

# cooperazione tra **consumatori**

**postatarget**  
magazine  
DC0054234  
NAZ/62/2008  
Posteitaliane

20 febbraio

**M'ILLUMINO DI MENO  
È AL MUSE**

120° Famiglia Cooperativa Cavalese

**LA FESTA E I PREMI**

Educa 2017

**DEDICATO AI RAGAZZI  
E ALLE SCUOLE**

Teatro

**IL SIPARIO D'ORO**



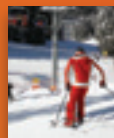
2 051068 731120

## Orti pubblici

*Il Comune di Arco  
mette a disposizione dei cittadini  
45 orti: nuovi luoghi di socialità,  
dove coltivare insieme il nuovo benessere*



**UN INVERNO SUGLI SCI:** PER I SOCI POSSESSORI DI CARTA IN COOPERAZIONE CI SONO GLI SCONTI E LE TARIFFE AGEVOLATE SUGLI IMPIANTI DI RISALITA E PER LE LEZIONI CON I MAESTRI DI SCI IN MOLTISSIME LOCALITÀ DEL TRENINO



**TRENTINO A TEATRO. STAGIONE TEATRALE 2016-2017:** PER I POSSESSORI DI CARTA IN COOPERAZIONE INGRESSI E ABBONAMENTI A TARIFFA RIDOTTA O SCONTATA IN MOLTI TEATRI IN TUTTO IL TRENINO





# I VANTAGGI DI **TELEPASS** PARTONO DALLA TUA BANCA.



**I PRIMI 6 MESI DI CANONE SONO GRATIS**



**Scopri la comodità di Telepass e i vantaggi Premium con il soccorso stradale ovunque e sconti esclusivi.**

Scegli Telepass Premium in autostrada e in città.  
Diventa subito cliente Telepass aderendo alla promozione presso lo sportello.

**VISITA [TELEPASS.IT](http://TELEPASS.IT)**

**TELEPASS®**

**LA TUA LIBERTÀ DI MOVIMENTO**

# sommario



- 6 **cooperazione di consumo**  
Famiglia Cooperativa di Cavalese  
**La festa dei soci, della cooperativa e della comunità**
- 9 **primo piano**  
Domande entro il 10 febbraio  
**Orti insieme**
- 11 **consumi**  
#CondiVivo  
M'illumino di Meno 2017 è condivisione
- 15 **educazione**  
Educa per le scuole  
**Ragazzi, questo è dedicato solo a voi!**  
*di Silvia De Vogli*
- 17 **educazione e famiglia**  
L'apprendimento delle lingue nei più piccoli  
**A che lingua giochiamo?**  
*di Silvia Martinelli*
- 18 **etica dello sviluppo**  
La scomparsa di Zygmunt Bauman  
**"Che ne è dell'altro per me?"**  
*di Alberto Conci*
- 20 **ambiente**  
Il progetto Life Franca  
**Imparare a leggere il proprio territorio (alpino)**  
*di Maddalena Di Tolla Deflorian*
- 24 **cultura**  
Stagione 2016-2017  
**Trentino a teatro: gli spettacoli di febbraio**

- 28 **tempo libero**  
Rovereto, Centro Internazionale della Danza  
**Febbraio: alla scoperta del movimento danzato**
- 30 Convenzioni Carta In Cooperazione  
**Tutti sugli sci!**
- 29 **fare sport**  
44ª Marcialonga di Fiemme e Fassa  
**La Marcialonga dei punti di ristoro**

## rubriche

- 22 **cultura libri**  
**le recensioni del mese**  
*a cura di Franco Sandri*
- 33 **prodotti coop**  
**Morbidi, sottili e superassorbenti**  
Ecco i nuovi pannolini Crescendo
- 36 Convenzioni Carta In Cooperazione  
**Tutti i risi a marchio Coop**
- 37 **mangiare e bere**  
Ricette.  
**Protagonista, il riso**
- 39 **coltivare**  
Il mandarino  
**I frutti del sole**  
*di Iris Fontanari*



11

### M'illumino di Meno

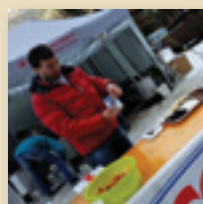
L'invito di questa edizione: compiere un gesto di condivisione contro lo spreco di risorse Venerdì 20 gennaio, alle 18.30, al Museo delle Scienze di Trento, comincia M'illumino di Meno.



15

### Ragazzi, questo è dedicato solo a voi!

Un'intera giornata (il 7 aprile) della edizione 2017 di EDUCA sarà dedicata agli studenti, con i loro insegnanti. È possibile già ora scegliere tra un ricco programma e iscriversi (gratuitamente) le classi a laboratori, spettacoli, giochi e molto altro ancora



29

### La Marcialonga dei punti di ristoro

Il ruolo della Cooperazione di Consumo Trentina alla Marcialonga: l'organizzazione e gestione degli undici punti di ristoro lungo tutto il percorso della gara



35

### Educazione alimentare in famiglia

A Rovereto arriva la seconda edizione del percorso (teorico-pratico) di educazione alimentare: quattro serate e tre laboratori per imparare a nutrirsi in modo sano (e sostenibile), a ogni età

# SCEGLI L'AUTENTICITÀ DEI PRODOTTI.



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

Scegli i prodotti a marchio Coop.

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







ANNO XXIV - FEBBRAIO 2017

Mensile della Cooperazione  
di consumo trentina  
casella postale 770 - 38121 Trento

Aut. Trib. di Trento n. 829 del 6-7-1994

**DIRETTORE RESPONSABILE**

Giuseppe Ciaghi

**RESPONSABILE EDITORIALE**

Cristina Galassi

**Per informazioni:**

tel. 0461 920858

lunedì-venerdì, ore 9.30-11.30

cristina.galassi@libero.it

**COMITATO DI REDAZIONE**

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

**HANNO COLLABORATO**

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

**EDITORE**

Sait, Consorzio delle cooperative  
di consumo trentine società cooperativa

**Per informazioni**

ufficio.soci@sait.tn.it

tel. 0461.808641

**IMPAGINAZIONE**

Scripta sc

**STAMPA**

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



Questo numero è stato chiuso  
in tipografia il 17-01-2017

La tiratura del numero di gennaio 2017  
di "Cooperazione tra Consumatori"  
è stata di 58.077 copie

# editoriale

di Giuseppe Ciaghi

## Ripartire dal risparmio (energetico)

**S**i ripete ormai da tredici anni a febbraio, e quest'anno verrà celebrata il giorno 24 in occasione della festa del risparmio energetico. Si tratta di "M'illumino di Meno", l'iniziativa con cui si è inteso sensibilizzare l'opinione pubblica verso un uso corretto delle risorse nel rispetto dell'ambiente, prendendo coscienza della loro costante riduzione e degli effetti sul futuro del pianeta. L'invito è quello di evitarne lo spreco e di indirizzare le persone verso un loro uso razionale. Sono gli sprechi infatti la causa maggiore di dispersione di energia, sprechi rilevati quasi in ogni ambiente, da quello alimentare a quello dei trasporti e della comunicazioni a supporto di un mercato senza regole, del voler apparire e attirare l'attenzione a ogni costo, caratteristica della (in)civiltà dei consumi...

Simbolicamente quel giorno in tutto il mondo verranno oscurati monumenti importanti, piazze, vie e vetrine; da noi si comincerà col Muse... mentre nei nostri negozi alla riduzione della luce farà da contraltare il sorriso dei nostri collaboratori. Il sorriso illumina i visi, ispira fiducia e crea simpatia, è una luce alternativa, ed è a costo zero.

Una giornata trascorsa senza almeno un sorriso va considerata una giornata perduta. A febbraio comincia a sorridere anche la natura in uscita dal letargo invernale coi primi fiori, le gemme sugli alberi, le giornate più lunghe, la ripresa dei lavori nei campi e nei cantieri e con essi la speranza per noi di uscire finalmente da quella crisi che ci ha fatto tanto penare in questi ultimi anni.



## Care Francesca e Rosanna: grazie!!!



I clienti della Cooperativa di Ville di Giovo ci scrivono  
Gentile redazione,  
a causa della rotazione del personale, dal 16 gennaio 2017, presso le tre cooperative del nostro Comune di Giovo in Valle di Cembra, ci saranno alcuni trasferimenti di dipendenti tra le tre sedi delle nostre frazioni. Vogliamo per questo rivolgere un saluto speciale alle nostre due commesse del punto vendita di Ville di Giovo, una piccola frazione del Comune di Giovo: tutti noi soci e clienti siamo molto affezionati alle nostre due commesse (vi inviamo per questo due simpatiche foto fatte l'ultimo giorno di servizio presso la nostra Cooperativa).

Ecco dunque il messaggio rivolto alle due commesse

**Salutiamo con tanto affetto le nostre commesse Francesca e Rosanna che lasciano il punto vendita di Ville di Giovo per trasferirsi a Verla, (andranno poco lontano da noi in realtà, ma ci mancheranno!)**

**Ci mancherà la familiarità della nostra cooperativa, le attenzioni verso una clientela modesta ma assai variegata per caratteri esigenze ed età! Grazie per tutti questi anni passati insieme e per la vostra disponibilità! Auguri da tutti noi, che possiate trovarvi altrettanto bene nella vostra nuova sede!**

**I clienti della Cooperativa di Ville di Giovo.**



**S**i è concluso venerdì 13 gennaio, con una bella festa dedicata ai soci (al Centro Alimentare di Carano), l'anno dedicato dalla Famiglia Cooperativa di Cavalese alla celebrazione del 120° anniversario della fondazione.

In primo piano, durante la festa, le consegne dei premi messi in palio nel concorso dedicato ai soci, parte dei quali erano già stati estratti nel corso dell'anno. In realtà, l'iniziativa voluta dalla Famiglia Cooperativa è stata progettata e sviluppata come un invito, aperto a tutti, a partecipare più consapevolmente alla vita della cooperativa e della comunità, unendo le forze attraverso la Cooperativa e creando così valore da restituire al territorio. Le iniziative legate ai festeggiamenti per il 120° anniversario hanno infatti coinvolto altre venti aziende locali e una cooperativa sociale, con l'obiettivo di promuovere e valorizzare le migliori produzioni locali, e in questo modo sostenere una cooperativa sociale, molto attiva nella comunità.

Un anniversario vissuto quindi non come un singolo evento, ma come una occasione per realizzare insieme progetti a favore della comunità. La serie di iniziative ha preso il via l'8 marzo scorso, il concorso dedicato ai soci si è concluso il 30 novembre.

### IL 120° PREMIA I SOCI

Fino al 30 novembre 2016, ogni socio, semplicemente facendo la spesa (ogni 25 euro) ha potuto partecipare al concorso "Il 120° premia i Soci", all'interno del quale sono state messe in palio 9 biciclette elettriche Atala (3 bici ogni 3 mesi), per contribuire a promuovere una mobilità più sostenibile anche in Val di Fiemme. Tra i premi anche 2 computer portatili, 15 buoni spesa, nell'estrazione finale, una crociera nel Mediterraneo per due persone.

### Famiglia Cooperativa di Cavalese

Fondata nel 1896, la Famiglia Cooperativa di Cavalese ha recentemente raggiunto quota 4000 soci "Il quattromillesimo socio - ha aggiunto il presidente Giorgio Parolari - sarà premiato in occasione della nostra assemblea annuale".

La Cooperativa occupa 60 dipendenti (ai quali si aggiungono 20 stagionali). I punti vendita, in tutto 15, sono a **Carano, Verona, Castello, Molina, Predaia, Masi, Daiano, Capriana, Casatta di Valfloriana, Montalbano**, e naturalmente **Cavalese**.



## IL CUORE OLTRE PER LA VAL DI FIEMME

Con “Il cuore Oltre per la Val di Fiemme”, l’iniziativa di solidarietà che ha coinvolto una ventina di produttori locali e la Cooperativa Sociale Oltre, soci e consumatori hanno potuto scegliere di acquistare prodotti evidenziati con il cartellino “il cuore Oltre”,

assicurando così sostegno alla Cooperativa Sociale Oltre, che in Valle di Fiemme aiuta le persone in situazioni di svantaggio sociale e psichico.

Con “Il cuore Oltre per la Val di Fiemme” – ha spiegato **Marino Sbetta**, il direttore della Famiglia Cooperativa di Cavalese – abbia-

Famiglia Cooperativa di Cavalese

# La festa dei soci, della cooperativa e della comunità

Con una bella festa dedicata ai soci, si è concluso l’anno di iniziative che la Famiglia Cooperativa ha organizzato anniversario della fondazione. Prossimo appuntamento, l’assemblea dei soci



“Siamo davvero soddisfatti perché la risposta alla nostra iniziativa è stata ottima – ha osservato il presidente **Giorgio Parolari**, in questa foto accanto alla vincitrice della crociera – e ha confermato il senso di appartenenza delle nostre socie e dei nostri soci”.

**Ventisette le premiate e i premiati.** La fortunata estratta del primo premio assoluto (Crociera “Splendida”) è Beatrice; i **due notebook**, invece, sono stati assegnati a Paolina e Theodor.

**Quindici i buoni acquisto da cento euro** (cinque) e da cinquanta euro (dieci) andati a: Giovanna, Claudio, Emanuela, Raffaella, Cristina, Veronica, Dario, Alberto, Cristina, Cinzia, Marco, Silvana, Gianvito, Maria Grazia, Fulvia.

**Le bellissime nove bici elettriche** estratte a giugno, settembre e novembre sono state vinte da Luciana, Marina, Michele, Donatella, Luigi, Husni, Romana, Graziella, Maria Rosa.

mo voluto sottolineare il valore della solidarietà, da sempre ispiratore della Cooperazione Trentina e, naturalmente, della nostra Famiglia Cooperativa. Attraverso l’intercooperazione, cioè la collaborazione con i produttori locali, fornitori della Famiglia Cooperativa, i consumatori hanno scelto prodotti con un valore aggiunto, i *Punti Cuore*, che si sono tradotti in un sostegno concreto alla coop Oltre”.

**Grazie a questa bella iniziativa sono stati raccolti 7422 euro**, che saranno donati alla Cooperativa Oltre durante l’assemblea dei soci della Famiglia cooperativa del marzo prossimo. (c.galassi)

Tutti i dettagli su [www.coopcavalese.it](http://www.coopcavalese.it)

Un morso e un sorso 2016

## Il ringraziamento di Anffas

Ecco i risultati dell'edizione 2016 di "Un morso un sorso di solidarietà", lo scorso 18 novembre: ancora una volta ottimi risultati, sotto ogni punto di vista, per i quali Anffas desidera ringraziare tutti: la comunità trentina che ha partecipato e quanti hanno reso possibile la realizzazione di questa raccolta fondi

L'appuntamento con l'edizione 2016 di "Un morso e un sorso" ha portato risultati più che positivi, con una raccolta fondi di € 20.742,98; nella giornata dell'evento sono state distribuite oltre 2600 confezioni del "pacchetto" che, oltre a SAIT, ha trovato la rinnovata e generosa disponibilità di BISCOTTI PRADA ed il nuovo ed altrettanto generoso sostegno di MENZ & GASSER e BIOTRENTINO Salute e Benessere.

La somma raccolta sosterrà l'attività educativa e riabilitativa promossa per 150 bambini, adolescenti e giovani con difficoltà intellettive e relazionali che vengono seguiti dal Centro Abilitativo per l'età evolutiva il Paese di Oz di ANFFAS TREN-TINO Onlus

Ancora un volta, è stata puntuale la risposta della comunità trentina, che ha determinato un consenso che si è ben distribuito nei 25 negozi della Cooperazione di Consumo

Trentina coinvolti. Si è dimostrata anche in questa occasione molto importante la presenza nei negozi da parte degli ospiti delle strutture durante l'evento: anche loro hanno partecipato alla distribuzione del "pacchetto", dando significato e valore inclusivo all'iniziativa, e favorendo il contatto diretto sia con i clienti che con lo staff dei vari punti vendita.

Sono stati coinvolti attivamente 65 ospiti attraverso la presenza del personale educatore e la collaborazione di 30 volontari, genitori e giovani in servizio civile.

Nei punti vendita c'è stata attenzione, solidarietà e collaborazione da parte del personale della cooperazione (la Famiglia Cooperativa di Bondo si è organizzata coinvolgendo propri soci).

18 novembre 2016 un morso un sorso di solidarietà

Unisciti a noi per sostenere ANFFAS TREN-TINO ONLUS; richiedi i Biscotti Prada, la Marmellata Menz&Gasser e il Sacco di mela biologico che trovi presso i punti vendita aderenti che espongono la locandina

La distribuzione avviene nei seguenti punti vendita dove puoi incontrare i ragazzi, gli educatori, i volontari e i familiari di ANFFAS TREN-TINO Onlus:

ALDENO, Via Dante - ARCO, Via Gallo - BEZZECOLA, Via 21 luglio - BOLZANO DI ARCO, Via Stazione - BORGO VALSUGANA, Corso Venezia - CARNINO Centro Abilitativo, Via Nazionale - CLES, Piazza Bertoldo - CORTINA, Piazza del Argentario - CORREDE, Via Venezia - ENO, Strada Santeramo/Trondolone - GORIZIOLA, Via Roma - MERANO, Strada di Pradon - PORDENONE, Via Prato - PORDENONE, Via Manzoni - PREDALZO, Via Sallusti - RAVINA (TN), Via Venezia - RIVA DEL GARDA, Piazza Mirone - ROVERETO, Viale Trento - STRANO, Via Roma - TANO, Piazza S. Vittore - TRONCIGLIANO, Via Pavesi - TRENTO, Piazza Generali/Carone - TURIANO, Piazza Agnelli - VERONA, Via Negrelli

Siamo riconoscenti a tutti i Partner, alle Cooperative, ai Volontari e Collaboratori ed a tutta la Comunità Trentina che non dimentica mai i più deboli e risponde con i fatti anche quando si vivono periodi di crisi e di difficoltà economiche.

Grazie di cuore.  
Anffas Trentino Onlus

Fino al 31 marzo 2017

## A casa con Coop

Scatta una foto o gira un video: potrai vincere un buono da 100 euro e diventare protagonista degli spot della Coop. Partecipa al concorso A Casa con Coop e potrai vincere un buono spesa del valore di 100 euro da utilizzare in un punto vendita Coop a scelta. E partecipare alla selezione per diventare il nuovo volto delle future campagne di comunicazione Coop

Continua il concorso A casa con Coop, dedicato ai prodotti Coop: scegli uno dei prodotti a marchio Coop che usi di solito, oppure uno che non hai ancora provato, fatti una foto oppure registra un video (anche con parenti e

amici) insieme al tuo prodotto Coop, e racconta perché lo hai scelto. Poi invialo al concorso: potresti vincere un **buono spesa del valore di 100 euro** da utilizzare in un punto vendita Coop, ma anche diventare protagonista degli spot Coop. **Per partecipare al concorso** basta registrarsi su [www.acasaconcoop.it](http://www.acasaconcoop.it) e caricare la foto con un breve testo, oppure il video: se sarà approvato, **apparirà nella gallery su [anche essere selezionato per diventare il protagonista della nuova campagna di comunicazione Coop. Tra tutti i contributi pubblicati nella gallery, \*\*ogni mese\*\* verranno estratti \*\*8 fortunati vincitori\*\* di un buono spesa del valore di \*\*100 euro\*\* da utilizzare in un punto vendita Coop a scelta. \*Concorso valido dall'1/10/2016 al 31/03/2017. Montepremi 4.800 euro.\* \*\*Info e regolamento su \[acasaconcoop.it\]\(http://acasaconcoop.it\)\*\*](http://acasaconcoop.it</a></b>, e potrai</p></div><div data-bbox=)**





**S**ono sempre più numerosi, da alcuni anni a questa parte, gli orti urbani, o pubblici, o sociali: spazi di verde pubblico che vengono assegnati in gestione ai cittadini che ne fanno richiesta per coltivarli.

Si tratta di piccoli orti, ricavati da scampoli di terreni recuperati nelle città, spesso nelle periferie più immediate ai grandi centri. Sono spazi che l'Amministrazione comunale sceglie di destinare ad un uso che lega insieme socialità, benessere e riscoperta di un'alimentazione più sana e attenta alla riduzione degli sprechi e alla sostenibilità; uno spazio nel quale sperimentare la collaborazione e la condivisione (anche dei raccolti); un luogo dove educare.

Ad Arco, al parco «Nelson Mandela» alle Braile, sono stati ricavati 52 nuovi orti pubblici, nell'ambito di un più ampio progetto che si propone appunto di fare di questo nuovo spazio verde un luogo di socialità, condivisione e benessere.

Dei 52 nuovi orti, 45 saranno presto affidati ai residenti che ne faranno domanda: 25 a persone che abbiano raggiunto i 60 anni di età (come già in passato per gli orti di via Torino), e, novità, 20 ai cittadini (maggioresi) e alle famiglie.

**Domande per l'affidamento degli orti vanno fatte entro il 10 febbraio, su apposito modello che si trova allegato al bando (nell'Albo pretorio informatico del Comune di Arco, [www.comune.arco.tn.it](http://www.comune.arco.tn.it)) oppure all'Urp, al piano terra del municipio. Informazioni: tel. 0464 583607.**

Il progetto di gestione degli orti pubblici è stato realizzato con l'associazione Andromeda, che ha attivato un apposito gruppo di lavoro costituito da Claudia Ferrari, facilitatrice di comunità, Angelica Polegato, formatrice, Vania Cappelletti, psicologa dell'età evolutiva, e Elisa Settin, architetto del paesaggio, con l'agroecologo Stefano Delugan. Redattore del progetto è l'architetto Stefano Maurizio. Il parco «Nelson Mandela» è un grande spazio verde (circa 14 mila metri quadrati) sottratti all'urbanizzazione e destinati al verde,

la cui realizzazione è avvenuta (dal 2005) con un processo partecipato che ha coinvolto scuole, associazioni, cittadini. Un progetto in divenire, del quale i nuovi orti urbani costituiscono un elemento centrale, in quanto centri di aggregazione di tante persone diverse.

Oltre ai 45 orti oggetto del bando, infatti – i quali già realizzano l'obiettivo di mettere in relazione generazioni diverse –, **tre diven-**

tuisce il centro pulsante del parco urbano. È importante spiegare la valenza ampia e articolata dell'iniziativa degli orti, in modo da coinvolgere più persone e associazioni possibile». «Per noi il parco Nelson Mandela è un motivo di orgoglio – aggiunge Alessandro Betta – perché si tratta di un'azione ambientale di grande portata, uno spazio enorme destinato al verde e alla collettività. Ora con questo

**Domande entro il 10 febbraio**

## Orti insieme

**Il Comune di Arco mette a disposizione dei cittadini 45 orti: nuovi luoghi di socialità, dove coltivare insieme il nuovo benessere**



progetto e con altri lo stiamo facendo vivere; verso la coltivazione dell'orto c'è un interesse e una sensibilità crescenti, l'orto è uno strumento per sperimentare nuovi modelli di vita, per socializzare, per costruire comunità, per tessere rapporti, e per noi è un tassello fondamentale di un progetto ambientale più grande, ambizioso e innovativo, che avrà numerosi, ulteriori sviluppi». «Quello che teniamo a chiarire è che si tratta di un **progetto molto concreto, realizzato da persone che hanno tutte un'esperienza diretta in tema di orti pubblici e sociali** – sottolinea Ginetta Santoni, presidente dell'associazione Andromeda – Il nostro lavoro ha come obiettivo il massimo coinvolgimento della cittadinanza, e la nostra associazione si fa tramite nel raccogliere le esigenze e le aspettative della comunità e nel fornire ad esse una risposta».

Infine, l'agroecologo Stefano Delugan: «**In Trentino ci sono più di 15 tra orti sociali, didattici e solidali,**

**teranno orti sociali e didattici (saranno accessibili anche a persone con disabilità), due saranno destinati a servizi e coltivazioni comuni (ad esempio il compost, le erbe aromatiche) e due a gruppi informali.**

«Quella dei nuovi orti pubblici è una iniziativa molto importante – spiega l'assessora alle politiche sociali Silvia Girelli – perché costi-

li, grazie anche ad iniziative della Provincia che ha creato il progetto «Orti in rete», coinvolgendo anche l'Alto Adige. Gli orti sociali devono essere aperti e calibrati sulla realtà sociale nella quale si trovano, sono progettati ad ambiti e dotati dei necessari servizi, dei quali alcuni sono condivisi, tutto per creare socialità, interazione, comunità, anche tra le diverse generazioni». (fonte: Comune di Arco)

U sato dal 72 per cento delle donne europee – dice una **ricerca** condotta per conto di una famosa casa di elettrodomestici – il forno a microonde può però essere utile per tante funzioni, non solo culinarie.

Certo, dice la ricerca, quando si cucina, una volta su tre si usa il microonde, dato che dimostra come la **praticità** e la rapidità, perciò i **bassi consumi**, restano fattori determinanti nelle nostre scelte. Le ricette tradizio-

una ciotola di plastica di acqua e succo di limone (o un bicchierino d'aceto). Immergeteci la spugna e fate partire il microonde per 5 minuti alla massima potenza. In men che non si dica avrete spugne pulite, come nuove.

## 2. PER UNA SPREMITA PERFETTA

Il piccolo segreto per una spremuta perfetta è quella di dare una veloce scaldatura agli agrumi che avete scelto

come la cera di candela, è meglio usare il microonde. Scaldate l'indumento che si è macchiato dentro al microonde e poi rimuovete la cera.

## 5. PER IL MASCARA

È tanto tempo che non usate il vostro mascara e si è un po' seccato? Mettetelo nel microonde e dategli una scaldatura veloce: tornerà come nuovo.

## 6. PER STERILIZZARE I VASETTI

Pulite i barattoli e lasciateli un po' umidi. Metteteli dentro al microonde e azionatelo per 30-45 secondi, a seconda delle dimensioni. Estraete i barattoli ancora caldi e riempiteli di confettura calda. Poi chiudete ermeticamente con il tappo.

Non per cucinare ma per...

# Utilizzi alternativi (e furbi) del forno a microonde

Il 57 per cento degli europei usa il microonde per scaldare gli cuscini terapeutici che alleviano i dolori cervicali, un terzo per sterilizzare barattoli e spugne... Insomma, gli utilizzi alternativi di questo elettrodomestico sono tanti ed è utile conoscerli!

nali o di alta cucina che un tempo venivano realizzate solo i consueti metodi di cottura, oggi possono uscire anche dal microonde.

Ma la parte più divertente della ricerca riguarda gli altri usi del microonde, perlopiù trovati **empiricamente**, per tentativi, dalle donne di tutta Europa.

Il 57 per cento degli europei lo usa per scaldare gli speciali cuscini **terapeutici** che alleviano i dolori cervicali o muscolari, uno su tre per **sterilizzare** barattoli ed eliminare i batteri da spugnette, tettarelle di gomma e succhiotti per bambini, ma anche per **lavare** in emergenza le calze collant mettendole in una ciotola con acqua e sapone per 10 minuti alla massima potenza!

Noi però vogliamo ripassare tanti altri comodi utilizzi **non convenzionali** del forno a microonde. Eccoli:

## 1. PER STERILIZZARE LE SPUGNE

Nelle spugnette che utilizzate per le pulizie domestiche spesso si annidano virus e batteri. Per eliminarli alla radice basta usare il microonde. Lavate le spugne sotto l'acqua fredda, per eliminare i residui di sporco. Strizzatele per eliminare l'acqua in eccesso, e riempite



per la vostra bevanda, appena prima di spremerli. In questo modo, rilasceranno più vitamine e la spremuta sarà ancora più buona.

## 3. PER RISCALDARE LE STOVIGLIE

Nei ristoranti di classe le pietanze calde vengono sempre serviti in piatti caldi. In questo modo, il calore si mantiene più a lungo. Perché non ripetere l'espedito anche a casa? L'unica accortezza è quella di spruzzare un po' d'acqua sui vostri piatti prima di metterli nel microonde per farli scaldare.

## 4. PER TOGLIERE LA CERA

Per alcune sostanze, come la gomma da masticare, il metodo migliore per togliere le macchie è quello di usare il freddo del congelatore. Per altre, invece,

## 7. PER SCALDARE CREME E ASCIUGAMANI

Quando fa freddo riscaldate le creme idratanti da spalmarvi sul corpo e gli asciugamani con il microonde. Sarà ancora più confortevole fare una doccia e prendersi cura di sé.

## 8. PER TOGLIERE L'UMIDITÀ AL SALE

Quante volte capita che il sale si compatti a causa dell'umidità. Oltre al classico rimedio della nonna di mettere dei chicchi di riso nel contenitore del sale, potete usare anche il microonde. Aprite la confezione, mettetene un po' su un piatto e fatelo scaldare al microonde. In pochi secondi tornerà friabile e sgranato. (*consumatori.e-coop.it*)



**m'illumino  
di meno**

**24 FEBBRAIO 2017**

**FESTA DEL RISPARMIO ENERGETICO**

24 febbraio 2017

## #CondiVivo

### M'illumino di Meno 2017 è condivisione

L'invito di questa edizione: compiere un gesto di condivisione contro lo spreco di risorse

Il 24 febbraio 2017 torna M'illumino di Meno, tredicesima edizione. Grazie alla partecipazione a M'illumino di Meno in questi anni sono stati spenti principali monumenti italiani ed europei come gesto simbolico di risparmio energetico. L'iniziativa è cominciata quando ancora la sensibilità verso i temi ambientali era poco diffusa e dopo 13 anni di campagna la cura del pianeta è diventata sempre più impellente; le sfide energetiche si rinnovano, così M'illumino di Meno si rinnova grazie alla partecipazione di centinaia di migliaia di sostenitori che si mettono in gioco in prima persona con azioni concrete.

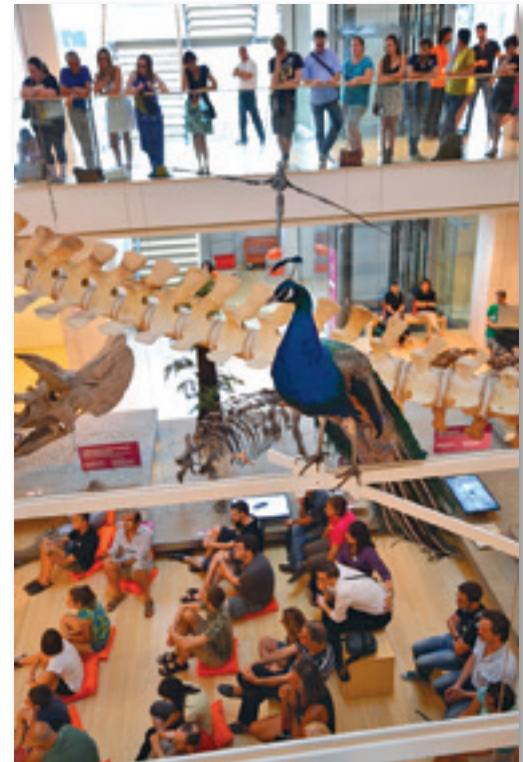
Resta l'invito, il 24 febbraio 2017, a spegnere le piazze, le illuminazioni private e pubbliche, ma oltre agli spegnimenti quest'anno l'appello rivolto a tutti coloro che aderiscono è di compiere un gesto di condivisione contro lo spreco di risorse. È dimostrato come la più grande dispersione energetica sia causata dallo spreco in tutti ambiti dei nostri consumi: alimentari, trasporti, comunicazione.

Per questo Caterpillar invita tutti il 24 febbraio a condiVivere: dando un passaggio in auto ai colleghi, organizzando una cena collettiva nel proprio condominio, aprendo la propria rete wireless ai vicini e in generale condividendo la proprie risorse come gesto concreto anti spreco e motore di socialità.

L'appello è rivolto, come ogni anno, alle istituzioni di tutti i livelli, alle associazioni culturali e a quelle sportive, alle scuole di ogni ordine e grado e soprattutto ai singoli cittadini, perché M'illumino di Meno è soprattutto una giornata di festa energetica aperta a tutte le forme di creatività.

Quest'anno al mondo della scuola e dell'infanzia si propone di giocare a immaginare un supereroe del risparmio energetico e al mondo dello sport di mobilitarsi per il giorno di M'illumino di Meno organizzando attività sportive di sensibilizzazione, perché l'energia più pulita è quella che produciamo noi muovendoci senza inquinare.

Negli anni la partecipazione a M'illumino



#### M'ILLUMINO DI MENO INIZIA AL MUSE

Venerdì 20 gennaio, alle 18.30, al Museo delle Scienze di Trento, comincia M'illumino di Meno. Per lanciare l'edizione 2017 di M'illumino, venerdì 20 gennaio 2017 dalle 18.30 alle 20, la puntata speciale di Caterpillar Radio2 verrà condotta in diretta dal Big Void (in questa foto), lo spazio che percorre verticalmente i piani del MUSE, dedicati alla scoperta dell'ambiente alpino. (Posti limitati, prenotazioni al numero 0461.270311)

## Condividere è facile

**Il 24 febbraio è la festa del Risparmio Energetico e degli Stili di Vita Sostenibili. Spegliamo le luci e accendiamo l'energia della condivisione. Perché in ogni condivisione c'è un risparmio di energia, ogni condivisione genera energia, e perché condividere fa bene.**

Si può condividere l'auto per **andare al lavoro**.

Si può condividere la **bicicletta** e partire tutti insieme.

Si può iniziare ad usare il bike sharing o il **car sharing**.

Si può condividere il cibo: **cucinare e mangiare insieme**, a casa o in piazza.

Si può condividere il **trapano**, la polentiera, l'aspirapolvere, il tosaerba e la lavatrice.

Si può condividere la **casa**: con l'ospitalità, lo scambio, il divano o un posto per il sacco a pelo.

Si può condividere la **banda**: aprire il proprio wireless, sharare.

Si può condividere **un saper fare**: t'appendo quel quadro, t'insegno lo spagnolo, ti riparo la gomma della bicicletta.

Si può condividere **un sapere**: lasciare un libro o un giornale.

Si può condividere **lo sport**: correre insieme, pedalare, nuotare e sudare.

Si può condividere **un telescopio** e guardare le stelle che con le luci spente son più belle.

E il cielo è di tutti, già condiviso.

Si può condividere **qualsiasi cosa**. Si può condividere un po' di tempo. In silenzio.

Si può anche parlare e ascoltarsi.

di Meno è cresciuta in modo straordinario ed è giunto il momento di far diventare questa festa diffusa un appuntamento fisso e riconosciuto, per questo Caterpillar sta portando avanti la proposta dell'istituzione della Giornata Nazionale del Risparmio Energetico e degli Stili di Vita Sostenibili. (fonte: [www.caterpillar.rai.it/milluminodimeno](http://www.caterpillar.rai.it/milluminodimeno))

## Incidenti stradali: nell'80% dei casi colpa del cellulare

L'ebbrezza tecnologica rischia di essere più pericolosa di quella derivante dall'ingestione di alcol. 5 secondi di distrazione alla guida a 100 km orari corrisponde a guidare bendati per una distanza maggiore di quella di un campo di calcio



**S**tando a una ricerca del Cohen Children's Medical Center di New York di qualche anno fa **mandare o leggere un sms mentre si guida causa più incidenti** che mettersi al volante dopo aver esagerato nel bere. Il ministro delle infrastrutture Graziano Delrio, l'estate scorsa ha attribuito all'uso del cellulare

mentre si guida l'80% degli incidenti che avvengono. L'ebbrezza tecnologica rischia di essere più pericolosa di quella derivante dall'ingestione di alcol. Anche 5 secondi di distrazione a 100 km orari possono diventare **guida bendata** per una distanza maggiore di quella di un campo di calcio.

## “Il futuro dell'auto? Mezzi da condividere”

**Guido Viale: “l'auto non sarà più il cuore dell'economia”**

**A** Guido Viale, sociologo e saggista autore nel 2007 del libro “Vita e morte dell'automobile”, abbiamo chiesto: a che punto è oggi la parabola dell'auto? Anche se continua a rimanere il principale mezzo di mobilità per tutta la popolazione dei paesi sviluppati e anche per molta della popolazione dei cosiddetti paesi emergenti, l'auto ha smesso definitivamente di essere motore economico delle economie occidentali. Lo è in parte per la Cina e per l'India. In Europa solo la Germania ha ancora

una certa dipendenza dall'industria dell'auto e gli stessi Stati Uniti non sono più quelli dei gloriosi anni '30.



*Eppure l'Italia rimane un Paese con un tasso di motorizzazione altissimo...* Non c'è dubbio che in Italia il processo di distacco dall'auto sarà più lento rispetto ad altri Paesi per due motivi: siamo stati gli ultimi in Europa a raggiungere la motorizzazione di massa e saremo probabilmente gli ultimi a staccarcene, e poi perché rispetto a gran parte d'Europa, il sistema dei trasporti pubblici è indietro e deficitario e questo costringe molte persone a non vedere alternative.

*Quali trasformazioni vede per il futuro?* Il processo accettato da tutti è ormai quello che vede diffondere sempre più l'auto condivisa. Il successo del car sharing a Milano è la prova che una parte di italiani è già pronta per questo passaggio.

*Cosa pensa del car sharing di Milano?* Il problema del car sharing milanese è che in nome della concorrenza di mercato sono state date le licenze a una pluralità di soggetti che agiscono ognuna per conto proprio, ma a discapito del cittadino che vuole usare l'auto condivisa. Per cui se uno è iscritto a uno dei tanti servizi non può usare gli altri a meno che non si iscriva a tutti complicandosi la vita non poco. È un esempio di come le pari opportunità per le aziende spesso non coincidono con servizi efficienti per i cittadini. Se il parco di vetture in car sharing oggi disponibile a Milano fosse unificato sotto un unico numero di chiamata il servizio sarebbe utilizzato da molte più persone e con molta più facilità. Basterebbero 10/12.000 vetture

### IL CAR SHARING IN TRENINO

Il car sharing in Trentino è gestito da un unico soggetto sul territorio provinciale che ha la forma giuridica di una cooperativa. Gli utilizzatori diventano soci.

Si tratta di car sharing classico (l'auto si prenota, si prende e si riporta nello stesso luogo di partenza) che è l'unico compatibile con un territorio non densamente abitato, ma gestibile in modo molto flessibile on line e tramite app.

Permette ad un numero sempre maggiore di famiglie (gli utenti sono più di 200) di rinunciare al possesso della seconda o anche della prima vettura. Chi infatti si muove molto con i mezzi pubblici o con la bicicletta, può trovare molto conveniente non dover sostenere gli elevati costi fissi di un veicolo di proprietà e pagare solo per gli utilizzi che ne fa. Con il doppio risultato di abbattere l'impatto dei propri spostamenti e i costi del proprio bilancio familiare dedicati alla mobilità. Per i possibili risparmi è una formula che piace anche alle aziende.

[www.carsharing.tn.it](http://www.carsharing.tn.it)



Questa ebbrezza da notifiche del cellulare ha anche un nome, **Fomo**. Un acronimo inglese che sta per **Fear of Missing Out**, letteralmente **paura di essere tagliati fuori**. Una paura che rende compulsivo guardare il cellulare e che rischia di fare danni irreparabili soprattutto tra le giovani generazioni, che stando agli ultimi dati Istat sono i soggetti più coinvolti in incidenti mortali.

Per far fronte a questa specifica violazione del codice della strada l'ACI, Automobile Club d'Italia, ha lanciato da mesi **"#GUARDALASTRADA"** e **"#MOLLASTOTELEFONO"**, una campagna di sensibilizzazione contro le distrazioni alla guida legate all'uso dello smartphone, rivolta in particolare **ai giovani tra i 18 e i 29 anni**. ([consumatori.e-coop.it](http://consumatori.e-coop.it))

su strada per sentire gli effetti anche in termini di minore congestione.

**Il futuro è l'auto elettrica?** L'auto elettrica non risolve il problema della congestione e risolve in minima parte quello dell'inquinamento in quanto sappiamo che gran parte dell'inquinamento deriva non tanto dalle emissioni dei motori, ma dal particolato prodotto e sollevato da terra dal rotolamento delle ruote sull'asfalto. Detto questo va rilevato che l'elettrificazione dell'auto è un processo ormai partito.

**Cosa pensa di Uber?** Sono contrarissimo a Uber in quanto non è un'auto condivisa né un modello di sharing economy: è un modello di super sfruttamento di manodopera precaria o disoccupata. Inoltre Uber pur facendo una concorrenza spietata ai taxi, non sarà mai in grado di sostituire il servizio pubblico che svolgono e che è fondato sulla garanzia di continuità del servizio a qualsiasi ora, in qualsiasi zona e per qualsiasi utente. Altro discorso va fatto per Bla Bla Car dove tu fai dei viaggi di lunga percorrenza con persone che lo avrebbero comunque fatto e con i quali condividi l'auto, la compagnia e le spese. ([consumatori.e-coop.it](http://consumatori.e-coop.it))

Stufe a legna: come inquinare meno

## Re-impariamo ad accendere il fuoco (dall'alto)

Sapevate che nei camini e nelle stufe accendendo il fuoco dall'alto si riducono le emissioni di PM10 (le note polveri sottili)?

**C**irca l'80% delle emissioni primarie di polveri sottili PM10 emesse in Trentino sono riconducibili alla combustione della legna nei piccoli impianti domestici: conoscere le azioni e i correttivi per ridurre al minimo questa conseguenza è molto importante per tutti. La diffusione di questi impianti nella gran parte delle nostre abitazioni deve necessariamente far sentire tutti corresponsabili e quindi coinvolti e disponibili a contribuire, ognuno per la propria parte, alla soluzione o al contenimento del problema. Da tempo anche la Provincia autonoma di Trento, in particolare attraverso l'attività di informazione ed educazione ambientale svolta dall'Agenzia provinciale per la protezione dell'ambiente, è impegnata nel promuovere il corretto utilizzo della legna nelle stufe. Ecco i comportamenti suggeriti:

- 1) **Usare legna secca**, stagionata almeno 2 anni, non trattata con colle o vernici e di dimensioni adeguate all'impianto
- 2) Per le stufe a pellet, usare **solo pellet certificato**
- 3) Non usare **mai combustibili diversi dalla legna**, come plastiche o altri rifiuti (giornali, riviste, imballaggi)
- 4) Assicurare una **quantità di aria alla stufa** sufficiente a mantenere la fiamma vivace e calda (fiamme blu, gialle, rosso-gialle)
- 5) **Ventilare l'ambiente**
- 6) **Controllare il fumo** che esce dal camino (se denso e giallo o grigio scuro la combustione non è corretta)
- 7) **Far controllare periodicamente**

- l'impianto e far pulire la canna fumaria da tecnici qualificati
- 8) Per **facilitare l'accensione** utilizzare appositi prodotti ecologici e naturali
- 9) **Accendere la legna non dal basso ma dall'alto**
- 10) Utilizzare impianti (stufe e caldaie) **moderni ed efficienti**

A proposito del "nuovo" metodo di accensione della legna nella stufa non dal



basso (come normalmente viene fatto) ma dall'alto, va sottolineato che con questo metodo la legna brucia gradualmente dall'alto verso il basso, quindi, al contrario dell'accensione dal basso, la combustione procede più lentamente ed in modo più controllato: in questo modo, **i gas generati fluiscono attraverso la fiamma, bruciano in modo quasi completo e di conseguenza l'emissione di gas e sostanze inquinanti si riduce in maniera considerevole.**

Per informazioni:

<http://www.appa.provincia.tn.it/aria/>  
<http://www.energia.provincia.tn.it/>

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

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

**assicom**  
 Iscrizione RUI A 000071448

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

**PARTNER ASSICURATIVO DEL CONSORZIO SAIT DAL 1982**

# Perché le cooperative sociali sono un ottimo investimento per la comunità

Per ogni euro investito nell'inserimento lavorativo di un soggetto svantaggiato attraverso una cooperativa sociale, la società ci guadagna quasi il doppio

di **Andrea Paracchini**

**E** sistono da decenni, le hanno ammirate e studiate da tutto il mondo. Ora sappiamo anche che le cooperative sociali sono un ottimo investimento, in particolare per la società. È questo uno dei risultati emersi dalla decima edizione dell'**Osservatorio nazionale sulle imprese sociali** realizzato dall'associazione Isnet che prende in esame un particolare gruppo di cooperative sociali, quelle di inserimento professionale. In Italia sono 5.173, poco più di un terzo di tutte le cooperative sociali, e danno lavoro a 67.134 soggetti svantaggiati.

## Quanto ci guadagna la società per ogni euro investito nelle cooperative

Secondo l'**analisi di Isnet**, nel 2016, nel loro insieme hanno generato un impatto sociale di 716 milioni di euro. Tanto, se si pensa che nello stesso periodo gli investimenti a favore di queste strutture non hanno superato i 374 milioni di euro, versati in gran parte dalla pubblica amministrazione e dalle stesse cooperative sociali (tenute per statuto a impiegare gli eventuali utili al loro interno). **Ciò significa che per ogni euro investito per l'inserimento lavorativo di un soggetto svantaggiato, gli effetti benefici sulla società sono stati stimati a 1,92 euro.** O, per utilizzare la terminologia del settore, che investire in una cooperativa sociale garantisce un "ritorno sociale sull'investimento" (Social return on investment, Sroi) di 1,92.

## Dare valore monetario all'impatto sociale

Per valutare l'impatto sociale delle cooperative di reinserimento, Isnet si è avvalsa del **metodo Sroi**, cercando di stimare i peculiari benefici economici generati dall'impiego di soggetti svantaggiati. Se pensiamo ad esempio al caso di un ex detenuto impiegato da una cooperativa sociale, questi pagherà delle imposte che serviranno a finanziare i servizi pubblici e disporrà di un reddito grazie al quale "far girare l'economia". Proprio come un qualunque lavoratore. Ma, tramite l'opportunità di lavoro in cooperativa, sarà anche meno soggetto al rischio di recidiva e meglio accompagnato nel suo percorso di reinserimento, **scongiurando così ulteriori costi a carico della società** come quelli causati da una nuova incarcerazione.

## Vantaggi e limiti del ritorno sociale sull'investimento

Il dibattito su come misurare oggettivamente l'impatto sociale di attività è molto animato, per quanto recente. Uno degli approcci più noti e probabilmente a oggi più diffuso è quello promosso sin dal 2009 dall'allora Sroi network (oggi **Social Value UK**). Il ritorno sociale sull'investimento misura i risultati sociali, ambientali ed economici raggiunti, esprimendoli in valore monetario per permettere in questo modo un calcolo agevole del rapporto costi/benefici di un'attività. Proprio in quanto indicatore monetario, **lo Sroi non è tuttavia in grado di misurare i risultati sociali che non possono essere quantificati in euro:** dall'aumento

della percezione di sicurezza da parte dei cittadini alla riduzione dei pregiudizi nei confronti di detenuti o migranti. Tutte dimensioni sulle quali l'attività delle cooperative sociali di inserimento lavorativo incide positivamente. ([www.lifegate.it](http://www.lifegate.it))



**I prodotti di Libera Terra nascono da terre confiscate alla mafia e lavorate da cooperative**

della percezione di sicurezza da parte dei cittadini alla riduzione dei pregiudizi nei confronti di detenuti o migranti. Tutte dimensioni sulle quali l'attività delle cooperative sociali di inserimento lavorativo incide positivamente. ([www.lifegate.it](http://www.lifegate.it))

I festival dell'educazione - appuntamento ormai fisso nelle agende dei trentini - non smette di crescere e innovarsi.

La prima novità della prossima edizione, che si terrà a Rovereto dal 7 al 9 aprile, è un'intera giornata, quella di venerdì 7 aprile, dedicata esclusivamente agli studenti (gli anni scorsi si trattava di una mattina).

**Non solo: per facilitare la partecipazione delle classi che provengono da tutta la provincia**, gli organizzatori hanno anticipato la pubblicazione del programma (quello di sabato 8 e domenica 9 aprile - le due giornate dedi-



cate a tutta la comunità - che sarà divulgato all'inizio di marzo).

**Spettacoli, laboratori, incontri, presentazioni di libri** declineranno il tema *Passaggi*, deciso per questa VIII edizione dal Comitato promotore del festival (composto da rappresentanti di **Provincia autonoma di Trento, Università degli Studi di Trento e Comune di Rovereto** insieme al consorzio **Con.Solida**), con il supporto scientifico di **Fondazione Bruno Kessler, Fondazione Franco Demarchi e IPRASE** e il sostegno del mondo cooperativo, in primis **Cooperazione Trentina** e le **Casse Rurali Trentine**.

L'intento del festival è riflettere sui radicali cambiamenti in atto che fanno apparire la società come sospesa tra un mondo che non c'è più ed un altro che non c'è ancora e lo si farà partendo proprio dai protagonisti del domani.

## IL PROGRAMMA DELLA GIORNATA

Bambini, ragazzi e giovani (dai 3 ai 20 anni) potranno scegliere insieme ai loro insegnanti tra proposte (tutte gratuite) che incrociano **linguaggi diversi: arte, musica, teatro, sport, nuove tecnologie e gioco.**

• **TEATRO.** Si inizia con due spettacoli: *Gli equilibristi* e *Uno, due, tre..* Il primo per i giovani dai 15 ai 20 anni è una produzione del **Teatro dell'Argine** di Bologna e racconta dal





Un'intera giornata (il 7 aprile) della edizione 2017 del festival sarà dedicata agli studenti (dai 3 ai 20 anni), con i loro insegnanti. È possibile già ora scegliere tra un ricco programma e iscriversi (gratuitamente) le classi a laboratori, spettacoli, giochi e molto altro ancora

di Silvia De Vogli

## EDUCA PER LE SCUOLE

# Ragazzi, questo è dedicato solo a voi!



zione in miniatura della piazza e dei personaggi che, come in un piccolo teatro esprimono bisogni, solitudini e voglia di incontrarsi.

- **MUSICA.** Viaggio nella musica, in quella femminile in particolare, con *Passaggio dall'ombra alla luce*: i ragazzi del Liceo Filzi proporranno spunti di riflessione sugli stereotipi di genere con ascolti di brani

mazioni e risolvendo semplici problemi divertendosi.

- **CONTRO LO SPRECO.** Sempre con **FBK** bambini e ragazzi nel laboratorio *Scegli bene il tuo piatto* potranno avvicinarsi al tema del cibo e dello spreco nella logica della salute e della tutela dell'ambiente.

- **SPORT.** Lo sport sarà al centro dell'incontro con alcuni giocatori di **Dolomiti Energia Basket Trentino** e della **Trentino rosa volley**, mentre la coop **AM.I.CA** offrirà la possibilità di sperimentare giochi motori provenienti da diverse tradizioni culturali.

- **FENOMENI GLOBALI.** Per comprendere la complessità di alcuni fenomeni globali che investono la quotidianità di tutti (povertà, migrazioni, degrado ambientale, conflitti) la coop **Artico** e **Skopia** proporranno nei rispettivi laboratori strumenti e metodologie diverse: immagini,

foto e mappe da un lato, il System thinking dall'altro. A interpretare l'oggi aiuterà anche Michela Monferri con il suo libro *L'altra notte ha tremato google maps* nel quale ha ridato forma a tutto quello che a causa del terremoto di Amatrice oggi non c'è più.

- **CONSAPEVOLEZZA DI SÉ.** **Life Skills Italia** accompagnerà i ragazzi invece sulla *strada dei desideri*, un laboratorio sulla consapevolezza di sé e sulla definizione dei propri obiettivi.
- **SECONDE OPPORTUNITÀ.** Ragazzi e insegnanti provenienti da diverse regioni d'Italia, grazie alla **Fondazione Demarchi**, saranno invece protagonisti di un laboratorio per narrare le *scuole di seconda opportunità*.



punto di vista di 4 adolescenti un universo di emozioni vissute all'eccesso, un mondo dove "o tutto o niente"; una drammaturgia fatta di codici teatrali diversi per rendere il paradosso della leggerezza e dell'intensità con cui vengono vissuti i piccoli drammi quotidiani che segnano il percorso di crescita. La seconda è una produzione per le scuole dell'infanzia di **Ravenna Teatro** con la compagnia **Drammatico vegetale**: una storia di colori che porta in scena due attori che danno voce al mare, al cielo, agli uccelli, ai giochi, alle meraviglie della vita.

- **TEATRO-LABORATORIO.** Vicino al linguaggio teatrale, il laboratorio della compagnia **Rifiuti speciali** che propone *Esperimenti di fragilità - Generazioni a contatto* e quello della coop **GSH** con la sua scatola narrativa: una rappresenta-



eseguiti dal vivo.

- **NUOVE TECNOLOGIE.** Non mancheranno incontri sulle nuove tecnologie come quello del **CFP Veronesi** che permetterà di sperimentare la stampa tridimensionale, la modellazione digitale e la "guida" di mini robot e il laboratorio di **FBK** con *L'ora del codice*, iniziativa nata negli Stati Uniti per introdurre ai concetti della programmazione adulti e bambini senza precedenti nozioni, costruendo ani-

Programma e iscrizione:

www.educaonline.it  
info@educaonline.it

I grandi problemi della nostra epoca richiedono, ogni giorno di più, approcci e soluzioni globali. L'interconnessione tra i sistemi territoriali è sempre più accentuata e la sua gestione richiede non solo idee, ma anche risorse che spesso non sono più a portata delle isti-

Eusalp

## Una nuova forma di cooperazione fra le regioni europee alpine



tuzioni che tradizionalmente conosciamo. Dobbiamo allora imparare a conoscere il nuovo funzionamento delle nostre istituzioni, che si articolano in grandi progetti o linee guida che hanno la propria origine nei programmi di sviluppo della Comunità Europea. Solo a prima vista possono apparire come situazioni lontane che non ci coinvolgono; in realtà le ricadute sono molto più vicine di quanto possiamo pensare. È il caso di Eusalp (Strategia europea per la regione alpina), il quarto sistema sovranazionale riconosciuto a livello europeo dopo Baltico, Danubio e macroregione adriatico-ionica.

All'interno di Eusalp vi sono 48 regioni che si sviluppano su 400mila km quadrati per una popolazione di 70milioni di abitanti. Un grande quadrilatero che comprende 4 stati per intero: Svizzera, Liechtenstein, Austria, Slovenia e le regioni alpine di Italia, Germania e Francia. La macroregione non dispone di ulteriori fondi propri, rispetto a quelli già forniti da altri programmi europei, ma ha lo scopo di mettere in comune le esperienze locali su determinate materie, di comune interesse, e di sensibilizzare sulle tematiche della montagna. Sono 9 infatti i gruppi d'azione in cui si articola il lavoro di Eusalp, dall'istruzione/formazione ai trasporti, dall'energia all'ambiente e ai cambiamenti climatici: tutti toccano direttamente il quotidiano di ogni cittadino. Coprendo una zona molto vasta di popolazione, Eusalp riesce maggiormente a catalizzare l'interesse dei decisori europei, tanto che se n'è recentemente parlato anche al Parlamento europeo.

Il Trentino guida l'azione 3, che si occupa di miglio-



Conoscete Eusalp, la macroregione alpina, quarta strategia europea di cooperazione fra regioni? Da poco è stato rinnovato il sito internet [www.alpine-region.eu](http://www.alpine-region.eu), e sempre online, con un questionario, si può capire meglio come Eusalp può diventare utile per territori e comunità alpine

rare l'adeguatezza della forza lavoro, dell'istruzione e della formazione nei settori strategici; la Provincia autonoma di Trento approfondirà soprattutto il tema dell'apprendistato scuola/lavoro (sistema duale). La Provincia di Trento è rappresentata anche nel gruppo d'azione 4, "Promuovere l'intermodalità e l'interoperabilità del trasporto di passeggeri e di merci", guidato dal Gect Euregio Tirolo-Alto Adige-Trentino, nell'azione 5, dedicata a "Connettere le persone mediante l'elettronica e promuovere l'accesso di servizi pubblici" e guidata dalla Valle d'Aosta, nell'azione 7, guidata da Baviera e Slovenia, che si occupa di "Sviluppare la connettività ecologica nell'intero territorio dell'Eusalp" e nella 8 guidata da Austria e Baviera, "Migliorare la gestione dei rischi e dei cambiamenti climatici, ricorrendo anche alla prevenzione dei principali rischi naturali". Infine gruppo 9 dedicato all'energia, guidato dall'Alto Adige allo scopo di "Fare del territorio una regione modello per l'efficienza energetica e l'energia rinnovabile". Eusalp finanzia le proprie iniziative attraverso il Programma Spazio Alpino, con 10 progetti che fanno riferimento al Trentino, per un totale di circa 1,1 milioni di euro di fondi comunitari e nazionali. Il Comune di Trento è partner nel progetto Los\_Dama! e Greencycle. Il primo si occupa dell'utilizzo degli spazi di collegamento tra le città e le periferie, mentre il secondo si occupa dell'introduzione del sistema di economia circolare nello spazio alpino per raggiungere gli obiettivi di bassa emissione di carbonio.

Intanto Eusalp ha rinnovato il proprio sito internet, [www.alpine-region.eu](http://www.alpine-region.eu), mentre per l'azione 3 dedicata a istruzione, formazione, mercato del lavoro il prossimo appuntamento è fissato per il 14-15 febbraio, con un incontro a Garmisch Partenkirchen (Baviera). (M. Frizziera)

F in da piccoli oggi i bambini vengono a contatto con parole e modi di esprimersi che derivano da lingue straniere. Il processo di globalizzazione ci mette a disposizione un'infinità di stimoli provenienti da ogni parte del mondo, superando i confini e spesso anche le barriere linguistiche. Questa è di certo una ricchezza, e spinge molti genitori a chiedersi quando sia meglio iniziare a insegnare ai propri figli una lingua diversa da quella madre. In una società come quella di oggi diventa indispensabile la capacità di comprendere e comunica-

### APPUNTAMENTI IN LIBRERIA

**Sabato 25 febbraio,**  
ore 15:30 età 2-3 anni;  
ore 17 età 4-6 anni

**La fantasia vien leggendo**

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

**Martedì 28 febbraio**  
ore 10:30 età 0-12 mesi  
**Una storia tra me e te**

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

**I laboratori sono gratuiti ma è necessaria la prenotazione:**

**tel. 0461-993963**

(lunedì-venerdì 9-19,  
sabato 9-13/15-19)

La Libreria Erickson  
è in via del Pioppeto 24  
a Gardolo.

Seguici su

**facebook.com/  
LaLibreriaErickson.**





ro, **laboratori in lingua inglese e tedesca**, con letture e attività creative, per stimolare i bambini all'ascolto e all'uso delle lingue straniere in un contesto giocoso e rilassato. Si sperimenta così un **apprendimento basato sui principi del fare e del confronto con i coetanei**, usando la lingua con spontaneità e come autentico mezzo comunicativo. A tal proposito, in molte scuole dell'infanzia trentine, sono stati avviati dei progetti che coinvolgono insegnanti e bambini nell'uso quotidiana

libro semplice e divertente come **"ABC"** (B. Munari, Corraini Edizioni) si presta ad essere letto e sfogliato ad alta voce con i bimbi prima della nanna, la domenica mattina o in qualunque momento.

**Non ci sono ricette esatte o formule magiche**, ma ogni famiglia può trovare le modalità più adatte per introdurre l'uso di una lingua straniera, secondo i tempi che ha a disposizione, o che decide di dedicargli. A casa, in auto, o mentre si va in giro in passeggino, cantare è sempre un ottimo modo per coinvolgere i più piccoli. Per costruire un repertorio di canzoncine e imparare tante parole, si può ricorrere a dei libri con il cd, come **"Canta e impara il tedesco!"** (S. Husar, Edizioni Curci), che affianca illustrazioni e musica stimolando l'apprendimento in modo spontaneo e divertente.

**Crescendo, i bambini hanno il desiderio di essere autonomi, anche nell'apprendere.** A questo punto il ruolo di genitori e insegnanti è quello di fornire gli stimoli e gli strumenti adeguati all'età, così che i bambini si sentano guidati, e non costretti ad eseguire dei compiti. I fascicoli della collana **"Monster English"** (S. Campregber, Erickson) sono pensati proprio per accompagnare i bam-

L'apprendimento delle lingue nei più piccoli

## A che lingua giochiamo?

Quando si può iniziare a insegnare ai propri figli una lingua straniera? Dai 3 anni in poi i bambini sono molto ricettivi. L'importante è non forzare mai: deve essere un'esperienza positiva, un gioco

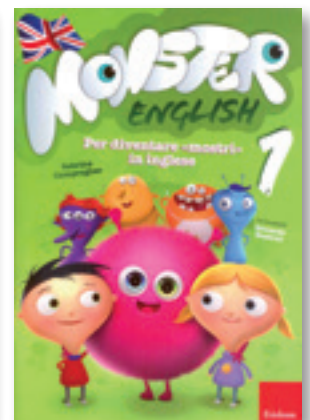
di **Silvia Martinelli\***

re in più lingue. Apprendiamo ogni giorno parole non derivanti dall'italiano senza accorgerci che sono straniere, abituati dal loro continuo uso.

Possiamo pensare allora che non esista un limite minimo d'età per comunicare in più lingue, proprio perché l'apprendimento linguistico è una facoltà innata nell'uomo. **Un approccio precoce alla lingua straniera, tra i 3 e i 6 anni, quando i bambini sono particolarmente ricettivi**, li rende produttivi nel ragionamento, li stimola a mettersi in gioco accrescendo la fiducia in se stessi, e permette loro di entrare in contatto con culture diverse. La lingua a quest'età è gioco e attraverso di esso i bambini formano la loro personalità: imparano a gestire la novità, l'imprevisto, scoprono come lavorare in gruppo, sviluppano la flessibilità mentale e rinforzano l'autostima.

Un aspetto molto importante, qualunque cosa si voglia insegnare, è quello di **non forzare il bambino**: alle imposizioni calate dall'alto, si sa, tutti i piccoli rispondono con un rifiuto. L'apprendimento deve invece essere un'esperienza positiva e divertente senza nessun tipo di obbligo o stress..., un gioco, insomma.

**La Libreria Erickson ha più volte organizzato**, e si premura di farlo anche in futu-



no di una lingua straniera. In questo modo la lingua non è percepita come una materia scolastica, ma si associa a delle esperienze positive, vicine al naturale modo dei bambini di approcciarsi al mondo, ossia il gioco e la fiaba.

**Tuttavia è importante che l'esperienza della lingua non resti confinata tra le mura scolastiche**, ma che arrivi fino a casa, e che la famiglia sostenga il bambino nell'esprimere le competenze linguistiche che acquisisce. Ciò può avvenire semplicemente stando in famiglia, durante momenti di quotidianità come a tavola, o di svago, in cui genitori e bambini condividono la lettura di una fiaba. Bruno Munari propone un coloratissimo viaggio tra le lettere dell'alfabeto, con originali immagini affiancate dalle rispettive parole in inglese e in italiano. Un

bimbi nell'apprendimento graduale e giocoso dell'inglese, in compagnia di cinque simpatici e coloratissimi personaggi, con tante divertenti attività.

Divertire, interessare, cantare e giocare... tutto ciò è importante, certo. Ma gli ingredienti fondamentali per imparare, restano la curiosità e la fantasia e, si sa, ai bambini non mancano mai.

\* La Libreria Erickson



### Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sconti dal 10 al 15%

sugli acquisti presso La Libreria Erickson e sul sito [www.erickson.it](http://www.erickson.it).

Il 9 gennaio scorso, nella sua casa di Leeds, in Inghilterra, è morto a 91 anni Zygmunt Bauman, uno dei più importanti sociologi europei del nostro tempo. Nato in una famiglia ebrea polacca a Poznan, il 19 novembre 1925, visse un'infanzia nella quale sperimentò la povertà e le conseguenze drammatiche dell'antisemi-

costringendolo a lasciare il Paese e a trasferirsi in Israele, dove ottenne un incarico nelle università di Tel Aviv e Haifa. Vi rimase per tre anni fino a quando, nel 1971, venne invitato sulla cattedra di sociologia della facoltà di Leeds, in Inghilterra: in quella città si trasferì con la famiglia e vi rimase fino alla morte.

ufficiale medico dell'esercito polacco ucciso nel 1940, Janina riuscirà a fuggire dal ghetto prima che venga distrutto e vivrà l'esperienza della resistenza ebraica di Varsavia, consegnando al suo diario di adolescente il ricordo di quei giorni. Non è un caso che dobbiamo a Bauman alcune delle pagine più penetranti degli ultimi decenni sulla necessità di farsi carico dei più fragili, di costruire comunità, di umanizzare le nostre relazioni. Come in Lévinas – il filosofo lituano di origine ebrea che sperimentò una lunghissima prigionia nei Lager e che forse più di tutti Bauman ha amato e sentito vicino – il problema fondamentale è quello della relazione con l'altro: la domanda di Lévinas, “che ne è dell'altro per me?”, fa da sfondo tanto alla vicenda esistenziale quanto alla produzione scientifica di Bauman.

## La scomparsa di Zygmunt Bauman

# “Che ne è dell'altro per me?”

La domanda di Lévinas (il tema della relazione con l'altro) fa da sfondo alla vicenda esistenziale e alla produzione scientifica di Bauman, preoccupato di mettere al centro della sua analisi quei fattori che mettono in crisi la capacità dell'uomo occidentale di convivere con gli altri

di Alberto Conci

tismo, che spinsero la famiglia a fuggire in Unione Sovietica. Fu lì che Bauman, ancora giovanissimo, si arruolò volontario in un contingente polacco sotto comando sovietico e si guadagnò la croce al merito per il valor militare. La sua insofferenza di fronte alla violenza, al sopruso, all'ingiustizia, alla discriminazione e all'arbitrio del potere sui più umili è radicata proprio nelle esperienze giovanili e nel legame con il padre, un uomo, dirà Bauman, dall'onestà impeccabile, che subì, “umiliazioni su umiliazioni dai suoi capi per sfamare la sua famiglia”.

Fu proprio la figura irreprensibile del padre, accanto all'esperienza della discriminazione e dell'ingiustizia vissuta in prima persona, a rinforzare in lui quel senso della giustizia e quell'attenzione alla sorte degli emarginati dal sistema economico e politico che caratterizzeranno il suo pensiero maturo.

Allontanato dall'esercito polacco, dove nel frattempo era diventato maggiore, nel 1953 per le sue origini ebraiche, si iscrisse nell'Ateneo di Varsavia, dove dopo la laurea in sociologia e psicologia divenne docente di sociologia. A Varsavia insegnò fino al 1968 quando, ancora una volta, dovette sperimentare la discriminazione e la marginalizzazione da parte del regime filosovietico: la libertà di analisi dello studioso ebreo e il fatto che proprio egli fosse divenuto, con la moglie Janina Lewinson, un importante punto di riferimento per il movimento studentesco gli costarono l'allontanamento dalla facoltà,

Riassumere l'eredità di Bauman è quasi impossibile, e districarsi nella sterminata produzione di scritti sulla nostra società rischia sempre di lasciare da parte aspetti fondamentali del suo pensiero. Abbandonata dunque ogni pretesa di completezza, mi limito



**Zygmunt Bauman, uno dei più importanti sociologi europei del nostro tempo, è morto a 91 anni, il 9 gennaio scorso**

a mettere l'accento su pochi tratti del suo pensiero.

Prima di tutto l'influenza del dato biografico sulla sua opera. Come per tanti altri pensatori del secolo scorso, sopravvissuti alla deportazione e alla follia del totalitarismo, l'esperienza della violenza e della discriminazione sta alla base dell'elaborazione di tutto il pensiero successivo. Un'esperienza condivisa con la moglie Janina, di un anno più giovane di lui, che visse nel ghetto di Varsavia dal novembre 1940 al gennaio 1943. Figlia di un

## TRATTI NASCOSTI DELLA NOSTRA SOCIETÀ

Questo tratto biografico non ebbe solo un'importanza enorme nello sviluppo della riflessione sull'alterità e sul male, ma spinse anche il sociologo polacco a interrogarsi sul rapporto fra la shoah e la modernità. Nel testo *Modernità e olocausto* Bauman solleva una domanda fondamentale: lo sterminio sistematico di un popolo rappresenta

un'eccezione, un fatto straordinario nella società occidentale, o è un prodotto della modernità, e quindi ci può aiutare a comprendere il lato oscuro delle nostre società? Bauman nega che la Shoah sia considerabile come una semplice “eccezione”, come un caso limite nello sviluppo storico dell'Occidente, e nega allo stesso modo che possa essere considerato il prodotto di scelte personali. Al contrario egli è convinto che essa sia il prodotto, pur realizzatosi in condizioni particolari, della società moderna: l'olocausto è “l'esito di una combi-

nazione unica di fattori di per sé ordinari e comuni” che hanno condotto a mettere le capacità tecnologiche, il sistema burocratico e il sogno moderno di una società perfetta a servizio di un modello politico totalitario. Si deve insomma fuggire alla tentazione di rendere lo sterminio di un popolo come prodotto di un male radicale che trascende le leggi della razionalità occidentale; al contrario, proprio perché si è sviluppata all'interno della modernità, la shoah ci indica alcuni dei tratti nascosti della nostra società e la terrificante capacità distruttiva che in determinate condizioni può produrre il pensiero moderno. L'unicità dell'olocausto si colloca dunque nella normalità della



società occidentale e va studiata come una possibilità reale, pur estrema, e non come un caso unico e irripetibile.

Questo sguardo disincantato sulla società occidentale non rappresenta per Bauman un cedimento al catastrofismo. Piuttosto, questo pensatore eclettico che amava il pensiero di Gramsci appare preoccupato di mettere al centro della sua analisi quei fattori che mettono in crisi la capacità dell'uomo occidentale di convivere con gli altri.

### LA SOCIETÀ LIQUIDA

Per questa ragione non si deve leggere la diagnosi di Bauman sulla modernità in termini pessimistici. Egli ha cercato piuttosto di individuare le fragilità di un mondo che ha perso punti di riferimento ed evidenze condivise e ha messo in luce i pericoli di una società che poggia più sul sogno del consumo illimitato che su quello delle relazioni stabili. La sua analisi della società liquida, con tutti i suoi

corollari e i suoi pericoli, ha finito così per diventare quasi l'unica eredità del sociologo polacco. Con i suoi tre libri più famosi, *Modernità liquida*, *Amore liquido*, *Vita liquida*, egli pone l'accento sull'esperienza della liquefazione dei punti di riferimento, che rappresenta una caratteristica della postmodernità. Ciò che viene reso "fluidico" non sono solo i valori, ma anche, o forse soprattutto, le relazioni stesse, che cessano di essere stabili per divenire costantemente "interscambiabili". Una liquidità tanto radicata nell'uomo postmoderno da investire anche le relazioni più profonde, quelle dell'amore, che diventano evanescenti e che assomigliano più a quelle delle reti internet, dalle quali è sempre possibile entrare e uscire. Le donne e gli uomini postmoderni, dice Bauman, hanno in gran parte perso la capacità di effettuare investimenti relazionali a lunga scadenza: proprio perché "l'amore è in bilico sull'orlo della sconfitta" si costruiscono piuttosto "relazioni tascabili", "usa e getta", mai realmente impegnative.

Questa liquidità è figlia di una società dei consumi che "riesce a rendere permanente la non soddisfazione", perpetrando i bisogni di novità e la propensione a gettare nei rifiuti tutto ciò che ci sembra invecchiare, siano beni materiali, siano relazioni. Per Bauman siamo di fronte a una vera e propria sindrome della società liquida, la "sindrome consu-

mista che si basa sulla velocità, sull'eccesso e sullo scarto".

### LA SOCIETÀ DEGLI SPETTATORI

La fragilità delle relazioni nella società liquida ha spinto Bauman, nell'ultima fase della sua vita, ad accentuarne le conseguenze sulle relazioni con i più deboli. Il problema è, ci dice il grande sociologo, che la nostra è dive-



nuta una "società degli spettatori", che ogni giorno viene posta di fronte alla sofferenza di milioni di esseri umani grazie alla grande diffusione dei media. E tuttavia, la maggior parte degli uomini e delle donne del nostro tempo appare sostanzialmente indifferente alla sofferenza dell'altro, e questo ci rende in realtà meno umani: "Tutti noi o quasi concordiamo sul fatto che infliggere sofferenze senza motivo sia un'azione assolutamente ingiustificabile e indifendibile dinanzi a qualunque tribunale; molti di meno, tuttavia, sono quelli disposti ad ammettere che ridurre

**"...avvertiamo, intuimo, sospettiamo ciò che occorre fare. Ma non possiamo conoscere i contorni e la forma che assumerà. E, tuttavia, possiamo esser certi che la forma non ci apparirà familiare. Essa sarà diversa da tutto ciò che è per noi consueto".**

alla fame o provocare la morte di un solo essere umano non è mai, non può mai essere, in nessuna circostanza, un prezzo che valga la pena di essere pagato, per quanto legittima o finanche nobile possa essere la causa che ha richiesto in simile esborso. In nessun caso tale prezzo può essere l'umiliazione o la negazione della dignità umana. Il punto in questione non è soltanto che la dignità della vita e il rispetto dovuto all'umanità di ciascun essere umano si mescolano e costituiscono un valore supremo che non può essere surclas-

sato o rimpiazzato da qualsivoglia volume o quantità di altri valori; ma anche che tutti gli altri valori sono valori nella misura in cui sono al servizio della dignità umana e ne promuovono la causa". E conclude: "Colui che cerca di sopravvivere uccidendo l'umanità contenuta in altri esseri umani sopravvive alla morte della sua stessa umanità".

E tuttavia, dice Bauman, sarebbe un errore pensare che il nostro dovere di essere custodi dell'altro, attenti alla sua sofferenza, responsabili della sua sopravvivenza, derivi dalla risposta alla domanda "perché mai dovrei essere morale?". In realtà, dobbiamo accettare di farci carico dell'altro "senza una ragione speciale per farlo", semplicemente perché condividiamo con lui la stessa dignità umana. La domanda di Caino a Dio, "sono forse io il responsabile di mio fratello?" resta per Bauman l'origine di ogni immoralità: "Da quella rabbiosa domanda di Caino ebbe inizio ogni immoralità. Certamente

sono io il custode di mio fratello; e sono e rimango un essere morale fin tanto che non chiedo un motivo speciale per esserlo. Che io lo ammetta o no, sono il custode di mio fratello perché il suo benessere dipende da ciò che io faccio o che mi astengo dal fare. [...] La dipendenza del fratello fa di me un essere morale".

### LIBERTÀ E SICUREZZA

Questo tema divenne sempre più importante negli ultimi anni di vita di Bauman, anche quando l'irrompere del fenomeno del terrorismo internazionale condusse l'anziano sociologo a individuare nel dilemma fra libertà e sicurezza LA questione politica e sociale fondamentale per i prossimi anni.

Un dilemma che impone un salto di qualità politico, per evitare che la scorciatoia a buon mercato della sicurezza finisca per giustificare la fine della democrazia e il ricorso indiscriminato alla violenza.

Di una cosa possiamo essere certi: andiamo verso un tempo nel quale nulla sarà come prima. "Noi - scrive nelle ultime righe di *Vita Liquida* - avvertiamo, intuimo, sospettiamo ciò che occorre fare. Ma non possiamo conoscere i contorni e la forma che assumerà. E, tuttavia, possiamo esser certi che la forma non ci apparirà familiare. Essa sarà diversa da tutto ciò che è per noi consueto". Sta a noi abbracciare o fuggire questa sfida.



Fino al 12 febbraio al Muse

## Arborea. I monumenti vegetali

**A**lla domanda “qual è l'essere vivente più grande del mondo”, la mente corre subito ai grandi cetacei che popolano il mare, le sagome allungate e gli sbuffi che accompagnano ogni loro, mastodontico, respiro. Non è proprio così. In realtà, le sequoie dell'America settentrionale possono essere più grandi di qualsiasi balena. Veri e propri giganti tra i viventi, sono diventati tali perché hanno avuto il tempo necessario per crescere indisturbati per millenni. Identica fortuna non è toccata a gran parte degli alberi delle foreste europee, e, in particolare, a quelli delle foreste italiane. I grandi e vecchi alberi sono, quasi sempre, i soli superstiti di paesaggi perduti e i soli protagonisti duraturi dei nuovi paesaggi creati dall'uomo, dove l'instabilità e il mutamento sono la regola. Sono gli alberi che formavano le antichissime foreste: olmi, carpini e

farnie in pianura, cerri e roverelle in collina e nella bassa montagna; faggi, abeti e larici più in alto, sino al limite della vegetazione forestale. Ma ci sono anche alberi coltivati, come il castagno e il cipresso, e ornamentali come i cedri e i ficus.

Per omaggiare i “giganti vegetali” e la loro resistenza al passare dei secoli, manifestazione estrema dell'ostinazione e dell'adattabilità della vita vegetale, il MUSE Museo delle Scienze di Trento accoglie fino al 12 febbraio 2017 la mostra Arborea, doppia personale delle artiste Federica Galli (Soresina, 1932 - Milano, febbraio 2009) e Beth Moon (Nenah, 1956).

L'esposizione, che nasce da un progetto della Fondazione Federica Galli di Milano vede dialogare i monumentali alberi incisi ad aquaforte dalla Galli con i colossi naturali fotografati dalla Moon, che li eterna attraverso

la particolare tecnica della stampa al platino palladio.

Tempo, memoria e natura sono i temi centrali delle loro opere, un poetico filo conduttore che unisce tutti i più importanti “monumenti verdi” esistenti al mondo testimoniandone l'incredibile ricchezza naturale.

MUSE, Corso del Lavoro e della Scienza 3, Trento



In Italia quasi il 16% del territorio è catalogato (Ispra, 2015) a rilevante pericolosità per frane e alluvioni.

Il territorio trentino presenta un reticolo idrografico molto fitto e complesso, caratterizzato da numerosi piccoli bacini montani e da grandi corsi d'acqua di fondovalle. La geomorfologia del territorio, il tipo di bacino interessato, l'uso del suolo e gli eventi meteorologici scatenanti rendono questa regione vulnerabile rispetto ai fenomeni alluvionali. Gli eventi di piena in Trentino sono infatti tutt'altro che rari: nel solo 2015 ce ne sono stati ben 15. **Nonostante la diffusa pericolosità alluvionale, la consapevolezza dei rischi nella popolazione è scarsa.**

Per questo, perché il territorio trentino è complesso e diffusamente delicato e per **accrescere la cultura della prevenzione** di danni da frane, alluvioni, terremoti e la **consapevolezza di problemi, caratteristiche del territorio e strumenti di prevenzione**, è stato avviato il progetto europeo **Life Franca** (acronimo di Flood Risk Anticipation and Communication in the Alps). Gestire l'inevitabile, evitare l'ingestibile, prevenire e quindi prima di tutto insegnare ai cittadini (e ai loro amministratori) a leggere il proprio territorio alpino (e nello specifico trentino) sono gli obiettivi.

Il progetto ha una parte di comunicazione e divulgazione al pubblico ed una scientifica; dura tre anni (fino al 2019, quindi), ed è finanziato al 60% con fondi europei, per il resto con soldi statali e provinciali, per un totale di un milione di euro di dotazione. **Il coordinamento scientifico è curato dall'Università di Trento.**

La rilevanza e delicatezza del problema per le Alpi è evidenziata dalla sche-

## Cercapadrone Amici con la coda

Il consiglio di questo mese, da parte dell'associazione Il Cercapadrone onlus, è consultare la pagina facebook “Trentino adozioni animali”. Sulla pagina l'associazione e altri volontari curano numerosi appelli per la richiesta di adozione per cani, gatti, conigli, in difficoltà. Appello adozione del mese: **Sofia** è una giovane cagna, abbandonata in Puglia, dove aveva partorito, e poi è stata sottratta dai volontari alla precarietà della strada.



da tecnica di progetto, che si può leggere sul sito della Commissione Europea. Vi si legge “La Strategia Nazionale Italiana di adattamento al Climate Change, che è stata adottata nel 2015, identifica la **regione**

le aree montuose per aumentare la resilienza al cambiamento del clima”.

La scheda di progetto spiega in modo chiaro anche che la complessità dei rischi previsti è tale da richiedere che le misure adattative

e che troppe persone si percepiscono “al sicuro” mentre i rischi esistono, eccome.

La parte di studio in Trentino sarà concentrata su tre aree specifiche. Le azioni di **informazione, dibattito e formazione (con mostre, incontri, caffè scientifici, un sito web informativo dedicato con struttura open-source e altro)** sono destinate alla comunità dei cittadini residenti, alle scuole e ai professionisti, progettisti, giornalisti e anche agli amministratori locali. Questa fase è chiamata di “disseminazione”, sarà coordi-

Il progetto Life Franca

## Imparare a leggere il proprio territorio (alpino)

**Gestire l'inevitabile. Evitare l'ingestibile. Prevenire. E prima di tutto insegnare ai cittadini (e ai loro amministratori) a leggere il proprio territorio alpino. È il progetto Life Franca**

di Maddalena Di Tolla Deflorian



**L'alluvione a Trento del 1966; nell'altra foto un momento della presentazione del progetto Life Franca al Muse**

**alpina come altamente vulnerabile.** Speciale attenzione deve essere prestata alla gestione delle risorse idriche in questa area. Si devono sviluppare strategie a medio fino a lungo termine e misure di adattamento per

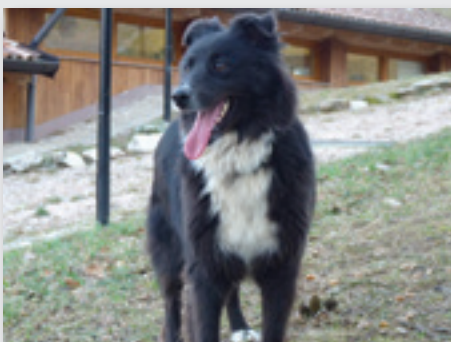
siano accompagnate da una strategia di comunicazione per il pubblico e di formazione per gli amministratori. Il problema, spiegano i curatori del progetto, è infatti che questo tema sembra ai più ancora poco importante

nata dall'Autorità di Bacino del fiume Adige e sarà attuata a partire da luglio 2017.

La prima fase sarà invece la **raccolta di dati disponibili sul rischio alluvionale in Trentino**, che saranno poi usati per produrre degli **scenari strategici** da divulgare. Fra l'altro, uno degli obiettivi del progetto, assegnato all'Autorità di Bacino del Fiume Adige, che ne è partner, è di coinvolgere altri enti e istituzioni con varie azioni, per allargare la rete che si creerà nei mesi.

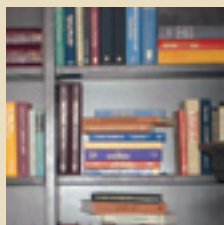
Ha sintetizzato gli scopi il professor Poli al Muse, nella conferenza di lancio di settimana addietro, affermando: **“Come esiste una cultura diffusa della cura delle persone, dovremo diffondere un'attenzione di cura per l'ambiente alpino in cui viviamo”**. In effetti – ci ricorda il rapporto “Ecosistema rischio 2016” di Legambiente, oggi quella cultura è scarsa, considerato che in Italia almeno nel 10% dei comuni di cui siano noti i dati, nell'ultimo decennio si è continuato a costruire in zone a rischio.

Ora si trova in Valsugana, grazie al Cercapadrone di Trento. Per lei si cerca adozione. Si affida solo in Trentino-Alto Adige, in casa con un altro cane



socievole. Per conoscerla contattare Il Cercapadrone onlus, delegazione di Trento e Provincia 349 2302344 (no sms) oppure scrivere a [trento@ilcercapadroneonlus.it](mailto:trento@ilcercapadroneonlus.it)

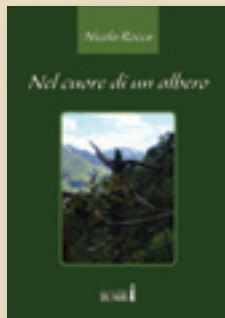
Per aiutare l'associazione ad accudire Sofia, e a salvare altri animali, potete donare su paypal [segreteria@ilcercapadroneonlus.it](mailto:segreteria@ilcercapadroneonlus.it) o sul conto bancario Banca Prossima (Gruppo Intesa Sanpaolo) iban: IT64P0335901600100000122508 codice BIC: BCITITMX, causale “animali Trento cooperazione”. Avvisate su [trento@ilcercapadroneonlus.it](mailto:trento@ilcercapadroneonlus.it), per essere ringraziati.



## 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



## TODÀ - GRAZIE

di Caterina Dolcher, ed. Lint, Trieste 2016

Sono le memorie di Mario Vit, uomo e gesuita, ricostruite su quanto ha lasciato nei suoi appunti e, soprattutto, su quanto hanno testimoniato le molte persone da lui incontrate durante una vita di forte impegno cristiano e sociale. A Trento, dal 1968, nella Comune in fondo a via Belenzani, poi a Torino, Gorizia, Padova, Trieste e nella sua *terra di elezione* le Valli del Natisone. Un uomo pieno di passioni e di creatività, capace di coinvolgere, con discrezione, chiunque incontrasse, lasciandolo libero. Per i trentini resta il prete della Comune del Sessantotto, quella alloggiata per anni nei piani



alti del palazzo accanto alla chiesa di S. Francesco. Lui insisteva a volerla chiamare La Comunità, ma di comunità, nel suo insieme, aveva poco, caratterizzata com'era da un groviglio di incredibile varietà, in tutto. Un porto di mare, zona di passo, rifugio per qualche

notte, punto di riferimento materiale ed emotivo, palchetto dove sfoggiare dialettica, e molto altro variamente combinato in libere scelte, anche opportunistiche. Chi restava, chi ritornava, chi se ne andava sbattendo la porta. Era un ambiente, un clima attorno a Mario Vit, capace di contatto con i più sfigati alla pari con chi si atteggiava o era testa buona. Così allora, in quegli anni di mondo allo *statu nascenti*.

## IL MIRTILLO BIANCO

di Cinzia Sonna, Germani Editore

Un libro sottile, quasi un albo, illustrato da disegni nei quali riconoscersi. Dedicato ai più piccoli, è scritto da una mamma trentina per il suo bambino e pubblicato da Germani Editore.

Un "primo libro" davvero semplice nella sua presentazione, ma che regala una piccola storia avvincente, che fa scattare nel bambino che ascolta l'identificazione nel protagonista. Racconta il fascino della diversità, ma anche la complicità tra generazioni.

È la storia curiosa di un mirtillino bianco tra tanti mirtilli neri, arrivato un giorno per caso sul tavolo dei nonni di Gabriel, e anche di un orso goloso e di un piccolo segreto...

Cinzia Sonna, l'autrice, alla sua prima pubblicazione cartacea (lo scorso dicembre ha fatto uscire "Natale in fondo al lago", in formato e-book) spiega che a darle l'idea di questo libro è stato proprio il suo bambino, protagonista del racconto insieme ai nonni materni. (*Per ora è possibile acquistare "Il mirtillo bianco" on-line su Amazon e nei negozi Mondadori, Giunti e Feltrinelli*) (c.g.)

## NEL CUORE DI UN ALBERO

di Nicola Rocca, ed. Del Faro, Trento 2016

Un bel rischio scrivere romanzi da giovane (l'autore è nato a Tione nel 1987), quando ti sembra che il narrare fantasioso sia facile e che il tuo certo sarà un successo. Nicola Rocca ha rischiato, chiarendo subito che vuol essere "l'esperimento di tradurre il possibile in attesa dentro di ognuno, usando il corpo di un'altra creatura: un albero, una donna e io, che si fondono dando vita a un protagonista inconsueto". Era un giorno di marzo... E via, ripercorrendo in metafora l'inconscio accumulato lungo la vita da studente di Informatica e di

Economia, il percorso sul Cammino de Santiago, il ritorno a Tione a fare il falegname, i dieci mesi nel cuore della Slovacchia, poi in Trentino per finire l'Università, poi ancora in Slovacchia e, per riempire il tempo, il gioco del tamburello, le sculture in legno, le meditazioni al suo paese natio "circondato da boschi e verdi vallate". Un humus sedimentato di sapori ancestrali, di vitalismo primitivo, di passioni fiabesche e vissute ora. Ne nasce un romanzo - va ripetuto - sperimentale, dove "l'albero diventa protagonista, per tentare di fermare il veloce passar del tempo, degustando con lentezza e serenità ogni nuova sensazione, racchiudendola nel fusto dilatato dopo averla assaporata con la mente".

## PARLARE DI ISIS AI BAMBINI

a cura di Dario Ianes, ed. Erickson, Trento 2016

Un libro che intende aiutare genitori ed educatori a condividere con i giovanissimi una realtà drammatica, incombente a livello planetario. È una guerra e tacerne è sbagliato. Anche perché tacerne è inutile: i bambini percepiscono più di quanto gli adulti, in genere, credono. Qualche consiglio, senza la pretesa di sostituire la capacità

che ciascuno s'è costruita nel rapportarsi con i propri figli o alunni: anzitutto documentarsi, studiare, riflettere su questa guerra, perché è l'adulto competente che può aiutare emotivamente il bambino; e dunque informarsi correttamente sulla geografia dello Stato Islamico, cercare di comprenderne la complessità, cogliere gli elementi essenziali del fenomeno, anche nei suoi aspetti assurdi e terrificanti. Il volume propone



alcune opere della letteratura più significativa; aggiunge testi di giornalismo d'inchiesta e autorevoli riflessioni che tratteggiano il contesto storico, l'attualità geopolitica dei paesi islamici, le origini degli elementi di conflitto con l'Occidente e di conflitto interno all'Islam. Un aiuto, appunto, per parlarne con saggezza, senza rischiare di banalizzare le paure e le domande che i bambini inevitabilmente pongono, senza

rifugiarsi nella comoda bugia di dire che *sono cose lontane e non arriveranno mai qui*.





**D**al 25 febbraio al 26 marzo 2017, il MUSE ospiterà LA PIAZZA: più di cinquanta opere del pittore trentino Matteo Boato sul tema della piazza come spazio pubblico; in mostra scorci della città di Trento e Pergine e di altre piazze italiane, come Mantova, Siena e Cremona. Come in una vera piazza, dove dal chiacchiericcio dei passanti emergono stralci di conversazioni, per tutta la durata dell'esposizione, **il MUSE metterà a disposizione il proprio spazio anche a quanti vorranno condividere in pubblico**

Dal 25 febbraio al 26 marzo 2017

## LA TUA VOCE NELLA PIAZZA

**un racconto, un messaggio, un ricordo, un tema a loro caro.** Il risultato sarà una sorta di racconto corale, una miscela di esperienze ed emozioni che renderanno il museo un luogo ancora più inclusivo e coinvolgente.

**I racconti, ospitati nella piazza MUSE dal martedì al venerdì alle 17.30, il sabato e la domenica alle 18.30,** potranno spaziare da episodi privati a pubblici (escluse le narrazioni dal titolo o dal contenuto discriminatorio, razzista o volgare). Al centro di tutto, la parola, anche accompagnata da musica o danza, eseguite dal vivo e nel rispetto delle collezioni museali e dei visitatori. Al termine del progetto, tutte le narrazioni verranno registrate e pubblicate sul canale YouTube e sui social del MUSE.

**Per partecipare c'è stato tempo fino al 16 gennaio 2017,** scrivendo e inviando materiali a [lapiazza@muse.it](mailto:lapiazza@muse.it). Tutte

le proposte saranno valutate da una commissione interna al MUSE, formata da comunicatori ed esperti di audience development, e dal pittore Matteo Boato. Verranno selezionate le proposte di racconto più incisive e coinvolgenti. La commissione invierà una nota con l'esito della selezione a tutti i partecipanti entro il 10 febbraio 2017.



**S**econda edizione del progetto "Compagnia Regionale", l'iniziativa triennale del Teatro Stabile di Bolzano, del Centro Servizi Culturali S. Chiara di Trento e del Coordinamento Teatrale Trentino che si propone di valorizzare e perfezionare le risorse arti-

## Compagnia Regionale: ecco il bando per la prossima stagione

Aperte le iscrizioni (fino al 24 febbraio 2017) alle selezioni degli attori per la "Compagnia Regionale" diretta da Fausto Paravidino



stiche del Trentino-Alto Adige. Nel corso del primo anno, il progetto nato dalla volontà di far confluire in un'unica realtà un gruppo scelto e qualificato di attrici e attori professionisti, nati o residenti in regione, ha visto i partecipanti confrontarsi con il regista Marco Bernardi nella messa in scena de "La Cucina" di Arnold Wesker (nelle foto). La produzione, che ha riscosso grande successo di pubblico e critica, è stata presentata nelle stagioni dei principali centri della regione.

**Per la stagione 2017-2018** il Teatro Stabile di Bolzano, il Centro Servizi Culturali S. Chiara di Trento e il Coordinamento Teatrale Trentino intendono proseguire nel pro-

getto. L'occasione sarà la produzione dello spettacolo "Il senso della vita di Emma" di e con Fausto Paravidino, una novità assoluta, coprodotto dai maggiori enti culturali teatrali della regione, da realizzarsi a inizio stagione 2017/18.

Gli interpreti che verranno selezionati attraverso un bando pubblicato (da venerdì 13 gennaio 2017) sui siti del Teatro Stabile di Bolzano ([www.teatro-bolzano.it](http://www.teatro-bolzano.it)) e del CSC-Centro Servizi Culturali S. Chiara ([www.centrosantachiara.it](http://www.centrosantachiara.it)) e Coordinamento Teatrale Trentino ([www.trentinospettacoli.it](http://www.trentinospettacoli.it)), verranno diretti dallo stesso Fausto Paravidino, uno degli autori e registi più stimati in Italia e all'estero e saranno regolarmente

scritturati dal Teatro Stabile di Bolzano per i mesi previsti di prove e circuitazione dello spettacolo.

**Le domande di ammissione dovranno pervenire online entro venerdì 24 febbraio 2017 al Teatro Stabile di Bolzano** ([a.brandalise@teatro-bolzano.it](mailto:a.brandalise@teatro-bolzano.it)). L'esito della selezione verrà comunicato il giorno **lunedì 10 aprile 2017** sui siti del Teatro Stabile di Bolzano, del Centro Servizi Culturali S. Chiara di Trento e del Coordinamento Teatrale Trentino.

**Entreranno a far parte della compagnia regionale per la produzione dello spettacolo 12 attori.**

Stagione 2016-2017

# Trentino a teatro

Gli spettacoli di febbraio



**Carta In Cooperazione**  
www.laspesainfamiglia.  
coop/Carta-in-  
Cooperazione/  
Convenzioni/Cultura/Teatri

■ Con Carta In Cooperazione: sconto del 10% sul biglietto d'ingresso. Convenzione valida per 2 persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio). Prenotazioni su [www.teatrosanmarco.it](http://www.teatrosanmarco.it)

## Trento

CENTRO SERVIZI  
CULTURALI S. CHIARA

### Anch'io a teatro con mamma e papà

Teatro Cuminetti  
4 e 5 febbraio, ore 16  
*Teatro Il Telaio*

STORIA DI UN BAMBINO  
E UN PINGUINO



### La Grande Prosa

Teatro Sociale  
9, 10 e 11 febbraio, ore 20.30  
12 febbraio, ore 16  
*Fond. Teatro della Toscana*  
LA BOTTEGA DEL CAFFÈ  
di Carlo Goldoni



### Teatro Sociale

23, 24 e 25 febbraio, ore 20.30  
26 febbraio, ore 16  
*Fond. Teatro della Toscana*  
L'UOMO DAL FIORE  
IN BOCCA  
di Luigi Pirandello

### Altre Tendenze Prosa

Rovereto, Auditorium Melotti  
9 febbraio, ore 21 e 22.30  
SFORTUNATO DEPERO  
testo e regia Carolina De La  
Calle Casanova



### Trento, Teatro Sociale

17 febbraio, ore 20.30  
*Babilonia Teatri*  
MADE IN ITALY



### Operetta

Trento, Teatro Sociale  
16 febbraio, ore 20.30  
LA DUCHESSA  
DEL BAL TABARIN



libretto di A. Franci  
e C. Vizzotto

### Circuito danza

Mori, Teatro Sociale  
4 febbraio, ore 21  
*Compagnia Tango Brujo*  
DOLORES HOTEL  
Tango e altre storie, con  
milonga dopo lo spettacolo

### Trento, Teatro Sociale

7 febbraio, ore 20.30 *Les Ballets*  
*Jazz de Montréal*  
ROUGE/BALCAO/  
KOSMOS

### Cles, Teatro Parrocchiale

10 febbraio, ore 21  
*Artemis Danza*  
LA DOPPIA NOTTE

### Ala, Teatro Sartori

17 febbraio, ore 21  
*Kaos Balletto di Firenze*  
IL MAGO DI OZ

### Tesero, Teatro Comunale

19 febbraio, ore 17.30  
*E.sperimenti GDO*  
HOPERA

### Rovereto, Teatro Zandonai

22 febbraio, ore 21  
*Balletto di Toscana Junior*  
ROMEO E GIULIETTA

### Cles, Teatro Parrocchiale

24 febbraio, ore 21  
*Probballet*  
SWING & SOUL

### Mezzolombardo,

Teatro S. Pietro  
27 febbraio, 21  
*Balletto Teatro di Torino*  
IN CHOPIN

### Musica

Rovereto, Auditorium Melotti  
6 febbraio, ore 18  
Incontro con musicisti  
ed interpreti  
Il '700 dentro il '900  
6 febbraio, ore 21  
ORCHESTRA HAYDN  
DI BOLZANO E TRENTO

### Jazz'About

Rovereto, Auditorium Melotti  
16 febbraio, ore 21  
JAMES TAYLOR QUARTET

■ Con Carta In Cooperazione: tariffa "ridotto convenzioni" (sconto del 10% circa) per l'acquisto dei biglietti d'ingresso e sugli abbonamenti della Stagione teatrale di prosa, danza, musical e jazz, operetta. Info: tel. 0461.213811 numero verde: 800 013952 [www.centrosantachiara.it](http://www.centrosantachiara.it)

## Trento

TEATRO SAN MARCO

### La famiglia va a teatro il sabato sera!

4 febbraio, ore 20  
LA BELLA E LA BESTIA

11 febbraio, ore 20  
INTERVISTA  
AL SIGNOR LUPO

18 febbraio, ore 20  
I MUSICANTI  
DI BREMA

25 febbraio, ore 20  
ROSSO COME  
CAPPUCETTO ROSSO

## Trento

TEATRO PORTLAND

### Trentooltre

10 febbraio, ore 21  
*Teatro Libero Liberi Teatri*  
QUESTA SONO IO  
dal romanzo di F. Guerri



17 febbraio, ore 21  
*Teatro della Caduta*  
ANAMNESI  
cronaca di un malato  
per nulla immaginario



scritto, diretto e interpretato  
da M. Bianchini

24 febbraio, ore 21  
*Chronos3*  
TESTASTORTA



drammaturgia di T. Rossi  
Tratto dal romanzo  
"Testastorta" di Nava Semel

### PoPoPò

12 febbraio, ore 11 e 16  
*I Teatri Soffiati*  
FAGIOLI





Dalla celebre fiaba inglese Jack e il fagiolo magico di e con G. Anderle e A. Kogoj  
*Età consigliata: per tutti a partire dai 4 anni*

**Vicini Vicini**

Laboratorio-Spettacolo per bambini dai 2 ai 4 anni e i loro genitori  
26 febbraio, ore 10.30 e 16.30  
**BOLLE**



Di e con G. Anderle, C. da Vico e A. Kogoj

■ **Con Carta In Cooperazione: biglietto d'ingresso a tariffa ridotta** per gli spettacoli della Stagione teatrale La Bella Stagione, Portland-Doc e rassegne di teatro per adulti; **sconto 10%** sui corsi della scuola. *Convenzione valida per 2 persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio).*  
Info prenotazioni@teatroportland.it tel. 0461 924470 (339 1313989 festivo) www.teatroportland.it

**Trento**

**PRO LOCO RAVINA**

**Teatro Claudio Demattè**  
11 febbraio, ore 20.45  
*GAD Città di Trento*  
**MAMME ROVENTI**



di David W. Christner - traduzione di L. Franchini

25 febbraio, ore 20.45  
*Filodrammatica di Laives*  
**IL MARITO DI MIO FIGLIO**  
di Daniele Falleri

■ **Con Carta In Cooperazione: tariffa ridotta** sull'abbonamento per gli spettacoli teatrali "RavinAteatro" 2016-2017. Preveduta abbonamenti dal 12/12/2016 presso il bar "Agorà" di Ravina, e gli sportelli della Cassa Rurale Trento, filiali Ravina e Ro-

magnano. *Convenzione valida per 2 persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio).*  
Info: info@ravina.it  
www.ravina.tn.it

**Pergine**

**TEATRO DEL COMUNE DI PERGINE VALSUGANA**

2 febbraio, ore 20.45  
*Crest - Teatri Abitati*  
**CAPATOSTA**  
di Gaetano Colella  
composizione sonora di Mirko Lodedo

13 febbraio, ore 20.45  
*Centro d'Arte Contemporanea Teatro Carcano*  
**DUE DONNE CHE BALLANO**



di Josep Maria Benet i Jornet  
traduzione di Pino Tierno

22 febbraio, ore 20.45  
*Mismaonda - Sardegna Teatro*  
**HUMAN**  
di Marco Baliani e Lella Costa  
e con la collaborazione drammaturgica di Ilenia Carrone  
musiche originali di Paolo Fresu

**fuoristagione**

9 febbraio, ore 20.45  
*ATIR Teatro Ringhiera*  
**(S)LEGATI**



di e con Jacopo Bilocchi e Mattia Fabris  
musiche di Sandra Zoccolan

**Teatro ragazzi**

19 febbraio, ore 16  
*Fond. Orchestra Haydn, WAM Festival Mozart e Luciano Gottardi*  
**IL PICCOLO IGNAZIO E IL GENIO DELLA MUSICA**  
testo e pupazzi di L. Gottardi - regia di M. Träger  
animazione di L. Gottardi



e C.o Nerini  
con M. Mandolini (violino), S. Ricci (clarinetto), F. Baruzzi (fagotto), A. Perathoner (corno)  
*età consigliata dai 5 anni*

26 febbraio, ore 16  
*Residenza Idra, con Ass. Rebelot*  
**POLLICINO E L'ORCO**  
La straordinaria storia di due nemici per la pelle di e con R. Capaldo e W. Maconi  
*età consigliata dai 6 anni*

**Musica**

25 febbraio, ore 20.45  
**BABA SISSOKO AFROBLUES TRIO**

**Danza**

1 febbraio, ore 21  
**MM Contemporary Dance Company**



**SAGRA DELLA PRIMAVERA**  
coreografia di E. Morelli,  
musica di I. Stravinskij  
**PULCINELLA**  
coreografia di M. Merola,  
musica di I. Stravinskij

■ **Con Carta In Cooperazione: tariffa ridotta** su biglietti d'ingresso e abbonamenti per la Stagione di Prosa 2016/2017. *Convenzione valida per 2 persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio).*  
Info tel. 0461/534321  
www.teatrodipergine.it  
www.ariatateatro.it

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

**Prosa**

**Teatro del Centro Scolastico di Borgo**  
10 febbraio, ore 20.45  
*Ass. Figli delle Stelle*

**COME ROMEO E GIULIETTA**  
di Lorena Guerzoni  
coreografie di Veronica Gianello  
*spettacolo fuori abbonamento*

**Teatro Comunale Tezze di Grigno**  
18 febbraio, ore 20.45  
*FavolaFolle Compagnia Teatrale*  
**AMERICAN DREAM**  
because you have to be asleep to believe it  
voce G. Paina,  
pianoforte A. Abbatiello  
tromba V. Galante,  
trombone A. Petrella  
sassofono P. De Stefano,  
contrabbasso A. Costa  
batteria L. Crespi  
regia di Carlo Compare

**Teatro del Centro Scolastico di Borgo**  
25 febbraio, ore 20.45  
*Cantieri Invisibili*  
**VENEZIA VENEZIA...**  
di Riccardo Pippa  
regia di Matteo Spiazzi

■ **Con Carta In Cooperazione: tariffa ridotta** su biglietti d'ingresso ai singoli spettacoli e abbonamenti. *Convenzione valida per 2 persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio).*  
Info tel. 0461/754052  
www.valsuganacultura.it

**Riva del Garda Arco, Nago-Torbole**

**Sala Mille Palazzo Congressi Riva del Garda**  
31 gennaio, ore 21  
*compagnia Ariston ProBallet*  
**4 STAGIONI**  
musica Vivaldi e Richter

**Sala della Comunità Riva del Garda**  
10 febbraio, ore 21  
*compagnia ariaTeatro*  
**MY ROMANTIC HISTORY**



di D.C. Jackson  
regia C. Benedetti





**Sala Mille Palazzo Congressi  
Riva del Garda**  
13 febbraio, ore 21  
*erreTiTeatro30*  
**IL BORGHESE  
GENTILUOMO**



di Molière con E. Solfrizzi  
regia di A. Pugliese

**Sala Mille Palazzo Congressi  
Riva del Garda**  
21 febbraio, ore 21  
**SFORTUNATO DEPERO**  
ricerca scientifica, testo e regia  
di C de La Calle Casanova

**Teatro Casa della Comunità  
di Nago**  
25 febbraio, ore 21  
*FavolaFolle Compagnia Teatrale*  
**AMERICAN DREAM**  
because you have to be  
asleep to believe it



voce G. Paina,  
pianoforte A. Abbatiello  
tromba V. Galante,  
trombone A. Petrella  
sassofono P. De Stefano,  
contrabbasso A. Costa  
batteria L. Crespi  
regia di Carlo Compare

■ **Con Carta In Cooperazione:**  
sconto del 10% su biglietti e abbonamenti di tutti gli spettacoli della stagione di prosa. *Convenzione valida per 2 persone: intestatario della carta e un familiare (coniuge o figlio).*  
**Info:** Comune di Riva del Garda, tel. 0464/573916  
cst@comune.rivadelgarda.tn.it  
www.comune.rivadelgarda.tn.it

**Vezzano**  
**TEATRO VALLE DEI LAGHI**

**Specchi riflessi**  
4 febbraio, ore 20.45  
*Aria Teatro*

**MY ROMANTIC HISTORY**  
di D.C. Jackson

**Cinema**  
10 febbraio, ore 20.30  
**LE RICETTE DELLA  
SIGNORA TOKU**

**Famiglie a Teatro**  
27 febbraio, ore 16.30  
**PETRUSKA**  
Composizione  
di Igor Stravinskij  
per marionette e attori

16 febbraio, ore 20.30  
**CHEF A TEATRO**  
Showcooking con Federico  
Parolari (Osteria "Le Due  
Spade" di Trento)  
*Biglietti: ingresso + cena 18  
euro; posti limitati, prenotazione  
obbligatoria*

■ **Con Carta In Cooperazione:**  
**tariffa ridotta** su biglietti d'ingresso ai singoli spettacoli: Rassegna di Prosa "Specchi Riflessi"; spettacoli *Vandali e Othello*; Rassegna Famiglie a Teatro; Rassegna Cinema; Eventi speciali "Simona Atzori, spettacolo di danza e incontro" e "Chef a Teatro".  
**Info:** tel. 0461.340158  
info@teatrovalledeilaghi.it

**D**al 4 febbraio al 31 marzo i teatri della Vallagarina ospiteranno la 36ª edizione del Sipario d'Oro, il Festival Nazionale dedicato al teatro amatoriale. In programma 45 serate di spettacoli in 13 diversi teatri (oltre 12mila le presenze dell'anno scorso).

**Due i Concorsi** – uno Nazionale, al Teatro Zandonai di Rovereto, e uno Regionale, al Teatro San Floriano di Lizzana – che metteranno a confronto rispettivamente quattro tra le migliori Compagnie italiane di prosa amatoriale e cinque tra quelle regionali, selezionate tra oltre cento domande di partecipazione giunte da tutta Italia. Poi il ricchissimo **Circuito**, che negli altri Comuni del territorio, e in collaborazione con la Co.F.As. e l'Unione

## PROGRAMMA

### Concorso Nazionale TEATRO ZANDONAI

24/2, *Estravagario Teatro,*  
*Verona*

**Camere da letto**

3/3, *DreaMusical, Brescia*  
**Frankenstein das musical**

10/3, *Associazione Teatrale  
I Pinguini, Firenze*  
**A come Adolphe**

17/3, *Compagnia I cattivi  
di cuore, Imperia*  
**La gabbia**

24/3, fuori concorso,  
*Teatro dell'Inutile, Padova*  
**Un mandarino per Teo**

31/3, **Serata delle  
premiazioni**  
*A cura della Compagnia  
di Lizzana*

### Concorso Regionale TEATRO SAN FLORIANO DI LIZZANA

25/2 *GAD Città di Trento*  
**Mamme roventi**

## Passione teatro

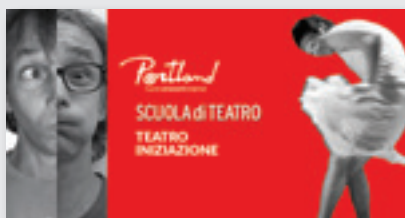
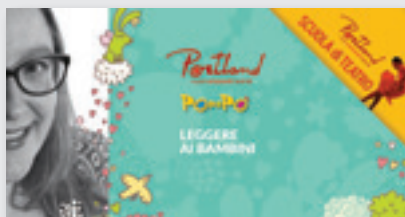
**Al via i nuovi corsi di recitazione,  
per parlare in pubblico e leggere  
ai bambini (e prima si può provare!)**

A chi vuole avvicinarsi al teatro per la prima volta, ha voglia di mettersi in gioco, imparare a conoscere il proprio corpo e la propria voce e a lavorare in gruppo, Portland propone **Iniziazione al Teatro**, condotto da

Paolo Vicentini e Giacomo Anderle (tutti i martedì, 18.30-20.30, più 4 incontri nei fine settimana) **dal 7 febbraio** a metà maggio.

Per chi invece desidera **migliorare la propria capacità di parlare in pubblico** e approfondire le tecniche per l'utilizzo della voce è in arrivo il corso

**Arte della Parola**, condotto da Maura Pettoruso: 10 incontri (**da giovedì 16 febbraio**, ore 20.30) per conoscere le regole della corretta pronuncia italiana e lo studio dei moduli espressivi della voce.



Infine un piccolo gioiello prezioso, un corso rivolto ad insegnanti, mamme, papà, nonni, educatori e chiunque abbia il desiderio di arricchire la relazione di cura attraverso il libro e la narrazione: **Leggere ai bambini** condotto da

Ornela Marcon. La lettura ad alta voce rafforza il legame con il bambino e aiuta il suo sviluppo cognitivo e psico-affettivo; le fiabe narrate divengono veicolo di valori e apprendimento per la vita ed avvicinano sin dalla

più tenera età il bambino al mondo del libro. Da **sabato 25 febbraio**, 4 incontri, ore 14-16.

Costi: Iniziazione al Teatro 320€, Arte della Parola 190€, Leggere ai Bambini 100€. Per tutti i corsi: quota associativa di 20€. **Per i possessori della Carta in Cooperazione sconto del 10%.**

**A tutti è garantita la possibilità di fare una lezione di prova!**

**Info e iscrizioni:**  
info@teatroportland.it  
0461 924470  
www.teatroportland.it





**Scuola.** Ma il Festival è un percorso di crescita culturale per tutta la comunità, grazie al rapporto diretto con gli spettatori, al confronto con testi e autori della prosa (grande e minore, classica e contemporanea, locale e internazionale), e al coinvolgi-

dal 23/1 al 31/3 tutti i giorni (domenica esclusa), ore 15-18  
tel. 0464 480686  
prenotazioni@compagniadilizzana.it  
www.sipariodoro.it

**Abbonamenti:** dal 23 gennaio alla prima serata di spettacolo sarà possibile acquistare



**Vallagarina, 4 febbraio-31 marzo 2017**

## **Il Sipario (d'oro) è pronto ad aprirsi sul Festival Nazionale di Teatro Amatoriale**

**Ecco la 36<sup>a</sup> edizione, 45 serate di spettacolo in 13 teatri: a Rovereto, Lizzana, Ala, Serravalle, Avio, Sabbionara, Mori, Pomarolo, Trambileno, Vallarsa, Castellano, Pedersano e Volano**

Italiana Libero Teatro, esprime il meglio del Teatro popolare trentino. Da sottolineare la particolare attenzione nei confronti dei giovani, con **specifici percorsi formativi in collaborazione con la**

mento di un pubblico di tutte le età e le fasce sociali, anche nelle comunità più piccole.

### **Info e prenotazioni**

Sipario d'Oro, Rovereto, c.so Bettini 64

gli abbonamenti a prezzo agevolato per ogni teatro.



### **Carta In Cooperazione**

**Teatro Zandonai:** tariffa ridotta (10 euro anziché 12) sui biglietti d'ingresso.

**Tutti gli altri teatri:** tariffa ridotta (8 euro anziché 10) sui biglietti d'ingresso.

4/3 *Compagnia Luci della ribalta, Bolzano*  
**Quando la moglie è in vacanza**

11/3 *Gruppo Teatrale G. Corradini, Villazano*  
**Te'neramente ensemba**

18/3 *Circolo Culturale G. B. Sicberi*  
**Tribunali giudicarsi**

25/3 *Filodrammatica di Tesero*  
**Trappola per troppi - Ovvero l'improbabile delitto al castello**

### **IL CIRCUITO**

#### **TEATRO DI SERRAVALLE**

18/2 *Bastava 'na bota, Filo Concordia '74 Povo*  
25/2 *El saria masa bel se 'l fus vera, Compagnia Filodrammatica Civezzano*  
4/3 **Tutti al centro benessere,**  
*Filodrammatica San Gottardo Mezzocorona*

#### **TEATRO DI ALA**

11/3 **I pettegolezzi delle donne,**  
*Compagnia Teatrale Giorgio Totola Verona*

#### **TEATRO DI SABBIONARA**

25/2 **La parona del Grant Hotel,**  
*Filodrammatica ACS Punto 3 Canale Pergine*  
11/2 **Ciacere, zighi e rebalton....**  
**Tuti mati e gnanca uno de bon!,**  
*Follie d'Autore Trento*

#### **TEATRO DI AVIO**

4/3 **Copa la vecial!,** *Nautilus Cantiere Teatrale*  
18/3 **El ciel soto Verona,** *La Barcaccia Verona*

#### **TEATRO SOCIALE DI MORI**

4/3 **Venezia Venezia,**  
*Cantieri Invisibili Verona*  
10/3 **La partietta, La Barcaccia Verona**  
18/3 **Occupazione abusiva,**  
*Compagnia della Torre Padova*  
25/3 **Tingeltangel,**  
*Compagnia di Lizzana Rovereto*

#### **AUDITORIUM COMUNALE, POMAROLO**

24/2 **Il rompiballe,**  
*T.I.M. Teatro Instabile di Meano*  
3/3 **El principe remengo, al temp dele cicogne...storie de amori e de rogne,**  
*Gruppo Teatrale I Sottotesto di Nogaredo*  
10/3 **Compagnia Amatoriale,**  
*Filodrammatica La Logeta di Gardolo*  
17/3 **Tuta colpa del rafredor,**  
*Filodrammatica San Siro di Lasino*

#### **AUDITORIUM DI MOSCHERI, TRAMBILENO**

4/2 **Che bel mister far el giardinier,**  
*Filodrammatica R.A.L. di Rallo*  
18/2 **Attenti al parroco,**  
*Filodrammatica La Grinta di Arco*  
4/3 **No pol esser,** *Filo El Feral di Primiero*  
18/3 **El Camp dei Frati,**  
*Gruppo Amici del Teatro di Serravalle*

#### **TEATRO DI S. ANNA DI VALLARSA**

11/2 **Reparto paternità,**

*Filodrammatica San Martino di Fornace*  
25/2 **Virginia va alla guerra,**  
*Teatro Estragone di Pordenone*  
11/3 **Natale al Basilico,**  
*Filodrammatica Virtus in arte di Malè*  
25/3 **Ali,** *Teatro Impiria di Verona*

#### **TEATRO DI CASTELLANO**

18/2 **Cupido sforzà... rebalton asicura,**  
*Filodrammatica Doss Caslir di Cembra*  
4/3 **Aviseme che te aviso,**  
*Filodrammatica Tra 'na roba e l'altra di Cavrasto*  
18/3 **Prima de 'nrabiarte conta,**  
*Filodrammatica di Sopramonte*

#### **TEATRO DI PEDERSANO**

11/2 **Non era la quinta, era la nona,**  
*FiloBastia di Preore*  
25/2 **Il ragazzino e la bicicletta,**  
*Teatro Impiria di Verona*  
11/3 **Le sorelle Trapunta,**  
*Filodrammatica di Viarago*

#### **TEATRO DI VOLANO**

3/3 **Il Feudatario,**  
*Compagnia La Barcaccia di Verona*  
10/3 **Bon di, bon an dame na bona man,**  
*FiloBastia di Preore*  
17/3 **La famiglia dell'antiquario,**  
*Compagnia Gustavo Modena di Mori*  
24/3 **Assemblea Condominiale,**  
*Compagnia Sipario Amico di Merano*

CID Rovereto

# Febbraio: alla scoperta del movimento danzato

Riprendono i corsi per i più piccoli con danzare giocando, prima danza e modern. E arriva un nuovo corso pensato per stimolare la rigenerazione del tessuto osseo attraverso semplici movimenti

## CID Formazione e Animazione Territoriale

### LABORATORIO COREOGRAFICO con Francesca Laghi

Dal 30 gennaio al 23 maggio ogni martedì e giovedì dalle 18.30 alle 20.00  
Costo: 280 euro per 30 incontri (45 ore)

### PRIMA DANZA 6-8 anni con Francesca Laghi

Dal 2 febbraio al 25 maggio ogni martedì e giovedì dalle 16.30 alle 17.30  
Costo: 230 euro per 30 incontri e 150 per 15 incontri (sconto del 5% per il secondo figlio iscritto)

### MODERN 8-10 anni con Francesca Laghi

Dal 2 febbraio al 25 maggio ogni martedì e giovedì dalle 17.30 alle 18.30  
Costo: 230 euro per 30 incontri e 150 per 15 incontri (sconto del 5% per il secondo figlio iscritto)

### DANZARE GIOCANDO 3-5 anni con Francesca Laghi

Dal 6 febbraio al 22 maggio ogni lunedì dalle 16.45 alle 17.45  
Costo 131 euro per 15 incontri (sconto del 5% per il secondo figlio iscritto)

### BONES FOR LIFE® per la rigenerazione del tessuto osseo con Luna Pauselli\*

Dal 7 febbraio all'11 aprile ogni martedì dalle 18 alle 19  
Costo: 100 euro per 10 incontri

### LEZIONI DI GRUPPO DI METODO FELDENKRAIS® con Luna Pauselli\*

Dal 14 febbraio al 30 maggio ogni martedì dalle 19 alle 20  
Costo: 165 euro per 15 incontri 100 euro per 8 incontri (da svolgersi in 8 settimane consecutive)

### LEZIONI DI METODO BATES con Manuela Valenti

Dal 10 marzo al 31 marzo ogni venerdì dalle 20.00 alle 22.00  
Costo: 100 euro per 4 incontri



\* Per i possessori di "Carta In Cooperazione" sconto dal 5% al 10%

iscrivendosi telefonicamente chiamando lo 0464 431660.



## CID Centro Internazionale della Danza

### LA PIZZICA PIZZICA TRA BASSA MURCIA E L'ALTO SALENTO.

Condotto da Giovanni Amati e Manuela Rorro.  
Sabato 11 febbraio dalle 13.30 alle 16.30.  
11 marzo: approfondimento sul ballo sul tamburo - Le tammurriate. 8 aprile: Calabria Sonu a Ballu Valle del Sant'Agata  
COSTO: 50 euro ad incontro. Sconti per chi si iscrive a più incontri

**WORKSHOP DI DANZA INTEGRATA** condotto da Susanna Recchia\*. Dalla funzionalità del movimento all'azione danzata e performativa.

Sabato 11 febbraio ore 11-13 e 14-16  
domenica 12 febbraio ore 11-13 e 14-16  
COSTO: 80 euro. Per i possessori di "Carta In Cooperazione" sconto del 5% sulla quota d'iscrizione.

### PRESENCE IN MOTION. WORKSHOP DI CONTACT IMPROVISATION

Condotto da Bernd Knappe e Monica Morselli.  
Sabato 18 febbraio ore 11-13.30 e 14.30-18 e ore 18.45-21; domenica 19 febbraio ore 10-13 e 14-18  
COSTO: 100 euro. Per i possessori di "Carta In Cooperazione" sconto del 5% sulla quota d'iscrizione.

Sabato sera **PUBLIC FOCUS JAM** con introduzione di Bernd, *aperta anche a chi non partecipa al workshop e ad osservatori curiosi di assistere ad una Jam di Contact Improvisation.*

### SEMINARIO DI DANZA SENSIBILE con Claude Coldy

Venerdì 3 marzo, ore 16-20, Sabato 4 marzo, ore 13-20, Domenica 5 marzo ore 10-13 e 14-17  
COSTO: 130 euro.

## Foyer della danza

Incontro d'approfondimento rivolto agli appassionati. **Ingresso libero.**  
Martedì 7 febbraio 2017 ore 17.30  
Sala Medioevale Teatro Sociale - Trento

## QUANDO LA DANZA TRAVALICA I CONFINI E ATTRAVERSA I CONTINENTI

Conduce: Paola Carlucci  
In occasione dello spettacolo Rouge/Balcao/Kosmos di Les Ballets Jazz de Montréal

Per iscriversi alle attività e per informazioni: [cid@centrodelladanza.it](mailto:cid@centrodelladanza.it), consultare il sito [www.centrodelladanza.it](http://www.centrodelladanza.it) o telefonare allo 0464 431660 dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 13 e dalle 14 alle 18.

CID Formazione e Animazione Territoriale e CID Centro Internazionale della Danza Corso Rosmini 58, Rovereto (TN) 0464 431660  
[www.centrodelladanza.it](http://www.centrodelladanza.it)  
[cid@centrodelladanza.it](mailto:cid@centrodelladanza.it)



**U**ndici punti di ristoro, quintali di bevande e cibi, decine di volontari, un servizio senza sosta che inizia alle 6 del mattino e termina di sera con il "pasta party": sono soltanto alcuni degli aspetti più salienti del servizio di ristoro che la Cooperazione di Consumo Trentina da sempre cura per la Marcialonga di Fiemme e Fassa e che mentre scriviamo questo numero della rivista sta preparando. La Marcialonga è un grandissimo successo internazionale, un appuntamento unico, perché permette di partecipare ad un even-



**A coordinare tutta l'organizzazione dei Punti di Ristoro è da tempo Marino Sbetta, direttore della Famiglia Cooperativa di Cavalese, la Cooperativa che peraltro cura il Punto di Ristoro di Arrivo.**

## 44ª Marcialonga di Fiemme e Fassa

# La Marcialonga dei punti di ristoro

**Il ruolo della Cooperazione di Consumo Trentina alla Marcialonga: l'organizzazione e gestione degli undici punti di ristoro lungo tutto il percorso della gara**

zata dal lungo sforzo fisico richiesto, che presuppone grande serietà e costanza negli allenamenti e lealtà sportiva. Forse è per questi motivi che la Marcialonga è stata più volte assimilata alla capacità trentina di impegnarsi tenacemente e sviluppare collaborazioni efficaci per raggiungere un buon risultato, coinvolgendo tutti, stimolando la

Fiemme, Panchià, Molina di Fiemme, Cavalese, Masi Cavalese, Cascata, Lago di Tesero.

Saranno circa 200 i volontari che si occuperanno di questo importante servizio che prenderà il via già alle 6 del mattino, con il ristoro alla partenza, per concludersi alle 7 della sera, con l'arrivo dell'ultimo concorrente e il festeggiamento

finale, il "pastaparty" (una succulenta pasta all'amatriciana, e poi wurstel, panini con salame, prosciutto, formaggio, e frutta).

Alla fine saranno migliaia i litri di tè caldo distribuiti (si stima 13.500) e così per tutti gli altri generi di conforto e alimenti (qualche esempio? 550 kg di wafer coop, 270 kg uva sultana coop, 250 kg di prugne secche denocciolate coop, 260 kg cioccolata a stecche

coop, circa 800 panini imbottiti, 6.000 litri di enervit integratore, 8.760 bottiglie di acqua naturale coop, 600 kg. di sugo di pomodoro coop, 700 kg di pasta Felicetti, 7000 mele melinda, 5000 wurstel).



**Gli undici punti di ristoro della Marcialonga sono ben più di un dettaglio, di un servizio accessorio della Gran Fondo: rappresentano piuttosto uno dei volti più amati dell'evento, i luoghi dell'accoglienza e dell'incoraggiamento, quelli dove ci si saluta e ritrova**

to sportivo internazionale in uno scenario unico da un punto di vista naturalistico, ma allo stesso tempo vicino, dentro ai piccoli e grandi centri abitati, nel cuore delle comunità in festa per l'evento. **70 km di percorso in tecnica classica** (partenza da Moena, arrivo a Cavalese; si risale a ritroso il fiume Avisio, la val di Fassa fino a Canazei dove s'inverte il senso di marcia, sull'altra sponda del torrente: discesa dolce, Campitello di Fassa, Pera e Pozza di Fassa, Moena, Predazzo, poi tutta la Val di Fiemme fino a Cavalese). **Circa 7500 iscritti, soprattutto dai paesi scandinavi (Norvegia) circa 1400 i volontari impegnati: una vera festa internazionale dello sci nordico.**

Un evento sportivo che è unico anche per la qualità stessa della gara, caratteriz-



partecipazione di ognuno. Come avviene da molti anni da parte della Cooperazione di Consumo Trentina, che cura gli **11 punti di ristoro della manifestazione, che si trovano a Campitello di Fassa, Pozza di Fassa, Moena, Predazzo, Ziano di**

**A coordinare tutta l'organizzazione dei Punti di Ristoro è da tempo Marino Sbetta, direttore della Famiglia Cooperativa di Cavalese, la Cooperativa che peraltro cura il Punto di Ristoro di Arrivo.**

Marino Sbetta, proprio come "responsabile dell'organizzazione della ristorazione degli atleti" della Marcialonga sottolinea come **sia la Marcialonga sia i Punti di Ristoro esistano grazie alla collaborazione dei tantissimi volontari, senza i quali nulla di simile potrebbe essere organizzato.** (c.galassi)



## FolgariaSki

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

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

*Gli sconti sopraindicati sono riservati all'acquisto dello skipass delle categorie Adulto e Senior (nato prima del 30.11.1951)*

*È escluso il periodo dal 24/12/2016 al 8/1/2017*

## Paganella Ski

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

SCONTO 20%	PREZZO UFFICIALE	Con Carta in Cooperazione
<b>SKIPASS GIORNALIERO PAGANELLA</b>		
ADULTI	€ 40,00	€ 32,00
SENIOR	€ 36,00	€ 29,00
JUNIOR	€ 28,00	€ 22,00
BAMBINI	€ 20,00	€ 16,00
<b>SKIPASS 4 ORE PAGANELLA</b>		
ADULTI	€ 34,00	€ 27,00
SENIOR	€ 31,00	€ 25,00
JUNIOR	€ 24,00	€ 19,00
BAMBINI	€ 17,00	€ 14,00
<b>SKIPASS STAGIONALE PAGANELLA</b>		
ADULTI	€ 530,00	€ 450,00

- \* JUNIOR Nati dopo il 30.11.2000 con documento
- \* BAMBINI Nati dopo il 30.11.2008 con documento
- \* SENIOR Nati prima del 30.11.1951 con documento

Per i gruppi è prevista una gratuità ogni 20 persone. Lo sconto sullo stagionale sarà applicato esclusivamente ai Soci residenti fuori regione. I residenti nelle province di Trento e Bolzano già beneficeranno di un particolare sconto deciso dal Consorzio. Per usufruire dello sconto i soci

Convenzioni Carta In Cooperazione

# TUTTI SUGLI SCI!

## Con gli sconti su skipass e lezioni

In tante località trentine (ma non solo) i soci possessori di Carta In Cooperazione hanno diritto a sconti e tariffe agevolate sugli impianti di risalita e per le lezioni con i Maestri di sci

durante il quale sarà applicato lo sconto del 10% sia su giornaliero sia sul plurigiornaliero; skipass giornalieri validi sulla skiarea Folgaria-Fiorentini, skipass plurigiornalieri validi sulla Skiarea Alpe Cimbra-Folgaria Lavarone. I vantaggi sono estesi a un accompagnatore non sono validi sulle tariffe bambino, junior e non sono cumulabili con altre promozioni in corso. Per usufruire degli sconti basta presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione insieme a un documento d'identità. **Convenzioni valide per due persone.**

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

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



## Pejo 3000

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

• **SCONTO GIORNALIERO:**

- sconto 6 € su skipass adulto (prezzo ufficiale bassa stagione € 32 e € 35 in alta stagione);
- sconto 5 € su skipass senior – nati prima del 30.11.1951 (prezzo ufficiale bassa stagione € 29 e € 32 in alta stagione);
- sconto 4 € su skipass ragazzi – nati dopo il 30.11.2000 (prezzo ufficiale bassa stagione € 22 e € 25 in alta stagione);

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

Le condizioni speciali s'intendono valide dietro presentazione della Carta In Cooperazione all'acquisto del prodotto/servizio da parte dell'intestatario della medesima o da parte di soggetti appartenenti allo stesso nucleo familiare dell'intestatario (conuge e/o figli).

Qualora si presentasse a una delle biglietterie un familiare questi dovrà presentare la Carta In Cooperazione accompagnata dal proprio documento d'identità e dalla copia del documento d'identità del Socio titolare della Carta In Cooperazione.

**Ogni Carta In Cooperazione è valida per 3 persone** (Socio + 2 accompagnatori) oppure familiare del Socio (conuge o figlio) + 2 accompagnatori.

I vantaggi offerti ai Soci non sono cumulabili con altre offerte in corso, potranno essere utilizzati una sola volta al giorno.



dovranno presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione (che varrà per 2 persone) insieme a un documento di identità. **La convenzione vale per 2 persone** e ha validità dal 16/11/2016 al 2/4/2017. Il Socio titolare della Carta potrà cedere la stessa a un familiare (conuge e/o figlio) che, presentandola alla biglietteria con copia del documento di identità del Socio, potrà usufruire della convenzione. Anche in questo caso la convenzione sarà valida per 2 persone purché familiari del Socio. Gli sconti non valgono nel periodo dal 24/12/2016 al 08/01/2017.

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



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

Info: www.skipejo.it  
0463.753238







## In Cooperazione

Per informazioni  
Sait, Ufficio Relazioni Soci,  
0461.808641

ufficio.soci@sait.tn.it  
http://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni  
Altre convenzioni su http://www.e-coop.it/web/politiche-sociali/vacanze-sulla-neve

## Ski Center Lavarone

Per i Soci possessori  
di Carta In Cooperazione:

- **SCONTO 20%** skipass giornaliero full day adulto e senior (prezzo ufficiale: adul-

to da 32€ a 34€ a seconda della stagione; senior da 28€ a 31€ a seconda della stagione)

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

Convenzione non valida nel periodo di **alta stagione** (dal 24/12/16 al 8/1/17). Per usufruire degli sconti basta presentare alle casse la Carta In Cooperazione insieme al documento d'identità. **Convenzione valida per due persone.**

Info: 0464.783335  
info@lavaroneski.it - www.lavaroneski.it



## Trento Funivie Monte Bondone

Per i Soci possessori  
di Carta In Cooperazione:

- **SKIPASS 3x2** dal lunedì al sabato: 3 skipass giornalieri al prezzo di 2. L'offerta è valida sull'acquisto di uno skipass giornaliero adulto a prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti (escluso il periodo dal 24.12.2016 al 8.1.2017).
- **SCONTO DI 7 EURO** dal lunedì al venerdì sullo skipass Adulto di listino dal

26.11.2016 al 17.4.2017 (escluso il periodo dal 24.12.2016 al 8.1.2017).

- **SKIPASS STAGIONALE** adulto a 320 euro invece di 380 euro se acquistato dal



17.12.2016. Prima di questa data lo skipass è infatti in prevendita.

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

Queste offerte non sono cumulabili con altre promozioni.

monte  
bondone  
ALPE di TRENTO

Info: 0461.948187  
www.ski.montebondone.it  
funivie@montebondone.it

## Associazione Maestri di Sci del Trentino

Per i Soci possessori  
di Carta In Cooperazione:

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

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

La Carta In Cooperazione potrà essere presentata dal Socio o da un familiare (coniuge e/o figli) dello stesso.

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

La convenzione è valida dall'1/12/2016, escluso il periodo natalizio dal 19/12/2016 al 9/1/2017; non

vale nella settimana di carnevale e scade al termine della stagione invernale 2017.

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

Scuola	Località
ALPE CERMIS - CAVALESE	Cavalese
ALPE DI PAMPEAGO	Tesero
ALTA VAL DI FIEMME	Bellamonte
LAGO DI TESERO	Lago di Tesero
PASSO LAVAZE'	Varena
CAMPITELLO	Campitello di Fassa
MOENA DOLOMITI	Moena
VIGO DI FASSA PASSO COSTALUNGA	Vigo di Fassa
DOLOMITI	S.Martino di Castrozza
SAN MARTINO DI CASTROZZA	S.Martino di Castrozza
DOLOMITI DI BRENTA	Andalo
EUROCARVING	Andalo
KRISTAL	Andalo
NUOVA ANDALO	Andalo
FAI DELLA PAGANELLA	Fai della Paganella
MONTE BONDONE TRENTO	Trento
VIOTE	Trento

Scuola	Località
PANAROTTA 2002	Povo di Trento
ALPECIMBRA	Folgaria
FOLGARIA	Folgaria
LAVARONE	Lavarone
SCIE DI PASSIONE	Folgaria
MONTE BALDO	Pastrengo (VR)
AEVOLUTION	Dimaro
AZZURRA	Folgarida
FOLGARIDA DIMARO	Dimaro
MARILLEVA	Mezzana
VAL DI SOLE DAOLASA	Mezzana-Commezzadura
TONALE PRESENA	Passo del Tonale
TRE LAGHETTI	Vermiglio
VAL DI PEJO	Pejo
PINZOLO	Pinzolo
5 LAGHI	Madonna di Campiglio
ADAMELLO BRENTA	Madonna di Campiglio
CAMPO CARLO MAGNO	Madonna di Campiglio
ITALIAN SKI ACADEMY	Madonna di Campiglio
K 2	Madonna di Campiglio
MALGHETTE	Madonna di Campiglio
NAZIONALE - DES ALPES	Madonna di Campiglio
PROFESSIONAL SNOWBOARDING	Madonna di Campiglio
THE GARDEN	Madonna di Campiglio
ZEBRA	Madonna di Campiglio



Info: 0461.826066  
www.trentinosci.it

**P**renotare la babysitter con una app? Da oggi è possibile con *Tata app*, la applicazione per telefonini della **cooperativa sociale Progetto 92** sviluppata dalla **Fondazione Bruno Kessler**.

*Tata app*, disponibile sia per ambiente Android che iPhone, permetterà alle famiglie di visualizzare i profili delle babysitter

**Un nuovo servizio che permette alle famiglie di individuare e prenotare la tata più adatta, garantendo preparazione e affidabilità del personale**

di **Corrado Corradini**

disponibili e i costi del servizio e di fissare un colloquio informativo con la tata più adatta a soddisfare le proprie esigenze. **Nei profili saranno indicate tutte le informazioni per effettuare la scelta dell'addetta:** la fascia di età per la quale è più formata, il numero dei bambini che è disposta ad accudire, i giorni e gli orari, le competenze linguistiche, l'eventuale sostegno ai compiti, se automunita.

Il servizio, che riguarda i bambini e i ragazzi dai 3 mesi ai 17 anni, tutela la famiglia garantendo la preparazione e l'affidabilità delle tate e sollevandola da tutti gli oneri di gestione.

#### **BABYSITTER QUALIFICATE**

Tutte le babysitter dispongono di qualifiche professionali e di **esperienze certificate nel settore educativo o della cura e custodia**. Progetto 92 ne monitora l'aggiornamento professionale annuale, in linea con la normativa provinciale. La cooperativa, inoltre, garantisce la selezione e formazione del personale addetto al servizio, la gestio-

ne contrattuale e contabile del rapporto con le famiglie, la gestione dei buoni di servizio riconosciuti dalla Provincia a chi ne ha i requisiti. Anche prima dell'avvento della app, ricorrendo a modalità meno tecnologiche, la cooperativa Progetto 92 offriva il servizio delle tate a domicilio. Dal 2013 ha erogato più di 10.000 ore di servizio, con una media mensile di 250 ore.

La app può essere scaricata gratuitamente e comprende anche la funzione che calcola il preventivo.

#### **PROGETTATA CON LE FAMIGLIE**

Durante la presentazione della nuova app, lo scorso 15 dicembre nella sede della Federazione Trentina della Cooperazione, il direttore di Progetto 92, **Marco Dalla Torre**, e **Mi-**

Progetto 92 e Fondazione Bruno Kessler

## Una app per prenotare la babysitter



**Tata app, per bambini e ragazzi dai 3 mesi ai 17 anni, garantisce la preparazione e l'affidabilità delle tate e solleva la famiglia da tutti gli oneri di gestione.**

#### **TARIFFE**

La tariffa oraria è fissata in **14,90 euro**, con possibilità di sconti fino a **5,5 euro** attraverso i buoni di servizio.

Le addette al servizio tata app sono attualmente una ventina, con un'età compresa fra i 24 e i 50 anni.

Nella prima fase il servizio sarà attivo solo a Trento, ma sarà gradualmente potenziato estendendo la copertura territoriale grazie alle sinergie di Progetto 92 con altre cooperative sociali.

**chelangelo Marchesi**, responsabile dell'Area sviluppo e progettazione sociale, hanno evidenziato come il nuovo servizio tuteli i bambini destinatari e le famiglie e nel contempo aiuti le addette ad uscire dal sommerso e ad avere un inquadramento contrattuale. **Michele Trainotti**, Innovation Manager della Fondazione Bruno Kessler, ha spiegato come il processo di costruzione di Tata app abbia coinvolto, oltre ad una serie di figure professionali, dal designer allo sviluppatore, anche l'utente finale.

Alla presentazione sono intervenuti anche **Chiara Maule**, assessora alla partecipazione e innovazione del Comune di Trento, che ha sottolineato come la tecnologia possa aiutare la vita delle famiglie, e il presidente della Cooperazione Trentina **Mauro Fezzi**, che ha indicato nell'iniziativa di Progetto 92 una buona pratica che le cooperative sociali sono impegnate ad estendere ad altri bisogni della nostra comunità.

#### **INFORMAZIONI**

Tutte le informazioni sul servizio si trovano sul sito [www.tata-app.it](http://www.tata-app.it), ma è anche possibile rivolgersi alla cooperativa chiamando il numero dedicato 320.7734717.



**Il nuovo servizio Tata app tutela i bambini destinatari e le famiglie e nel contempo aiuta le addette ad uscire dal sommerso e ad avere un inquadramento contrattuale**





## Morbidi, sottili e superassorbenti I nuovi pannolini Crescendo



Sono realizzati con cellulosa certificata 100% PEFCTM, cioè proveniente da foreste gestite secondo rigorosi parametri ambientali e sociali

Il cambio del pannolino è un compito che richiede molta attenzione. Coop ti aiuta con i pannolini della linea Crescendo, ideali per mamma e bambino. La linea di pannolini Crescendo è stata completamente rinnovata, come si nota subito dalla confezione. I nuovi pannolini Crescendo sono realizzati impiegando materiali innovativi.

Flessibili e sottili, hanno una forma anatomica che permette libertà di movimento, evitando le fuoriuscite. Lo speciale sistema filtrante a tre strati permette un rapido assorbimento e trattiene il bagnato.

Dermatologicamente testati, i pannolini Crescendo sono adatti sia per il giorno sia per la notte: lo strato speciale di cellulosa e il velino esterno traspirante e microaerato assicurano morbidezza e traspirabilità, lasciando sulla pelle una gradevole sensazione di asciutto e prevenendo le irritazioni.

Le chiusure elastiche sono più morbide ed estendibili e, unite alle linguette riposizionabili, avvolgono delicatamente il bambino, garantendo una perfetta vestibilità del pannolino.

Sono realizzati con cellulosa certificata 100% PEFCTM, cioè proveniente da foreste gestite secondo rigorosi parametri ambientali e sociali; si tratta di foreste nordamericane ripiantate dopo ogni taglio, non sono foreste tropicali o primarie.

Sette i formati:

- Primi giorni (2-5 kg)
- Mini (3-6 kg)
- Midi (4-9 kg), anche in pacco doppio
- Maxi (7-18 kg), anche in pacco doppio
- Junior (11-25 kg), anche in pacco doppio
- Junior Plus (13-27 kg)
- Extralarge (15-30 kg)

Particolari specifiche per le taglie

**Primi Giorni e Mini:**

- le nuove linguette oltre ad essere riposizionabili sono anche sovrapponibili;
- per la taglia Primi Giorni, il pannolino è studiato e disegnato con fascia in vita sagomata per meglio adattarsi all'area ombelicale;
- il nuovo indicatore di bagnato ti aiuta a capire quando è necessario un cambio: la striscia gialla diventa blu.

Mammissima



Migliore App per la Distribuzione

<http://mammissima.e-coop.it/>

**MAMMISSIMA** è l'applicazione voluta da COOP per offrire a tutte le mamme una serie di contenuti utili per crescere e nutrire correttamente i propri bambini.

Tante utilities, pratici consigli e strumenti di intrattenimento pensati per le mamme, per aiutarle a crescere in modo sano i loro bambini. Troverai:

- la sezione **"strumenti per la crescita"** con molte novità, come un'area di registrazione per cui, accedendo a questa sezione, è possibile creare un **profilo per ognuno dei propri bambini** e monitorare nel tempo l'andamento della loro crescita archiviando nel Diario di Crescita i risultati ottenuti con Crescibimbo e Bimbometro;

- **"Chiedi all'esperto"**, dedicata all'alimentazione dei bambini: ogni mamma può consultare l'archivio di risposte già presenti, organizzate per argomenti (allattamento, educazione, sano sviluppo, disturbi alimentari, ecc.), oppure inviare la propria richiesta per avere un parere dell'Equipe di medici pediatri a disposizione;
- le **ricette** per bambini, con videoricette e tante nuove e semplici ricette per i bambini da 1 a 10 anni. I piatti vegetariani, segnalati da uno speciale bollino, sono numerosi e davvero gustosi;
- le **filastrocche**;
- i **giochi** per bambini.



Scarica gratuitamente  
l'App dedicata alle Mamme  
creata per te da Coop  
disponibile ora in versione aggiornata  
con tante novità

## Attiva la vita Muoversi assieme per guadagnare salute

L'associazione Alzheimer Trento, in collaborazione con la UISP, ha organizzato una serie di corsi di ginnastica e gruppi di cammino aperti a tutti. Presentato lo scorso 10 gennaio 2017 dal dottor Andrea Dandretta, che ha spiegato i benefici della ginnastica nelle diverse fasi di autonomia, il progetto Promozione della salute nella popolazione adulta e anziana prevede **iscrizioni sempre aperte**.

Ecco gli appuntamenti

### GINNASTICA DOLCE

LUNEDÌ / VENERDÌ 10.00 - 11.00

LUNEDÌ / VENERDÌ 11.00 - 12.00

MARTEDÌ / GIOVEDÌ 9.00 - 10.00

### A.F.A. MAL DI SCHIENA

LUNEDÌ / MERCOLEDÌ 12.30 - 13.30

LUNEDÌ / MERCOLEDÌ 19.00 - 20.00

MARTEDÌ / GIOVEDÌ 19.00 - 20.00

### GRUPPO DI CAMMINO

MERCOLEDÌ 10.00 - 11.00

Partenza dal Supermercato Orvea di via San Pio X

### Informazioni ed iscrizioni

UISP Comitato del Trentino  
Via al Torrione, 6 - 38122 Trento  
Martedì • Giovedì • Venerdì  
dalle 9 alle 12  
Tel 0461/231128  
trentino@uisp.it  
www.uisp.it/trento

UISP sportpertutti Comitato del Trentino  
Alzheimer Trento

**PROMOZIONE DELLA SALUTE NELLA POPOLAZIONE ADULTA E ANZIANA**  
PALESTRA VIA PERINI, 4 TRENTO

Informazioni ed iscrizioni  
UISP Comitato del Trentino  
Via al Torrione, 6 - 38122 Trento  
Martedì • Giovedì • Venerdì  
dalle 9 alle 12  
Tel 0461/231128  
trentino@uisp.it  
www.uisp.it/trento

**GINNASTICA DOLCE**  
LUNEDÌ / VENERDÌ 10.00 - 11.00  
LUNEDÌ / VENERDÌ 11.00 - 12.00  
MARTEDÌ / GIOVEDÌ 9.00 - 10.00

**A.F.A. MAL DI SCHIENA**  
LUNEDÌ / MERCOLEDÌ 12.30 - 13.30  
LUNEDÌ / MERCOLEDÌ 19.00 - 20.00  
MARTEDÌ / GIOVEDÌ 19.00 - 20.00

**GRUPPO DI CAMMINO**  
MERCOLEDÌ 10.00 - 11.00  
Partenza dal Supermercato Orvea di via San Pio X

Attiva la vita! Muoversi assieme per guadagnare salute.

## Cafè Alzheimer Rovereto Capire le persone con malattia di Alzheimer

D a febbraio a maggio, ogni mese un appuntamento con interventi informativi/formativi del Cafè Alzheimer di Rovereto (Bar 2 colonne, Piazza Podestà).

Ecco i quattro appuntamenti:

### • 15 febbraio 2017

**Lo stato dell'arte della malattia di Alzheimer: Novità diagnostiche e terapeutiche.**

Relatore: Dott. Pierluigi De Bastiani  
- Neurologo all'Università degli Studi di Trento CIMEC

### • 15 marzo 2017

**Leggere e affrontare i disturbi del comportamento della persona.**

Relatore Dott.ssa Cinzia Siviero -  
Terapista delle riabilitazione, esperta  
"Validation Therapy"

### • 19 aprile 2017

**Attività non farmacologiche di**

**supporto ai famigliari: metodo "Validation"**

Relatore Dott.ssa Cinzia Siviero -  
Terapista delle riabilitazione, esperta  
"Validation Therapy"

### • 17 maggio 2017

**Direttive anticipate e demenza: quando pensarci?**

Relatore Dott.ssa Laura Rigotti direttore  
Cure Palliative A.S.S.T.Mantova

### Informazioni ed iscrizioni

AIMA Associazione Italiana  
Malattia di Alzheimer  
Szione Onlus di Rovereto  
Via S. Maria, 95  
38068 Rovereto  
Tel. e Fax 0464 439432  
www.aimarovereto.org  
aimarove@virgilio.it

Associazione Nazionale Malattia di Alzheimer  
SEZIONE ONLUS ROVERETO

**Alzheimer Café**

**Rovereto**



**S**ta per iniziare il secondo ciclo di serate e laboratori "La salute nel piatto", questa volta con il sottotitolo "Formato famiglia". Il progetto è promosso dal Comitato delle associazioni per la Pace e i Diritti Umani e dal gruppo di genitori di Piccolatavola, in collaborazione con l'Associazione AIREs - Associazione per l'Informazione e la Ricerca per l'Ecosostenibilità e la Salute.

La conoscenza dei principi di una nutrizione sana e naturale costituisce la base della più efficace prevenzione e del miglioramento del proprio stato di salute psico-fisica, a qualunque età e in qualsiasi fase della vita. Questo nuovo percorso teorico-pratico di educazione alimentare è strutturato in tre incontri tematici nei martedì 7-14-21 di febbraio, ai quali si aggiunge una serata, il 2 marzo, nella quale sarà proposta una

"analisi", attraverso video-interviste, dei vari aspetti della alimentazione sana e sostenibile.

Relatrice delle conferenze sarà **Serena Pizzini**, consulente di alimentazione naturale e presidente di AIREs.

**Le serate informative si tengono a Rovereto, presso la sala grande dell'Urban Center, edificio Ex-Chesani, Corso Rosmini 58.**

**Rovereto, febbraio-marzo**

## Educazione alimentare in famiglia



**Arriva la seconda edizione del percorso (teorico-pratico) di educazione alimentare: quattro serate e tre laboratori per imparare a nutrirsi in modo sano (e sostenibili), a ogni età**

la Ricerca per l'Ecosostenibilità e la Salute). Per partecipare ai laboratori è necessario iscriversi ([roveretopace@gmail.com](mailto:roveretopace@gmail.com)); ogni laboratorio potrà accogliere 15 persone al massimo, ed è richiesta la presenza di un adulto accompagnatore per ogni bambino. La quota d'iscrizione è di 15 €, per i materiali del laboratorio e la cena.

**martedì 7 febbraio 2017  
SEMPLICE E VITALE**

*Serata informativa*

**Cibo vero senza trucchi.** Conosciamo assieme gli zuccheri, i grassi aggiunti e le proposte dell'industria alimentare. Per scegliere, ben informati, il cibo più nutriente.

**martedì 14 febbraio 2017  
NUTRIENTE E SOSTANZIOSO**

*Serata informativa*

**Proteine e condimenti salutari.** Conoscere le funzioni delle proteine, l'aspetto nutritivo e le fonti alimentari. Spezie e condimenti in cucina.

**martedì 21 febbraio 2017  
ENERGETICO ED EQUILIBRATO**

*Serata informativa*

**Cereali e carboidrati.** I carboidrati come base dell'alimentazione. Scopriamo la gam-

ma dei cereali a disposizione e il modo di consumarli. L'indice glicemico, un'attenzione importante. Il problema del glutine, cos'è e quali sono le alternative.

**Giovedì 2 marzo 2017  
SANA ALIMENTAZIONE**

Tutti attorno alla "piccola tavola". Storie di un percorso che attraverso video-interviste ha coinvolto diversi professionisti sul tema della sana e sostenibile alimentazione.

### I laboratori pratici

"La salute nel piatto. Formato famiglia" ha in programma anche tre interessanti **laboratori pratici**, curati da **Francesca Longo**, l'educatrice appassionata di cucina naturale e sostenibile che dal 2011 cura il blog "La tana del riccio", e che è socia fondatrice di AIREs (Associazione per l'Informazione e

**mercoledì 8 febbraio 2017  
COLAZIONI E MERENDE:  
IDEE AL NATURALE**

*Laboratorio pratico dedicato ai bambini*

Bando alle merendine industriali: conosceremo il piacere di colazioni e merende sane e gustose, preparate con le nostre mani e con l'aiuto dei nostri bambini

**mercoledì 15 febbraio 2017  
RISCOPRIAMO I LEGUMI:  
DALL'ANTIPASTO AL DOLCE**

*Laboratorio pratico*

I legumi della tradizione culinaria sono una risorsa da rivalutare per le loro proprietà salutari e nutritive. Impariamo a riproporli a tavola per star bene con gusto

**mercoledì 22 febbraio 2017  
PRANZO ALL'APERTO:  
NON SOLO PANINI**

*Laboratorio pratico*

Sperimentiamo qualche ricetta per preparare ottimi pasti da viaggio alternativi al solito panino imbottito. Anche senza glutine.



## Tutti i risi a marchio Coop

Tutti i risi a marchio Coop sono coltivati e lavorati in Italia (esclusi i Solidal e fior fiore) e protetti con sacchetti sottovuoto o in atmosfera controllata

**Q**uello del riso è uno dei pochi comparti agroalimentari nei quali la produzione italiana è sufficiente ai bisogni del Paese. Inoltre è una produzione di grande storia e di qualità. Per questo il riso a marchio Coop comprende diverse varietà, per venire incontro alle diverse esigenze di gusti e di preparazioni culinarie.

A marchio Coop ci sono le seguenti varietà di riso: **Arborio**, **Originario**, **Vialone nano** e **Carnaroli**, risi per preparazioni classiche (risotti e insalate di riso), oltre al **Thaibonnet**.

Poi ci sono i prodotti fior fiore con **Basmati** e **Long&Wild**, il biologico **Viviverde** con le referenze **Baldo integrale**, **Ribe** e **Carnaroli**, infine lo **Jasmin Solidal**.

È possibile trovare a marchio Coop anche i **parboiled nelle varietà Ribe e Roma**. Parboiled è una definizione per i risi che hanno avuto una precottura per permettere tempi



di cottura più rapidi e migliore conservazione delle caratteristiche organolettiche e igienico-sanitarie.

Per garantire le caratteristiche organolettiche e prevenire eventuali infestazioni (rischio tipico del riso), Coop ha deciso di proteggere il proprio prodotto con sacchetti sottovuoto o in atmosfera controllata.

Ad esclusione dei prodotti Solidal e fior fiore, tutti i risi a marchio Coop **sono coltivati e lavorati in Italia**, in alcuni casi anche in

piccole zone tipiche, come il Carnaroli Tutela. Per il **Carnaroli Tutela**, Coop ha selezionato un unico fornitore che produce un riso tipico del delta del Po. Questo riso è coltivato in terreni con caratteristiche minerali e climatiche particolari che gli conferiscono un aroma caratteristico e sono tali da rende-

re possibile una coltivazione senza l'utilizzo di fertilizzanti.

**I prodotti fior fiore**, che rappresentano varietà tipiche di alcuni paesi nel mondo, provengono da India e Pakistan per il **Basmati**; Stati Uniti, Canada e Ungheria per il **Long&Wild** e dalla Thailandia per **Jasmin Solidal**, ma sono poi confezionati da aziende italiane. Si tratta comunque di consumi abbastanza limitati rispetto alle varietà coltivate in Italia. ([consumatori.e-coop.it](http://consumatori.e-coop.it))

## AD OGNI RICETTA IL SUO RISO

Non tutti i risi sono adatti a tutte le ricette: bisogna scegliere con attenzione e quindi conoscere la distinzione principale tra i vari **tipi di riso**.

**Comune o originario:** ha grani piccoli e tondi, con poca resistenza alla cottura ed è pertanto adatto per minestre e dolci.

**Semifino:** ha chicchi tondeggianti e di media lunghezza, con buona resistenza alla cottura; sceglietelo per timballi e suppli

**Fino:** dai grani medio-lunghi e affusolati, piuttosto resistente alla cottura e indicato per risotti e contorni;

**Superfino:** il migliore per i risotti, perché ha chicchi grossi e lunghi, molto resistenti alla cottura.

**Vediamo invece quali sono le principali varietà che troviamo in Italia.**

**Arborio:** superfino di origine vercellese, per molto tempo considerato il simbolo del riso italiano di qualità; il suo chicco è grande e aumenta notevolmente durante la cottura, mantenendo al dente il nucleo centrale, assorbe molto bene i condimenti ed è quindi consigliabile tostarlo prima di aggiungere brodo.

**Baldo:** anche questo superfino, viene usato soprattutto per i risotti ma è molto adatto anche per i timballi.

**Carnaroli:** è il "re dei risi", un superfino dai chicchi grossi e lunghi, ha un'ottima tenuta di cottura e quindi è molto adatto

alla preparazione di risotti e timballi. La sua origine è piemontese (si coltiva nelle zone di Novara e Vercelli, ma anche di Pavia); può subire un processo d'invecchiamento di un anno che ne stabilizza l'amido.

**Roma:** si caratterizza per un'ottima consistenza e assorbe bene i condimenti, mantenendo i chicchi ben sgranati.

**Vialone Nano:** è un semifino che vanta origini molto antiche e si usa soprattutto in Veneto per preparare meravigliosi risotti; ha dei granelli tozzi, piuttosto piccoli.

**Originario:** è un riso comune, dalla scarsa tenuta in cottura; si presta alla preparazione di dolci e minestre. (*Fiorfiore in cucina, 1/2017*)





## Ricette, bottiglie e libri

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

Classici e non

# Protagonista, il riso

Un risotto, però mediterraneo, e un timballo, ma con lo speck. Poi la ricetta del riso pilaf e quella antica per un dolce semplice. Ecco alcune delle infinite facce del cereale che ancora oggi è il principale alimento di circa metà della popolazione mondiale



## Timballo di riso con tomino e speck

**Per 4 persone:** 360 g di riso *Arborio coop*, 1 cipolla rossa, ½ bicchiere vino bianco, 1 l circa di brodo vegetale, 60 g di burro, 120 g di speck tagliato molto sottile, 160 g di tomini

In un ampio tegame fate appassire la cipolla tritata finemente con 40 g di burro fino a farla diventare quasi trasparente, aggiungete il riso e tostatelo per pochi minuti mescolando, versate il vino e fate sfumare, poi unite il brodo caldo e più riprese e fatelo assorbire mescolando di tanto in tanto, fino a cottura ultimata, togliete dal fuoco e mantecate con il restante burro.

Foderate una teglia con le fette di speck disposte a raggiera, tagliate i tomini a tocchetti, versate metà del riso nella teglia e aggiungete i tocchetti di tomino, coprite con il restante riso e livellate con il dorso di un cucchiaio; ripiegate le fette di speck sul riso e infornate a 200 °C per 25 minuti, poi sfornate e lasciate riposare per 10 minuti; sformate il timballo su un piatto da portata e servitelo a fette. *(Fiorfiore in cucina, gennaio 2017)*



## Riso Pilaf

Ecco la ricetta per preparare un riso dai chicchi sgranati e profumatissimi (soprattutto se si usa la varietà *Basmati*), perfetto per accompagnare piatti di pesce, crostacei, carni e legumi.



Lavate 300 g di riso sotto acqua corrente, eliminando una parte dell'amido; in un tegame adatto al forno fate stufare dolcemente ½ cipolla tritata con burro e qualche chiodo di garofano, unite il riso e tostatelo; bagnate con 600 ml di brodo vegetale caldo, fate riprendere il bollore, coprite e infornate a 200 °C portando a cottura senza mescolare, fino a quando il liquido sarà tutto assorbito. *(Fiorfiore in cucina, gennaio 2017)*

## Risotto con capperi, acciughe e pomodori al forno

**Per 4 persone:** 250 g di riso *Arborio coop*, 1 l di brodo vegetale non salato, 10 acciughe sotto sale, 20 capperi sottosale, 6 pomodori a grappolo, 100 g di pangrattato, ½ cipolla, ½ peperoncino, olio d'oliva extravergine, prezzemolo, basilico, sale e pepe

Dissalate i capperi e le acciughe sotto acqua corrente; tagliate i pomodori a metà e insaporite con un trito di pangrattato, prezzemolo, peperoncino, 2 acciughe, sale e pepe: infornateli a 180 °C per 10 minuti. Tritate la cipolla e soffriggetela in un filo d'olio, versatevi il riso e tostatelo per qualche minuto, poi incorporatevi il brodo bollente poco per volta; a metà cottura unite i capperi e le rimanenti acciughe e, se necessario, regolate di sale



e pepe; a cottura quasi ultimata aggiungete i pomodori ridotti in purea, togliete il risotto dal fuoco e mantecate con un po' d'olio e basilico fresco; servire decorando a piacere con 1 filetto di acciuga sott'olio, qualche frutto di capero e maggiorana. *(Fiorfiore in cucina, gennaio 2017)*

## Riso al latte di mandorle

**Per 4 persone:** 150 g di riso piccolo, 150 ml di latte di mandorle, 40 g di zucchero; per decorare: mandorle a filetti, cacao amaro in polvere



Versate il riso in una pentola capiente con 1 litro d'acqua fredda e portate il tutto a ebollizione; cuocete fuoco lento, mescolando con un cucchiaio di legno, schiumate se necessario e a cottura ultimata scolate il riso; versate il riso nuovamente nella casseruola, aggiungete circa la metà del latte di mandorle, fate sobbollire e aggiungete ancora latte via via che il riso si asciuga e poco prima aggiungere lo zucchero, mescolando bene; trasferite in composto in stampini monoporzione e fate intiepidire. Sformate e servite, dopo aver decorato con mandorle a filetti e una spolverizzata di cacao in polvere o zucchero a velo. *(Fiorfiore in cucina, marzo 2015)*



**C**ome risolvere il problema dell'asciugatura della biancheria e avere capi igienizzati, tempi brevi di asciugatura e stiratura, risparmio di energia, nessun ingombro in casa e la libertà di usare più elettrodomestici insieme, senza far saltare la corrente per sovraccarico?

La risposta è l'asciugabiancheria a gas Rinnai Dry Soft, che assicura tempi di asciugatura dimezzati e un bucato pronto per essere piegato e riposto nell'armadio (risparmiando così molte stирature). Ma che in più permette di usare nello stesso momento anche altri elettrodomestici, poiché è alimentata a gas, e non a energia elettrica, e questo è decisamente un ulteriore vantaggio, perché si risparmia qualcosa di molto prezioso: il tempo.

**Rinnai Dry Soft assicura tempi di asciugatura dimezzati e un bucato pronto per essere piegato e riposto nell'armadio, risparmiando così molte stирature**

## I vantaggi di un'asciugabiancheria che non ti chiede energia elettrica

■ Perché l'asciugabiancheria Rinnai Dry Soft è così comoda? Per molti motivi, ma anche perché essendo alimentata a gas può essere usata mentre vengono utilizzati gli altri elettrodomestici a energia elettrica

### VOUOI PROVARE?

Hai mai avuto la possibilità di provare un elettrodomestico direttamente a casa tua prima di acquistarlo? Con Quickly è possibile farlo e provare gratuitamente l'asciugatrice a gas per 7 giorni direttamente a casa tua! Avrai a casa tua per 7 giorni un'asciugatrice di proprietà di Quickly, regolarmente assicurata, per provare tutte le asciugature che vuoi. Ed è tutto gratuito: non si paga il noleggio, né l'assicurazione, né altro: sono a tuo carico solo il ritiro presso Quickly, il trasporto e la riconsegna dell'asciugatrice.



### TUTTI I VANTAGGI DI RINNAI DRY SOFT 6 KG

- Rinnai Dry Soft 6 kg è l'asciugabiancheria a gas più compatta, tecnologica e sicura, l'unica presente sul mercato con ben 5 anni di garanzia.
- A differenza dei modelli elettrici, che solitamente seccano i capi, Dry Soft rispetta le fibre e, grazie al sensore di umidità, **asciuga con sicurezza e morbidezza tutti i tessuti**, anche quelli più delicati; la sua tecnologia assicura inoltre **tempi di asciugatura dimezzati rispetto alla sua equivalente elettrica** e grazie all'esclusivo sistema a cicli alternati d'aria calda e fredda il bucato, tiepido e soffice, **è pronto per essere piegato e riposto nell'armadio, risparmiando così molte stирature** (e quindi tempo, spazio, fatica ed energia elettrica).
- **Funzionando a gas, questa asciugabiancheria mantiene sotto controllo**

**lo i consumi di energia elettrica; il costo di ogni asciugatura infatti è fino al 70% inferiore rispetto a quello di una asciugatrice elettrica**, e quindi anche l'immissione nell'ambiente di anidride carbonica è inferiore, di circa ¼ rispetto ad una asciugatrice elettrica. **Tutte caratteristiche che pongono Rinnai Dry Soft 6 kg in classe energetica A.**

- Rinnai Dry Soft può essere installata **sia in casa sia all'esterno** (purché protetta dall'azione diretta degli agenti atmosferici); l'apparato di scarico consente comunque l'espulsione del vapore dell'asciugatura e della combustione all'esterno, garantendo un ambiente domestico sicuro e salubre.

**Su [www.asciugatriceagas.it](http://www.asciugatriceagas.it) si trovano tutte le informazioni utili, incluso un breve video che risponde a tutte le domande.**

### LA CONVENZIONE PER I POSSESSORI DI CARTA IN COOPERAZIONE PREVEDE:



- **lo sconto del 25%** sul prezzo di listino dell'asciugabiancheria a gas **Rinnai Dry Soft da 6 kg**, completa della predisposizione alla fumisteria adeguata all'installazione: quindi € 1.299,30 anziché € 1.732,40.
- **2 buoni spesa del valore di € 25 che i soci, da quest'anno ricevono subito all'atto dell'acquisto, e spendibili presso tutte le Famiglie Cooperative associate, compresi i due Superstore di Trento e Rovereto**
- **tutti i servizi Quickly:** assistenza pre-vendita (sopralluogo, ove richiesto, al costo di 50 €, poi scontato sull'eventuale acquisto); **prova gratuita a domicilio\***; consigli sull'uso ottimale dell'apparecchio; assistenza post vendita.

\* La prova gratuita, di 7 gg è da prenotare telefonando al 320 7687650 concordando giorno e orario del ritiro e della riconsegna, a cura del cliente.

**Presenta un amico a Quickly!** Per i soci possessori di Carta In Cooperazione, già clienti Quickly, che segnaleranno una vendita (con esito positivo), Quickly riconoscerà **2 buoni spesa da € 25 ciascuno**, spendibili presso tutte le Cooperative associate, compresi i due Superstore di Trento e Rovereto.

*Operazione a premio ai sensi del D.P.R. n. 430/2001 riservata ai Soci possessori di Carta in Cooperazione. Regolamento disponibile presso SAIT e Sifri Forniture Tecnologiche srl*

**Quickly**  
SIFRI FORNITURE TECNOLOGICHE

Sifri Forniture Tecnologiche Srl  
Rovereto  
Tel. 3207687650  
info@sifri-forniture.it  
www.asciugatriceagas.it





## Il mandarino I frutti del sole

Tra i frutti più tipici dell'inverno, gli agrumi, ecco i profumati mandarini. Dolci e digeribili, sono preziosissimi per la nostra salute, soprattutto durante la stagione più fredda

di Iris Fontanari

**S**e ripenso alla mia infanzia, l'unico agrume che ricordo è il mandarino, "regalo" del giorno di S. Lucia, assieme a carrube, arachidi e qualche pezzetto di torrone. Ora i mandarini compaiono in abbondanza sulle nostre tavole, sempre più spesso sostituiti dalle "clementine", un ibrido naturale di mandarino e arancio dolce, dotato di maturazione precoce (in ottobre), frutti con pochi semi (o nessuno) e ottime caratteristiche organolettiche. La clementine, chiamata anche mandarancio, è simile all'arancia, ma ha la buccia più liscia e sottile, la polpa dolce e piena di succo.

Tutti i mandarini sono considerati appartenenti alla specie *Citrus reticulata*, ma in realtà esistono molti tipi e molti ibridi (ben 37 specie!). Le varietà più importanti sono le giapponesi e le mediterranee; le prime, senza semi, precoci e da mezza stagione, sono più resistenti al freddo, con piante molto piccole, ma frutti, foglie e fiori di grande dimensione. Le varietà mediterranee, o a foglia di salice, hanno frutti rigonfi, di colore pallido, ricchi di semi e con fiori e foglie piccoli. Il mandarino (*Citrus nobilis*), originario della Cina e Vietnam del sud, fu coltivato per molto tempo in Algeria e in Marocco, mentre in Europa si diffuse solo all'inizio del secolo XIX. Oggi è presente un po' in tutto il mondo e in Italia è soprattutto in Sicilia, Calabria, Puglia, Sardegna e Campania, e fino in Liguria.

Le piante sono piccole (3-4 m) ed hanno la chioma tondeggiante sempreverde; le foglie, alterne, lanceolate, verde scuro nella pagina superiore, sono più piccole di quelle degli altri agrumi e provviste di un corto picciolo brevemente alato; i fiori sono piccoli, in grappoli bianchi e molto profumati; i frutti rotondeggianti e leggermente schiacciati ai poli, hanno la buccia arancio brillante, sottile e facilmente staccabile dalla succosa polpa; gli spicchi (da 8 a 15) sono profumati, molto dolci e poco aderenti fra di loro. Le piante presentano problemi che gli altri agrumi non hanno: richiedono l'impollinazione incrociata, fruttificano in modo irregolare e ad anni alterni; sono



### Agrumi ogni giorno

Il più dolce tra gli agrumi è un frutto prezioso e nutriente: molto ricco di vitamina C (utile contro i raffreddori e antitumorale), ma anche vitamina A (che aiuta la vista) e B (che protegge la pelle, i muscoli, il cervello) oltre all'acido folico e al magnesio. È facilmente digeribile e aiuta la digestione e il fegato, proteggendo tutto l'apparato digerente. Le clementine sono meno ricche di zucchero (quindi meno caloriche), ma hanno proprietà simili e sono ricche soprattutto di vitamine C e A.

abbastanza resistenti al freddo, ma i frutti possono essere danneggiati dalle gelate (come accade per gli altri agrumi); i mandarini sono però poco adatti al trasporto su lunghe distanze.

### LE RICETTE

Dalla buccia ricca di ghiandole si ricava l'olio essenziale di mandarino (molto antiossidante) utilizzato in profumeria, in farmacia come aromatizzante, in liquoreria e in pasticceria. Con i mandarini si preparano anche **canditi e mostarde**. Gli spicchi, inoltre, si possono anche sciroppare (soprattutto in Giappone), mentre il loro succo può essere conservato in scatola

(come negli Stati Uniti).

**Spicchi sotto grappa.** Sbucciare e ripulire bene dai filamenti bianchi gli spicchi di mandarino, metterli in barattoli di vetro, spolverarli leggermente con zucchero e ricoprire con grappa, chiudere ermeticamente i barattoli e aspettare tre mesi prima di gustare (si consiglia di scegliere frutti piccoli e senza semi).

**Liquore ai mandaranci.** Dal delicato profumo e con proprietà digestive, questo ottimo liquore si prepara con 3 litri di grappa, 900 g di zucchero, 1,5 kg di mandaranci non trattati, 150 bacche di ginepro, 2 stecche di vaniglia. In un vaso di vetro mettere le bucce dei mandaranci, facendo attenzione a tagliare solo la parte arancione, poi aggiungere lo zucchero, la grappa, le bacche di ginepro e la vaniglia. Lasciar riposare per 20-30 giorni in un posto soleggiato, agitando tutti i giorni. Infine filtrare e aspettare un anno prima di bere.



### Marmellata di mandarini.

Far bollire 1 litro d'acqua e cuocere le bucce di 1 kg di mandarini non trattati per mezz'ora, scolarle con un mestolo forato e tenerle da parte. Unire alla stessa acqua 1 kg di zucchero e preparare uno sciroppo facendolo bollire per circa 10 minuti.

Tagliare a fettine gli spicchi di mandarini puliti dai filamenti, scartando i semi; passare al setaccio le bucce, unire i mandarini e bucce allo sciroppo e far bollire, rimescolando, per 15 minuti. Porre la marmellata in vasetti di vetro, poi chiusi e sterilizzati, immergendoli in acqua bollente per 5 minuti. Questa confettura può essere conservata per 12 mesi.

# L'olio di chi ama l'olio.



Nell'olio extravergine di oliva la tradizione è molto più di un valore simbolico. Da sempre l'Oleificio Viola interpreta fedelmente l'anima genuina e magica di questo prodotto millenario, accostandosi ad esso con tutto l'amore e il rispetto che solo un'azienda a carattere familiare riesce ad infondere nel proprio lavoro.

**LA COLOMBARA** Ideale per la tavola, ha un gusto delicatamente aromatico e un basso indice di acidità.

**BRUNO VIOLA** L'olio più prezioso, per i veri intenditori. È conservato in bottiglia scura per proteggere profumo e gusto.

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

## OLEIFICIO VIOLA & C.

Bardolino (VERONA) - Tel. 045/7210143 - Fax 045/6212299 / e-mail [info@oleificioviola.com](mailto:info@oleificioviola.com) / Internet [www.oleificioviola.com](http://www.oleificioviola.com)





# A SOLI 5€ AL MESE

PER SEMPRE

Promozione valida dal 16 gennaio all'1 marzo 2017  
**IL MESE COOPVOCE È UN MESE VERO!**

- ▶ **400 minuti**
- ▶ **400 SMS**
- ▶ **IN PIU\*** puoi attivare **Web 2 Giga** senza limiti a soli **3€ al mese**

Condizioni della promozione: l'offerta "400 START", valida per chi porta il numero in CoopVoce dal 16 gennaio al 1 marzo 2017, prevede 400 minuti di chiamate nazionali verso i numeri fissi e mobili, tariffati sugli effettivi secondi di conversazione e 400 SMS nazionali ogni mese (sono escluse le numerazioni a sovrapprezzo ed il traffico roaming). Al superamento del traffico voce ed SMS compreso verranno applicate le condizioni del piano tariffario sottostante. La promozione ha un costo mensile pari a 5 € e si rinnova automaticamente ogni mese in caso di credito sufficiente. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta risulterà sospesa per 7 giorni. Per riattivarla sarà necessario ricaricare entro la scadenza dei 7 giorni altrimenti l'opzione verrà disattivata. In caso di disattivazione il traffico voce e sms sarà tariffato a consumo, secondo le condizioni del piano tariffario. I minuti, gli SMS non consumati, non si sommano con i minuti e gli SMS del mese successivo. Inoltre, per coloro che sottoscrivono la "400 START", è possibile attivare la "Web 1 Giga senza limiti" al costo di 2 € al mese o la "Web 2 Giga senza limiti" al costo di 3 € al mese. La promozione "400 START" è attivabile, dal 16 gennaio al 1 marzo 2017, anche dai già clienti CoopVoce, con un costo di attivazione pari a 9 €, che verrà scalato dal credito residuo della SIM insieme al canone del primo mese. Per maggiori dettagli sull'offerta e sulle compatibilità visita il sito [www.coopvoce.it](http://www.coopvoce.it).

# 400 START



Scopri le offerte CoopVoce su [www.coopvoce.it](http://www.coopvoce.it)

**coopvoce**  
Comunicare è semplice.

## CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

**PROVINCIA DI TRENTO:** AVIO P.zza Roma, 5 • BORGIO VALSUGANA Corso Vicenza, 4 • CALDONAZZO Via Marconi, 28 • CARANO Via Nazionale, 18 • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperi, 2 • MALÈ Via 4 Novembre • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MOENA Strada De Prealon, 26 • PERGINE Piazza Gavazzi, 6 • PONTE ARCHE Via Prati, 19 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Piazzale Mimosa 8/10 - Via Padova 5 • ROVERETO Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31 - P.zza N. Sauro, 19/A • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TRANSACQUA Viale Piave, 75 • TRENTO P.zza G.Cantore, 30 - Via Brigata Acqui, 2 - Via Solteri, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Madonna Bianca - Via C.Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - P.zza Lodron, 28 • TUNNO P.zza Alpini, 24 • VEZZANO Via Roma, 45 • VILLALGARINA Via 25 Aprile, 50 • **PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18 • **PROVINCIA DI BELLUNO:** AGORDO Via Insurrezione, 18 • FALCADE Via del Mercato, 6 • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11

# MISSIONE RISPARMIO

## più convenienza al Socio

# OFFERTA

**CONTINUA FINO AL 28 FEBBRAIO 2017**

## Offerte esclusive per i Soci possessori di Carta In Cooperazione



**CIASPOLE DA NEVE**



Modello uomo:  
Colori royal - antracite

€ **79,90**

Modello junior:  
Colore rosso

€ **69,90**

Modello donna:  
Colori rosso - verde

€ **79,90**



Offerta valida nei punti vendita che espongono la locandina dell'iniziativa, dove sono presenti i prodotti promozionati salvo esaurimento scorte. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici o modifiche alle leggi fiscali. Le foto sono solo rappresentative dei prodotti.

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



## PRENOTAZIONE

ENTRO IL 15 FEBBRAIO 2017

CONSEGNA DAL 24 AL 31 MARZO 2017

Offerte esclusive  
per i Soci possessori di  
Carta In Cooperazione

### PARURE COPRIPIUMINO

- Parure sacco 100% cotone, tela 30/27 e federa costruita double face
- Prodotta in Italia
- Misure:
  - 1 piazza sacco cm 155x210 + imbuto + 1 federa cm 50x80
  - 1 piazza e1/2 cm 200x210 + imbuto + 1 federa cm 50x80
  - 2 piazze cm 250x210 + imbuto + 2 federe cm 50x80

### LINEA ESSENTIAL



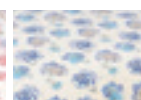
variante 971  
azzurro



variante 28  
naturale



variante 956  
corallo spento



variante 944  
blu lacca



LINEA ESSENTIAL



LINEA SWEET ROSEE

1 PIAZZA

nr.

36

nr.

37

nr.

42

nr.

43

€ 29,90

1 PIAZZA  
E 1/2

nr.

38

nr.

39

nr.

44

nr.

45

€ 39,90

2 PIAZZE

nr.

40

nr.

41

nr.

46

nr.

47

€ 49,90

nr.  
28

### ASSE STIRO ASSAI NATURALE FOPPAPEDRETTI



- Struttura in legno di faggio verniciato
- Piano da stiro con fori traspiranti che evitano la condensa e regolabile a tre altezze per stirare anche da seduti
- Comodo ripiano inferiore per appoggiare la biancheria
- Pratico piano laterale estraibile
- Da chiuso occupa pochissimo spazio, sta in piedi da solo e si sposta facilmente grazie alle ruote antigraffio
- Dimensioni: HxPxL aperto cm 85/88/91x50x123 chiuso cm 115x50x14

€ 114,90

nr.  
30

### COMPACT STEAM ROWENTA DG7505



- Generatore di vapore ad autonomia illimitata
- -20% di risparmio energetico
- Pressione 5 bar
- Vapore variabile 0-100 g/min
- Vapore verticale
- Riscaldamento in 2 minuti
- Piastra Microsteam 400 inox
- Punta ad alta precisione

€ 125,90

- Sistema anticalcare
- Capacità serbatoio 1,2l
- Interruttore on/off
- Spegnimento automatico
- Spia pronto vapore
- Spia riempimento caldaia
- Vano avvolgicavo
- Cavo corrente removibile

nr.  
31

### POWERLINE CYCLONIC ROWENTA RH7937WF



- Scopa elettrica senza sacco
- Classe 2A
- Prestazioni equivalenti a 1800W, consumi 750W
- Tecnologia ciclonica AIR FORCE
- Variatore elettronico di potenza
- Spazzola combinata Power Care
- Filtro Alta Efficienza
- Contenitore polvere easy empty 0,9l
- Spazzola Parquet Soft Care

€ 79,90



## MOBILETTO SPLIT CABINET

- Mobile per la raccolta differenziata a due scomparti da 110 lt
- Porta sacco
- Materiale resistente anche per esterno
- Kit di montaggio



nr.  
**48**  
**BASIC**  
**GRI9736044**

nr.  
**49**  
**PREMIUM**  
**GRI/**  
**N9735027**

- Apertura scomparti a pressione
- Piedini regolabili
- Colore grigio chiaro/scuro
- Dimensioni: cm 68x39x92H

- Apertura scomparti manuale
- Colore grigio scuro
- Dimensioni: cm 68x39x85H

€ **34,90**

€ **39,90**

## nr. **35** FORNO MICROONDE COMBINATO G3FERRARI G1003000



- Potenza Grill: 1000W
- Potenza Microonde: 700W
- Scongellamento, timer 30 minuti e manopola di selezione funzioni
- Apertura con pulsante e dispositivo di spegnimento automatico
- Capacità 20 litri – luce interna
- 3 modalità di cottura: a microonde, funzione grill, possibilità di cottura combinata
- Accessori: piatto girevole in

€ **79,90**

- vetro, anello girevole sotto piatto, accessorio griglia rialzata
- Dimensioni: cm 44x36x25,5H

## nr. **29** MACCHINA PANE MULTIFUNZIONE MOULINEX OW240E

- Potenza: 650W
- Capacità: 1000g
- 17 programmi automatici: tanti tipi di pane, impasto per pizza, pasta, marmellata, torte, porridge, cereali, yogurt, yogurt da bere, fiocchi di latte, cottura pane
- 3 livelli di doratura (chiaro/medio/scuro)
- 3 impostazioni di peso (500g, 750g, 1kg)
- Pannello di controllo intuitivo con grande Display LCD
- Mantenimento al caldo 1h
- Avvio programmabile
- Contenitore e pala antiaderenti e amovibili
- Ricettario con 28 ricette
- Accessori inclusi: bicchiere graduato, misurino Dosatore, pentola per yogurt, cucchiaio, lama, gancio



€ **108,90**

## nr. **34** FORNO PIZZA ELETTRICO DELIZIA ROSSO G3FERRARI G1000600



- Potenza 1200W
- Termostato regolabile fino a 400°C
- Timer 5 minuti con segnale acustico
- Piatto in pietra refrattaria, ø cm 31
- Doppia resistenza riscaldante in acciaio corazzato
- Indicatore luminoso di funzionamento
- Accessori: palette per pizza, ricettario
- Dimensioni: LxHxP cm 33,5x20x35

€ **75,90**

## nr. **33** TAGLIACAPELLI BRAUN HC5050



- 17 impostazioni di lunghezza
- 2 pettini: il piccolo pettine rifinitore consente di creare 8 stili corti (3-24mm), mentre quello più grande può essere usato per 8 stili più lunghi (14-35mm)
- Le lame affilate di lunga durata garantiscono un taglio di capelli sempre perfetto
- A rete e cordless
- Indicatore LED di ricarica
- Autonomia cordless: 50 minuti
- Tempo di ricarica: 8 ore
- Custodia morbida
- Completamente lavabile

€ **44,90**



## nr. **32** SET INSALATIERE EMSA 5 PEZZI



€ **34,90**

Set composto da:

- 2 insalatiere in acciaio inox e fondo antiscivolo ø cm 16 e 26
- 2 coperchi trasparenti, con alloggiamento per accumulatore di freddo, ø cm 16 e 26
- 1 elemento con gel refrigerante, per mantenere il fresco fino a 4 ore

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



## OFFERTA

DAL 26 GENNAIO ALL'8 FEBBRAIO 2017

Offerte esclusive  
per i Soci possessori di  
Carta In Cooperazione

### LAMPADINA LED STAR OSRAM

- lampadina led star classic A luce 60 W consumo 10W
- forma a goccia attacco E 27, confezione blister



## OFFERTA

DAL 9 AL 22 FEBBRAIO 2017

### BOLLITORE BIANCO CL272 TREVI

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





# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



## OFFERTA

FINO AL 28 FEBBRAIO 2017

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Offerte esclusive  
per i Soci possessori di  
Carta In Cooperazione

SALA ESPOSITIVA AL LIBERTY GROSS DI TRENTO – VIA INNSBRUCK, 2. VI ASPETTIAMO

### STUFE A PELLETT

CIES  
10 KW

ecoFOREST

€ 2.329,00

ANZICHÉ € 2.989,00



VIGO DIAMANTE  
9,5 KW

ecoFOREST

€ 1.549,00

ANZICHÉ € 2.109,00



VIGO II  
9,5 KW

ecoFOREST

€ 1.949,00

ANZICHÉ € 2.509,00



ATENAS  
14 KW

ecoFOREST

€ 2.749,00

ANZICHÉ € 3.590,00



PARIS  
10 KW

ecoFOREST

€ 2.629,00

ANZICHÉ € 3.419,00



PETRA SERPENTINO  
9 KW

EVA CALOR

€ 1.359,00

ANZICHÉ € 1.990,00



OSSIDIANA  
8,5 KW

Pelissier

€ 1.639,00

ANZICHÉ € 2.399,00



ACCENDIFUOCO ECOLOGICO  
SUPERFIAMMA  
24 PEZZI

€ 14,90



ASPIRACENERE SOLIDI/LIQUIDI/CENERE  
FREDDY 3 IN 1 LAVOR  
1200 W

€ 69,90



### STUFE A LEGNA THORMA

ANDORRA GRIGIO  
3,8-11,2 KW

€ 1.349,00

ANZICHÉ € 1.590,00



NANCY II  
3,5-10,5 KW

€ 799,00

ANZICHÉ € 949,00



I prezzi sono comprensivi di Iva e trasporto direttamente a casa del cliente, e per le stufe a pellet, prima accensione (se presente canna fumaria già predisposta fino al punto di allacciamento dal cliente). Possibilità di concordare eventuali installazioni particolari a tariffe vantaggiose con la ditta convenzionata che effettuerà la consegna. Possibilità di usufruire dell'agevolazione fiscale IRPEF del 50% come da Decreto Legge 83/2012 - "Decreto crescita" (fino al 31.12.2016 salvo proroghe). Vieni a trovarci, potrai trovare altri tipi di stufe, idro e inserti presso la sala espositiva del Liberty Gross - via Innsbruck 2 - Tel. 0461 808870.

ASSISTENZA: tel. 0461 808870 - email: enigasgpi@sait.tn.it

# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio

**OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE**



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

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



**OFFERTA DALL'1 AL 28 FEBBRAIO 2017**



**GUANCIALE IN MICROFIBRA LIABEL**



Traspirante e anallergico, fodera 100% poliestere, imbottitura 100% poliestere 600gr in falda leggera e indeformabile nel tempo, di media altezza, cm 50x80

PREZZO € 10,90  
OFFERTA € 7,50  
PREZZO SOCI € **6,90** **SCONTO 36%**



**GUANCIALE IN MEMORY LIABEL**



Confortevole ed anatomico, segue perfettamente il profilo di collo e testa, fodera anallergica 100% poliestere, imbottitura 100% viscoelastico, cm 42x71

PREZZO € 24,90  
OFFERTA € 16,90  
PREZZO SOCI € **15,90** **SCONTO 36%**

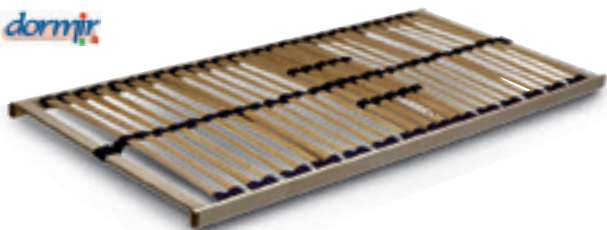
**SET COPRIMATERASSO E COPRIGUANCIALE LIABEL**



1 piazza + 1 copriguanciale, disponibile anche 1 piazza e 1/2 e matrimoniale

PREZZO € 18,90  
OFFERTA € 12,90  
PREZZO SOCI € **11,90** **SCONTO 37%**

**PRENOTAZIONE DALL'1 AL 28 FEBBRAIO 2017 - CONSEGNA A DOMICILIO DAL FORNITORE\***



**RETE ERGONOMICA SIRIO**

A 26 doghe in faggio naturale curvato a vapore con ammortizzatori e regolatori di intensità lombare, altezza gambe cm 25, altezza telaio cm 7, disponibile anche matrimoniale

Alcuni esempi:

Singolo cm 80x190

PREZZO € 170,00  
OFFERTA € 119,00  
PREZZO SOCI € **110,00** **SCONTO 35%**

**MATERASSO NEW STYLE BOX MEMORY 1000 - MOLLE E MEMORY**



Struttura ammortizzante 1000 micromolle insacchettate indipendenti nella misura matrimoniale cm 160x190 spessore cm 3 + lastra in Memory con lavorazione bugnata massaggiante altezza cm 3 + lastra in Eliocell Firm altezza cm 13, imbottitura lato invernale in pura lana cardata e in fibra Super Soft anallergica, imbottitura lato estivo in fibra Super Soft anallergica, rivestimento in tessuto con trattamento Sanitized, fascia perimetrale 3D traspirante, sfoderabile, ergonomico, antibatterico, doppio comfort, altezza cm 21, disponibile anche 1 piazza e 1/2

cm 80x190

cm 160x190

PREZZO € 369,00  
OFFERTA € 255,00  
PREZZO SOCI € **239,00** **SCONTO 35%**

PREZZO € 738,00  
OFFERTA € 510,00  
PREZZO SOCI € **478,00** **SCONTO 35%**

**MATERASSO ORTHO MEMORY 1000**



Memory trapuntato altezza cm 2 su un lato dell'imbottitura, imbottitura in Ecofibra di poliestere, lastra in Eliocell Firm altezza cm 17, lavorazione Airyform, rivestimento in tessuto Medicare, fascia perimetrale 3D traspirante, sfoderabile, antibatterico, doppio comfort, termoregolatore, altezza cm 20, consegnato sottovuoto, disponibile anche 1 piazza e 1/2

cm 80x190

cm 160x190

PREZZO € 199,00  
OFFERTA € 139,00  
PREZZO SOCI € **129,00** **SCONTO 35%**

PREZZO € 398,00  
OFFERTA € 278,00  
PREZZO SOCI € **258,00** **SCONTO 35%**



# MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



**OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE**

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

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

**coop**  
SUPERSTORE

OFFERTA DALL'1 AL 28 FEBBRAIO 2017

## PADELLE LINEA BALLARINI RIALTO

TECNOLOGIA E PRODUZIONE ITALIANA  
AL SERVIZIO DEL GUSTO.

**RIALTO** PENTOLE ANTIADERENTI



Azienda certificata in base al sistema  
di gestione ambientale UNI EN ISO 14001

**PARAFIAMMA EVITE  
IN ACCIAIO INOX**  
per garantire stabilità ed evitare roggine

**RIVESTIMENTO ESTERNO**  
resistente alle alte temperature,  
facile da pulire

**BASE SCURA**  
per accelerare l'assorbimento  
del calore, ideale in caso di  
pressioni radianti



**MANICO MANEGGEVOLE**  
e termoisolato per una presa sicura.  
Resistente in forno fino a 300°C (fino a  
200° nella casseroles due maniglie).

**ANTIADERENTE KERA-VIS**  
rivestimento antiaderente multi  
resistente composto da 3 strati,  
reforzato con particelle ceramiche,  
per uso intensivo.

Antiaderente a prova di ultrasuoni  
metallici



MADE IN ITALY

**THERMOPPOINT**



**ROSSO**  
caldo, pronto  
per cucinare

**VERDE**  
freddo, sicuro  
da toccare e lavare

Le padelle della linea  
**RIALTO** sono  
dotate di dispositivo  
ThermoPoint

**1 PADELLA**  
Ø CM 20

PREZZO € 19,90

OFFERTA € 13,90

PREZZO SOCI € 11,90

SCONTO  
40%

**2 TEGAME 2 MANIGLIE**  
Ø CM 24

PREZZO € 26,50

OFFERTA € 18,50

PREZZO SOCI € 15,90

SCONTO  
40%

**3 CASSERUOLA 1 MANICO**  
Ø CM 16

PREZZO € 20,90

OFFERTA € 14,50

PREZZO SOCI € 12,50

SCONTO  
40%

**4 WOK RIALTO**  
Ø CM 28

PREZZO € 24,90

OFFERTA € 17,50

PREZZO SOCI € 14,90

SCONTO  
40%

**5 BISTECCHIERA**  
CM 28x28

PREZZO € 30,00

OFFERTA € 21,00

PREZZO SOCI € 18,00

SCONTO  
40%

**6 CREPIERE**  
Ø CM 25

PREZZO € 24,90

OFFERTA € 17,50

PREZZO SOCI € 14,90

SCONTO  
40%

**7 COPERCHIO**  
Ø CM 16

PREZZO € 5,90

OFFERTA € 4,00

PREZZO SOCI € 3,50

SCONTO  
40%





et•ka  
luce gas

scegli  
l'energia nuova  
economica ecologica solidale

20%

Sconto  
il primo anno

100%

Energia  
Green

10 €

l'anno per ogni  
contratto al  
progetto solidale

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

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

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



IL GRUPPO CHE TI FA RISPARMIARE

e) Dolomiti  
energia

  
Cooperazione  
Trentina

  
CorSolida  
IMPRESE SOCIALI

 la rete  
COOPERATIVA SOCIALE

 Casse Rurali  
Trentine

  
FAMIGLIA  
COOPERATIVA  
COOP