

cooperazione tra **consumatori**

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXVI • Gennaio 2019



LE COOPERATIVE CONTRO LE MOLESTIE

La campagna
"Abusi d'ufficio"

Famiglia
Cooperativa
Anaunia

IL NUOVO NEGOZIO DI ROMALLO

Carta
In Cooperazione
**SCIARE CON
LO SCONTO**

2019

**Buon anno
nuovo!**

ETIKA

I nuovi frutti dell'energia che fa bene

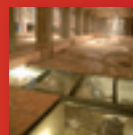
**I risultati del secondo anno
di attività di Etika,
l'energia solidale
che rispetta l'ambiente
e fa risparmiare**



LA STAGIONE DEGLI 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 TRENTINO



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



TELEPASS®

I TUOI VANTAGGI PARTONO DA QUI.

Scegli Telepass per pagare l'autostrada,
i parcheggi in struttura, l'Area C di Milano
e i traghetti sullo stretto di Messina.



PROMOZIONE VALIDA FINO AL 31/03/2019

Ritira il tuo dispositivo **presso le nostre filiali**
e avrai il canone Telepass, Telepass Premium
e Telepass Twin **gratis*** per 6 mesi.

Visita telepass.com

 Casse Rurali
Trentine

* Messaggio Pubblicitario con finalità promozionale. Offerta valida per chi sottoscrive un contratto Telepass family, Telepass Premium e Telepass Twin dal 01/11/2018 al 31/03/2019 presso le filiali aderenti all'iniziativa. La promozione è valida solo per i nuovi contratti. Al termine dei 6 mesi di gratuità il costo mensile sarà pari a 1,26 € per il Telepass Family, 1,50 € per Telepass Premium e 2,10€ per Telepass Twin (IVA inclusa). Promozione non cumulabile con eventuali altre in corso. La documentazione contrattuale Telepass è consultabile su telepass.com.



sommario

- 6** **primo piano cooperazione**
L'energia solidale, sostenibile e che ti fa risparmiare
etika: i risultati di due anni di attività
di Silvia De Vogli
- 10** Biennale della Cooperazione italiana
Una proposta cooperativa per un domani inclusivo, giusto e sostenibile
- 12** **famiglie cooperative**
Famiglia Cooperativa Anaunia
Romallo: un negozio rinnovato a servizio del paese
di Corrado Corradini
- 15** **educazione cooperativa**
Alla ricerca del significato profondo delle parole
- 16** **società**
La campagna di sensibilizzazione
Le cooperative contro le molestie
di Dirce Pradella
- 20** Rapporto Censis 2018
La fotografia di un'Italia che fa fatica
di Alberto Conci
- 19** **educazione**
Non rimandare a domani...
di Silvia Martinelli
- 23** **etica dello sviluppo**
Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto"
Mandacarù: un nuovo strumento a sostegno del sud del mondo
di Dario Pedrotti
- 25** **ambiente**
Clima: un bilancio dopo la tempesta di fine ottobre
Cosa vogliono ricordarci il vento e i grandi alberi abbattuti
di Maddalena di Tolla Deflorian
- 27** **cultura**
Trentino a teatro: gli spettacoli di gennaio
- 32** **tempo libero/sport**
Vacanze sugli sci (con gli sconti Carta In Cooperazione)
- 34** **stare in salute**
Alimentazione e mode
Crono-nutrizione, può servire se...
di Michele Sculati

rubriche

- 30** **cultura libri**
Le recensioni del mese
a cura di Franco Sandri
- 35** **mangiare e bere**
Quasi vegetariano
Zuppa o vellutata?
- 37** **coltivare**
Il pino silvestre
Aerosol balsamico nei boschi
di Iris Fontanari



15

Custodi di parole

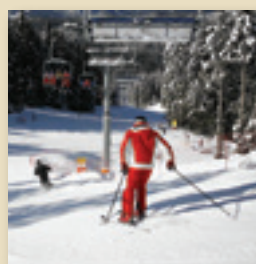
Nuovo concorso della Cooperazione Trentina per le scuole: i partecipanti indagheranno le sfaccettature di una parola, diventando custodi dell'importanza del suo significato



19

Non rimandare a domani...

Di fronte alle sfide ci chiediamo se è possibile evitare quelle emozioni che ci fanno stare male. E rimandiamo. Esiste un modo per agire subito e raggiungere i nostri obiettivi?



32

Vacanze sugli sci: gli sconti con Carta In Cooperazione

Inizia la nuova stagione sulle piste: per i soci possessori di Carta In Cooperazione ci sono gli sconti per gli impianti di risalita e per le lezioni con i Maestri di sci



34

Crono-nutrizione, può servire se...

Non si tratta di mangiare un certo alimento ad una certa ora, quanto invece distribuire correttamente i pasti nell'arco della giornata: per evitare di arrivare affamati la sera

DIAMO ALL'AMBIENTE
UNA NUOVA IMPRONTA.

RIDUCIAMO LA PLASTICA
IN TUTTI I PRODOTTI
A MARCHIO COOP.



#coopambiente

LA **coop** SEI TU.

editoriale

di Giuseppe Ciagli

Auguri di buon anno nuovo Trovare il tempo

Nel cominciare il 2019, che ci si presenta avvolto da nebbia fitta in tutti i campi, dall'economia alla politica, dalla convivenza civile al sociale, in mezzo alla quale siamo chiamati a orientarci seguendo la bussola del pensare positivo e di una rinnovata fiducia nel futuro, proprio perché la natura ci insegna che dopo le nuvole viene il sereno, che è più grande e dura di più, mi permetto di augurare buon anno a tutti i nostri lettori con l'esortazione che trovate qui a fianco e di farla propria.

Seguire questi consigli, che ho trovato in calce a un lunario, e metterli in pratica credo ci possa aiutare molto a superare gli ostacoli che insidiano il nostro vivere quotidiano e aprirci a una stagione nuova, meno cattiva, fatta di tolleranza e di rispetto reciproco, sia a livello di persone sia di idee.

Felice anno!



*Trova il tempo di riflettere,
è la fonte della forza.
Trova il tempo di giocare,
è il segreto della giovinezza.
Trova il tempo di leggere,
è la base del sapere.
Trova il tempo di essere gentile,
è la strada della felicità.
Trova il tempo di sognare,
è il sentiero delle stelle.
Trova il tempo di amare,
è la vera gioia di vivere.
Trova il tempo di essere contento
è la musica dell'anima.*



DIRETTORE RESPONSABILE
Giuseppe Ciagli

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

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

HANNO COLLABORATO
Alberto Conci, Corrado Corradini,
Maddalena Di Tolla Deflorian,
Iris Fontanari, Cristina Galassi,
Silvia Martinelli, Dario Pedrotti,
Dirce Pradella, Franco Sandri.

IMPAGINAZIONE
Scripta sc

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

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



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

Questo numero è stato chiuso
in tipografia il 13-12-2018
La tiratura del numero
di dicembre 2018 di
"Cooperazione tra Consumatori"
è stata di 56.277 copie

etika, l'offerta luce e gas della Cooperazione trentina con Dolomiti Energia, ha superato il tetto delle **40 mila adesioni** in due anni, con una raccolta fondi per il progetto sociale di più di **540 mila euro** (precisamente 543.570) e un risparmio di anidride carbonica pari a **12.555 tonnellate**, per assorbire la quale servirebbero 2.511 ettari di bosco.

“Se gli ottimi risultati del primo anno avevano superato le aspettative dei partner – afferma **Raul Daoli, di Cooperazione Trentina** coordinatore della Cabina di regia del progetto - quelli del secondo sono invece una conferma della bontà a 360 gradi del progetto, che coniugando i valori di un'economia equa, della salvaguardia dell'ambiente e della solidarietà incontra e rilancia il senso di “fare assieme”, di cooperare coniugando



tratta di **iniziative per l'abitare inclusivo di persone con disabilità**. I progetti, che durano ciascuno in media due anni, sono curati da sette cooperative sociali di Consolida: la Rete, Iter, Il Ponte, Cs4, Gsh, Incontra ed Eliodoro. Coinvolgono 38 persone con problematiche di tipo diverso, prevalentemente di carattere cognitivo, ma non solo.

I percorsi – che si svolgono in diversi luoghi del territorio provinciale (dalle città di Trento e Rovereto alle Comunità di Valle delle Giudicarie, Val di Non, Basso Sarca e Alta e Bassa Valsugana), coinvolgono in realtà non soltanto le persone con disabilità, ma anche le loro famiglie, gli operatori sociali, sia pubblici che privati, che stanno aggiornando le loro competenze, e la cittadinanza tutta.

L'energia solidale, sostenibile e che ti fa risparmiare

etika: i risultati di due anni di attività

Vantaggi economici, sociali e ambientali, iniziative culturali e benefici a favore dei soci. Ecco il resoconto del progetto energetico della Cooperazione trentina con Dolomiti Energia

di **Silvia De Vogli**

interessi individuali con quelli collettivi. Con i soci che hanno aderito ad etika, ci siamo assunti un **impegno di trasparenza** che abbiamo innanzitutto portato avanti nella formulazione del contratto in cui sono state eliminate tutte quelle clausole che spesso si incontrano, difficili da interpretare e che in alcuni casi celano costi che finiscono per ridurre lo sconto che viene dichiarato. Ma non ci siamo fermati qui: l'impegno alla trasparenza riguarda, infatti, tutte le componenti valoriali del progetto e l'utilizzo delle risorse raccolte grazie al fatto che per ogni contratto, Dolomiti Energia versa 10 euro l'anno”.

I PROGETTI SOCIALI

In due anni etika ha approvato il finanziamento di 10 progetti sociali per 425 mila euro (al momento erogati 384.716 euro). Si



ABITARE INCLUSIVO In 2 anni etika ha approvato il finanziamento di 10 progetti sociali per 425 mila euro: iniziative per l'abitare inclusivo di persone con disabilità che coinvolgono 38 persone con problematiche di tipo diverso, prevalentemente di carattere cognitivo, ma non solo.

Se da un lato i progetti – pur nella loro diversità che dipende da fragilità e risorse dei protagonisti e dal territorio in cui vengono realizzati – hanno l'obiettivo di accompagnare le persone con disabilità nell'acquisizione delle abilità necessarie alla

vita quotidiana (dal fare la spesa alla gestione della casa, al muoversi sul territorio), dall'altro prevedono il supporto alla famiglia nella fase del “distacco” e un lavoro di tessitura di relazioni sul territorio. Con il supporto, almeno iniziale degli operatori, le persone con disabilità intrecciano rapporti con i vicini di casa, con i negozianti, con le associazioni e i luoghi di socializzazione. L'obiettivo è infatti che l'abitare autonomo non diventi solitudine e isolamento, ma vita vera e piena. In tutti i progetti il finanziamento di etika non copre le spese relative all'appartamento (che

in alcuni casi è acquistato dalla cooperativa, in altri messo a disposizione dalla famiglia della persona con disabilità e in altri da enti pubblici o istituzioni private), ma riguarda invece l'avvio alla vita autonoma, che impegna gli operatori a sviluppare percorsi graduali, singoli o di gruppo, e al costante monitoraggio.

La valutazione dei progetti è stata affidata

ad un comitato scientifico (terzo rispetto ai partner) composto da **Piergiorgio Reggio**, presidente della Fondazione Demarchi e professore all'Università Cattolica di Milano e da **Carlo Francescutti**, direttore del Servizio integrazione lavorativa dell'Azienda per l'assistenza sanitaria di Pordenone. Nonostante il diritto alla vita autonoma e alla scelta di dove e con chi vivere sia sancito già dal 2016 da una Convenzione ONU ratificata dall'Italia e oggetto di leggi nazionali e provinciali, sono ancora molto poche le esperienze concrete nel nostro Paese. Siamo in un campo di innovazione sociale e culturale, per questo il Comitato non ha "solo" valutato i progetti presentati, ma ha steso un Manifesto culturale e Linee guida che potessero sostenere la progettazione. **L'auspicio è che queste esperienze innovative finanziate da etika maturino metodologie e know how da mettere poi a disposizione di tutte le organizzazioni impegnate sul sostegno alla disabilità.**

Al finanziamento dei progetti sociali si aggiunge il contributo riconosciuto alla cooperativa La Rete, ideatrice della bolletta economica, ecologica e solidale (sperimentata dal 2013 al 2016 con il nome Bolletta del cuore); contributo che la cooperativa utilizza per sostenere le proprie attività di inclusione sociale e di promozione del volontariato.

I VANTAGGI PER I SOCI

etika, offrendo il 20% di sconto il primo anno e il 10% dal secondo anno in poi, oltre ad ulteriori bonus in KW e metri cubi di gas per i soci, ha consentito in due anni un risparmio alle famiglie di oltre tre milioni di Euro.

Le 40 mila adesioni ci rendono – afferma Daoli - **il più grande gruppo di acquisto ecologico e solidale di energia**, e come tutti i gruppi di acquisto che si basano sul principio cooperativo, ci siamo impegnati a rispondere ai bisogni dei soci e a offrire ulteriori vantaggi oltre allo sconto.

Il primo è sicuramente la facilitazione

RISPARMIO DI 3 MILIONI DI EURO Offrendo il 20% di sconto il primo anno e il 10% dal secondo anno in poi, più ulteriori bonus, etika ha consentito in due anni un risparmio alle famiglie di oltre tre milioni di euro

della sottoscrizione che abbiamo costruito con Dolomiti Energia, il consorzio Sait e l'innovazione offerta dalla cooperativa sociale La Rete che ha dato vita al gruppo **etika easy** (Formato anche da operatori con disabilità) in grado di facilitare l'adesione per tutti i potenziali clienti attraverso strumenti cartacei e digitali.

Abbiamo poi lanciato **etikaplus**, una serie di proposte ulteriori che consentono agli aderenti di risparmiare ancora di più e, nel contempo di contribuire ecologicamente e socialmente al benessere di tutta la comunità. Ad oggi abbiamo offerto a costi contenuti (anche del 50% rispetto al prezzo normalmente applicato sul mercato) le **lampadine a Led** (ancora oggi acquistabili sul sito www.loveled.com) e il servizio **Casa Virtuosa** di Dolomiti Energia, che elabora un report dettagliato dello stato di efficienza energetica e illustra diverse tecnologie con le quali è possibile efficientare, in modo semplice e veloce, la



economica

20%
Sconto
il primo anno

ecologica

100%
Energia
Green

solidale

10 €
l'anno per
ogni contratto
al progetto solidale

Il passaggio al mercato libero: etika tutela i soci

Gli incontri per essere informati correttamente sul passaggio al mercato libero: prossimi appuntamenti a Terragnolo, Riva del Garda, Lavis, Pergine

Vista l'ampia partecipazione ai primi incontri realizzati a Brentonico e a Trambileno nei mesi scorsi, i partner di etika hanno deciso di dar vita ad un tour territoriale **"etika energia: la sicurezza nel passaggio al mercato libero"**. La prima tappa sarà il **17 gennaio a Terragnolo**, per poi proseguire il **4 febbraio a Riva del Garda, Lavis, Pergine** e così via. Agli incontri territoriali aperti a tutta la cittadinanza, seguirà la presenza degli operatori di etika easy nelle filiali delle Casse rurali o nei punti vendita delle Famiglie cooperative; gli operatori saranno disponibili a ulteriori chiarimenti e anche ad accompagnare soci e clienti nella stipula del contratto rendendo l'operazione molto rapida.

Gli incontri sono organizzati con le Casse Rurali, le Famiglie cooperative e le Cooperative sociali della zona che vogliono consentire ai loro soci di fare scelte consapevoli e tempestive prima che cessi a luglio 2020 il Mercato di Maggior Tutela. Mercato che prevede l'applicazione di un sistema di prezzi stabiliti trimestralmente dall'Autorità di Regolazione per Energia Reti e Ambiente. Entro quella data tutti saranno, infatti, chiamati a scegliere il loro fornitore nel Mercato Libero dell'energia e chi non lo farà sarà assegnato (una delle ipotesi in discussione è che ciò avvenga attraverso un'asta) ad un erogatore individuato dall'Autorità di Regolazione per Energia Reti e Ambiente (ARERA).

In ogni caso non esisterà più il prezzo tutelato di oggi, sui cui è calcolato anche lo sconto offerto da etika. In previsione di questo passaggio i partner di etika si sono già mossi per garantire, in continuità con le condizioni attuali, la convenienza dell'offerta. "Tra i vari parametri possibili su cui applicare lo sconto – spiega Raul Daoli – abbiamo scelto l'indice PUN, perché accessibile e consultabile da chiunque. È il prezzo unico nazionale dell'energia elettrica che viene rilevato sulla borsa elettrica italiana; un prezzo all'ingrosso, quindi, il cui valore viene quotato mensilmente e a cui aggiungiamo uno spread (una maggiorazione) di 0,01 euro al kwh. Ed è su quest'ultimo prezzo indicizzato PUN che viene applicato lo sconto previsto da etika".

Chiedi in Famiglia Cooperativa

Per aderire ora basta un click

Basta un modulo di preadesione: si occupa di tutto il resto Etikaeasy. Ed ora si può utilizzare anche la “firma digitale”

In un mercato complesso come quello dell'energia, in cui è difficile non solo orientarsi, ma anche dar seguito alle proprie scelte, etika ha fatto suo fin dall'inizio il **principio della semplificazione che si accompagna a quello della trasparenza.**

Obiettivo era quello di evitare non solo clausole contrattuali difficili da interpretare, magari con costi non trasparenti, ma anche quello di far sì che le persone non dovessero fare lunghe file agli sportelli, anche lontani dalla propria abitazione.

In questo processo hanno avuto un ruolo fondamentale le Famiglie cooperative presenti in tutto il territorio provinciale, anche in piccoli paesini di montagna.

ETIKAEASY

In negozio i soci hanno avuto, e hanno tuttora, la possibilità di ricevere informazioni su etika, ma anche di **stipulare il contratto compilando un semplice modulo di preadesione**; a tutto il resto pensa la Famiglia cooperativa insieme al team Etikaeasy, composto da operatori e persone con disabilità appositamente formati.

I moduli di preadesione raccolti in negozio vengono infatti consegnati attraverso l'ufficio soci del consorzio Sait al team Etikaeasy che provvede alla verifica della correttezza e della completezza dei dati e successivamente al loro inserimento nel portale di Dolomiti Energia.

Nel giro di poco tempo al cliente arrivava un'email e un messaggio sms sul telefono che lo avvisa di passare in Famiglia cooperativa a firmare il contratto.

FIRMA DIGITALE

Accanto a questa opportunità, oggi ne viene attivata un'altra che semplifica ulteriormente il processo di adesione: le persone che avranno compilato il modulo di preadesione potranno infatti optare per la “firma digitale”, ovvero attivare il contratto semplicemente cliccando un link che arriverà loro attraverso la posta elettronica.

Aderire ad etika è facile e veloce

Hai un indirizzo di **posta elettronica?** La tua estensione è lo **smartphone?** Preferisci la **carta stampata?**



<https://form.jotformeu.com/larete/etika-easy>



propria casa, massimizzando il risparmio energetico. Negli ultimi mesi, su richiesta di molti soci e clienti, sono stati inoltre organizzati alcuni **incontri territoriali** per spiegare cosa accadrà con il passaggio determinato da norme nazionali dal mercato tutelato dell'energia a quello libero. Vista l'ampia partecipazione a primi appuntamenti, il tour territoriale proseguirà con altre tappe anche nel 2019.

25 MILA EURO PER INIZIATIVE CULTURALI

Convinti che sui temi dell'economia equa, della tutela ambientale, dell'inclusione sociale e della solidarietà, oltre alle azioni concrete serva un lavoro culturale ed educativo, i partner con etika si sono impegnati



in un'azione di sensibilizzazione e coinvolgimento della cittadinanza. etika in questi due anni ha sostenuto **la fiera Fa' la cosa giusta** e ha **promosso l'inclusione sociale**, attraverso la narrazione delle storie

di vita delle persone con disabilità o dei loro familiari coinvolti nei progetti solidali, che sono state divulgate in teatri e musei, attraverso i media e i canali on line e off line.

etika si è impegnata anche sul tema della **sostenibilità ambientale** coinvolgendo in particolare bambini e ragazzi, ovvero coloro che saranno i protagonisti del futuro lanciando **la col-**

Il fondo sociale di Etika (il risultato dei 10 euro versati ogni anno per ogni contratto) è per il 71% destinato ai Progetti sociali per l'abitare inclusivo di

persone con disabilità, per il 17 % ad altre attività di valenza sociale e solo per il 12% alle pur necessarie attività di comunicazioni e funzionali

Le Famiglie cooperative che hanno raccolto più adesioni

Il premio alle Famiglie Cooperative virtuose

Isera, Monte Baldo e Valle dell'Adige le prime tre classificate

Al successo di etika hanno contribuito in modo rilevante le Famiglie cooperative aderenti al consorzio SAIT che fin dall'inizio hanno svolto gratuitamente un compito informativo, ma hanno anche permesso ai soci e clienti di sottoscrivere il contratto in modo semplice e rapido. "E se oggi basta un click per farlo – afferma Raul Daoli – siamo convinti che saranno ancora tanti i soci che sceglieranno la sottoscrizione nel loro punto vendita e non solo perché magari non sono, come si dice oggi, "smanettoni" e preferiscono la carta stampata, ma anche perché nei punti vendita si costruiscono relazioni di fiducia fondamentali quando si tratta di



beni e servizi importanti e necessari per le famiglie come sono energia e gas. Un impegno, quello delle Famiglie cooperative e dei loro operatori, che i partner di etika hanno deciso di premiare assegnando a quelle che hanno registrato il maggior numero di contratti in rapporto al numero di soci, 1000 euro da detrarre nella bolletta energetica dei punti vendita. Quest'anno al primo posto è arrivata la **Famiglia cooperativa di Isera (nella foto), seguita dalla Famiglia cooperativa Monte Baldo e dalla Famiglia cooperativa Valle dell'Adige.**

L'anno scorso ad avere raccolto più adesioni erano state la Famiglia cooperativa Valda, la Famiglia cooperativa Castello Tesino, la Famiglia cooperativa Pedersano e la Famiglia cooperativa Vallagarina.

lana editoriale "il mondo di etika" e il concorso per le scuole "L'energia della natura". Il concorso – che ha ottenuto una buona adesione da parte delle scuole – si concluderà a febbraio con la premiazione delle 4 classi vincitrici con buoni che permetteranno alle scuole di arricchire strumenti e opportunità formative a loro disposizione. Nel montepremi è stato inserito anche quello che lo stesso progetto etika ha ricevuto arrivando seconda nella categoria "Impegno e attività" della nona edizione del Premio Euregio per l'ambiente.

LA PROMOZIONE E I COSTI DI GESTIONE

Solo il 12% delle risorse raccolte sono state investite in strumenti di marketing e pubblicitari per far conoscere etika. "Siamo riusciti a contenere i costi di promozione – spiega Raul Daoli – innanzitutto perché c'è stato un iniziale e consistente investimento dei partner, che è continuato poi in questi due anni

sia con la messa a disposizione dei propri canali, sia con la destinazione di ulteriori risorse che ogni organizzazione coinvolta aveva riservato al marketing. A questo poi c'è da aggiungere che molta promozione è

passata e passa attraverso le relazioni fiduciarie che i soci e clienti hanno con la propria **Famiglia Cooperativa** e con la propria **Cassa Rurale**, senza contare la forza del passaparola. Le persone che hanno aderito a etika spesso, infatti, lo consigliano a famigliari e amici".

Per quanto riguarda le spese di gestione – ad esempio quelle amministrative –, anche queste sono state sostenute dai partner che hanno messo a disposizione personale e competenze proprie.

etika
1° CONCORSO
EDIZIONE
AUTUNNO 2018
SCUOLE



"IL MONDO DI ETIKA. L'ENERGIA DELLA NATURA" è il titolo del concorso di Etika per le scuole: ha l'obiettivo di promuovere una responsabilità diffusa rispetto alla tutela dell'ambiente e diffondere la consapevolezza che l'ecologia e un mondo sostenibile sono una responsabilità collettiva (info: www.etikaenergia.it)

Gli economisti **Lucrezia Reichlin**, **Daniel Gros** e **Jacques Attali**, l'ex vicepresidente della World Bank **François Bourguignon**, lo storico **Marc Lazar** e il sociologo **Nando Dalla Chiesa**. E poi l'attrice **Isabella Ragonese**, il musicista **Giovanni Allevi** e il fotografo **Steve McCurry**, a cui sarà dedicata una mostra con 40 suoi ritratti. Sono stati tra gli ospiti della tappa a Bologna



Biennale della Cooperazione italiana

Una proposta cooperativa per un domani inclusivo, giusto e sostenibile

Alla Biennale della Cooperazione italiana dialoghi e incontri su economia, Europa, legalità, innovazione, cambiamenti sociali e tecnologici, nuovi paradigmi dello sviluppo e politiche per il lavoro, welfare e sostenibilità. Il contributo trentino in occasione dei 10 anni di Euricse

(il 30 novembre e 1° dicembre) della Biennale della Cooperazione italiana, la prima promossa dall'Alleanza delle Cooperative

italiane (Confcooperative, Legacoop e Agci). La tappa bolognese è seguita a quella di Bari (14 e 15 novembre) e ha preceduto quelle

di Milano e Roma, il 12 e 13 gennaio e il 31 gennaio e 1° febbraio 2019; nella capitale i lavori si chiuderanno con gli Stati Generali della Cooperazione italiana. Due giorni di dialoghi e incontri, quelli bolognesi, incentrati su economia, Europa, legalità, innovazione, i cambiamenti sociali e quelli tecnologici, i nuovi paradigmi dello sviluppo e le politiche per il lavoro, il welfare e la sostenibilità, il tutto riassunto sotto il titolo "Cambiare l'Italia cooperando".

La manifestazione di Bologna è stata occasione di confronto con la società civile sul **mutare dei bisogni**, sull'innovazione e sulle nuove strategie che l'economia e la politica globale impongono, per elaborare una **proposta cooperativa** che possa essere utile al Paese per coltivare un domani inclusivo, giusto e sostenibile.

Il libro

Smontare gli stereotipi sulle cooperative

"Cooperative da riscoprire. Dieci tesi controcorrente"

(a cura di **Carlo Borzaga**, Donzelli editore)

Piccole. Persino troppo per concorrere alla pari con altre forme d'impresa, per innovare, per partecipare con credibilità al dibattito pubblico, per anticipare bisogni oggi potenziali e domani necessari. Desuete. Lontane rispetto alle istanze di una digitalizzazione ampiamente invocata e di un'economia ormai condivisa, on demand, ritmata da un clic. Sottocapitalizzate. Meno efficienti delle imprese di capitali. Dipendenti dall'attenzione quasi assistenzialista che muove la mano pubblica. Favorite, privilegiate. Persino false. E per questo biasimabili a cadenza regolare nelle dichiarazioni pubbliche di chi, di volta in volta e al di là del colore, varca gli spazi del Parlamento.

Parlare di cooperative porta inevitabilmente qui: nelle retrovie buie e incerte di una narrazione dominante, di una rappresentazione ampiamente ricorrente quanto scarsamente corrispondente all'originale.

Vero e verosimile, percezione e realtà pare confondano persino chi, quotidianamente, anima il sistema cooperativo.

Ma quanto c'è di vero? Quanto i detti corrispondono ai fatti? Le cooperative sono davvero nane e marginali? Vivono e sopravvivono solo grazie a un regime fiscale vantaggioso rispetto ad altre forme di impresa? E negli anni più aspri della crisi hanno subito le medesime conseguenze sofferte da Spa e Srl? Ancora: al tempo della sharing economy, della digitalizzazione urgente e inderogabile, parlare di cooperazione è davvero anacronistico?

L'Istituto europeo di ricerca sull'impresa cooperativa e sociale (Euricse) se l'è chiesto, sin dalla sua fondazione. E alla

mancanza di analisi empiriche a supporto delle tesi mainstream **ha risposto con evidenze, numeri, disamine teoriche**. In occasione dei suoi primi dieci anni di vita, Euricse ha quindi raccolto alcuni dei risultati delle ricerche più rilevanti prodotte in tempi

recenti. L'ha fatto per **dare consistenza alle parole**.

L'esito è una riflessione che getta nuove basi, meno emotive e più scientifiche, per capire il futuro di un sistema – quello cooperativo – che ha ancora più di una sfida da vincere e che ha tutto il potenziale per interpretare le trasformazioni che segneranno il nostro tempo e quello a venire. (Donzelli editore)



Carlo Borzaga è professore ordinario di Politica economica all'Università degli studi di Trento; presidente di Euricse dal 2008, è stato tra i fondatori del network europeo Emes (Emergence of Social Enterprises) e di Iris Network (il network italiano delle istituzioni di ricerca che si occupano di impresa sociale)

10 ANNI DI ATTIVITÀ DI EURICSE

La rigenerazione sociale



Il riuso di immobili e spazi pubblici per farne beni della comunità. Azioni che riguardano l'allestimento di spazi intorno ai quali ruotano nuove comunità cooperative, Famiglie Cooperative incluse

di Flaviano Zandonai

Euricse, il centro studi europeo sulla cooperazione e l'impresa sociale compie dieci anni. In questo decennio ha svolto molte attività di ricerca e uno dei filoni più promettenti riguarda la **rigenerazione sociale**. Si studiano cioè tutte quelle iniziative di riuso di immobili e spazi pubblici per farne beni della comunità: vecchie stazioni ferroviarie trasformate in sedi di associazioni locali, proprietà confiscate a organizzazioni mafiose dove oggi si fa agricoltura sociale, ex stabilimenti industriali divenuti centri di produzione culturale, parchi e aiuole gestiti da cittadini attivi.

Esperienze puntiformi ma con più di un tratto in comune non solo nella genesi - la comunità che si riattiva - ma anche negli esiti. Si tratta infatti di **spazi polifunzionali**, cioè aperti a una molteplicità di iniziative, fortemente connessi al contesto esterno e caratterizzati da una spiccata propensione al **fare insieme** o, in termini più tecnici, a **coprogettare coinvolgendo direttamente quelli che di solito vengono considerati solo i beneficiari delle attività**.

Tutto molto bello, verrebbe da dire, ma anche molto di nicchia. Nel senso che, solitamente, si tratta di iniziative che sorgono negli interstizi dell'intervento



pubblico o dell'economia di mercato. A volte anche dell'economia sociale più strutturata che si occupa di grandi progetti nel campo del welfare, dell'abitare, della cultura, dei servizi.

Eppure da queste iniziative si possono trarre interessanti insegnamenti anche per le imprese cooperative più strutturate che vivono una fase di sviluppo molto delicata, tesa tra l'esigenza di rigenerare, esse stesse, il loro legame territoriale e, al tempo stesso, di dotarsi di assetti più marcatamente industriali per reggere il

confronto con un'economia globalizzata che comunque è in grado di atterrare sempre più sui territori, rosicchiando competitività alle imprese locali.

Vale un po' per tutti: per le banche cooperative, per le famiglie cooperative, per le cooperative di abitanti, per quelle di servizi in particolare in campi come la ristorazione, la logistica, l'ambiente. Ecco quindi che conoscere meglio o magari adottare queste iniziative dal basso

può essere utile anche per **gestire la crescita di queste imprese: per riallestire un negozio di comunità intorno a una dimensione autentica di multiservizio**, per recuperare il vero carattere di agenzia di uno sportello bancario, per riprogettare una mensa o un giardino pertinenziale. Insomma **azioni che riguardano l'allestimento di spazi intorno ai quali ruotano nuove comunità cooperative**.

Una sfida che chiama in causa competenze trasversali di chi gestisce uno dei tanti "punti di contatto" delle imprese cooperative nel nostro territorio: stando alla cassa, dietro a uno sportello o gestendo le consegne. E che **riguarda anche noi cittadini: sempre meno utenti e clienti e sempre più coproduttori di beni e servizi che sono davvero di interesse collettivo**. Un mix di capacità progettuali e relazionali che ci rendono costruttori di comunità e che sono pienamente coerenti con la missione ma anche con i modelli di economia delle imprese cooperative.

Durante la prima giornata è anche stato presentato il libro curato da Carlo Borzaga (presidente dell'Euricse, Istituto europeo di ricerca sull'impresa cooperativa e sociale, che ha sede a Trento) dal titolo "Cooperative da riscoprire *Dieci tesi controcorrente*" (Donzelli editore), che propone dieci tesi controcorrente per riscoprire il movimento cooperativo, dati alla mano, sulle base dei risultati delle ricerche Euricse (vedi riquadro nella pagina accanto).

La presentazione del libro a Bologna (e poi il 6 dicembre al Muse di Trento) è stata anche occasione per festeggiare i 10 anni di attività di Euricse. Dal 2008 a oggi, l'Istituto europeo di ricerca sull'impresa cooperativa e sociale è cresciuto: ha partecipato alla diffusione delle conoscenze relative all'economia sociale



e solidale; ne ha affinato gli strumenti a disposizione; si è ricavato spazio autorevole nel dibattito pubblico e scientifico (locale, nazionale, internazionale) e ha ampliato la squadra di ricercatrici

Un momento della presentazione del libro "Cooperative da riscoprire" durante la Biennale della Cooperazione italiana a Bologna

e ricercatori. Tra questi Flaviano Zandonai, sociologo: a lui abbiamo chiesto di illustrare una delle tesi del libro "Cooperative da riscoprire", quella che è molto vicina anche alla cooperazione di consumo trentina: la "rigenerazione sociale" (vedi riquadro in alto). Zandonai ha lavorato per oltre un decennio nei consorzi della cooperazione sociale italiana, è segretario di Iris Network, la rete italiana

degli istituti di ricerca sull'impresa sociale, e i suoi interessi di ricerca riguardano la specificità del fenomeno della cooperazione sociale italiana, gli studi sulla rigenerazione dei beni comunitari e le forme di finanziamento all'impresa sociale. (c.g.)



ANFFAS, "UN MORSO, UN SORSO DI SOLIDARIETÀ" 2018

Grazie per la vostra generosità

Oltre 16.500 euro raccolti nella giornata di venerdì 16 novembre: contribuiranno all'acquisto degli arredi della comunità alloggio Anffas di Arco che aprirà nel 2019 e accoglierà 12 ospiti

Ammonta a oltre 16.500 euro la somma raccolta nella giornata di venerdì 16 novembre 2018 in occasione dell'iniziativa di solidarietà della Cooperazione di Consumo Trentina a favore di Anffas Trentino Onlus "Un morso, un sorso di solidarietà", una collaborazione che, partita nel 2004, si è consolidata nel corso degli anni grazie al contributo delle Cooperative di Consumo Trentine e a quello di diverse aziende, come la Menz & Gasser e la Melchiori. Nei 21 negozi della Cooperazione di Consumo Trentina che hanno accolto l'iniziativa tante persone hanno scelto con generosità di fare una offerta, ed hanno avuto in cambio un sacchetto - decorato dagli allievi del Centro Giovani ANFFAS con la collaborazione di altre strutture sia della periferia (Cavalese, Predazzo e Arco) e di Trento (Buonarroti, Nuova Casa Serena, Onestinghamel, Volta, Suffragio) - riempito con i biscotti Coop Gocce di cioccolato, la marmellata al lampone di Menz & Gasser e il succo di Mela Bio Melchiori. A curare l'iniziativa, anche nei negozi, gli allievi delle strutture, i volontari, i genitori, il personale educatore, quello amministrativo di Anffas Trentino Onlus e anche quello della Cooperazione di Consumo.

La somma raccolta quest'anno andrà a contribuire all'acquisto degli arredi della comunità alloggio Anffas di Arco che aprirà nel 2019 e accoglierà 12 ospiti.

"Un morso, un sorso di solidarietà" ha raccolto in tredici edizioni oltre 186mila euro.

La Cooperazione di Consumo Trentina è vicina ad Anffas Trentino anche attraverso la **raccolta punti SocioSì (si può scegliere di donare ad Anffas i propri punti fino al 30 gennaio 2019)**. Con il ricavato di questa iniziativa Anffas Trentino sostiene i **progetti di vita indipendente** che puntano a favorire lo sviluppo, la crescita e l'autonomia personale di giovani con disabilità intellettiva di grado medio-lieve.

È stato inaugurato il 16 novembre a Romallo il punto vendita ristrutturato della Famiglia Cooperativa Anania: con un investimento di 125 mila euro, il negozio è stato rinnovato e potenziato nell'offerta commerciale.

La cooperazione di consumo è presente a Romallo fin dal 1895; La Famiglia Cooperativa Anania è nata

i primi negozi Sieg ovvero Servizi di interesse economico generale, una qualifica europea riconosciuta ai punti vendita che erogano servizi aggiuntivi rispetto a quelli di un normale alimentari (vedi riquadro). I soci della Famiglia Cooperativa sono circa 3500, di questi 189 sono residenti a Romallo. Il personale, coordinato dal direttore **Rinaldo Job**, comprende 56 collaboratori. Nel



Alcuni momenti della festa d'inaugurazione, con il taglio del nastro che vede in primo piano la presidente Berti e il sindaco Dominici; l'ingresso dei partecipanti nel negozio rinnovato; uno scatto del negozio pronto ad accogliere la festa

infatti il 1° gennaio 2017 dalla fusione tra Famiglia Cooperativa Castelli d'Anania e la Famiglia Cooperativa Sette Larici, a loro volta frutto di fusioni precedenti decise sempre con l'obiettivo di continuare a tenere aperti i negozi per garantire un servizio così importante.

Oggi la Famiglia Cooperativa Anania conta diciannove punti vendita (Bresimo, Cis, Cles, Coredò, Cunevo, Marcena, Mione, Mocenigo Preghena, Rallo, Revò, Romallo, Sfruz, Smarano, Taio, Tavon, Terres, Tuenno, Varollo): quattro sono supermercati con una superficie di circa 500 metri quadrati (Tuenno, Cles, Revò, Coredò), e 15 sono negozi con superficie dai 100 ai 250 metri quadrati, spesso unico negozio a servizio del paese, come Cis e Bresimo, ad esempio, che dal 10 luglio 2018, sono diventati

2017 il fatturato ha superato i 12 milioni di euro, mentre l'utile dell'esercizio è ammontato a 40 mila euro.

FAMIGLIA COOPERATIVA AL SERVIZIO DELLA COMUNITÀ

"Il Consiglio di amministrazione della Famiglia Cooperativa Anania - ha spiegato la presidente **Graziella Berti** - consegna alla comunità il punto vendita di Romallo riammodernato, maggiormente confortevole, efficiente e con un vasto assortimento di





I Sieg sono negozi di montagna che offrono una serie di servizi in più, anche di carattere sociale; sono infatti "Servizi di interesse economico generale", una qualifica europea riconosciuta ai punti vendita che erogano servizi aggiuntivi rispetto a quelli di un normale alimentari; i criteri generali

I NEGOZI SIEG DI CIS E BRESIMO Servizi di interesse economico generale



che devono possedere, individuati a livello europeo, sono stati fissati nella prima metà del 2018 con una delibera della Giunta provinciale, che fa ancora una volta del Trentino un territorio apripista in Italia. I due negozi multiservizio Sieg di Cis e Bresimo sono il frutto dell'accordo fra Provincia Autonoma di Trento e Famiglia Cooperativa Anania; alla definizione dei contenuti dell'accordo, che stabilisce anche quali servizi aggiuntivi i negozi devono offrire, hanno partecipato i due Comuni interessati.

IL NEGOZIO DI BRESIMO, ad esempio offre: servizio di assistenza per la prenotazione telefonica o on-line di **visite mediche specialistiche**; rivendita di **giornali quotidiani e riviste**; servizio di **ricariche telefoniche** di almeno due tra i principali gestori di telefonia mobile; vendita di almeno dieci referenze di **prodotti biologici e/o per celiaci**; vendita di carni fresche e/o congelate, conservate, preparate, confezionate; vendita di almeno dieci referenze di **prodotti trentini e/o del commercio equo e solidale**.

E IL PUNTO VENDITA DI CIS: servizio di assistenza per la prenotazione telefonica o on-line di **visite mediche specialistiche**; rivendita di giornali quotidiani e riviste; vendita di almeno dieci referenze di **prodotti biologici e/o per celiaci**; vendita di carni fresche e/o congelate, conservate, preparate, confezionate; vendita di almeno dieci referenze di prodotti **trentini e/o del commercio equo e solidale**.

Famiglia Cooperativa Anania

Romallo: un negozio rinnovato a servizio del paese

Rinnovato e potenziato negli assortimenti il negozio di Romallo fa parte della rete di 19 negozi della Cooperativa Anania che fornisce un servizio fondamentale in tanti piccoli centri di questa zona

di **Corrado Corradini**

prodotti alimentari. Un occhio di riguardo è stato riservato alla proposta di **prodotti a marchio Coop: garantiscono a un giusto prezzo qualità, sicurezza, attenzione all'ambiente, impegno etico e solidale**. Sottolineando la funzione sociale della cooperazione e rivolgendosi in particolare alla politica, Berti ha quindi affermato: "Noi cerchiamo di amarlo questo Trentino, anche se viverlo spesso è faticoso e oneroso. Per viverlo quindi abbiamo bisogno di servizi, di poter lavorare in comunione e sintonia e di aiutarci perché noi siamo la cooperazione, noi siamo il territorio. Per questo motivo chiediamo alla politica che ci dia una mano, perché sappiamo che la montagna, senza servizi, si spopola e le conseguenze le abbiamo potute constatare anche nei giorni scorsi".

ESSERE COOPERATORI

Infine, un forte richiamo al senso di appartenenza: "Essere cooperatori - ha detto la presidente Berti - vuol dire rimanere tutti uniti, legati al proprio punto vendita, che mette il consumatore al centro, offre qualità, salubrità e genuinità, relazioni, un luogo d'incontro per le persone. La cooperazione è esperienza viva di un 'noi' e non di un 'io'. Un 'noi' strutturalmente aperto,

desideroso di coinvolgere molti, di crescere costantemente, di essere disponibile alla collaborazione con la comunità locale. Un 'noi' che non lavora per fare utili, ma per dare servizi ai propri soci".

All'appello della presidente Berti ha risposto il presidente della Provincia **Maurizio Fugatti**, che, presente all'evento d'inaugurazione, ha sottolineato come la cooperazione permetta di mantenere vivi i nostri paesi: "Nelle altre realtà le saracinesche si abbassano, qui si alzano perché c'è la cooperazione trentina"; lo stesso concetto è stato ribadito da **Mario Tonina**, assessore alla cooperazione, che ha messo in rilievo il ruolo dei piccoli negozi di montagna "che danno servizi e occasioni di socialità"; anche per l'assessora **Giulia Zanotelli** è necessario mantenere i servizi sui territori per salvaguardare le periferie; era presente all'evento anche l'amministrazione comunale e i rappresentanti degli organismi centrali della Cooperazione Trentina.

Il sindaco di Romallo **Silvano Dominci** ha ringraziato la Famiglia Cooperativa per l'investimento realizzato a favore della comunità. "Fare cooperazione e fare comunità - ha detto - sono due facce della stessa medaglia".

La cooperazione trentina - ha affermato la presidente **Marina Mattarei** - è pronta a fare la sua parte e non si tira indietro rispetto alle sfide di questo tempo, per le quali conta sulla condivisione delle istituzioni pubbliche. "Che cosa sarebbe dei nostri paesi senza la cooperazione?", si è interrogato il vicepresidente della Federazione per il settore consumo **Walter Facchinelli**.

Con la Famiglia Cooperativa Anania si è complimentato anche il presidente del Sait **Renato Dalpalù** ("abbandonare le periferie vorrebbe dire deprimere le economie locali"), accompagnato per l'inaugurazione dal direttore generale **Luca Picciarelli**.

SE PASSI A COOPVOCE

30€DI TRAFFICO
TELEFONICO BONUS
IN OMAGGIO

ChiamaTutti

TOP

A SOLI **8€** AL MESE PER SEMPRE

Promozione valida
dal 22 novembre 2018 al 16 gennaio 2019



- ▶ **20 GIGA** in 4G
- ▶ **MINUTI ILLIMITATI**
- ▶ **SMS ILLIMITATI**

coop voce

Comunicare è semplice.

www.coopvoce.it

L'offerta "ChiamaTutti TOP" è valida per chi attiva CoopVoce tra il **22 Novembre 2018** e il **16 Gennaio 2019** e prevede ogni mese, in territorio nazionale e in territorio UE, **20 GIGA di traffico internet, chiamate e SMS illimitati** verso numeri fissi e mobili. Le connessioni internet sono tariffate a singolo kbyte. Al superamento dei Giga compresi nel mese, il traffico internet è inibito. **La promozione ha un costo di 8 € al mese** e si rinnova automaticamente ogni mese. Se il credito residuo non è sufficiente, l'offerta è sospesa per 7 giorni. Per riattivarla è necessario ricaricare entro 7 giorni, altrimenti verrà disattivata. In caso di sospensione il traffico voce e SMS è tariffato secondo le condizioni del piano tariffario, mentre il traffico internet è inibito. La promozione nello stesso periodo è attivabile anche dai già clienti a 9 €, che verranno scalati dal credito residuo della SIM insieme al canone del primo mese. Per maggiori dettagli sull'offerta, policy di corretto utilizzo e limitazioni, visita il sito www.coopvoce.it. Inoltre, i clienti che portano il proprio numero in CoopVoce dal 22 Novembre 2018 al 16 Gennaio 2019 nei punti vendita Coop ed attivano contestualmente la promozione "ChiamaTutti TOP" riceveranno **30 € di traffico telefonico bonus in omaggio**. Il bonus non è utilizzabile per il traffico internazionale. Ogni cliente può beneficiare del bonus di 30 € al massimo su 2 linee. La promozione non è compatibile con le altre iniziative che prevedono un accredito di bonus.

CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: ALDENO Via Dante, 9 • AVIO P.zza Roma, 5 • BONDO Corso III Novembre, 12 • BORGHO VALSUGANA Corso Vicenza, 4/A • CALDONAZZO Via Marconi, 28/A • CAMPITELLO DI FASSA Streda Dolomites, 73 • CARANO Via Nazionale, 18 • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperis, 2 • MALE' Via 4 Novembre • MATTARELLO Via Catoni, 50 • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MOENA Strada De Prealton, 26 • MORI Via Marconi, 38 • PERGINE VALSUGANA Piazza Gavazzi, 6 • PONTE ARCHE Via Prati, 19 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Via Padova - Piazzale Mimosa, 8/10A • ROVERETO Via Mazzini, 65 - Viale Trento, 31/B - Piazza N. Sauro, 19/A • STRIGNO Via Roma, 27 • STORO Via Conciliazione, 22 • TRANSACQUA Viale Piave, 169 • TRENTO Piazza Gen. Cantore, 30 - Via Brigata Acqui, 2 - Via Solteri, 43 - Ravina - Via Herrsching, 1 - Via C. Menguzzato, 85 - Corso 3 Novembre, 2 - Piazza Lodron, 28 • TUNNO Piazza Alpini, 24 • VEZZANO Via Roma, 45 • VILLALGARINA Via 25 Aprile, 50 • **PROVINCIA DI BELLUNO:** AGORDO Via Insurrezione, 18 • FALCADE Piazza Mercato • SEDICO Via Gerolamo Segato, 11 • **PROVINCIA DI BOLZANO:** BOLZANO Via Macello, 29 • MONGUELFO Via Pusteria, 17 • SALORNO Via Trento, 18

Al centro del nuovo concorso scolastico della Cooperazione Trentina sette parole che rappresentano altrettanti capisaldi del lessico cooperativo: solidarietà, uguaglianza, democrazia, sostenibilità, libertà, responsabilità, fiducia



E sistono parole che, più di altre, si legano alla Cooperazione e al movimento cooperativo. Parole dal significato profondo, meritevoli di un approfondimento. Parte da qui il nuovo concorso scolastico promosso dalla Federazione Trentina della Cooperazione e, in particolare, dall'Ufficio per l'educazione cooperativa.

“Custodi di parole” è il titolo di questa iniziativa, pensata e proposta a studentesse e studenti della scuola primaria (elementari), secondaria di primo grado (medie), secondaria di secondo grado (superiori), Centri di Formazione Professionale e Istituti Professionali. “Il concorso è rivolto a tutte le scuole della Provincia Autonoma di Trento – spiegano i promotori – ed è nato con una finalità precisa: quella di chiedere di leggere in profondità il significato e la portata simbolica di alcune parole di particolare rilievo per il movimento cooperativo”.

Oggi siamo continuamente stimolati da telefoni e tablet e saltiamo continuamente da un'informazione all'altra, senza concederci il tempo per riflettere, per approfondire, per lasciare che un'informazione si sedimenti. Ma cosa accade quando spegniamo lo schermo? Cadiamo in una nuova noia incapaci di cogliere le sollecitazioni

Concorso per le scuole: adesioni entro il 30 gennaio 2019 Alla ricerca del significato profondo delle parole

Al via “Custodi di parole”, il nuovo concorso indetto dall'Ufficio cultura e formazione cooperativa della Cooperazione Trentina e rivolto a tutte le scuole della Provincia autonoma di Trento: le classi partecipanti indagheranno le molteplici sfaccettature di una parola, diventando custodi dell'importanza profonda del suo significato

del mondo reale. Per questa ragione Ufficio per l'educazione cooperativa della Federazione Trentina della Cooperazione ha deciso di lanciare il concorso **“Custodi di parole”**, nel quale si invitano gli studenti e le studentesse a indagare in profondità le molteplici sfaccettature di una parola e coglierne il suo vero significato.

COME PARTECIPARE

Ogni classe potrà scegliere una parola legata ai valori cooperativi: diventerà così custode

di uno di dei sette concetti che rappresentano l'essenza dell'agire cooperativo: **solidarietà, uguaglianza, democrazia, sostenibilità, libertà, responsabilità, fiducia**, contenuti nella “Carta dei Valori della Cooperazione Trentina”, punto di riferimento etico e pratico.

Per iscriversi è sufficiente collegarsi a www.coopeduca.it e compilare il modulo di adesione **entro il 30 gennaio 2019**.

Ogni classe durante l'anno scolastico e avvalendosi di diverse fonti (giornali, radio, televisione, internet, ecc.) dovrà raccogliere il maggior numero di informazioni possibili sulla parola scelta; le informazioni verranno raccolte nel portfolio di ogni classe per poi essere catalogate e collezionate nel modo più

opportuno stabilito d'intesa con l'insegnante. Tutti gli elaborati dovranno essere consegnati **entro il 15 maggio 2019**.

Una commissione di giuria li valuterà e premierà durante la cerimonia in calendario il **29 maggio** alla Sala della Cooperazione a Trento. (d.nart)

Tutte le info su

<https://www.coopeduca.it/News/Concorso-Custodi-di-parole>

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



POLIZZA RCAuto

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

POLIZZA SALUTE

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

POLIZZA CASA E FAMIGLIA

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

La pubblicazione annuale I numeri della violenza di genere in Trentino

È stata presentata il 5 dicembre dall'assessora alla salute, politiche sociali, disabilità e famiglia Stefania Segnana, la pubblicazione annuale sui numeri della violenza di genere in provincia di Trento, un lavoro che propone un'analisi sia di denunce e ammonimenti sia di politiche e servizi offerti alle donne che subiscono violenza nel nostro territorio. Un approfondimento reso possibile dalla collaborazione tra istituzioni e forze dell'ordine coordinata dall'Osservatorio provinciale sulla violenza di genere. Per il 2017, la rilevazione ha registrato 638 episodi riconducibili a violenze di genere: per la fascia di età tra i 16 e i 64 anni si tratta di una media di quasi 50 al mese, 1,6 al giorno; nell'83% dei casi la vittima conosce l'autore; nel 61% dei casi si tratta di partner o ex partner. Queste percentuali si ritrovano anche per le donne accolte nei servizi antiviolenza, dove si registra anche la rilevazione di 524 minori vittime di violenza assistita, cioè quei minori che subiscono le conseguenze di essere stati testimoni di episodi di violenza, e sono quindi comunque vittime di violenza. Lo studio conferma che il fenomeno riguarda soprattutto la rete di relazioni più vicina alle vittime, se non la più intima, quella familiare, che ne rende più difficile l'emersione.

I SERVIZI ANTIVIOLENZA

I servizi antiviolenza presenti sul territorio provinciale sono articolati in "Servizi di accoglienza residenziale" che offrono ospitalità temporanea e "Servizi non residenziali" che offrono, invece, sostegno, consulenza legale e psicosociale.

Casa Rifugio (348 5451469)

Centro Antiviolenza (0461 22048; n. verde nazionale 1522 attivo h 24)

Punto d'Approdo (0464 421707)

Famiglia Materna (0464 435200)

Casa "Padre Angelo" (0461 925751)

Casa della Giovane (0461 234315)

Atas (0461 263330)

Alfid (0461 235008)

Anffas con il "Progetto Stairway"
(328 9529568)

Villaggio del fanciullo con il "Progetto S.O.S Mamma" (0461 384100)

Ha come protagonista la Cooperazione Trentina, insieme all'Università di Trento e alla Provincia Autonoma la prima iniziativa trentina di sensibilizzazione contro le molestie nei luoghi di lavoro. Sono loro, infatti, i primi soggetti ad essersi impegnati direttamente e con-

riconoscere questi comportamenti e per riuscire a gestirli correttamente". "Le molestie sono un fenomeno diffuso e pervasivo – ha detto Barbara Poggio, Prorettrice alle Politiche di equità e diversità dell'Università di Trento –. Abbiamo imparato a conoscerlo meglio con lo scandalo del 'me too' anche se in un

La campagna di sensibilizzazione

Le cooperative contro le molestie

Si chiama *Abusi d'ufficio* la campagna di sensibilizzazione, prevenzione e contrasto delle molestie sui luoghi di lavoro, un problema che in Trentino riguarda l'8,6% delle donne tra i 15 e i 65 anni

di **Dirce Pradella**

cretamente per far fronte a questo problema, sollevato e seguito dall'associazione Donne in Cooperazione, che interessa in Trentino l'8,6% delle donne tra i 15 e i 65 anni.

"Questa campagna di sensibilizzazione contribuisce ad alimentare un processo di crescita culturale di cui la nostra società civile ha molto bisogno – ha detto Marina Mattarei, presidente della Federazione Trentina della Cooperazione –. Come Cooperazione sentiamo la responsabilità di diffondere questa sensibilità e attenzione. Il rispetto per i collaboratori è fondamentale in una cooperativa".

"Il cambiamento culturale serve e va portato avanti con iniziative come questa – ha aggiunto Nadia Martinelli, presidente dell'Associazione Donne in Cooperazione –. Abbiamo cercato di coinvolgere più partner per creare un fronte unitario su questo tema".

"Abbiamo cercato di portare avanti una azione di consapevolezza forte – ha spiegato Simonetta Fedrizzi, responsabile del progetto per la Federazione – sia rispetto alle vittime di questi comportamenti sia rispetto alle imprese, affinché rendano chiara la propria policy aziendale sugli abusi. Attraverso la formazione abbiamo anche fornito ai responsabili delle risorse umane una 'cassetta degli attrezzi' per



I tre soggetti della campagna richiamano l'attenzione sui tre pericoli che si corrono in ambito lavorativo: la molestia, il ricatto e il silenzio di chi vede e non fa nulla

ambito lavorativo lontano, e vediamo che è un fenomeno variegato sia per chi lo esercita, sia per la formula usata. Eppure ha un costo 'aziendale' molto alto, quindi stupisce che

si sia studiato così poco su questo. I fattori che favoriscono le molestie sono il background socio-culturale del territorio dove risiede l'impresa, la presenza di una netta predominanza di un sesso, i contesti molto gerarchici".

**GLI STRUMENTI:
FORMAZIONE E INFORMAZIONE**

Il primo strumento finora utilizzato per affrontare questo problema è stato la formazione: sono infatti una cinquantina i direttori e responsabili delle risorse umane di cooperative che hanno partecipato ai due laboratori dal titolo *‘Come riconoscere, gestire, contrastare*



e prevenire le diverse espressioni di disagio, molestie, mobbing e violenze in ambito lavorativo’, ricavandone consigli ed informazioni giuridiche, organizzative, individuali e di team su come potersi comportare soprattutto in un’ottica di prevenzione.

L’iniziativa ha sollevato anche l’interesse nazionale, tanto che tra i partecipanti c’è stata una delegazione della Commissione dirigenti cooperative di Confcooperative.

Terminata la fase formativa, ora spazio alla sensibilizzazione, con questa campagna che stigmatizzerà sui **tre pericoli che si corrono in ambito lavorativo: la molestia, il ricatto e il silenzio di chi vede e non fa nulla.** Secondo l’Istat sono 1 milione e 404 mila le donne che hanno subito molestie sessuali sul lavoro, considerato che è molestia ogni contatto fisico, gesto o apprezza-

mento indesiderato a sfondo sessuale che offende la dignità di chi lo subisce. Un altro milione e 173 mila donne sono invece state vittime di ricatti sessuali per ottenere un lavoro, mantenerlo o per poter progredire nella carriera.

Un ambito ulteriore di attenzione di questa campagna riguarda l’ambiente aziendale, cioè tutta quella serie di persone che vedono o percepiscono l’abuso nei confronti di una collega ma non parlano. L’80,9% delle vittime non ne parla, quindi chi sta loro intorno ha il dovere di collaborare per stigmatizzare e mettere al bando i comportamenti errati. Perché un ambiente di lavoro ostile e umiliante compromette l’integrità fisica delle persone oltre che il clima aziendale.

PREVENIRE E CONTRASTARE

L’obiettivo è quello di stimolare le cooperative ad avviare al loro interno dei percorsi di informazione e soprattutto prevenzione, dando suggerimenti su come affrontare il problema e riferimenti a cui rivolgersi.

Perché questa campagna, oltre a sensibilizzare deve anche prevenire e contrastare, offrendo supporto nel trovare le soluzioni più opportune.

“Questa campagna presenta un linguaggio grafico rispettoso e chiaro – ha aggiunto Emanuele Corn, Consigliere di Pa-

rità nel Lavoro – ed è una rarità rispetto alle campagne sulla violenza sulle donne. Punta anche sul ruolo giocato dagli ‘altri’, cioè dai colleghi che vedono, intuiscono, ma non fanno nulla. Serve per dire che ci vuole solidarietà tra colleghi, perché se non si ferma-

“La campagna punta anche sul ruolo giocato dai colleghi, che vedono ma non fanno nulla. Ci vuole solidarietà tra colleghi: se non si fermano i comportamenti molesti tutti possono diventare vittime”

no i comportamenti molesti tutti possono diventarne vittime”.

Le tre immagini che costituiscono la campagna di prevenzione saranno diffuse oltre che in Federazione nei punti vendita, sportelli e luoghi di lavoro delle cooperative, nonché sul web e sui social del movimento.

Sensibilizzeranno ma daranno anche riferimenti concreti ai quali rivolgersi a chi vive queste situazioni, come gli sportelli contro le molestie della Cgil (sportello.molestie@cgil.tn.it 3481302608), della Cisl (sportello.molestie@cisl.tn.it

0461.215105), della Uil (sportello.molestie@uil.tn.it 0461 376192) e alla Consigliera di parità nel lavoro (consigliera.parita@provincia.tn.it 0461 493134).

I messaggi della campagna Abusi d’ufficio saranno veicolati nei punti vendita delle Famiglie Cooperative, negli sportelli delle Casse Rurali, nei luoghi di lavoro delle cooperative trentine e in Federazione Trentina della Cooperazione

**A CHI RIVOLGERSI
Gli Sportelli SMOG
(Sportello contro le molestie e la violenza di genere)**

Cgil: sportello.molestie@cgil.tn.it, tel. 3481302608
Cisl: sportello.molestie@cisl.tn.it, tel. 0461.215105
Uil: sportello.molestie@uil.tn.it, tel. 0461.376192
Consigliera di parità nel lavoro:
consigliera.parita@provincia.tn.it, tel. 0461 493134



“Lo sportello delle sigle sindacali per le molestie è attivo da circa un anno – ha spiegato Milena Segà della Cisl parlando in rappresentanza anche di Giovanna Weber della Cgil e di Annalisa Santin della Uil – ma ci sono state poche segnalazioni: qualche telefonata e nessun accesso diretto. Questo dà la misura della paura delle vittime, in primis di perdere il posto di lavoro e della difficoltà di esporsi, anche in considerazione delle forti difficoltà della magistratura ad essere tempestiva e determinante, come si vede anche nei casi di femminicidio”.

Oggi abbiamo macchine che possono leggere un testo scritto, capire il linguaggio parlato e rispondere a tono, riconoscere un volto, interpretare le intenzioni di qualcuno che si muove in un certo modo. E anche robot che disinnescano esplosivi, sistemi esperti che cercano nei database giuridici tutte le sen-

gli ospiti degli orfanotrofi ha permesso di riunire alle loro famiglie, in soli 4 giorni di elaborazione, circa 3.000 bambini che erano stati rapiti o erano stati separati dai genitori a seguito di disastri naturali.

Dobbiamo rinunciare ai vantaggi di sistemi esperti che ci aiutano a viaggiare, a mappare i danni di un'alluvione, a or-

L'Intelligenza Artificiale è tra noi C'è da decidere come vogliamo usarla

Questa tecnologia ha un potenziale enorme e ci mette di fronte a dilemmi etici e sociali da affrontare. Per restare padroni del futuro

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



tenze collegabili a un dato caso, auto a guida autonoma che presto renderanno obsoleti gli autisti "umani".

Le applicazioni dell'Intelligenza Artificiale sono potenzialmente infinite, e, come per ogni tecnologia, possono essere meravigliose o terribili a seconda delle scelte, del tutto umane, di chi decide quali sistemi sviluppare e per quali scopi usarli. I sistemi di riconoscimento facciale sono usati in molte città cinesi per implementare sistemi di vero e proprio controllo sociale, che premiano i cittadini che si comportano in modo conforme alle regole e penalizzano chi trasgredisce: una prospettiva inquietante quando uno stato autoritario non si limita a classificare come trasgressioni le violazioni del codice della strada, ma registra la partecipazione a manifestazioni di protesta o la frequentazione di ambienti legati al dissenso.

D'altra parte, di recente in India un software di riconoscimento facciale usato per analizzare gli archivi fotografici dei bambini scomparsi e le schede de-

ganizzare in modo razionale la logistica e la produzione, a fare diagnosi accurate? È difficile pensare di tornare indietro, ma è anche urgente aumentare il livello di consapevolezza e conoscenza riguardo a questi temi, per orientare e controllare le applicazioni dell'Intelligenza Artificiale e far sì che porti vantaggi a tutti, invece di creare nuove disuguaglianze e squilibri di potere.

(consumatori.e-coop.it)

L'INTELLIGENZA ARTIFICIALE SPIEGATA BENE

Il Post, quotidiano online che si distingue sempre per la selezione attenta delle fonti e la capacità di spiegare bene temi e avvenimenti controversi, racconta come è nata e si è sviluppata l'idea di software intelligenti; l'articolo fa parte di un dossier più ampio, "Un giorno tutto questo sarà AI", con storie e approfondimenti.

<http://bit.ly/IAilpost>

INTELLIGENZA ARTIFICIALE E SOCIETÀ

Sul sito AgendaDigitale.eu, dedicato ai temi dell'innovazione e in particolare alle sue applicazioni sulla gestione della cosa pubblica, ci sono numerosi articoli di approfondimento sia sulle applicazioni dell'Intelligenza Artificiale sia sulle sfide che essa ci pone in materia di governance e gestione delle comunità.

www.agendadigitale.eu/tag/intelligenza-artificiale/

Circa duecento anni fa Benjamin Franklin, uno dei Padri fondatori degli Stati Uniti, spiegò al mondo il segreto del suo successo: non fare mai domani quello che puoi fare oggi. Benjamin Franklin è l'uomo che contribuì a scoprire l'elettricità, varrebbe la pena ascoltarlo. Invece la tendenza della maggior parte di noi è quella di procrastinare. Rimandiamo impegni, arriviamo al giorno prima della scadenza per pagare le bollette, posticipiamo la sveglia fino a rasentare il ritardo.

Non è chiara, o comunque non univoca, la causa della tendenza a procrastinare, ma molto probabilmente ha a che fare con la paura. **Paura del confronto, del fallimento, il timore di ricevere un rifiuto, di non essere all'altezza. Talvolta può essere la paura di prendere una decisione**, perché se fosse quella sbagliata?

Di certo c'è che la procrastinazione ha molto a che fare con la nostra sfera emotiva. Le emozioni sono qualcosa che proviamo fin da piccoli. Da bambini le viviamo, crescendo impariamo a riconoscerle e gestirle. **Ma c'è anche un'intelligenza particolare legata proprio alle emozioni, l'intelligenza emotiva.** È quel tipo di intelligenza che ci permette di interagire efficacemente con gli altri e di gestire le forti emozioni che manifestiamo. Come la paura, quella che ci spinge a procrastinare. Già nel 1995 Daniel Goleman, affermato psicologo, scriveva nel suo libro più famoso "L'intelligenza emo-



APPUNTAMENTI IN LIBRERIA

Giovedì 10 gennaio | ore 18:00

Nel ventre del pesceca

Presentazione del libro con Paolo Segnana e Marco Furgeri

Lunedì 14 gennaio | ore 17:30

Presentazione di ALFA READER 3 e IperMAPPE 2

A cura di Stefania Campestrini

Martedì 15 gennaio | ore 18:00

IL 2019 CHE VORREI

Passiamo dai buoni propositi ad obiettivi e traguardi

Incontro con Andrea Cirese

tiva” (*Rizzoli*), che l’intelligenza è strettamente collegata alla capacità di controllare i nostri sentimenti e le emozioni altrui, di utilizzarle per guidare le nostre azioni e dunque raggiungere i nostri obiettivi. Superare lo scoglio di un’emozione forte si apprende con il tempo. Per qualcuno può essere più spon-



cui vogliamo bene, come dare un bacio alla nonna, per dovere istituzionale, come andare a scuola, o per educazione come stare composti a tavola, impariamo presto più o meno volentieri a farlo. E quando ci ritroviamo catapultati tra i doveri degli adulti, capita talvolta di sentire ancora dentro, in

dare al suo funerale”, “Le scarpe non sono adatte”, “Un asteroide sta puntando dritto su di noi!”, “Mi fa male la pancia”... Fortunatamente per lei, Lulù ha una fervida immaginazione e dei buoni amici, due cose che la spingono almeno a provarci. Forse non scalerà l’albero quel giorno, forse non lo farà con l’agilità di uno scoiattolo, forse continuerà a cadere e magari dovrà continuare a provare per molto tempo, ma non l’abbandona l’idea di poter arrivare alla cima dell’albero, un giorno.

Di fronte alle sfide, grandi o piccole che siano, ci chiediamo se è possibile evitare tutto quel miscuglio di emozioni che ci fanno

Scelte, paura e decisione

Non rimandare a domani...

Di fronte alle sfide, grandi o piccole, ci chiediamo se è possibile evitare quel miscuglio di emozioni che ci fanno stare male. E che ci spingono a rimandare. Esiste un modo per non sentirsi sconfitti dal dubbio e agire subito per raggiungere i nostri obiettivi?

di **Silvia Martinelli***

taneo, per altri una vera prova di forza con sé stessi.

Ma anche la tendenza a procrastinare, che tira in ballo le più complesse tra le emozioni, non è in realtà un tratto caratteriale, ma una tendenza, da cui possiamo non farci governare. A dirlo è Monica R. Basco, psicologa e autrice del libro “Prima o poi lo facciamo!” (*Erickson*). Non resta che tirare un sospiro di sollievo dunque: può non essere un destino arrivare sempre con l’acqua alla gola alle scadenze. Tuttavia ci vuole una bella dose di forza di volontà e di pazienza per allontanare da noi questa tendenza. La sola consapevolezza spesso non basta, ci dice la Basco, ci vogliono disciplina e la sincera volontà di togliersi dal disagio di sentirsi perennemente sul filo del rasoio e gestire le proprie paure.

Da bambini non si è consapevoli di cosa vuol dire rimandare. Si vive nel presente, nei termini dell’assolutezza: se una cosa non la vogliamo fare, non la vorremo fare mai; se una cosa ci fa paura, nonostante vorremmo tanto farla, ci farà paura sempre. Ma ci accorgiamo presto, crescendo, che ci sono tante cose che siamo costretti a fare nonostante tutto, e paure che possiamo superare se l’obiettivo ne vale la pena. Che sia per far piacere a qualcuno a

“La strada per scoprire la parte migliore di sé stessi, quella che supera le paure e raggiunge gli obiettivi, è diversa per ciascuno; può essere tortuosa, ma c’è sempre”

un luogo non ben definito tra la pancia e il cuore, quel bambino di una volta che scalcia e sbuffa: “Uffa, non voglio!”.

Se da grandi ci troviamo di fronte alla necessità di una scelta, o a una situazione che ci spaventa e ci mette alla prova, sappiamo di dover reagire anche se sentiamo che sarà difficile. Forse vorremmo poter inventare mille scuse per rimandare una riunione difficile, per trovare il coraggio di correre una maratona, per trasferirci in un altro Paese, per prendere un appuntamento dal dentista (ebbe-

ne sì, ci sono adulti che hanno ancora paura del dentista). O anche per salire su un albero troppo alto, come succede a Lulù, la piccola protagonista di “Provaci ancora Lulù” (*Erickson*). Lulù è una bambina coraggiosa, ma non quando si tratta di arrampicarsi su un albero. Non lo ha mai fatto e ha paura a raggiungere i suoi amici che giocano tra i rami. Anche noi che magari ci

riteniamo grandi e responsabili, di fronte a certi momenti di difficoltà saremmo in grado, come Lulù, di inventare decine di scuse più o meno plausibili, per rimandare queste prove di coraggio: “Ho calpestato una lumaca stamattina e fra poco devo an-



stare male e che ci spingono a rimandare. Esiste un modo per non sentirsi sconfitti dal dubbio e agire subito per raggiungere i nostri obiettivi? Qualcuno a questo punto sospirerà e passerà oltre, ma a qualcuno queste domande non suoneranno estranee. E se questo qualcuno cerca una risposta sarà solo dentro di sé che potrà trovarla. Perché la strada per scoprire la parte migliore di sé stessi, quella che supera le paure e raggiunge gli obiettivi, è diversa per ciascuno; spesso può essere tortuosa, non è mai ben segnalata, ma c’è sempre.

*La Libreria Erickson



La fotografia della società italiana che ci propone il rapporto Censis 2018, presentato a Roma in dicembre, ci mette di fronte a un Paese caratterizzato dalla presenza di zone d'ombra sulle quali sarebbe importante fermarsi a riflettere. Già da qualche anno i rapporti del Censis, di cui su queste pagine abbiamo spesso dato conto, mettono in luce la realtà

vanno, e più ancora che non cambieranno, li rende disponibili a librarsi in un grande balzo verso un altrove incognito. Una disponibilità resa in maniera pressoché incondizionata: non importa se il salto è molto rischioso e dall'esito incerto, non importa se si rende necessario forzare – fino a romperli – i canonici schemi politico-istituzionali e di gestione delle finanze pubbliche, a cominciare dalla messa in stato d'accusa di Bruxelles. L'Europa non è più un

RAI Giorgia Rombolà di fronte al pestaggio, davanti agli occhi della sua bambina, di una donna rom accusata di taccheggio nella metropolitana di Roma per farsi un'idea di come la cattiveria, l'aggressività fisica, l'arroganza siano state sdoganate come sentimento collettivo, che soddisfa gli istinti della folla, che ci fa sentire più forti di fronte a vecchi e nuovi nemici. E chiunque tenti di

RAPPORTO CENSIS 2018 SULLA SITUAZIONE SOCIALE DEL PAESE

La fotografia di un'Italia che fa fatica

Il Rapporto Censis sulla società italiana ci presenta un Paese che fatica a valorizzare le proprie potenzialità. Più attanagliato dalla paura e incattivito che proiettato nella ricerca di soluzioni ai problemi. Una paura profonda, che viene da lontano, e che intacca il nostro modo di vedere le relazioni umane

di Alberto Conci

di un'Italia che fa fatica. Ed è proprio per questo che vale la pena di osservare il chiaroscuro nel quale siamo immersi, per capire dove stiamo andando, proteggerci da illusioni scorciatoie, ritrovare la capacità di affrontare e risolvere i problemi.

Non è naturalmente possibile riassumere qui tutta l'analisi che il prestigioso istituto di ricerca presenta nel rapporto; mi soffermo dunque solo su qualche aspetto che mi sembra particolarmente stimolante per la riflessione e il dialogo, consapevole dei limiti di questa scelta.

DA UNA SOCIETÀ DEL RANCORE, ALLA SOCIETÀ DELLA CATTIVERIA

Primo, il passaggio da una società del rancore, caratterizzata dall'invidia, alla società della cattiveria. Già lo scorso anno era emerso dai dati il crescere di sentimenti di rancore, che oggi, ci dice il rapporto, rischiano di condurre allo sdoganamento della cattiveria: «Al volgere del 2018 gli italiani sono soli, arrabbiati e diffidenti. La prima delusione – lo sfiorire della ripresa – è evidente nell'andamento dei principali indicatori economici nel corso dell'anno. La seconda delusione – quella del cambiamento miracoloso – ha ulteriormente incattivito gli italiani. Così, la consapevolezza lucida e disincantata che le cose non



ponete verso il mondo, né la zattera della salvezza delle regole rispetto al nostro antico eccesso di adattismo: è una faglia incrinata che rischia di spezzarsi. Così come il Mediterraneo non è più la culla delle civiltà e la nostra piattaforma relazionale, bensì ritorna come limes, limite, linea di demarcazione dall'altro, se non proprio cimitero di tombe».

IL SOVRANISMO PSICHICO

Questa apertura contiene già i contorni del quadro che il rapporto mette in luce, i cui due aspetti nuovi sono costituiti dalla disponibilità a «camminare sul ciglio del fossato» – perché ci si sente immersi in una crisi di certezze che non ha sbocchi – e dall'accettazione, dice il rapporto, di un «sovrano psicico, prima ancora che politico. Un sovrano psicico che talvolta assume i profili paranoici della caccia al capro espiatorio, quando la cattiveria diventa la leva cinica di un presunto riscatto e si dispiega in una conflittualità latente, individualizzata, pulvercolare e disperata, ma non più espressa nelle manifestazioni, negli scioperi, negli scontri di piazza tipici del conflitto sociale tradizionale».

E che la cattiveria sia diventata quasi un valore di appartenenza è sotto gli occhi di tutti: basterebbe, solo per fare un esempio, rileggere quanto ha scritto la giornalista

riportare le cose su un altro piano è, quando va bene, un traditore dei sentimenti e dei bisogni della gente; quando va male il destinatario di epiteti ben più pesanti e di trattamenti non molto diversi da quelli che si riservano, appunto, ai nuovi nemici del popolo.

LA SFIDUCIA NEL FUTURO

Secondo, la sfiducia nel futuro. Alla base di questo atteggiamento che potremmo definire di autodifesa sta un quadro socio-economico che viene percepito sempre maggiormente come privo di prospettive di crescita, tanto individuale quanto collettiva: «Ne è prova il fatto che oggi il 63,6% degli italiani è convinto che nessuno ne difende interessi e identità, devono pensarci da soli, e la percentuale sale al 72% tra chi possiede un basso titolo di studio (al massimo, la licenza media) e al 71,3% tra chi può contare solo su redditi bassi. L'Italia è ormai il Paese dell'Unione europea con la più bassa quota di cittadini che affermano di aver raggiunto una condizione socio-economica migliore di quella dei genitori: il 23%, contro una media dell'Ue del 30%, contro quote che nei Paesi al vertice della graduatoria sono pari al 43% in Danimarca e al 41% in Svezia, contro percentuali più alte in Paesi omologhi come Germania (33%), Francia e Spagna (29%). Il 96% delle persone con un basso titolo di studio e

l'89% di quelle a basso reddito sono convinte che resteranno nella loro condizione attuale, ritenendo irrealistico poter diventare benestanti nel corso della propria vita. E solo il 45% degli italiani ritiene di avere le stesse opportunità degli altri di migliorare nella vita, mentre la media Ue si attesta al 58%».

Quello che fa riflettere è soprattutto **la sfiducia nella possibilità di uscire dalla condizione in cui ci si trova** che si traduce, da noi come in molti altri Paesi, in sentimenti di non sopportazione degli altri, che rappresentano un ulteriore elemento di difficoltà accanto alla già difficile condizione personale percepita senza sbocchi: «*Le diversità dagli altri sono percepite come pericoli da cui proteggersi: il 69,7% degli italiani non vorrebbe come vicini di casa rom, zingari, gitani, nomadi, il 69,4% persone con dipendenze da droghe o alcol, il 24,5% persone di altra etnia, lingua o religione*».

Non è tanto da chi si voglia proteggersi il problema (anni fa abbiamo assistito a campagne contro persone di nazionalità di cui non si sente più parlare oggi), quanto il fatto che si individui un nemico al quale attribuire la responsabilità per il «traballante presente» che stiamo vivendo: non è un caso che solo un italiano su tre si dimostri fiducioso nel fatto che le cose andranno meglio, mentre altrettanti sono profondamente pessimisti.

Il dato su cui poggia questa paura del futuro non è però immaginario: «**Il potere d'acquisto delle famiglie italiane è ancora inferiore del 6,3% in termini reali rispetto a quello del 2008. E i soldi restano fermi, preferibilmente in contanti**». Non solo: «*La forbice nei consumi tra i diversi gruppi sociali si è visibilmente allargata e incrocia il depotenziamento della capacità di spesa di quelli più deboli. Nel periodo 2014-2017, le famiglie operaie hanno registrato un -1,8% in termini reali della spesa per consumi, mentre quelle degli imprenditori un +6,6%. Fatta 100 la spesa media delle famiglie italiane, quelle operaie si posizionano oggi a 72 (a 76 nel 2014), quelle degli imprenditori a 123 (a 120 nel 2014)*».

L'ERA "BIOMEDIATICA"
Terzo, l'era "biomediativa". Tutto questo non blocca tuttavia i consumi come potremmo immaginare. E non spinge sempre a scegliere i prodotti a basso costo da parte dei più deboli. Piuttosto cresce nel Paese la **tendenza a consumare beni che mantengono un potere attrattivo**, nonostante la percezione della crisi, e quindi decollano consumi, negli alimentari come nelle tecnologie, che tengono assieme il prezzo magari un po' maggiore offrendo però una qualità che i

consumatori considerano fondamentale. In questo quadro si inseriscono in particolare i consumi legati a internet e alle nuove tecnologie, che sono diventate il luogo di maggiore espressione del soggettivismo della nostra società: «*oggi il 78,4% degli italiani utilizza internet, il 73,8% gli smartphone con connessioni mobili e il 72,5% i social network. Nel caso dei giovani (14-29 anni) le percentuali si innalzano rispettivamente al 90,2%, all'86,3% e all'85,1%. I consumi complessivi delle famiglie non sono ancora tornati ai livelli pre-crisi (-2,7% in termini reali nel 2017 rispetto al 2007), ma la spesa per i telefoni è più che triplicata nel decennio (+221,6%): nell'insieme, si*



tratta di 23,7 miliardi di euro per cellulari, servizi di telefonia e traffico dati nell'ultimo anno».

Per questo il rapporto parla di una nuova era, «**biomediativa, in cui si è rovesciato il rapporto tra l'io e il sistema dei media: il soggetto ne è diventato il protagonista centrale, fino al punto che i suoi pensieri, le sue opinioni, le sue immagini, le sue esperienze, pezzi della sua biografia diventano il contenuto stesso della comunicazione.**

Con la conseguente rottura del meccanismo di proiezione sociale che in passato veniva attivato dalla fascinazione esercitata dal pantheon delle celebrità. Nell'era biomediativa, in cui uno vale un divo, siamo tutti divi. O nessuno, in realtà, lo è più. La metà della popolazione è convinta che oggi chiunque possa diventare famoso:

lo pensa il 49,5% degli italiani, percentuale che sale al 53,3% tra i giovani under 35. Un terzo ritiene che la popolarità sui social network sia un ingrediente "fondamentale" per poter essere una celebrità, come se si trattasse di talento o di competenze acquisite con lo studio (il 30,2%, fino al 41,6% tra i 18-34enni).

Ciò che ne deriva non è solo lo spostamento verso una sovraesposizione mediatica dei politici (spesso le decisioni sono prese sulla

base più dei tweet che del dibattito parlamentare...), ma è soprattutto «**la rottura di quel fisiologico meccanismo sociale di tipo aspirazionale che in passato risultava utile e vitale nella società che cresceva**». Come dire che con un telefono in mano tutti possiamo aspirare a diventare «visibili» e quindi importanti in una società dell'immagine, e pertanto salta ogni necessità di impegnarsi e di acquisire competenze per svolgere ruoli sociali di rilievo. Anzi, avere delle competenze non è più necessario, come dimostra la lotta ingaggiata contro «le élite»: nell'era della «postverità» la verità scientifica, che

richiede pazienza, studio, attenzione, spirito critico, vale come qualsiasi stupidaggine rimbalzi sulla rete. Anzi, un pochino meno.

LA SFIDUCIA VERSO LE ISTITUZIONI NAZIONALI ED EUROPEE

Infine, la trasformazione dell'atteggiamento di fronte alle istituzioni nazionali ed Europee. «*Nel tempo, la quota percentuale dell'area del non voto sul totale degli aventi diritto è salita dall'11,3% del 1968 al 23,5% del 1996, fino al 29,4% del 2018: una irrisistibile ascesa strutturale di lungo periodo. Per quanto riguarda il consenso elettorale, invece, alle elezioni politiche del 1968 i primi due partiti totalizzavano il 59% dei consensi in rapporto agli aventi diritto, nel 2008 il 54,6% e nel 2018 solo il 36,3%.*

Sono numeri che indicano chiaramente che nella politica «c'è stato un prima e un dopo», che siamo cioè di fronte a **una trasformazione profondissima**. Non si tratta solo di sfiducia, ma di incapacità di vedere distinzioni fondamentali nel quadro politico: «*Ben il 49,5% degli italiani ritiene che gli attuali politici siano tutti uguali, e la quota sale al 54,8% tra le persone a basso reddito, al 52,9% tra le donne e al 52,2% tra chi ha un titolo di studio basso, al massimo la licenza media*». Così non solo non si vedono differenze sostanziali fra le diverse prospettive politiche, ma la maggioranza degli italiani non crede nei cambiamenti in atto (il 73% dei giovani!).

Una sfiducia verso la politica che investe anche **l'atteggiamento nei confronti delle istituzioni europee**. Dall'indagine del Censis emerge che «*solo il 43% degli italiani pensa che l'appartenenza all'Ue abbia in qualche modo giovato all'Italia [la media europea è al 68%]. Le nostre valutazioni ci collocano all'ultimo posto in Europa, addirittura dietro la Grecia delle sanzioni e dietro il Regno Unito della Brexit*». E





questo dato – che è assieme il frutto di politiche antieuropee e contemporaneamente è la premessa – sembra non tenere conto del fatto che «guardando dentro l'Europa si individuano motivazioni molto solide affinché il nostro Paese consideri seriamente i vantaggi dello “stare insieme” fra i quali la tenuta dell'export – con un aumento di oltre 8000 imprese che si sono affacciate sui mercati europei e globali rispetto al 2012 – e la tenuta dei finanziamenti europei sui progetti italiani: «il nostro Paese è il 5° per finanziamenti ricevuti dopo Germania, Regno Unito, Francia e Spagna, ma è il 4° per numero di progetti finanziati: il 9,5% dei quasi 92.000 progetti che hanno ricevuto il contributo Ue è italiano.

Il programma Horizon 2020 ha contribuito allo sviluppo di progetti innovativi promossi da imprese italiane finanziandole con oltre un miliardo di euro (pari al 37,5% del totale dei finanziamenti ricevuti dal nostro Paese). Oltre il 20% delle imprese finanziate è costituito da piccole o medie aziende, spesso in rete con altre imprese dello stesso tipo in diversi Paesi europei».

“Una nuova era, “biomediativa, in cui si è rovesciato il rapporto tra l'io e il sistema dei media: il soggetto ne è diventato il protagonista centrale” (...) La metà della popolazione è convinta che oggi chiunque possa diventare famoso”

Il quadro che ci offre il Censis è dunque quello di un Paese che fatica a valorizzare le proprie potenzialità e che appare attanagliato dalla paura e incattivito più che proiettato in avanti nella ricerca di soluzioni ai problemi, reali e immaginari, che vive. È una paura profonda, che viene da lontano, e che intacca il nostro modo di vedere le relazioni umane, anche quelle più solide come il matrimonio (con una riduzione del 17% in dieci anni), in un Paese nel quale si assottiglia la quota dei coniugati e aumentano sensibilmente le persone sole non anziane, cresciute del 43% in dieci anni. Dal rapporto esce dunque un quadro in cui l'elemento di maggiore fragilità è quello relazionale, che poggia sicuramente su una base di incertezza economica che

non aiuta. Ma non credo si debba lasciarsi andare al pessimismo. Nulla in una società è per sempre, e guardare alle nostre fragilità è un dato che deve servirci per comprenderci e per decidere che cosa vogliamo fare della nostra vita e della comunità nella quale viviamo. Forse siamo a un bivio. **L'importante è non arrendersi a morire soffocati dall'in-**

vidia, dalla paura, dalla cattiveria, dalla sfiducia, dagli egoismi; e accettare quella che mentre scrivo, esattamente nel settantesimo anniversario della Dichiarazione Universale dei Diritti Umani, mi sembra la sfida più grande che essa ci consegna: «Tutti gli esseri umani nascono liberi ed eguali in dignità e diritti. Essi sono dotati di ragione e di coscienza e devono agire gli uni verso gli altri in spirito di fratellanza» (art.1).

Il Censis, Centro Studi Investimenti Sociali, è un istituto di ricerca socio-economica fondato nel 1964; svolge attività di ricerca, consulenza e assistenza tecnica in campo socio-economico, sviluppata attraverso la realizzazione di studi sul sociale, l'economia e l'evoluzione territoriale, programmi d'intervento e iniziative culturali nei settori vitali della realtà sociale: la formazione, il lavoro e la rappresentanza, il welfare e la sanità, il territorio e le reti, i soggetti economici, i media e la comunicazione, il governo pubblico, la sicurezza e la cittadinanza. «Rapporto sulla situazione sociale del Paese», redatto dal Censis sin dal 1967, è considerato il più qualificato e completo strumento di interpretazione della realtà italiana.

Rovereto, 29 gennaio 2019, mostra fotografica **Koinonia Community: storie di ragazzi di strada**

L'Associazione Grande Quercia, in collaborazione con il Comune di Rovereto, presenta la mostra fotografica **“Koinonia Community: storie di ragazzi di strada, il loro percorso dalle discariche di Nairobi a operatori sociali per i fratelli”**, dal 29 gennaio al 15 febbraio 2019 all'Urban Center di Rovereto: all'inaugurazione, il 29 gennaio alle 17.30, saranno presenti la consiglieria provinciale Sara Ferrari, Duncan Njoroge Waweru (educatore del Koinonia Community ed ex bambino di strada) e la presidente dell'Associazione, Elisabetta Murdaca. La mostra vuol sensibilizzare la comunità, soprattutto i giovani, sul dramma dei bambini di strada a Nairobi, fornendo un quadro vivido di questa realtà e dell'operato di Koinonia Community, fondata dal comboniano Renato Sesana, (conosciuto come padre Kizito) per assistere i bambini di strada, gli orfani e altri

giovani vulnerabili in Kenya seguendo l'approccio “soccorso, riabilitazione e reintegrazione”. La mostra si inserisce nel progetto di cooperazione internazionale dell'Associazione Grande Quercia “Moringa per tutti”, che vede il contributo della Provincia autonoma di Trento e la partnership di Koinonia Community. A Nairobi, come in molte altre città dell'Africa, da anni cresce il fenomeno dei bambini che, per sottrarsi a situazioni di abuso familiare o di estrema povertà, scelgono la strada: vivono in branco, dormono all'aperto, campano di elemosina e piccoli furti e cercano rifugio nella droga per non sentire il freddo, la solitudine e la paura. I centri di prima accoglienza di Koinonia Community nascono per diventare un punto



di riferimento per i ragazzi di strada delle baraccopoli di Kibera e Kawangware, nella periferia sud-ovest di Nairobi; i bambini vengono avvicinati e invitati a frequentare questi centri, dove hanno accesso ad

acqua pulita per lavarsi, dormono in un posto sicuro, mangiano almeno tre volte al giorno, trovano ascolto e sicurezza affettiva presso gli educatori e un accompagnamento educativo. I centri di prima accoglienza sono, quindi, l'inizio di un percorso di recupero e profondo cambiamento per bambini e ragazzi africani. Le fotografie sono state gentilmente concesse da Koinonia Community, da Matteo Osanna, fotoreporter freelance e dall'istituto Pavoniano Artigianelli di Trento per le Arti Grafiche, grazie ad un progetto promosso dal dirigente Erik Gadotti e coordinato dalla prof.ssa Gabriela Rodriguez, con la collaborazione del prof. Michele Lotti ed il coinvolgimento di tre studenti: Luca Libardoni, Simone Boshele e Stefano Weber.

La cooperativa Mandacarù ha recentemente lanciato, in partnership con Ctm Altromercato - la principale organizzazione italiana di commercio equo e solidale e tra le più rilevanti a livello internazionale - un nuovo progetto: la creazione della Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto". Abbiamo chiesto a Beatrice De Blasi, responsabile educazione e cultura della coope-



Il consiglio di amministrazione di Potong, un'organizzazione indiana di piccoli produttori di tè biologico: la fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto" li aiuterà nello sviluppo, necessario per migliorare la redditività dell'impresa

Sentiamo profondamente l'esigenza di rispondere in modo più efficace e sostenibile alle richieste di sviluppo di partenariati tramite progetti di cooperazione. Ogni anno ci arrivano diverse richieste da parte di produttori storici ma anche nuovi

Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto"

Mandacarù: un nuovo strumento a sostegno del sud del mondo

La nuova Fondazione si occuperà di progetti di cooperazione internazionale, a sostegno dei produttori del sud del mondo che richiedono collaborazione per avviare o migliorare la propria attività. E diventare protagonisti del proprio autosviluppo

di **Dario Pedrotti**

rativa, di aiutarci a capire di cosa si tratta.

Anche se la cooperativa Mandacarù, con le sue 11 botteghe sparse su tutto il territorio trentino, non ha certo bisogno di presentazioni, partiamo dai "fondamenti": perché c'è bisogno di un commercio "equo e solidale"? Non basta il commercio tradizionale?

Nella sua forma più semplice la produzione e il commercio di beni dovrebbero essere vantaggiosi per tutte le persone coinvolte. Beni e denaro vengono scambiati e tutti stanno meglio. Ma il commercio globale spesso non funziona in questo modo, spesso favorisce i ricchi sfruttando i più poveri. Così intrappola milioni di persone nella povertà. L'esempio più eclatante è quello del caffè, il prodotto da cui il commercio equo e solidale ha preso avvio. Per un piccolo pro-



La Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto" (qui la locandina del recente festival annuale dal quale ha preso il nome) promossa dalla cooperativa Mandacarù in collaborazione con Ctm Altromercato si occuperà anche di attività educative e culturali in Trentino Alto Adige

dotore delle Ande, privo dei mezzi per andare a vendere il suo prodotto altrove, quello offerto dall'unico compratore che arriva alla sua piantagione è il solo prezzo a cui lo può vendere. E molto spesso è un prezzo che non retribuisce in modo equo il suo lavoro o che addirittura non copre tutti i costi della produzione. Nei suoi 30 anni di attività Mandacarù ha sfidato il modo in cui funziona l'economia globale, utilizzando il potere del commercio equo per creare soluzioni durature alla povertà.

Perché oggi sentite il bisogno di creare questo nuovo soggetto? Quale sarebbe il valore aggiunto rispetto a quanto già fate con la cooperativa e a quanto fa il consorzio CTM Altromercato?

partner di Asia, Africa e America Latina. La costituzione della Fondazione Tutti Nello Stesso Piatto, essendo dedicata esclusivamente alla cooperazione internazionale e alle attività educative e culturali in Trentino Alto Adige ce ne darà l'opportunità.

Cosa si propone di fare concretamente la nuova fondazione?

Con la Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto" potremo venire incontro ad esigenze come quella di Potong, un'organizzazione indiana di piccoli produttori di tè biologico, 340 famiglie di piccoli contadini che gestiscono collettivamente una piantagione di tè di 350 ettari, dei quali circa la metà sono produttivi. Potong ha chiesto il nostro sostegno per avviare la produzione su ulteriori cinque ettari attraverso la semina di circa 15.000 piante e la ricostruzione dello

»»»»

Come contribuire alla creazione della Fondazione

Puoi partecipare anche tu alla creazione della Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto" con una donazione mediante bonifico con causale "Erogazione liberale per Fondazione Tutti Nello Stesso Piatto" a favore del c/c bancario presso la Cassa Rurale di Trento intestato a Mandacarù Onlus Scs IBAN IT 36 C 08304 01813 000013021140.



stabilimento del tè, vitale per garantire una migliore ricaduta di reddito sui produttori. Un altro esempio è quello di CAGMA, una cooperativa di comunità quechua che vivono tra le Ande meridionali del Perù e coltivano quinoa e chia. Con la costituzione della Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto" potremo supportare CAGMA nella costruzione di uno stabilimento per



Qui sopra: Pahamela Thapa e Reka Kawaas, del cda di Potong (piccoli produttori indiani di tè biologico). A destra: una componente di CAGMA, una cooperativa di comunità quechua che vivono tra le Ande meridionali del Perù e coltivano quinoa e chia. La nuova fondazione aiuterà CAGMA nella costruzione di uno stabilimento per la lavorazione della quinoa, per abbassare i costi di produzione ed aumentare i margini di reddito per i produttori

la lavorazione della quinoa affinché si possano abbassare i costi di produzione ed aumentare i margini di reddito per i produttori, lavorando la quinoa in loco senza doversi avvalere di una società esterna.

Spesso in passato si è assistito a progetti di cooperazione allo sviluppo improntati ad un assistenzialismo che si è rivelato nel tempo più dannoso che altro: con questi "aiuti" non si corre il rischio di andare nella stessa direzione?

Direi proprio di no, la fondazione vuole promuovere un reale protagonismo dei partner nel sud del mondo, attraverso il coinvolgimento nella definizione degli obiettivi; un piano di cooperazione tecnica mirata ad aumentarne la capacità finanziaria, organizzativa e produttiva, e la qualità e vendibilità dei suoi prodotti, e un'attività di valutazione periodica dei percorsi avviati e misurazione dei cambiamenti/benefici

socio-economici raggiunti, finalizzata a registrare lo sviluppo del progetto di partnership in corso. Verrà inoltre svolta una analisi del mercato e dell'evoluzione della "domanda etica" dei consumatori, per garantire ai partner-produttori un accesso al mercato sostenibile nel tempo.

Per avviare una fondazione serve normalmente un patrimonio notevole. Come contate di riuscire a recuperarlo?

La Fondazione "Tutti Nello Stesso Piatto" per avviare la sua attività ha la necessità di contare su un patrimonio di 100mila euro, che è una cifra importante, ma, crediamo, non irraggiungibile. Ci stiamo muovendo su più fronti: la definizione di un partenariato con la Provincia di Trento, lo sviluppo di una collaborazione con l'Agenzia Italiana per la Cooperazione allo Sviluppo, la



presentazione di progetti all'Unione Europea in partnership con Ctm Altromercato e con la European Fair Trade Association, l'ulteriore sviluppo della campagna «Un dono nel testamento», l'attivazione di un «Club di Sostenitori del Festival Tutti Nello Stesso Piatto», il cofinanziamento delle attività della Fondazione «Tutti Nello Stesso Piatto» attraverso lo strumento del 5x1000, e, naturalmente, la raccolta di donazioni, che per le persone fisiche daranno diritto ad una detrazione del 30% dell'importo, che sale al 100% per le persone giuridiche (fino ad un valore pari al 10% del reddito complessivo).

Per informazioni
Mandacaru

0461.232791, 328.9417330
amministrazione@mandacaru.it
www.mandacaru.net/fondazione

I tecnici forestali della provincia di Trento, come quelli del Veneto, e i tecnici dei Servizi Bacini montani sono al lavoro da settimane, perlustrando il territorio, per capire l'entità del danno e le conseguenze dell'evento meteorologico eccezionale di fine ottobre, il più pesante degli ultimi 150 anni, secondo gli esperti. Morti, feriti, centinaia di milioni di danni, migliaia di animali feriti, che hanno perduto luoghi e percorsi, e un paesaggio sconvolto.

Le foreste ci sembravano eterne, impassibili quasi agli eventi, dopo che le guerre in Europa, che le avevano distrutte insieme alle popolazioni e i villaggi, erano state scongiurate per oltre settant'anni. Ma il cambiamento del clima non perdona. Nemmeno le creature meravigliose che chiamiamo alberi, protesi verso la luce, con fantastiche radici capaci di dialogare fra loro e ricavare dal suolo e dallo scambio di luce e clorofilla la vita e la bellezza dei nostri ambienti. C'è troppa energia sulla Terra, a causa soprattutto dell'immissione di anidride carbonica, per mano umana. Così, a ottobre, le temperature erano caldissime, ma la prima neve già era scesa sulle cime. Lo scontro fra aria fredda e calda con tutta quella energia in circolazione ha prodotto un vento impetuoso, che correndo fino ai duecento chilometri orari in alcune zone, ha trovato un

Il Cercapadrone **Baloo cerca il suo Mowgli**

Il consiglio del mese, de Il Cercapadrone odv è consultare il nuovo blog lanciato dal quotidiano online Il Dolomiti, dedicato ai cani, dal nome divertente DogTime. Ricordiamo ancora una volta la utilissima pagina facebook di servizio "Trentino adozioni animali". Sulla pagina si pubblicano numerosi appelli per l'adozione di cani, gatti, conigli e altri animali.

Adozione del mese: Baloo ha otto mesi. È vissuto per mesi in un'orrida gabbia di tre metri insieme ai suoi fratellini. Aveva micosi, giardia, tenia, coccidi, zero muscoli, lieve zoppia alle zampine. Soffriva. Poi è stato riscattato, adesso vive in Trentino, e cerca una famiglia. È timido con le persone, super socievole con cani e gatti. Per Baloo serve un po' di pazienza per conquistare la sua fiducia, una casa con giardino e un altro cane come guida. Pesa circa 14 kg, taglia

terreno non gelato, e le radici nulla potevano contro tale impeto.

I DANNI, I CAMBIAMENTI, I RISCHI

Adesso oltre all'enorme danno economico, legato al dover sgomberare territori e boschi, e al deprezzamento del legname, si

i politici e gli imprenditori li ascoltavano distratamente o perfino negavano e criticavano. Addirittura il ministro degli interni Matteo Salvini ha parlato a ridosso degli eventi di "ambientalismo da salotto", anziché fare autocritica su un modello di economia e sviluppo palesemente sbagliato.

**Un bilancio dopo la tempesta di fine ottobre
Cosa vogliono ricordarci
il vento e i grandi alberi abbattuti**

È necessario cambiare rotta, questo ci dicono gli almeno tre milioni di metri cubi di alberi abbattuti dal maltempo fine ottobre. Che ha trasformato il territorio (e il mercato del legname), dove ora si stima si siano formate potenziali aree di distacco di valanghe per circa 4900 ettari

di **Maddalena Di Tolla Deflorian**

valuta il rischio che ne consegue, a livello idrogeologico.

Quando gli ambientalisti e i forestali e i geologi, per anni, raccontavano nei convegni e negli eventi l'essenzialità di un bosco sano e del ridurre le emissioni di gas a effetto serra,

Una notizia recente è stata diffusa nei giorni scorsi da un comunicato della Provincia: si stima che si siano formate potenziali aree di distacco di valanghe per circa 4900 ettari, su circa 3950 aree. Il territorio è stato trasformato e lo è stato, repentinamente, anche il mercato del legname.

Spiega Wolynski, dirigente forestale in Trentino "Stimiamo che siano stati abbattuti almeno tre milioni di metri cubi di alberi, contro i 500.000 metri cubi che annualmente si prelevano, normalmente, in Trentino. Ci vorranno almeno tre anni per togliere dai boschi il legname abbattuto.

L'urgenza di sgombrare è data dal rischio di diffusione di patogeni, come il bostrico, che potrebbero velocemente attaccare le popolazioni sopravvissute e le piante in piedi". Il problema, spiega, sarà trovare le imprese di esbosco e le segherie che lavorino tali quantità. "Oggi si prelevano annualmente 500.000 metri cubi lordi di legname - illustra - se ne lavorano netti 300.000. Serviranno ditte da fuori. Per quanto riguarda l'utilizzo invece, diciamo che le segherie trentine lavorano annualmente in media 800.000 metri cubi, comprando quindi legname da fuori regione. Possono dunque aumentare l'acquisto di legname trentino schiantato, speriamo lo facciano, la disponibilità formalmente di collaborare è stata manifestata". C'è un altro aspetto critico. "Un'asta normale si svolge per lotti di legname di circa mille metri cubi - argomenta il tecnico - Qui parliamo di quantità dieci volte superiori. Al prezzo attuale di circa 35 euro al metro cubo (in piedi) da anticipare, questo per le imprese sarà

un problema finanziario". In un mercato cambiato all'improvviso, con prezzi calati e quantità aumentate, nessuno azzarda mosse poco ragionate, insomma.

Le zone più colpite dall'evento sono le valli di Fiemme e Fassa, ma anche Valsugana e Tesino, Primiero, Pinetano, il territorio degli



Altipiani Cimbri. Fenomeni rilevanti si sono avuti anche a Folgaria, Terragnolo, in Val di Ledro, in Rendena e Giudicarie. Entro il mese di gennaio - annuncia la Provincia - sarà completato un piano di intervento, che comprenda recuperi e ripristini, tenuto conto che un bosco si considera efficiente per la trattenuta della neve se ha un grado di copertura di almeno il 50%.

Intanto il 2018 ha registrato record di scarsa piovosità estiva, in tutto il mondo incendi tremendi distruggono vite umane, animali, villaggi, economie.

Il governo italiano accusa i migranti e li respinge, toglie loro sussidi e protezione umanitaria, cavalcando una campagna di razzismo e xenofobia fortissima, però le Nazioni Unite avvisano da anni che proprio il cambiamento del clima produce e produrrà sempre più centinaia di milioni di profughi ambientali, che non sono nemmeno tutelati da uno status giuridico.

Le Alpi sono ricche di risorse ambientali e culturali, ma se le loro popolazioni umane non sapranno cambiare rotta, come le pianure del resto, presto molti soffriranno e tornare all'equilibrio sarà sempre più oneroso. Ambientalisti e scienziati lo affermano da anni. Il vento e la caducità dei maestosi abeti ce lo hanno ricordato senza volerlo.

(foto: Ufficio Stampa Provincia Autonoma Trento)

media contenuta, pelo morbido e lungo. Per info e adozione 349/2302344 (sms solo per fissare appuntamento telefonico) o via mail a trento@associazioneilcercapadrone.org Per aiutare l'associazione Il Cercapadrone onlus ad accudire altri cani, potete donare su paypal segreteria@associazioneilcercapadrone.org o sul conto bancario **Banca Prossima** iban: **IT64P0335901600100000122508**, causale "animali Trento cooperaz". Avvisate su trento@associazioneilcercapadrone.org, per essere ringraziati.



Trento, Galleria Civica

Ex Post

Una mostra collettiva e quattro monografie presentano i primi protagonisti di un progetto di ricerca pluriennale

Ex post è la mostra che segue la presentazione della seconda serie dei Quaderni ADAC dedicata ad artisti molto diversi tra loro: **Laurina Paperina**, in bilico fra riferimenti alla cultura alta e alla società del consumo di massa; **Rolando Tessadri**, rappresentante di nuova generazione della pittura analitica; **Luca Coser**, che lavora sul confine tra

l'immagine e la sua negazione; **Christian Fogaroli**, impegnato in un'indagine tra arte, psicologia e scienze mediche.

La mostra è un percorso in quattro tappe, una per ogni artista invitato dal curatore a interpretare gli spazi della Galleria con opere recenti, inedite o *site-specific*.

ADAC, Archivio trentino Documentazione Artisti Contemporanei documenta l'attività degli artisti attivi in Trentino e ha sede presso la Galleria Civica di Trento, terza sede del Mart. Archivio vivo, in costante aggiornamento, promuove l'attività artistica, la conoscenza, lo studio dell'opera



Regala l'Arte

Mart | Membership
12 mesi di ingressi illimitati al Mart e nei maggiori musei di arte contemporanea, un ricco programma di attività riservate, sconti al bookshop, alla caffetteria e molto altro ancora.

Mart | Membership
SCOPRI TUTTI I VANTAGGI SU mart.tn.it/membership

Museo di arte moderna e contemporanea di Trento e Rovereto
Corso Bellini, 45
38100 Rovereto - TN
Tel. +39 0461 438 381

degli artisti trentini, con particolare attenzione agli emergenti. Strumento di collegamento tra Museo, artisti, territorio, realtà associative culturali e appassionati d'arte, l'Archivio è oggi gestito dal curatore Gabriele Lorenzoni.

A NATALE REGALA IL MART

Con la Mart Membership ingressi illimitati nelle tre sedi, preview, visite guidate, party, incontri con gli artisti, eventi, viaggi e molto altro ancora per un anno esclusivo.
Info: www.mart.tn.it/membership

Teatro Portland

La voce, il racconto e l'ascolto

Al teatro Portland nuovi appuntamenti con il teatro dedicato ai più piccoli. E corsi per imparare ad usare al meglio la propria voce e a narrare

Torna PoPoPò DENTRO LA FANTASIA

Il teatro è il luogo dove il mondo dei bambini e quello degli adulti possono incontrarsi, al di là del rapporto intimo e familiare che si vive nel quotidiano; è il luogo dove i bambini possono instaurare e rinsaldare relazioni perché consente di amplificare le percezioni e fare nuove esperienze: i linguaggi, la parola, i gesti e gli spazi a teatro hanno un sapore nuovo, avvolgente e coinvolgente! Il PoPoPò è un esperimento riuscito perché il Portland, piccolo e raccolto, si è rivelato negli anni particolarmente adatto allo sviluppo di queste dinamiche: i bambini siedono anche per terra, a due veri passi dai personaggi delle fiabe alle quali assistono, toccando quasi con mano il frutto della fantasia: questo allunga di molto i tempi di attenzione di bambini anche molto piccoli.

Domenica 20 gennaio, alle 11 e alle 16.30, la



Compagnia Teatro a Dondolo presenta lo spettacolo "I tre porcellini di Pian del Porco", con pupazzi e musiche dal vivo (età consigliata: dai 3 anni)

LEGGERE AI BAMBINI

A gennaio inizia il nuovo corso (iniziazione) dedicato alla lettura a voce alta al bambino, condotto da Ornella Marcon (quattro incontri di 2 ore ciascuno). Esistono infatti modalità di lettura più indicate a seconda dei diversi bisogni evolutivi. Il percorso vuole anche portare ad una maggiore consapevolezza del proprio strumento vocale e delle capacità espressive, per rendere la narrazione più accattivante attraverso il giusto uso del gesto e della parola.

Le date degli incontri: 19 e 26 gennaio e 2 e 9 febbraio 2019, ore 14-16; prezzo 120 €, quota associativa 20 €. Rivolto a insegnanti, mamme, papà, nonne e nonni, tate e chiunque abbia il desiderio di arricchire la relazione di cura attraverso il libro e la narrazione



L'ARTE DELLA PAROLA

Formazione all'uso corretto ed espressivo della voce (corso base); condotto da Maura Pettorruso e Stefano Pietro Detassis. Il laboratorio si struttura in due parti: **studio dell'ortoepia e delle corrette regole della pronuncia italiana** (attraverso esercizi fonetici e confronto con le principali regole di pronuncia, si lavorerà sull'assorbimento dei difetti dialettali per arrivare a una articolazione consapevole ed equilibrata); **studio dei moduli espressivi della voce** (volume, tono, ritmo, pause, mordente sono gli strumenti che la nostra voce ha a disposizione per "intonarsi" e esprimere emozioni).

7 incontri a partire da mercoledì 6 febbraio 2019, ore 18-20; prezzo: 140 €, quota associativa: 20 €. Rivolto a chiunque abbia compiuto almeno 16 anni

La Scuola di Teatro Portland è riconosciuta dalla Provincia Autonoma di Trento per la formazione e l'aggiornamento del personale docente.



Carta In Cooperazione

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sconto del 10% sui prezzi dei corsi

Info

info@teatroportland.it
tel 0461 924470 (lun-ven, ore 15-19)
www.teatroportland.it

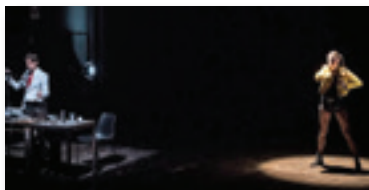
Trento

TEATRO PORTLAND

11 gennaio, ore 21
Riserva Canini
TALITA KUM



18 gennaio, ore 21
Bahamut
IT'S APP TO YOU



Popopò
Portate i popi al Portland!

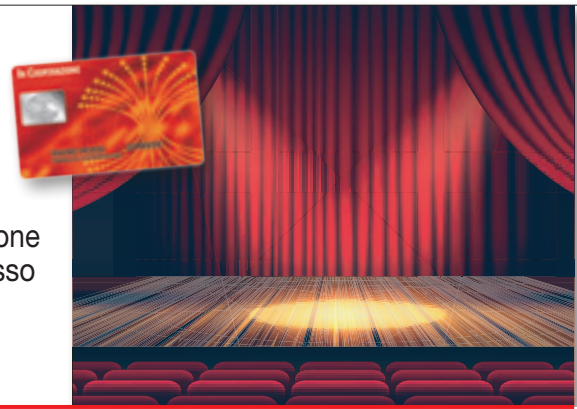
Domenica 20 gennaio,
ore 11 e 16.30
Teatro a Dondolo
I TRE PORCELLINI
DI PIAN DEL PORCO
(per bambini dai 3 anni)



Stagione 2018-2019

Trentino a teatro
gli spettacoli di gennaio

Per i soci possessori di Carta In Cooperazione sconti e le tariffe ridotte sui biglietti d'ingresso e sugli abbonamenti. Tutti i dettagli su www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni/Cultura/Teatri



Trento

PRO LOCO RAVINA

19 gennaio, ore 20.45
Filodrammatica di Sopramonte
G'HO 'NA FIOLA
BELLISSIMA
di Valerio Di Piramo



■ **Con Carta In Cooperazione:**
• **tariffa ridotta** sull'abbonamento per gli spettacoli teatrali "RavinaTeatro" 2018-2019.

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

Informazioni
info@ravina.it - www.ravina.tn.it

Trento

ESTROTEATRO
Teatro Villazzano

Musica
29 dicembre, ore 20.30
CONFRONTI
Concerto di fine anno



Stagione Fantasio
10 gennaio, ore 20.45
TRAINSPOTTING



Prosa comica
25 e 26 gennaio,
ore 20.45
LA STORIA D'ITAGLIA

Teatro ragazzi
27 gennaio, ore 16
IL PICCOLO PRINCIPE
storie di sabbia
(per bambini dai 5 anni)



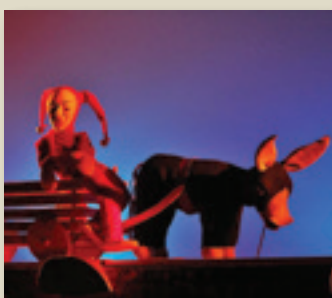
Cinema a teatro
13 gennaio, ore 16
BOXTROLLS



Trento

Teatro San Marco
Compagnia Teatro
della Quisquillie

La famiglia va a teatro
26 gennaio, ore 17 e 20
TILL EULENSPIEGELS
con 5 fiati dell'orchestra
Haydn e i burattini di
Luciano Gottardi



Prosa

23 gennaio, ore 21
L'AMICO RITROVATO
In occasione del Giorno della memoria /27 gennaio/, il Teatro San Marco propone "L'amico ritrovato", la pièce de Il teatro delle quisquillie tratta dall'omonimo romanzo di Fred Uhlman. Massimo Lazzari fa rivivere sul palco l'amicizia fra due studenti nella Stoccarda nazista del 1932, Hans, di origine ebraica, e Könradin rampollo di una nobile famiglia tedesca.

Proprio l'amicizia è il filo conduttore di uno spettacolo in cui le vicende narrate diventano archetipo delle relazioni umane, dove bianco e nero si colorano e contaminano a



vicenda. Nei ricordi di Hans rivivono i momenti della scuola, l'amicizia con Könradin, le

prime persecuzioni e l'amarezza di una giovinezza tradita, fino al colpo di scena finale che corona questa forte, eppure poetica, storia di razzismo. Lo spettacolo si snoda come la ricostruzione di una testimonianza personale, un puzzle scomposto dove man mano tutti i pezzi trovano posto. Musica, canzoni e immagini raccontano una realtà storica a noi ancora così drammaticamente vicina.

■ **Con Carta In Cooperazione:**
• **sconto del 10% sul biglietto d'ingresso.**
Convenzione valida per due persone: intestatario della carta e un familiare (inteso coniuge o figlio).

Informazioni
www.teatroosanmarco.it
tel. 0461 233522



Teatro amatoriale

19 gennaio, ore 20.45
20 gennaio, ore 16
Compagnia di Lizzana
SORËLLE
Dio vede e provvede



Pergine

**TEATRO DEL COMUNE
DI PERGINE VALSUGANA**
AriaTeatro

Musica per banda

29 dicembre, ore 20.45
CONCERTO DI NATALE
Banda sociale di Pergine
e Complesso giovanile

Prosa

10 gennaio, ore 20.45
**IL BERRETTO
A SONAGLI**
di Luigi Pirandello



12 gennaio, ore 20.45
LA LOCANDIERA
Esprit de pomme de terre



liberamente ispirato a *La Locandiera* di Carlo Goldoni

18 gennaio, ore 20.45
NEL NOSTRO PICCOLO
con Ale e Franz



24 gennaio, ore 20.45
anteprima
NEL TEMPO DEGLI DEI
Il calzolaio di Ulisse



di Marco Paolini
e Francesco Niccolini
*spettacolo riservato agli abbonati
della Stagione
Teatrale del Sistema della
Valsugana Orientale*

Musica classica

17 gennaio, ore 20.45
**ORCHESTRA HAYDN
DI BOLZANO E TRENTO**
Markus De Prosperis direttore
Dario Vergassola voce recitante
Giacomo Fornari voce recitante
W.A. Mozart *Il flauto magico*,
K 620: Ouverture
W.A. Mozart *La clemenza
di Tito: Ouverture*
W.A. Mozart *Symphonie
Es-Dur K 543*

Danza

31 gennaio, ore 20.45
Spellbound
Contemporary Ballet
ROSSINI OVERTURES



Coreografia e regia Mauro
Astolfi

Teatro ragazzi

6 gennaio, ore 16
KANU
(per bambini dai 4 anni)



27 gennaio, ore 16
FAGIOLI
racconti per attori
e altri animali
(per bambini dai 3 anni)



Borgo Valsugana

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

Musica per banda

29 dicembre, ore 20.45
CONCERTO DI NATALE
Banda sociale di Pergine
e Complesso giovanile

Prosa

Teatro Comunale di Pergine
24 gennaio, ore 20.45
anteprima
NEL TEMPO DEGLI DEI
Il calzolaio di Ulisse
di Marco Paolini
e Francesco Niccolini
*spettacolo riservato agli abbonati
della Stagione
Teatrale del Sistema della
Valsugana Orientale*

**Teatro Comunale
Tezze di Grigno**
19 gennaio, ore 21
SU CO LE RECE

di e con Loredana Cont



**A teatro con mamma
e papà**

Teatro Parrocchiale di Olle
19 gennaio, ore 16.30
I Burattini di Daniele Cortesi
**IL MISTERO
DEL CASTELLO**



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

Prosa

Auditorium del
Conservatorio Riva del Garda
18 gennaio, ore 21
Madame Rebiné
ALLA FRUTTA
Siamo alla frutta:
siamo alla fine?
testi e musiche Alessio Pollutri



**Sala Garda, Palazzo dei
Congressi di Riva del Garda**
22 gennaio, ore 21
Aps EstroTeatro



CIÒ CHE NON SI PUÒ DIRE

da "Ciò che non si può dire. Il racconto del Cermis" di P. Loperfido

Teatro Casa della Comunità di Nago

18 gennaio, ore 21

Aps EstroTeatro

VOGLIO ESSERE INCINTO



Danza

Sala Garda, Palazzo dei Congressi di Riva del Garda
29 gennaio, ore 21



Compagnia DaCruDanceCompany
THE KITCHEN THEORY

Primiero Dolomiti Festival

FIERA DI PRIMIERO, AUDITORIUM

2 gennaio, ore 21

CONCERTO DI CAPODANNO



Dolomiti Wind Orchestra
Ingresso: € 7 (posti non numerati)

Con Carta In Cooperazione:

- biglietto d'ingresso a **tariffa ridotta** per i concerti del XIII Primiero Dolomiti Festival (21 ottobre 2018-2 gennaio 2019);
- biglietto d'ingresso a **tariffa ridotta** per altri concerti organizzati dalla scuola.

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

Associazione Scuola Musicale di Primiero
Tel. 0439 64943
www.primierodolomitifestival.it
www.scuolamusicaleprimiero.it



Il teatro fa bene: a chi lo guarda, perché sul palco trova rappresentati mondi e sensazioni nuovi, ma anche a chi lo fa. E lo si può fare in tanti modi, intrattenendo il pubblico in scena, oppure muovendosi dietro le quinte e in platea per controllare che tutto funzioni alla perfezione.

Lo sanno perfettamente Nasuf, Patrick e Daniele, i tre ragazzi impegnati in un progetto di alternanza scuola-lavoro all'interno del Teatro San Marco di Trento. Ne abbiamo parlato con loro e con la docente che li segue in questo percorso, la prof.ssa Rossana Germano dell'Istituto Tecnico Tecnologico "Buonarroti-Pozzo".

La loro avventura è cominciata quattro anni fa, nell'anno scolastico 2014-2015, quando la scuola li ha coinvolti in un

Alternanza scuola-lavoro

Un piccolo lavoro a teatro per crescere e scoprirsi migliori

All'interno di un percorso dedicato a ragazzi con bisogni educativi speciali, l'esperienza dei ragazzi del Buonarroti-Pozzo al Teatro San Marco

percorso dedicato a ragazzi con bisogni educativi speciali;

Nasuf all'epoca era al secondo anno delle superiori, Patrick e Daniele erano al primo.

I tre sono le maschere ufficiali del San Marco e si occupano di accogliere il pubblico e farlo accomodare in sala nei giorni in cui sono programmati gli spettacoli per le scuole. In questo ruolo hanno modo di interagire con moltissime persone: docenti, studenti di tutte le età, ma anche attori e tecnici che lavorano alle rappresentazioni.

Non è un compito sempre semplice, ci raccontano: i bimbi delle elementari sono più facili da gestire, i ragazzi delle superiori sono più indisciplinati e a volte bisogna essere severi per mantenere l'ordine in sala; finito lo spettacolo, poi, c'è da riordinare la platea e controllare che nessuno abbia dimenticato niente.

L'attività al San Marco



è sempre seguita da un momento di rielaborazione in classe; con l'aiuto della docente ciascuno dei ragazzi ha individuato un proprio talento: Nasuf racconta quello che ha visto a teatro, Daniele rivive lo spettacolo attraverso il disegno e Patrick si cala nei panni del critico teatrale, con riflessioni, spunti e consigli per gli attori.

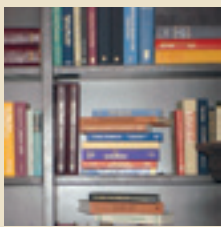
L'esperienza, ci dice la prof. Germano, aiuta tantissimo i ragazzi sul piano relazionale;

ciascuno di loro, mese dopo mese, anno dopo anno, ha costruito una propria routine fatta di piccole-grandi responsabilità. Un'occasione per mettersi alla prova in un contesto diverso dall'aula scolastica.

Al San Marco, poi, le tre giovani maschere hanno trovato la simpatia, l'affetto e il buon umore della squadra che gestisce il teatro: Massimo, Paola e Andrea.

E i risultati non sono mancati. In questi anni i ragazzi hanno imparato a familiarizzare con il teatro, con i suoi tempi e le sue tecniche.

Il 12 novembre Patrick e Daniele hanno ripreso il proprio posto al San Marco. Li attende un altro anno da maschere. Questa volta, però, saranno solo in due perché Nasuf ha concluso la scorsa primavera le superiori e con loro l'esperienza in teatro. (D.Santuliana)



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



LE TERRE DELLA FATICA

di A. Folgheraiter e G. Zotta, ed. FZ, Trento 2018

Le narrazioni dell'accoppiata Folgheraiter-Zotta si susseguono periodicamente e documentano quello che loro stessi definiscono il tema di fondo: viaggiare nell'anima del Trentino. Che si potrebbe esplicitare come ricerca delle ragioni storiche e antropologiche costituenti la tipicità della gente di questa terra, il suo 'saper arrangiarsi', il suo vivere autonomo ma in stretto rapporto con la collettività... nelle fatiche antiche, fino al presente. Messaggi che nel recente autunno di piogge-venti-alluvioni hanno rilanciato la perenne necessità del 'fare da sé', da subito e



prima degli interventi istituzionali. Dal nascere e crescere dei villaggi, ai lavori per aree sempre più estese, "allargando l'orizzonte anche a vallate esterne alla geografia provinciale", qui si comunica la vita reale, con la forza

convincente della fotografia immersa nel sociale e di una scrittura piena di partecipazione appassionata. La terra da coltivare, l'acqua, la pietra, il legno; gli animali 'benedetti' delle stalle; le case attorno a un campanile; la socialità, con le gioie, le sofferenze, le fatiche e le feste, con i duri confronti in funzione dello stare insieme. E quei mille volti che legano cose ed eventi, in un insieme secolare quale pressante invito a perdurare nel viaggio.

LA GUERRA DI GINO

di Barbara Goio, ed. 'Il mio libro', internet 2018

È spietata denuncia delle guerre, fatta da chi una guerra - quella dei Balcani del 1940/'45 - l'ha patita come incomprensibile e atroce. Gino Pisetta in queste sue *memorie* sintetizza rabbia e giudizi con un categorico "C'è un'unica verità: la guerra è la cosa più cretina che l'uomo possa fare". Aveva 25 anni quando ricevette la cartolina di richiamo per combattere la Guerra di Grecia. Si viveva in un clima infiammato dalla propaganda di regime, che poneva l'Italia "dalla parte dei giusti, in lotta per il Paese migliore del mondo, con l'Esercito più forte del mondo". Nei Balcani avrebbe dovuto essere un "vittoriosa guerra-lampo". Fu

una immane tragedia. Anzitutto per un popolo aggredito senza ragioni ("Che cosa ci hanno fatto i Greci? Perché andare a rompere le scatole a loro? Questo non è amor di Patria, perché qui la Patria è la loro. E allora perché lo facciamo?"). E tragedia per i soldati italiani, impreparati, mal equipaggiati, in totale disorganizzazione, lanciati in combattimenti sanguinosi e inutili, abbandonati. "Ai politici e ai vertici militari della gente non gliene frega nulla. Le persone valgono una cartolina di richiamo e stop, non contano niente, zero". Carneficine, fame, freddo, disperazione, incredibili sofferenze in una ritirata al 'si salvi chi può'.

ANGELI INCERTI

di Rocco Sestito, ed. Del Faro, Trento 2018

"Io lavoro duro come replicante in una piccola bottega di periferia. Io lavoro duro come mendicante nel boulevard che sta al centro del mondo. Io lavoro duro...". Questo romanzo è "dedicato a tutti quelli che lottano per un giorno in più". Dunque un realistico augurio per l'inizio di un nuovo anno, di una nuova vita, di un nuovo percorso. Ciascuno per la propria strada, diversa per Tito o per Omar, Vera, Monica, Loris, Fabio, Ezechiele. Storie di singoli che vivono come su un palcoscenico, per confluire là - in pausa teatrale - "a un passaggio a livello chiuso, sperduti nella notte, in un posto sconosciuto". Di là ripartono a recitare la loro parte, "per una strada breve e contorta, impervia e accidentata... un passo dopo l'altro, camminando sul sottile intreccio teso tra il bene e il male... incerti, ma sulla loro strada, quella che a fatica hanno deciso di imboccare". Incerti da sempre - gli umani - perché discendenti appunto dagli 'Angeli incerti', quelli che, chiamati a scegliere tra Dio e Lucifero, non seppero decidere. Eppure, nell'incertezza, scorrono le individualità, ciascuno recitando la propria piccola ed essenziale parte e costruendo così - "quali figure di un insolito teatro delle ombre" - l'insieme di un vivere nel quale vale il rischio di "prendere il coraggio e tuffarsi".



D'ANNUNZIO E IL PREFETTO SBAGLIATO

di Ruggero Morghen, ed. Solfanelli, Chieti 2018



Garda, dove si occupa in particolare di ricerca documentaria. Dunque studio approfondito, verifiche e precisione. Questo saggio - su uno dei tanti personaggi dannunziani - ne è prova. Durante il Ventennio fascista il conte Enrico Grassi Statella diventa un caso curioso, talvolta con risvolti grotteschi. Certamente un caso emblematico in quel tipico ambiente surreale che si era creato attorno a Gabriele D'Annunzio, dove troppi bordeggiavano tra dichiarazioni di fede fascista, adulazioni accattivanti, esibizioni di improbabili volontà eroiche e ambizioni assortite. Era un ambiente nel quale il conte Enrico Grassi Statella guazzava e - talvolta abile, talvolta maldestro - scriveva, anche se definito "velleitario delle lettere italiane". Finalmente ottenne la nomina di Prefetto a Taranto, durato tale finché il Duce lo distrusse con un telegramma: "Ritenetevi nominato Prefetto per errore!". Fine di un sogno e patetico affievolirsi dei rapporti con Gabriele D'Annunzio, che pur lo aveva onorato di un "devoto a me e alla mia Causa ideale". Tutto ben narrato, sia nel testo dominante che nelle interessanti note a piè di pagina.

Ricche annotazioni caratterizzano i lavori di Ruggero Morghen, siano essi opere di storia o di letteratura o, come questo, di saggistica. Laureato in Sociologia, è pubblicista e bibliotecario presso la Biblioteca civica di Riva del

A Trento e Levico, il 15 e il 25 gennaio

Saperne di più... per stare in salute!

La prevenzione per un invecchiamento attivo

COME PREVENIRE LE CADUTE A CASA?

Le cadute accidentali in casa rappresentano un rischio serio e frequente per gli anziani (e non solo), ma prevenirle è possibile, vivendo in un ambiente sicuro ed evitando comportamenti pericolosi: è questo il tema dell'incontro organizzato dal coordinamento donne regionale Fnp Cisl con l'osteopata Leo Zampi, martedì 15 gennaio 2019 alle 14.30, nella sede Fnp Cisl di Trento (via Degasperi, 61) e dal titolo appunto "Come posso prevenire le cadute a casa?"

Per informazioni: Fnp Cisl Trentino
tel. 0461 215180

ALLENARE LA MENTE: SE NON LA USI LA PERDI

Levico ospiterà invece il 25 gennaio (alle 15, nella sede del Gruppo pensionati Levico, in V.le Sluicca de Matteoni 8) l'incontro dedicato alla prevenzione dell'invecchiamento mentale e all'ottimizzazione

delle funzioni del cervello; durante l'incontro verranno suggerite tecniche e strategie da usare quotidianamente per mantenere la mente attiva e lucida, a tutte le età; tutti gli argomenti saranno trattati in modo accessibile a tutti e sarà dato ampio spazio alle domande del pubblico

Per informazioni:
Fnp Cisl Trentino 348 0688808
www.pensionaticislrentino.it



Rovereto, CID Centro Internazionale della Danza

Benessere in movimento

Prendono il via da gennaio tanti nuovi corsi settimanali per tutti e la nuova stagione dei workshop con i grandi nomi della danza nazionale e internazionale

CID Formazione e Animazione Territoriale

ZUMBA® con Cristiana Bertelli

Tutti i venerdì dall'11 gennaio per 10 settimane, ore 20-21
Costo: 75 euro per 10 incontri

BALLET BEAUTY

con Cristiana Bertelli

Tutti i venerdì dall'11 gennaio per 8 settimane, ore 19-20
Costo: 60 euro per 8 incontri

PILATES con Silvia Pedrotti

Tutti i venerdì dal 18 gennaio per 13 settimane, ore 18-19
Costo: 100 euro per 13 incontri

YOGA con Maura Mascolo

Tutti i mercoledì dal 9 gennaio per 10 settimane, ore 19-20
Costo: 85 per 10 incontri



DANZA AFRO con Solò Diedhiou

Tutti i lunedì dal 7 gennaio per 10 settimane, ore 19.30-21
Costo: 150 euro per 10 incontri

DANZA SABAR con Solò Diedhiou

Tutti i giovedì per 10 settimane dal 10 gennaio, ore 20-21.30
Costo: 150 euro per 10 incontri

DANZA CLASSICA con Enkel Zhuti

Tutti i sabati dal 12 gennaio: ore 9-11 livello principianti e ore 11-12.30 livello intermedio/avanzato; costo:

150 euro per 10 incontri (principianti); 120 euro per 10 incontri (intermedio/avanzato)



Carta In Cooperazione

I possessori di Carta In Cooperazione hanno diritto ad uno sconto **dal 5% al 10%** iscrivendosi ai corsi telefonicamente chiamando lo 0464 431660

Festival Oriente Occidente

Aperitivo inDanza. Venerdì 18 gennaio (ore 20) il primo degli aperitivi inDanza. Una piccola performance di Davide Valrosso negli spazi museali del Mart precede lo

spettacolo "Robinson", di MK (coreografia di Michele Di Stefano), in programma al Melotti. (Biglietto unico: punti vendita Centro Servizi Culturali Santa Chiara). In collaborazione con il Centro Servizi Culturali Santa Chiara, Compagnia Abbondanza/Bertoni e Network Anticorpi XL.

CID Centro Internazionale della Danza



Akram Khan Company Repertorie, workshop con Nicola Monaco, livello intermedio/avanzato. Un laboratorio formativo alla scoperta del coreografo anglo-bengalese Akram Khan. I partecipanti potranno esplorare la propria creatività attraverso lo studio degli aspetti coreografici di alcune delle più significative creazioni del repertorio di Akram Khan Company tra cui lo spettacolo KAASH, riallestito dal danzatore italiano e membro della compagnia Nicola Monaco, che condurrà il laboratorio. Dal 23 al 27 gennaio 2019 tutti i giorni dalle 10 alle 12 e dalle 13 alle 16
Costo: 230 euro

Info

cid@centrodelladanza.it
www.centrodelladanza.it
tel. 0464 431660
(lunedì-venerdì ore 9-13 e 14-18)

La stagione della neve

Vacanze sugli sci con gli sconti Carta In Cooperazione

È iniziata la nuova stagione sulle piste: per i soci possessori di Carta In Cooperazione ci sono gli sconti per gli impianti di risalita e per le lezioni con i Maestri di sci



Pejo 3000

Per i Soci possessori
di Carta In Cooperazione:

• **SCONTO GIORNALIERO:**

- sconto 6 € su skipass adulto (prezzo ufficiale bassa stagione 34 € e 37 € in alta stagione);
- sconto 4 € su skipass ragazzi – nati dopo il 30.11.2002 (prezzo ufficiale bassa stagione 24 € e 26 € in alta stagione);

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

Le condizioni speciali si intendono valide dietro presentazione della Carta In Cooperazione all'acquisto del prodotto/servizio da parte dell'intestatario della medesima o da parte di soggetti appartenenti allo stesso nucleo familiare dell'intestatario (coniuge e/o figli). Qualora si presentasse ad una delle biglietterie un familiare questi dovrà presentare la Carta In Cooperazione accompagnata dal proprio documento d'identità e dalla copia del documento d'identità del Socio titolare della Carta In Cooperazione. **Ogni Carta In Cooperazione è valida per 3 persone** (Socio + 2 accompagnatori) oppure familiare del Socio (coniuge o figlio) + 2 accompagnatori. I vantaggi offerti ai Soci non sono cumulabili con altre offerte in corso, potranno essere utilizzati una sola volta al giorno. Escluso periodo Natale e Capodanno.



Info: www.skipejo.it
0463.753238

Trento Funivie Monte Bondone

Per i Soci possessori
di Carta In Cooperazione:

- **SKIPASS 3x2 dal lunedì al sabato:** 3 skipass giornalieri al prezzo di 2, dal lunedì al sabato. L'offerta è valida sull'acquisto di uno skipass giornaliero adulto a prezzo di listino. La gratuità verrà applicata allo skipass con il prezzo più alto tra i due restanti (escluso il periodo dal 22.12.2018 al 6.1.2019).
- **SCONTO DI 7 EURO dal lunedì al venerdì sullo skipass Adulto di listino dal 24.11.2018 al 7.4.2019** (escluso il periodo dal 22.12.2018 al 6.1.2019).
- **SKIPASS STAGIONALE adulto a 309 euro invece di 399 euro** se acquistato dal 1.12.2018 al 22.12.2018. Prima di questa data lo skipass è infatti in prevendita.

Convenzione valida per il Socio oppure 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.



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



Carta In Cooperazione

Per informazioni

Sait, Ufficio Relazioni Soci,
0461.808641 - ufficio.soci@sait.tn.it
<https://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni>
Altre convenzioni su <http://www.e-coop.it/web/politiche-sociali/vacanze-sulla-neve>



FolgariaSki

Per i Soci possessori
di Carta In Cooperazione:

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

Gli sconti sono riservati all'acquisto dello skipass della categoria Adulto

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

Questi sconti non valgono nel periodo Natale - Capodanno dal 22.12.2018 – 6.1.2019.

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; Ortlesino; Fiorentini.

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





Ski Center Lavarone

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

- **SCONTO 20%** skipass giornaliero full day adulto (prezzo ufficiale: adulto da 34 € a 35 € a seconda della stagionalità;
- **SCONTO 10%** skipass plurigiornaliero adulto 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 Natale-Capodanno (dal 22/12/18 al 6/1/19). 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.alpecimbra.it - www.lavaroneski.it

Paganella Ski

Per i Soci possessori di Carta In Cooperazione:

| | PREZZO UFFICIALE | Con Carta in Cooperazione |
|--|------------------|---------------------------|
| SKIPASS GIORNALIERO: SCONTO 20% | | |
| ADULTI | € 43,00 | € 34,00 |
| JUNIOR | € 30,00 | € 24,00 |
| BAMBINI | € 22,00 | € 18,00 |
| SKIPASS 4 ORE: SCONTO 20% | | |
| ADULTI | € 37,00 | € 30,00 |
| JUNIOR | € 26,00 | € 21,00 |
| BAMBINI | € 19,00 | € 15,00 |
| | PREZZO UFFICIALE | Con Carta in Cooperazione |
| SKIPASS STAGIONALE: SCONTO 15% | | |
| ADULTI | € 570,00 | € 485,00 |

*JUNIOR Nati dopo il 30.11.2002 con documento

*BAMBINI Nati dopo il 30.11.2010 con documento

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

Per usufruire dello sconto i soci dovranno presentare alle casse skipass la Carta In Cooperazione (che varrà per 2 persone) insieme a un documento di identità. **La convenzione vale per 2 persone** e ha validità dal 19/11/2018 al 7/4/2019. Il Socio titolare della Carta potrà cedere la stessa ad un familiare (coniuge e/o figlio) che, presentandola alla biglietteria con copia del documento di identità del Socio, potrà usufruire della convenzione. Anche in questo caso la convenzione sarà valida per 2 persone purché familiari del Socio.

Gli sconti non valgono nel periodo dal 22/12/2018 al 6/1/2019.

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.



Paganella
My fun **SKI area**

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

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 è valida esclusivamente nelle scuole di sci del seguente elenco:

| Scuola | Località |
|-----------------------------|----------------------|
| ADAMELLO BRENTA | Madonna di Campiglio |
| MONTE BALDO | Pastrengo (VR) |
| NAZIONALE - DES ALPES | Madonna di Campiglio |
| AEVOLUTION | Dimaro Folgarida |
| MARILLEVA | Mezzana |
| EVOLUTION SKI SCHOOL A.P.T. | Vermiglio (TN) |
| FOLGARIA | Folgaria |
| CAMPITELLO | Campitello di Fassa |
| ALPE DI PAMPEAGO | Tesero |

| Scuola | Località |
|--------------------------------|-----------------------------------|
| ALPE CERMIS - CAVALESE | Cavalese |
| VIGO DI FASSA PASSO COSTALUNGA | Vigo di Fassa |
| CAMPO CARLO MAGNO | Madonna di Campiglio |
| K2 | Madonna di Campiglio |
| SAN MARTINO DI CASTROZZA | Primiero San Martino di Castrozza |
| KRISTAL | Andalo |
| LAVARONE | Lavarone |
| TONALE PRESENA | Vermiglio |
| PINZOLO | Pinzolo |
| VAL DI SOLE A.T.P. | Commezzadura |
| MONTE BONDONE TRENTO | Monte Bondone |
| VAJOLET POZZA | Sen Jan di Fassa loc. Pozza |

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

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

La convenzione è valida dall'1/12/2018, escluso il periodo natalizio dal 17/12/2018 al 7/1/2019 e la settimana di carnevale e scadrà al termine della stagione invernale 2019.



Info: 0461.826066
www.trentinosci.it

Da anni si sente parlare di crononutrizione ma, sia nel mondo scientifico che divulgativo, non vi è una definizione univoca; in generale la crono-nutrizione indaga l'influenza del momento di consumo di determinati alimenti, e come il "quando" possa influire sul metabolismo, sul comportamento alimentare e più in generale sullo stato di salute. Alcune domande frequenti in merito sono "posso mangiare carboidrati a cena?" oppure "la frutta andrebbe consumata insieme o distante rispetto ad un pasto?"; chiariamo subito che si possono consumare carboidrati a cena che



alimentare durante la seconda parte della giornata. Per questo la distribuzione cronologica corretta delle occasioni alimentari può essere di aiuto: consumare pasti come la colazione ed il pranzo con alimenti densi di nutrienti e bilanciati, anche se non si ha molto appetito nella prima fase della giornata, è tattico per anticipare l'incremento progressivo nel pomeriggio e sera della fame.

Alimentazione e mode

Crono-nutrizione, può servire se...

Non si tratta di mangiare un certo alimento ad una certa ora, quanto invece distribuire correttamente i pasti nell'arco della giornata: per evitare di arrivare affamati la sera

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

non "ingolferanno" il nostro metabolismo notturno, mentre la questione che la frutta andrebbe consumata preferibilmente distante dai pasti è stata inserita nelle "Fake-news" dall'Istituto Superiore di Sanità.

NON TUTTA LA CRONO-NUTRIZIONE È UNA BUFALA

Nel 2013 Frank Scheer (Harvard) per la prima volta evidenzia un andamento ciclico della sensazione di fame in cui il livello più basso mediamente è alle 8 di mattina, a cui segue un graduale incremento fino ad un

picco alle 8 di sera, per poi ritornare gradatamente basso alle 8 del giorno seguente. Tale osservazione è stata effettuata anche da altri gruppi di ricerca, che hanno dimostrato come **certi ormoni che fanno venire fame o inappetenza** (ad esempio la grelina o la leptina) **vengano secreti dal nostro organismo con oscillazioni cicliche durante il corso della,** il che può spiegare la maggiore probabilità di avere fame nel pomeriggio-sera piuttosto che la mattina, soprattutto al risveglio; e ciò si traduce in una maggiore difficoltà nel mantenere ordinato il comportamento

Se al contrario si fa una colazione frugale ed un pranzo troppo leggero, si arriva vulnerabili proprio nel momento più delicato della giornata. **Per accorgercene può essere utile osservare la velocità con cui si mangia:** la sera alcune persone sono così voraci da non masticare adeguatamente ciò che consumano, ed anche questo contribuisce a ridurre l'effetto saziante del pasto, creando un circolo vizioso; uno snack pomeridiano corretto può essere d'aiuto, mentre lasciare la scelta della merenda all'impulsività del momento o limitarla a ciò che è disponibile non è d'aiuto. Dunque **uno dei maggiori vantaggi di una distribuzione corretta dei pasti è quella di non far salire la sensazione di fame oltre ad un certo livello**, per mantenere quelle capacità di controllo sul comportamento alimentare che rischiamo di perdere quando si è "affamati".
(consumatori.e-coop.it)

È vero che la frutta va mangiata lontano dai pasti?

La frutta **fa bene alla nostra salute** sempre! Anche se si sente spesso dire che mangiare frutta alla fine dei pasti non è una buona abitudine. I motivi che alimentano questa credenza sono diversi: alcuni riferirebbero una più difficile perdita di peso, altri l'instaurarsi di sensazioni di gonfiore e sazietà. Alcuni componenti della frutta, come fibre e oligosaccaridi, possono, in effetti, rallentare, seppur in misura modesta, il transito del cibo nel tratto gastrointestinale, dar luogo a dei processi di fermentazione e creare un accumulo di gas nell'intestino con conseguente sensazione di gonfiore. Questa situazione si verifica soprattutto in coloro che hanno una particolare sensibilità intestinale (**colite ulcerosa, sindrome dell'intestino**

irritabile, meteorismo). In generale, se si escludono queste condizioni, non si riscontrano fastidi dopo aver ingerito la frutta a fine pasto e non ci sono studi scientifici o linee guida che sconsigliano di mangiare la frutta dopo i pasti. **Concludere il pasto con un frutto può, in realtà, portare diversi benefici:**

- fa sì che gli **zuccheri** che contiene vengano rilasciati nel sangue più **lentamente** di quando si mangia la stessa frutta a digiuno. L'innalzamento rapido dei livelli di zucchero nel sangue è in generale da evitare, perché induce una rapida risposta ormonale (insulina-glucagone), che causa un rapido ritorno del senso di fame
- l'acidità della frutta e alcune vitamine al suo interno (vitamina C) possono

facilitare l'**assorbimento del ferro** contenuto negli alimenti di origine vegetale

- grazie ai suoi componenti **antiossidanti**, accompagna il cibo nella digestione proteggendolo dai danni ossidativi
 - il suo sapore **acidulo** dà all'organismo il segnale di fine pasto
- Molti studi scientifici indicano chiaramente che consumare almeno 5 porzioni di frutta e verdura è associato a un minore rischio per molte gravi malattie, come infarto, ipertensione, tumore al colon. Per questa ragione le *Linee guida per una sana alimentazione della Società italiana di Nutrizione umana (SINU)*, raccomandano di mangiare 3 porzioni di frutta al giorno, in qualsiasi momento della giornata poiché rappresenta lo **spuntino ideale** da inserire tra i 3 pasti principali (colazione, pranzo, cena).



Ricette, bottiglie e libri

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

Quasi vegetariano

Zuppa o vellutata?

Ciotole fumanti perfette per il pieno inverno: una golosa zuppa di cipolle con formaggio oppure due vellutate per tornare in forma, ma senza rinunciare al gusto?



Zuppa gratinata di cipolle e formaggio

Per 4 persone: 500 g cipolle rosse, 250 g di cipolle dorate, 1 l di brodo vegetale, olio d'oliva extravergine, 1 cucchiaino amido di mais (o farina), 200 g di fontina valdostana, 8 fette pane casereccio, grana, sale e pepe

Tagliate tutte le cipolle a fettine sottili e fatele rosolare in un tegame con un filo d'olio a fuoco moderato finché saranno trasparenti; aggiungete il brodo e lasciate sobbollire a fuoco basso per 20 minuti fino a quando la consistenza sarà cremosa; unite l'amido di mais o la farina, mescolate accuratamente e continuate la cottura altri 20 minuti; regolate di sale e pepe. Coprire il fondo di una pirofila con 4 fette di pane precedentemente tostato e copritele con 100 g di fontina tagliata a fettine sottili; trasferite la zuppa nella pirofila coprite con le restanti fette di pane e fontina grattugiata, alternandola col grana grattugiato; mettete nella parte alta del forno a

220°C per 15 minuti, finché si sarà formata una crosticina dorata di formaggio.

Vellutata sedano rapa con cipolle caramellate e mandorle

Per 4 persone: 1 sedano rapa, 2 patate, 1 porro, ½ l di brodo vegetale, 120 ml di latte di soia (o latte vaccino), 1 cipolla rossa, 2 cucchiaini di zucchero di canna, 1 cucchiaino di aceto balsamico Fiorfiore, 2 rametti di timo, paprica, 2 cucchiaini di mandorle in scaglie, olio d'oliva ev, sale

Mondate e tagliate a cubetti il sedano e le patate e affettate sottilmente la parte bianca del porro; mettete il tutto in una pentola con 2 cucchiaini di olio e una presa di sale e fate rosolare per 5 minuti, coprite con il brodo e cuocete per 30 minuti; nel frattempo affettate la cipolla e saltatela in una padella con 1 cucchiaino d'olio e una



presa di sale; dopo 5 minuti spolverizzate con lo zucchero di canna e fate caramellare, mescolando a fiamma vivace, sfumate con l'aceto e tenete da parte. In una piccola padella mettete le mandorle con un filo d'olio

e fatele dorare; fuori dal fuoco condite con poca paprica, sale e foglioline di timo. Aggiungete alle verdure il latte, regolate di sale e frullate fino a ottenere una vellutata liscia; impattate e completate con la cipolla e le scaglie di mandorla.

Vellutata con zucca, castagne e pancetta

Per 4 persone: 600 g di patate, 200 g di porro, 1 l brodo vegetale, 40 g olio, 1 foglia di alloro; 200 g di zucca, 80 g di pancetta, 200 g di castagne lessate, sale e pepe



Pelate e tagliate a tocchetti le patate; affettate sottilmente la parte bianca del porro e fatela appassire con l'olio in un tegame; unite le patate l'alloro e bagnate con il brodo; cuocete per circa 25 minuti, aggiungendo altro brodo se necessario; quando le patate saranno morbide frullate fino a ottenere una crema liscia; aggiustate di sale e pepe bianco a piacere. Tagliate a fettine la zucca e sistematala in una teglia da forno con mezzo bicchiere d'acqua e 1 pizzico di sale e cuocetela in forno a 180°C per 10 minuti; spadellate 80 g di pancetta a dadini con un cucchiaino d'olio, unite 200 g di castagne lessate e un pizzico di sale e pepe; servite la crema di patate con le fettine di zucca, le castagne e la pancetta tostata.

(ricette tratte da Fiorfiore in cucina, 1/2017)

OSPITALITÀ E RISTORAZIONE

Liberty Gross per il turismo

Il Liberty Gross di Trento offre oggi un nuovo servizio di forniture per ogni esigenza dei professionisti dell'ospitalità e della ristorazione

Il Liberty Gross, lo storico grande magazzino all'ingrosso di Trento (casalinghi, biancheria per la casa e per la persona, abbigliamento, cartoleria e giocattoli), nell'ultimo anno ha decisamente cambiato volto, mostrando la sua vocazione per i settori Alberghiero e Ristorazione.



Sono infatti stati completamente rinnovati e approfonditi gli assortimenti ed i servizi, che garantiscono ora una specializzazione in grado di rispondere alle esigenze diverse di **hotel, b&b e agriturismi, ristoranti, pizzerie, bar, residence, comunità ed enti**, con soluzioni aggiornate e attente alle nuove tendenze del settore.

Gli oltre 4500 mq propongono un **assortimento completo di prodotti delle migliori marche**: porcellane e accessori per la tavola, posate, calici e bicchieri, attrezzature da cucina per la preparazione e la cottura, stoviglie, contenitori per stoccaggio e conservazione, abbigliamento professionale.



Una selezione accurata e costantemente aggiornata di prodotti per le diverse esigenze, che si accompagna sempre ai **servizi di consulenza e all'assistenza, con consegna immediata, o con la possibilità di ordinare forniture personalizzate.**

Liberty Gross
Trento, via Innsbruck, 2
Tel. 0461 808862-808100
libertygross@sait.tn.it
www.laspesainfamiglia.coop/Liberty-Gross

orario di apertura:
da lunedì a venerdì 9.30-17.30

Liberty Gross Forniture Alberghiere
è fornitore ufficiale



LIBERTY^{30°}**GROSS**

Forniture Alberghiere



Liberty Gross Trento - Via Innsbruck, 2
tel. 0461 808862 / 808100 - mail: libertygross@sait.tn.it - www.laspesainfamiglia.coop/Liberty-Gross
Orario di apertura dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 17.30

Anche durante il lungo e rigido inverno, quando il mondo vegetale pare assopito, la natura ci offre piante che aiutano a prevenire e curare i malanni di stagione. Fra queste, forse la più preziosa, il pino silvestre (*Pinus silvestris*), o pino rosso o pino di Scozia, conifera presente con molte varietà in gran parte dell'Europa e dell'Asia; in Italia cresce spontaneo solo sulle Alpi (800-2100 m. di altitudine) e in alcune aree degli Appennini settentrionali. È uno degli alberi più diffusi nei boschi soleggiati di monta-



Il pino silvestre

Aerosol balsamico nei boschi

I pini (foglie, resina, pigne, gemme) sono ricchi di principi attivi e di sostanze balsamiche, utili per combattere le malattie dell'apparato respiratorio (raffreddori, bronchiti, polmoniti, asma, ecc.)

di Iris Fontanari

gna, dove forma pinete anche molto estese: lo si riconosce per la sua bella chioma sempreverde, come quella del "fratello" abete, di cui vanta le stesse proprietà; il suo tronco, slanciato e verticale, può raggiungere i 50 m d'altezza e porta rami nodosi ad andamento ondulato, presenti solo nella parte superiore. Il pino silvestre sopporta bene le grandi escursioni termiche e non ha particolari esigenze in fatto di terreno, che spesso è quello dei versanti meridionali delle valli più aride, asciutto e sassoso; con il suo notevole apparato radicale il pino si spinge molto in profondità anche su pendii aridi e scoscesi per ancorarsi saldamente al terreno, riuscendo a rafforzare zone instabili e franose. Tipiche di questa pianta sono le foglie: come in tutte le Pinacee, sono simili ad aghetti duri e pungenti, lunghi 4-6 cm, riuniti e due a due e di un bel colore verde cupo. Sul pino, come sulle altre Conifere, sono presenti anche le pigne, dette "ciorciole" da noi trentini, piccoli coni (fal-

si frutti) rivolti verso terra, sorretti da un peduncolo e composti da brattee lignificate che proteggono i semi (pinoli).

FOGLIE, RESINA, PIGNE E GEMME: LE RICETTE

Gli amanti delle passeggiate in montagna conoscono il sollievo che si prova respirando l'aria balsamica delle conifere: ciò è dovuto alle resine e agli oli essenziali che, sotto forma di minutissime goccioline invisibili, queste piante spargono tutt'intorno.

In realtà i pini sono ricchi di principi attivi (presenti soprattutto nelle gemme) e sostanze balsamiche e purificatrici, utili per combattere le malattie dell'apparato respiratorio (raffreddori, bronchiti, polmoniti, asma, tubercolosi, ecc.): a chi soffre di questi disturbi si consigliano frequenti passeggiate nelle pinete, nelle quali è sempre a disposizione l'inalazione di **un aerosol di sostanze naturalissime e benefiche**.

Il pino ha proprietà antisettiche anche delle vie urinarie ed epatiche ed è pure uno stimolante corticosurrenale; per uso esterno è indicato anche per l'influenza, le sinusiti, la gotta e i reumatismi.

In fitoterapia si usano le foglie, la resina, le pigne e le gemme; queste ultime, dalla forma conica e dal colore rosso-bruno, si trovano all'apice dei rami in numero di 6-7, si raccolgono all'inizio della primavera quando sono ancora chiuse, si essiccano all'ombra

e si conservano all'asciutto in contenitori di vetro. Le "gemme di pino" sono di certo la parte della pianta più usata in medicina: l'olio essenziale in esse contenuto è un potente antisettico delle vie respiratorie, urinarie, del fegato e della bile; con quest'olio si possono fare inalazioni utili contro influenze, sinusiti e bronchiti. Le gemme si utilizzano come infuso, o macerate nel vino o nella birra, come decotto per inalazioni, suffumigi, gargarismi ecc. Un'antica, valida ricetta è lo **scioppo** di gemme e miele: si ottiene da ½ kg di gemme bollite per 1 ora in 1,5 l d'acqua;

si cola e si aggiungono 700 g di miele, si lascia bollire per 5 minuti fino ad una consistenza sciropposa e si prende a cucchiaini contro il catarro e gli attacchi di asma.

Le foglie (aghi) e la resina del pino si raccolgono tutto l'anno; con le prime si prepara un **decotto** utile contro la tosse stizzosa e il catarro (bollire per 20 minuti 30 g di foglie di pino silvestre in 1 l d'acqua e berlo a bicchierini nel corso della giornata); lo stesso decotto si utilizza anche per curare la gotta e i reumatismi, fare gargarismi.

Fin dai tempi più remoti è noto anche l'uso terapeutico **della resina che cola dal tronco**, per le sue proprietà espettoranti nelle malattie polmonari, antireumatiche, bechiche (contro la tosse) ecc.; dalla resina si estrae pure la **trementina** che, sciolta in acqua bollente, profuma e disinfetta le stanze in cui si trovano i malati.

Anche le pigne hanno utilizzi terapeutici, ma si devono cogliere d'estate e utilizzare fresche e verdi; per un buon **decotto**: bollire 3 pigne ben

tagliate e frantumati in ½ l d'acqua per ¼ d'ora, si filtra e si lasci raffreddare: con questo preparato si possono fare 4 gargarismi al giorno. **I risultati saranno sorprendenti soprattutto per chi soffre di infiammazione alla gola e di abbassamenti di voce** o per chi necessita di una voce sempre chiara e forte (es. cantanti, attori, insegnanti, ecc.).

È sempre bene tener presente che anche il pino, come le piante medicinali in genere, può presentare qualche controindicazione: a sofferenti di reni e alle persone nervose è bene siano prescritte dosi moderate o addirittura evitare l'uso dei vari preparati a (decotti, infusi ecc.) a base di questa pianta.



SocioSi RACCOLTA PUNTI

valida nei negozi aderenti



I tuoi punti danno buoni frutti.

Ecco i prodotti che **dal 28 dicembre 2018 al 9 gennaio 2019** potrai pagare in parte con i punti della tua Carta In Cooperazione!

**Yogurt Gusto + Gusto
Mila**
assortito 150 g
4,60 € al kg



SOLO PER I SOCI
50 PUNTI e **0,19€**
ANZICHÉ **0,94€**

**Dessert Muu Muu
Cameo**
vaniglia - cioccolato
4 x 125 g
4,58 € al kg



SOLO PER I SOCI
130 PUNTI e **0,99€**
ANZICHÉ **2,95€**

Latte UHT Mila
parzialmente scremato -
intero - magro 500 ml
0,98 € al litro



SOLO PER I SOCI
20 PUNTI e **0,29€**
ANZICHÉ **0,69€**

Margarina Vallè Naturalmente
250 g
4,76 € al kg



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

**Certosa
Galbani**
165 g
7,82 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,69€**
ANZICHÉ **1,90€**

**Cioccolato
Ritter Sport**
assortito 100 g
9,90 € al kg



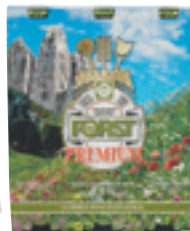
SOLO PER I SOCI
50 PUNTI e **0,49€**
ANZICHÉ **1,30€**

**Camomilla setacciata
Coop**
20 filtri - 32 g
27,81 € al kg



SOLO PER I SOCI
60 PUNTI e **0,29€**
ANZICHÉ **1,10€**

**Birra Premium
Forst**
bottiglie 3 x 330 ml
1,81 € al litro



SOLO PER I SOCI
100 PUNTI e **0,79€**
ANZICHÉ **2,15€**

**Vino Valdadige DOC Terre Freddo
Cavit**
Bianco - Rosso - Rosato 750 ml
3,27 € al litro



SOLO PER I SOCI
150 PUNTI e **0,95€**
ANZICHÉ **3,10€**

Ricevi subito tanti punti extra

Ecco i prodotti che **dal 28 dicembre 2018 al 9 gennaio 2019** ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

Biscotti Oro Saiwa Classico
250 g



**+10
PUNTI**

**Polenta
Valsugana
istantanea
classica**
375 g



**+10
PUNTI**

**Olio di semi
di mais
Cuore**
1 litro



**+10
PUNTI**

Labello
assortito 5,5 ml



**+ 8
PUNTI**

Il numero dei prodotti può essere inferiore a quello presentato in questa pagina a seconda dell'assortimento e delle dimensioni del punto vendita. Iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a Trento. Regolamento disponibile presso il Punto Vendita partecipante. Promozione valida nei punti vendita aderenti che espongono i materiali dell'iniziativa. * Punti doppi con i prodotti Coop: non danno diritto al cumulo dei punti le ricariche Coop Voce, la rivista fiorfiore Coop e il latte infanzia tipo 1 Coop.

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*

SocioSi RACCOLTA PUNTI

valida nei negozi aderenti



I tuoi punti danno buoni frutti.

Ecco i prodotti che **dal 10 al 31 gennaio 2019** potrai pagare in parte con i punti della tua Carta In Cooperazione!

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



SOLO PER I SOCI
140 PUNTI e **1,19€**
ANZICHÉ 3,35 €

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



SOLO PER I SOCI
80 PUNTI e **0,69€**
ANZICHÉ 1,99 €

Budino SalzburgMilch
senza glutine assortito 125 g
3,84 € al kg



SOLO PER I SOCI
30 PUNTI e **0,18€**
ANZICHÉ 0,64 €

Latte UHT intero Mila
1 litro
0,99 € al litro



SOLO PER I SOCI
50 PUNTI e **0,49€**
ANZICHÉ 1,15 €

Cereali Bio Crescendo Coop
Stelline - Palline - Ciambelline 375 g
5,20 € al kg



SOLO PER I SOCI
110 PUNTI e **0,85€**
ANZICHÉ 2,45 €

Fette biscottate Mulino Bianco
Malto d'orzo - Cereali 315 g
4,41 € al kg



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

Prosecco DOC extra dry Assieme Cantine Maschio
750 ml
5,32 € al litro



SOLO PER I SOCI
200 PUNTI e **1,99€**
ANZICHÉ 5,25 €

Aceto di mela Trentino Valle delle Mele
750 ml
2,12 € al litro



SOLO PER I SOCI
90 PUNTI e **0,69€**
ANZICHÉ 1,99 €

Sapone liquido io Coop
assortito
ricarica 1 litro



SOLO PER I SOCI
130 PUNTI e **0,45€**
ANZICHÉ 2,20 €

Ricevi subito tanti punti extra

Ecco i prodotti che **dal 10 al 23 gennaio 2019** ti consentiranno di ricevere tanti Punti Extra sulla tua Carta In Cooperazione!

Dadi per brodo Bauer
carne - vegetale
8 dadi - 80 g



**+10
PUNTI**

Cioccolato Milka
assortito 100 g - Bubbly latte 90 g - Oreo sandwich 92 g



**+10
PUNTI**

Oro Ciok Saiwa
al latte 250 g



**+20
PUNTI**

Preparato per torta La Soffice Cameo
cioccolato - yogurt - margherita - stracciatella - 5 cereali 650 g



**+35
PUNTI**

Il numero dei prodotti può essere inferiore a quello presentato in questa pagina a seconda dell'assortimento e delle dimensioni del punto vendita. Iniziativa promossa da SAIT soc. coop. Consorzio delle Cooperative di Consumo Trentine con sede in Via Innsbruck, 2 a Trento. Regolamento disponibile presso il Punto Vendita partecipante. Promozione valida nei punti vendita aderenti che espongono i materiali dell'iniziativa. * Punti doppi con i prodotti Coop: non danno diritto al cumulo dei punti le ricariche Coop Voce, la rivista fiorfiore Coop e il latte infanzia tipo 1 Coop.

PUNTI DOPPI CON I PRODOTTI COOP*

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTA

Offerte esclusive per i Soci possessori di Carta In Cooperazione

DAL 28 DICEMBRE 2018 AL 9 GENNAIO 2019

CIOTOLA INOX CON COPERCHIO BARAZZONI

Ø cm 16 - capacità 1 litro

SOLO PER I SOCI
400 PUNTI e 4,90 €
 ANZICHÉ 8,90 €

Ø cm 20 - capacità 2 litri

SOLO PER I SOCI
500 PUNTI e 5,90 €
 ANZICHÉ 10,90 €

Ø cm 24 - capacità 3,5 litri

SOLO PER I SOCI
500 PUNTI e 7,90 €
 ANZICHÉ 12,90 €



- In acciaio inox 18/10
- Coperchio ermetico in silicone
- Base in silicone antiscivolo
- Scala graduata all'interno
- Forma emisferica
- Adatto anche all'uso professionale
- Ideale per sbattere, riscaldare a bagnomaria, conservare

DAL 10 AL 23 GENNAIO 2019

ACCENDIFUOCO ECOLOGICO SUPERFIAMMA

- Naturale, inodore
- Non sporca, non fa fumo
- Confezione composta da n.24 buste da 24 cubetti

SCONTO 50%
12,40 €
 ANZICHÉ 24,80 €



DAL 24 GENNAIO AL 6 FEBBRAIO 2019

BOLLITORE TREVI CL 272

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

SCONTO 43%
12,90 €
 ANZICHÉ 22,90 €



MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTA

FINO AL 31 GENNAIO 2019

INFORMAZIONI NEL TUO PUNTO VENDITA

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione

CIASPOLE DA NEVE BAMBINI

- Ottimo galleggiamento sulla neve
- Fascia con doppio cricchetto per la sistemazione e centratura di tutte le scarpe
- Base ciaspola in propilene
- Paletta - talloniera - meccanismo alzo: tutti in nylon 6/6 con elastomero
- Sacca portaciaspole inclusa
- misura piede dal n.25 al n.40
- Portata fino a 50 kg
- Dimensioni cm 49x16
- Colore rosso



SCONTO
43%

59,90 €

ANZICHÉ 106,50 €

ZAINO TECNICO BRIZZA 20 L

- Zaino tecnico di elevata qualità adatto a tutte le attività
- Fascia a vita imbottita con 2 tasche multiuso
- Dorso imbottito e spillacci in tessuto reticolare traspirante
- Tasche multiuso interne ed esterne
- Con fischietto SOS in caso di emergenza
- Dotato di coprizaino in nylon Waterproof estraibile dalla tasca posta sotto lo zaino.



SCONTO
30%

24,90 €

ANZICHÉ 35,70 €

COMPLETO INTIMO TECNICO

SCONTO
30%

39,90 €

ANZICHÉ 57,50 €

- Completo in SEAMLESS Meryl SKINLIFE che aderisce al corpo come una seconda pelle garantendo massima libertà di movimento
- Isola la pelle ed elimina il calore in eccesso rimuovendo il sudore dal corpo
- Taglie S/M (tg. 40-46) - L/XL (tg. 48-54)
- Colore come foto



MASCHERA SCI BRIZZA

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



SCONTO
29%

26,90 €

ANZICHÉ 38,10 €

CASCO SCI BRIZZA

- Calotta esterna in ABS
- 8 prese d'aria aerodinamiche
- Ventilazione frontale e posteriore
- Paraorecchie removibili morbidi e traspiranti
- Imbottitura interna Soft-Touch in tessuto tecnico traspirante removibile e lavabile + seconda imbottitura interna per regolazione misure dalla 54 alla 60
- Sistema di regolazione posteriore Roll Fit che permette di regolare perfettamente il casco anche in movimento
- Colori nero - bianco/rosso
- Certificazione Europea EN 1077



SCONTO
29%

31,90 €

ANZICHÉ 45,50 €

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio

PRENOTAZIONE

ENTRO IL 16 GENNAIO 2019

CONSEGNA DAL 21 AL 28 FEBBRAIO 2019

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione



nr. 40 KIT SPORT FASCIA + LUCE + AURICOLARI



- Auricolari Bluetooth con fascia da braccio e luce di segnalazione
- Autonomia 720H
- Autonomia in uso 8H
- Tempi di ricarica 2H
- Suono potente e definito
- Controlla volume, brani e chiamate
- Ottimizza la resa del suono anche della musica in streaming
- Il microfono clear voice rende il suono della voce nitido e preciso
- Works with Android, Apple, Windows Phone, Black Berry

SCONTO
17%

32,90 €

ANZICHÉ 39,90 €

nr. 41 FRONTALINO BATTERY GUARD 200L HEADLAMP COLEMAN



- Potenza 200 lumens
- Fascio di luce 100 metri
- Autonomia 5/200 ore
- Batterie 3 AAA (incluse)
- Battery Guard Technology
- Livello IPX 4
- Fascetta regolabile
- Dimensioni cm 7,2x4,5x3,7
- Peso 105,5 g (senza batterie)

SCONTO
43%

16,90 €

ANZICHÉ 29,90 €

nr. 42 GRIGIA



nr. 43 VERDE ACQUA

nr. 44 NERA

CASSA BLUETOOTH FIZZY

- Altoparlante Bluetooth portatile bilanciato
- Suono potente definito
- Ottimizza la resa del suono anche della musica in streaming
- Batteria a lunga durata (6H)
- Possibilità di connessione tramite cavo AUX
- Pratico alloggio per agganciarlo e trasportarlo
- Accessori inclusi: Cavo AUX e Cavo di ricarica
- Autonomia 30H; in uso 6H
- Tempo di ricarica 2H
- Massima Portata 10M
- Output power 3WATT
- Works with Android, iPad, iPod, iPhone, Windows Phone, Black Berry

SCONTO
30%

13,90 €

ANZICHÉ 19,90 €

- L'audio frizzante e perfettamente bilanciato, il design compatto e la tascabilità di FIZZY renderanno entusiasmante l'ascolto dei tuoi brani preferiti. Inoltre grazie al voice speakerphone potrai rispondere comodamente alle tue chiamate.



nr. 45 NERO

nr. 46 BIANCO/ROSSO

nr. 47 VERDE ACQUA

nr. 48 BIANCO

nr. 48 BIANCO

CUFFIONI BLUETOOTH

- Cuffioni stereo Bluetooth dal suono bilanciato e potente con microfono
- Cavo di ricarica incluso
- Autonomia 30H
- Autonomia in uso 6H
- Tempo di ricarica 2H
- Dati tecnici: Impedenza 32 Ohm - Sensibilità 100db - Frequenza 20-20,000HZ
- Compatibile con tutti i Bluetooth

SCONTO
30%

13,90 €

ANZICHÉ 19,90 €

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio

PRENOTAZIONE

ENTRO IL 16 GENNAIO 2019

CONSEGNA DAL 21 AL 28 FEBBRAIO 2019

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione



nr. 1 **ESTRATTORE SUCCO GIRMI ROSSO SW1002**

- Potenza: 120 watt
- Giri motore: 55 giri/minuto
- DC Motor: potente e silenzioso
- Rispetto alle tradizionali centrifughe 30% di succo in più
- Sistema mescolante e beccuccio con tappo
- Filtro in metallo con microtrama
- Funzione reverse per una facile pulizia
- Bicchiere da 1 litro per succo e 0,80 per scarto
- Piedini anti-scivolo
- Ricettario
- Dimensioni: cm 20x17x44H



SCONTO 42%

79,90 €

ANZICHÉ 139,90 €

nr. 2 **MR TWISTER SPIRALIZER SEVERIN**

- Tagliaverdure elettrico a spirale, pratico e compatto
- Potenza: 80 W
- 4 diverse lame per realizzare spirali di larghezze e forme diverse - da Ø mm 3 a mm 35
- Ampio vano di caricamento Ø cm 6 con bloccaggio di sicurezza e pestello con sistema di fissaggio
- Recipiente di raccolta non contenente BPA con pratica maniglia capacità 1250 ml circa
- Con spazzola per la pulizia, tutte le parti amovibili sono lavabili in lavastoviglie, Scarti minimi
- Con pratico vano di custodia del cavo
- Piedini in gomma antisdrucciolo



SCONTO 29%

59,90 €

ANZICHÉ 84,90 €

nr. 3 **PHON SILENCE AC PREMIUM CARE ROWENTA CV7920**

- Silenzioso asciugacapelli AC ad elevate prestazioni
- Potenza: 2300 W
- Velocità dell'aria (km/h) 120
- 2 velocità / 3 temperature
- Turbo / Getto d'aria fredda
- Rivestimento griglia Cheratina di Cashmere
- Concentratore / Diffusore
- Impostazione temperatura "Respect"
- Generatore di ioni
- Silence 75 dB(A)
- Griglia amovibile
- Tipo di motore AC
- Anello d'aggancio
- Lunghezza del cavo di alimentazione 1,8 m
- Dimensioni: cm 24,5x28,5x9,7



SCONTO 40%

44,90 €

ANZICHÉ 74,90 €

nr. 6 **ASPIRAPOLVERE SENZA SACCO ROWENTA R03786EA**

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



SCONTO 37%

99,90 €

ANZICHÉ 159,90 €

nr. 7 **ASPIRACENERE ASHLEY 410 + DETERGENTE LAVOR**

- Aspiracenera 1000 watt
- Fusto in acciaio 18 litri
- Aspirazione 150 mbar
- Portata 30 l/s
- Tubo in alluminio 1 metro
- Filtro a cartuccia lavabile
- Cavo alimentazione 3 metri
- Detergente per stufe e camini 500 ml



SCONTO 28%

42,90 €

ANZICHÉ 59,90 €

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



PRENOTAZIONE

ENTRO IL 16 GENNAIO 2019

CONSEGNA DAL 21 AL 28 FEBBRAIO 2019

Offerte esclusive
per i Soci possessori di
Carta In Cooperazione

nr. SPAZZOLA CORPO BEURER FC 55

4



- Con impugnatura rimovibile per un pratico utilizzo sulla schiena e sul corpo
- Pulizia profonda per una pelle visibilmente più morbida e radiosa
- 2 spazzole: per tutti i tipi di pelle e per un peeling profondo
- Testina rimovibile per facilitare la pulizia
- Con rotazione a due livelli / 2 velocità
- Impermeabile: utilizzabile sotto la doccia e nella vasca
- Spia per indicare velocità e stato batteria ricaricabile
- Rotazione circolare
- Batteria ricaricabile al litio
- Tempo di carica 2 ore
- Dimensioni: cm 7,2x10x10

SCONTO
28%

49,90 €
ANZICHÉ 69,90 €

nr. STENDIBIANCHERIA SUPERGULLIVER LEGNO FOPPAPEDRETTI

8

- Stendibiancheria pieghevole
- Offre ben 35 metri di filo utile per stendere
- Ha una comoda barra porta spalle che scompare facilmente quando non serve
- È molto stabile grazie alla struttura in legno massiccio con bacchette in alluminio verniciato
- 4 ruote antigraffio, delle quali 2 con freno
- Si può aprire secondo la necessità: i bracci laterali e frontali, infatti, sono indipendenti. Quando è chiuso sta in piedi da solo occupando solo 14 centimetri
- Dimensioni: aperto, cm H 189 P 122 L 174
chiuso, cm H 103 P 61 L 14



SCONTO
41%

129,00 €
ANZICHÉ 219,00 €



nr. INALATORE CON COMPRESSORE BEURER IH 60

5



- Tecnologia ad aria compressa mediante compressore
- Per il trattamento delle vie respiratorie superiori e inferiori, raffreddore, asma, malattie delle vie respiratorie
- Piccolo, leggero e silenzioso
- Arresto automatico
- Tempo di inalazione breve
- Pressione di esercizio: ca. 0,25-0,5 bar
- Accessori completi
- Custodia e borsa
- Disinfettabile
- Potenza di nebulizzazione: > 0,25 ml/min
- Dispositivo medico
- Incluso adattatore di rete con cavo micro-USB

SCONTO
26%

58,90 €
ANZICHÉ 79,90 €

PIUMINO MICRO 95° MEDIUM DAUNEX

- Tessuto 100% poliestere-microfibra colore bianco
- Imbottitura 100% poliestere
- Trapuntatura a rombi
- Lavabile a 95° C

nr. 9

cm 155x200
peso 620 g

SCONTO
30%

34,90 €
ANZICHÉ 49,90 €

nr. 10

cm 200x200
peso 800 g

SCONTO
30%

41,90 €
ANZICHÉ 59,90 €

nr. 11

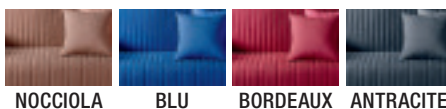
cm 250x200
peso 1000 g

SCONTO
30%

48,90 €
ANZICHÉ 69,90 €



SALVADIVANO PAGODA DOUBLE CALEFFI



1 POSTO
cm 60x210

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 12 | 13 | 14 | 15 |

SCONTO 32%
22,90 €
ANZICHÉ **33,90 €**

2 POSTI
cm 120x210

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 16 | 17 | 18 | 19 |

SCONTO 32%
29,90 €
ANZICHÉ **44,50 €**

3 POSTI
cm 180x210

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 20 | 21 | 22 | 23 |

SCONTO 32%
39,90 €
ANZICHÉ **59,50 €**

- Tessuto di morbida microfibra effetto gofrato
- Imbottitura in fibra di poliestere anallergica
- Lavabile in lavatrice e non si stira

TRAPUNTA LEGGERISSIMA PAGODA DOUBLE CALEFFI



SINGOLO
cm 170x265

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 24 | 25 | 26 | 27 |

SCONTO 32%
39,90 €
ANZICHÉ **59,50 €**

MATRIMONIALE
cm 260x265

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 28 | 29 | 30 | 31 |

SCONTO 32%
59,90 €
ANZICHÉ **88,90 €**

- Tessuto di morbida microfibra effetto gofrato
- Imbottitura Sofy® in fibra di poliestere anallergica
- Grammatura 200 g/mq

PARURE COPRIPIUMINO PAGODA DOUBLE CALEFFI



SINGOLO

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 32 | 33 | 34 | 35 |

SCONTO 32%
26,90 €
ANZICHÉ **39,90 €**

MATRIMONIALE

| | | | |
|-----|-----|-----|-----|
| nr. | nr. | nr. | nr. |
| 36 | 37 | 38 | 39 |

SCONTO 32%
39,90 €
ANZICHÉ **59,50 €**

- Tessuto di morbida microfibra effetto gofrato
- Sacco copripiumino:
Singolo cm 155x200 + patella - 1 federa cm 50x80
Matrimoniale cm 255x200 + patella - 2 federe cm 50x80

MISSIONE RISPARMIO

più convenienza al Socio



OFFERTE VALIDE SOLO AL COOP SUPERSTORE

**DAL 2 AL 31
GENNAIO
LE OFFERTE
DEL MESE**

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

ROVERETO
Via del Garda, 95
tel 0464 - 426000

coop
SUPERSTORE

**CONFEZIONE 2 SLIP DONNA
SLOGGI SERIE 24/7**

- Modello tai, mini, midi o maxi
- 95% cotone, 5% elasthan
- Taglie assortite,
- Colore bianco o nero



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

**CONFEZIONE 2 BOXER UOMO
LIABEL**

- 100% cotone
- Taglie dalla 4 alla 7
- Colore bianco o nero



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

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

- 100% cotone interlock
- Taglie dalla 2 alla 6
- Colore bianco



PREZZO € 12,90
OFFERTA € 10,90
PREZZO SOCI € **8,90** **SCONTO 31%**

**MAGLIA
INTIMA DONNA
SPALLA LARGA
CON PIZZO**

- 42% cotone, 41% acrilico, 11% lana, 6% poliammide
- Taglie dalla 3 alla 7
- Colore bianco



PREZZO € 8,90
OFFERTA € 7,50
PREZZO SOCI € **5,90** **SCONTO 33%**

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

- 100% cotone
- Taglie dalla 4 alla 7
- Colore bianco



PREZZO € 16,90
OFFERTA € 12,90
PREZZO SOCI € **10,90** **SCONTO 35%**

**PIGIAMA DONNA MANICA LUNGA
SCOLLO SERAFINO ATHENA
BY LIABEL**

- 100% cotone interlock
- Taglie dalla S alla XL
- Colori assortiti



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

**PIGIAMA UOMO MANICA LUNGA
SCOLLO SERAFINO ATHENA
BY LIABEL**

- 100% cotone interlock
- Taglie dalla M alla XXL
- Colori assortiti



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

CITRUS
l'orto italiano

Re Bergamotto

GRAZIE ALLE SUE MILLE VIRTÙ,
IL BERGAMOTTO È DAVVERO IL RE
DEGLI AGRUMI.

Una spremuta al giorno aiuta a ridurre il **colesterolo**
e a tenere sotto controllo la **glicemia**.

Studi scientifici dimostrano che la sua elevata
concentrazione di **bioflavonoidi**, potenti **antiossidanti**
aiuta a combattere i **radicali liberi** e ha proprietà **anti-
infiammatorie** e **vasoprotettive**.

Un super-food 100% italiano, un re anche in cucina.



Non perdetevolo: lo trovate
solo da Ottobre a Marzo!

www.citrusitalia.it



Con i prodotti della sua filiera controllata,
Citrus l'Orto Italiano sostiene la ricerca
scientifica di Fondazione Umberto Veronesi.

Fondazione
Umberto Veronesi
— per il progresso
delle scienze

et·ka

luce e gas

economica ecologica solidale

40.000

adesioni ad oggi

20%

Sconto
il primo anno

100%

Energia
Green

10 €

l'anno per ogni
contratto al
progetto solidale

Aderire ad etika è facile e veloce



Hai un indirizzo di posta elettronica?

Compila il modulo di preadesione cartaceo che trovi in **Famiglia cooperativa** scegliendo l'opzione **firma digitale**. Consegnalo in negozio e ti arriverà **una e-mail** da Dolomiti Energia per confermare l'adesione.



La tua estensione è lo smartphone?

Con tuo smartphone attraverso il **QR code** di etika per **compilare digitalmente** il modulo di preadesione. Non dovrai fare altro che attendere **una e-mail** da Dolomiti Energia e confermare l'adesione.



Preferisci la carta stampata?

Compila il modulo di preadesione cartaceo che trovi in **Famiglia cooperativa** scegliendo l'opzione **firma cartacea**. Consegnalo in negozio; sarai avvisato tramite **un messaggio sms e una e-mail** quando il contratto è pronto in negozio per essere firmato.

IL GRUPPO CHE TI FA RISPARMIARE

