,90
PREZZO SOCI € **6,50** **SCONTO 34%**



nr. **223**
**AURICOLARI
SPORT WIRELESS NERO**

- Auricolari sportivi per chi ama fare sport all'aria aperta e per allenarsi senza impedimenti.
- Auricolari wireless V4.1
- Archetti regolabili
- Tasti multifunzione per chiamate e musica
- Raggio di azione wireless: 10 mt
- Autonomia in uso: 6 ore
- Tempo di standby: 160 ore
- Peso 13.56 g



PREZZO € 31,90
OFFERTA € 25,90
PREZZO SOCI € **21,90** **SCONTO 30%**



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

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:





MISSIONE RISPARMIO

PRENOTA I GERANI PRESSO LA TUA

FAMIGLIA COOPERATIVA



PRENOTAZIONE
E CONSEGNA

DALL' **1** APRILE AL **31** MAGGIO 2022



15 GERANI
14,70 €

0,98 € AL PEZZO

Fiore doppio di colore rosso,
rosa e bianco
a fioritura precoce.
VASO CM 10
COLLI DA 15 PEZZI.



GERANIO
ZONALE

GERANIO
EDERA



Fiore semplice di colore
rosso, rosa e bianco a
fioritura precoce.
VASO CM 10
COLLI DA 15 PEZZI.

Promozione valida esclusivamente per l'acquisto di colli interi (15 vasi)



Il nostro aiuto non si ferma.

Coop lancia una **nuova raccolta fondi** in favore delle associazioni locali impegnate nell'accoglienza per aiutare la popolazione ucraina in Italia.

PARTECIPA ANCHE TU.

Puoi donare alle casse 2, 5 o 10 euro.

#coopforucraina



Scopri di più su coopforucraina.it

