

MENSILE DELLA COOPERAZIONE DI CONSUMO TRENTINA
ANNO XXVIII • Novembre 2021

cooperazione ^{tra} consumatori



**COOP NAVES
ALTO ADIGE**

10 anni di attività

L'ENERGIA DI ETIKA

Appuntamenti in
Famiglia Cooperativa

ADOLESCENTI

Strumenti utili
e qualche istruzione

Insieme alle donne

Le iniziative della cooperazione,
a livello nazionale e locale, a sostegno
delle donne. Per ridurre le differenze
di genere e contro la violenza

postatarget
magazine

DC06S4234
NAZ/6Z/2008

Posteitaliane

www.lospesoinfamiglia.coop

FAMIGLIA
COOP

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



**CARTA IN
COOPERAZIONE:**
TEATRI, MUSEI, EVENTI,
PARCHI: GLI SCONTI
DEDICATI AI SOCI



La libertà di scegliere, anche online.



Perché porre limiti a ciò che puoi scegliere?

Scegli **Carta Ricarica**: con la nostra prepagata puoi acquistare online, pagare in negozio con funzionalità contactless e prelevare in Italia e all'estero. Tutto nella massima sicurezza.



sommario

- primo piano famiglie cooperative**
- 6 NaveS, Cooperativa Acquisto di vicinato Alto Adige
La spesa nella cooperativa vicino casa, in Alto Adige
- 6 Famiglia Cooperativa Monte Baldo
Brentonico: via ai lavori
- 9 Famiglia Cooperativa Trambileno
Trambileno: negozio tutto nuovo!
- cooperazione di consumo**
- 8 Etika: l'intercooperazione
che fa più leggera la bolletta
di Silvia De Vogli
- 10 "Un morso, un sorso di solidarietà"
Una speciale merenda trentina, in compagnia
- 12 Coop, Close The Gap
Assorbenti: abbasso l'Iva!
- 13 Coop Alto Garda, 25 novembre 2021
A fianco delle donne, contro la violenza
- società**
- 15 Associazione Donne in Cooperazione
Dalle voci delle donne
- 18 Tagesmutter cooperativa Il Sorriso
Tutta la cura dell'asilo nido in casa
di Dirce Pradella
- 22 Giustizia riparativa
Frammenti di vita
di Antonella Valer
- 17 **cooperazione sociale**
Etika alla Fiera Fa' la cosa giusta!
- educazione**
- 20 Strumenti utili e qualche istruzione
Lettera a un adolescente
di Silvia Martinelli
- etica dello sviluppo**
- 25 **Perché la crisi climatica
è una crisi dei diritti dei bambini**
di Alberto Conci
- ambiente**
- 27 **L'acqua, bene pubblico e comune
In difesa delle acque alpine**
di Maddalena di Tolla Deflorian
- cultura**
- 29 **Teatri: le convenzioni
Carta In Cooperazione**
- commercio equosolidale**
- 32 **Mandacarù: prodotti etici e sostenibili
anche nelle farmacie trentine**
di Dirce Pradella

rubriche

- cultura libri**
- 24 **Le recensioni del mese**
a cura di Franco Sandri
- mangiare e bere**
- 34 **Classici rivisti
Tutte le forme della polenta**
- coltivare**
- 36 **La stagione degli agrumi
Cedro, profumo di festa**
di Iris Fontanari



12

Assorbenti: abbasso l'Iva!

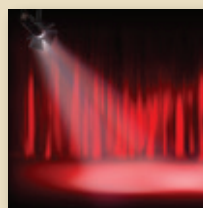
Close the gap: Coop rilancia la raccolta di firme "Stop Tampon Tax!" per ridurre al 4% l'imposta e portare la parità di genere anche nel carrello. E dal 21 ottobre al 3 novembre taglia il prezzo degli assorbenti femminili a marchio



16

CoopVoce: come fare la ricarica

Nei negozi, on-line, con le app, l'autoricarica con la spesa, con le ricariche premiate, al bancomat, nelle ricevitorie.... Ecco tutti i modi per fare la ricarica CoopVoce



29

Teatri: le convenzioni Carta In Cooperazione

Si riaprono le Stagioni e si torna a seguire gli spettacoli dal vivo, a frequentare le scuole di teatro e di danza. Ecco le convenzioni Carta In Cooperazione per i soci



31

Un panettone per la vita

La campagna di raccolta fondi di ADMO Trentino. I panettoni e i dolci Loison per ADMO saranno in tante piazze trentine sabato 27 e domenica 28 novembre



EVO 100
100 GIGA
MINUTI ILLIMITATI
1000 SMS

8,90€



EVO 30
30 GIGA
MINUTI ILLIMITATI
1000 SMS

6,90€



EVO VOCE & SMS
MINUTI ILLIMITATI
1000 SMS

4,50€



**Con le offerte Evolution di CoopVoce
 comunicare è semplice.**

Scegli l'offerta più adatta a te.

Valide dal 26 Agosto 2021

#ConQuaLe
 Convenienza
 Qualità
 Lealtà

coopvoce
 Comunicare è semplice

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



coopvoce.it

CERCA IL PUNTO VENDITA ATTIVATORE PIÙ VICINO A TE

PROVINCIA DI TRENTO: ALDENO Via Dante, 9 • BASELGA DI PINÈ Corso Roma, 9 • BONDO Corso III Novembre, 12 • BORGO VALSUGANA Corso Vicenza, 4/A • CALDONAZZO Via Marconi, 28/A • CAMPITELLO DI FASSA Streda Dolomites, 73 • CARANO Via Nazionale, 18 • CASTELLO TESINO Via Donato Peloso • COREDO Via Venezia, 17 • LAVIS Via Degasperis, 2 • MALE' Via 4 Novembre • MATTARELLO Via Catoni, 50 • MEZZOCORONA Via Romana, 16 • MORI Via Marconi, 38 • PERGINE VALSUGANA Piazza Gavazzi, 6 • PONTE ARCHE Via Prati, 19 • PREDAZZO Via C. Battisti, 21 • RIVA DEL GARDA Via Padova - Piazzale Mimosa, 8/10A • ROVERETO 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 - Centro Direzionale Trento Sud • TUENNO 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

Rimuovere gli ostacoli

“ Tutti i cittadini hanno pari dignità sociale e sono eguali davanti alla legge, senza distinzione di **sesso**, di **razza**, di lingua, di religione, di opinione politica, di condizioni personali e sociali. È compito della Repubblica rimuovere gli ostacoli...”

Il susseguirsi nel nostro Paese di una impressionante serie di femminicidi, circa una ventina in questi ultimi due mesi, parecchi dei quali in Veneto e nel Bresciano (ma neanche il Trentino è esente da simili tragiche vicende), e il perdurare di uno spirito razzista diffuso un po' ovunque ci hanno richiamato alla memoria la nostra Costituzione e i principi fondamentali cui essa si ispira, in particolare il dettato dell'articolo 3 ...e riflettere su quanto realizzato nello specifico a quasi 75 anni dalla sua promulgazione. Bilancio decisamente in rosso. Anche se in questo lasso di tempo le donne sono riuscite a migliorare la loro condizione negli ambienti di lavoro (lo scorso 13 settembre è stata finalmente riconosciuta loro l'equiparazione degli stipendi a quella dei colleghi), nelle Istituzioni, nella vita sociale e dentro la famiglia, purtroppo, violenze, maltrattamenti, costrizioni, mancanza di libertà e ricatti, a volte acuiti dalle restrizioni imposte dal Covid, non sono cessati, anzi! Altrettanto crudeli i comportamenti nei confronti di quanti appartengono a persone di razza e di cultura diverse dalla nostra, spesso (non sempre!) impiegate e

sfruttate alla stregua di animali o di robot in lavori faticosi, ma emarginati dal contesto sociale quasi avessero la peste. Se l'idea dei Costituenti fu quella di costruire una società migliore e meno iniqua restituendo dignità alle persone e alle diverse culture da loro praticate con l'integrarle emancipandole da vincoli atavici e da rigide formule oppressive delle libertà individuali, i risultati di oggi non sembrano corrispondere alla loro volontà e al loro auspicio. Violenza sulle donne, paura del diverso, timore di perdere privilegi sono all'ordine del giorno, frutto di un'ignoranza di base su cui ognuno di noi è chiamato a lavorare, ignoranza che occorre rimuovere attraverso il dialogo e la persuasione, ma con energia. Purtroppo se in passato si provavano orrore e sdegno davanti a certe atrocità e a taluni atteggiamenti, la gente di oggi sembra essersi assuefatta a tutto, quasi tali fatti non la riguardassero. Fin che non ti tocca, risolvere il problema spetta agli altri! E così andiamo tutti alla deriva. È drammatico, inaccettabile da quanti (e non sono pochi) credono ancora in certi valori. Bisogna che ognuno di noi sappia guardare negli occhi chi sgarra, fargli sentire la disapprovazione e il rimprovero, per non dire la condanna, di chi gli sta vicino, ma anche dargli una mano per indirizzarlo verso la retta via, consapevole che “E' compito della Repubblica rimuovere gli ostacoli...” e che la Repubblica siamo noi, è formata da ciascuno di noi, non è un qualcosa di astratto.



DIRETTORE RESPONSABILE
Giuseppe Ciaghi

COMITATO DI REDAZIONE
Giuseppe Ciaghi, Alberto Conci,
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, Silvia De Vogli,
Maddalena Di Tolla Deflorian,
Iris Fontanari, Cristina Galassi,
Silvia Martinelli, Dirce Pradella
Franco Sandri, Antonella Valer.

IMPAGINAZIONE
Scripta società cooperativa

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

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

ANNO XXVIII - NOVEMBRE 2021
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 14-10-2021
La tiratura del numero
di ottobre 2021 di
“Cooperazione tra Consumatori”
è stata di 42.320 copie





Famiglia Cooperativa Monte Baldo Brentonico: via ai lavori

A Brentonico il supermercato – che sarà completamente ristrutturato – non si ferma durante i lavori, ma si trasferisce nel vicino oratorio: uno spazio di 150 mq dove continuare a trovare tutta la spesa e... ritrovarsi ogni giorno, come sempre

Una ristrutturazione totale, che rinnoverà completamente il supermercato-sede della Famiglia Cooperativa Monte Baldo: è il progetto che è pronto a prendere il via con il mese di novembre a Brentonico.

I lavori interesseranno ogni settore del negozio, compresi alcuni locali di servizio e richiederanno circa sei-sette settimane di tempo.

Il supermercato però continuerà nel suo servizio: sarà infatti trasferito a poche decine di metri di distanza, sempre nel centro del paese, nel locale sottostante il teatro di Brentonico, che attualmente ospita l'oratorio della Parrocchia. Nella sala, che permetterà di utilizzare una superficie di 150 mq, verrà allestito un negozio completo di tutto, incluso il servizio di spesa a domicilio e della macelleria su prenotazione. Il laboratorio di macelleria infatti non sospenderà la sua attività, ma continuerà ad operare nella parte del negozio che non sarà interessata da interventi di ristrutturazione. In questo modo la Famiglia Cooperativa continuerà ad offrire un servizio importante in tutta la zona, rifornendo anche scuole materne e strutture alberghiere presenti sul territorio. La prima apertura del supermercato di Brentonico è del 1989; gli ultimi lavori di riorganizzazione degli spazi e aggiornamento delle strutture sono stati eseguiti circa 10 anni fa, con l'introduzione della macelleria e il rinnovo dei banchi frigo. Ora però l'intero impianto sarà rivoluzionato, per rinnovare gli assortimenti, dare più spazio ai settori dei prodotti freschi, più luce a tutti gli interni e rendere il negozio un luogo ancora più piacevole e accogliente dove fare la spesa e ritrovarsi.

Questo ultimo anno e mezzo di attività ha portato ad una sorta di riscoperta di questo supermercato, che con i suoi circa 440 mq di superficie consente di fare una spesa completa di tutto, incluse le specialità locali. L'appuntamento con il negozio completamente rinnovato è dunque per la seconda metà di dicembre, alle porte del prossimo Natale.

Oltre a Brentonico la Famiglia Cooperativa Monte Baldo ha un negozio anche a **Besagno**, a **Crosano e Corné**; tredici le collaboratrici e i collaboratori, guidati dal direttore **Filippo Angheben**. La presidente è **Maria Elisa Andreolli**, i soci sono 1120. (c.g.)

Creare in Alto Adige una cooperativa che garantisce una doppia possibilità: quella di fare la spesa in zone rurali e quella di rafforzare i circuiti di produzione regionali.

Questo duplice obiettivo ha portato alla nascita, giusto 10 anni fa, della Coop Naves, la "Cooperativa Acquisto di vicinato Alto Adige", con l'apertura del suo primo negozio di Varna. Un duplice obiettivo che sta alla base del suo grande successo: oggi la Cooperativa ha quasi 1100 soci, oltre 70 dipendenti, gestisce dodici punti vendita – e nei prossimi anni se ne aggiungeranno altri – e continua da essere impegnata nell'ampliamento dell'offerta di prodotti di qualità regionali.

COME NASCE UNA COOPERATIVA DI CONSUMO

La storia della "Cooperativa NaveS per l'acquisto di vicinato" **comincia in piccolo**, alla fine di **settembre del 2011**, con l'apertura del primo punto vendita NaveS a **Varna**. Già l'anno



successivo arrivava il secondo negozio, a **Colle in Val Casies**, a cui seguirono uno dopo l'altro tutti gli altri dieci negozi.

La Cooperativa NaveS è stata fondata per offrire un servizio che in molte zone dell'Alto Adige iniziava a mancare. L'attrattiva delle zone rurali consiste infatti, oltre alle possibilità di abitare e lavorare in loco e alle strutture sociali, nel disporre di una rete ben funzionante per gli acquisti, ma in queste zone dell'Alto Adige da tempo molti piccoli punti vendita venivano chiusi. La Cooperativa NaveS ha voluto dare risposta a questo bisogno, così importante anche per la tutela dell'ambiente: garantire l'approvvigionamento in zone rurali e permettere acquisti direttamente in loco.

All'inizio, dieci anni fa, la Cooperativa ha dovuto affrontare numerose sfide, ma grazie al supporto del fondo mutualistico della Federazione Raiffeisen, che assieme all'Unione Agricoltori e Coltivatori Diretti, al KVV e al Consorzio dei Comuni della Provincia di Bolzano è ente promotore della NaveS, è stato possibile fare i primi investimenti e inaugurare i primi punti vendita a Varna e Casies.

Oggi la Coop NaveS gestisce complessivamente **dodici punti vendita a Sesto, Dobbiaco, Casies, Monguelfo, Valdaora, Riscone, Cadipietra, Varna, Tesimo, Foiana, Cermes e Castelbello**.

Solo negli ultimi cinque anni sono stati inaugurati punti vendita in sei località e nei prossimi anni sono previsti ulteriori punti vendita, perché l'interesse per negozi dove fare la spesa vicino casa è notevole in molte località. La Cooperativa NaveS è infatti pronta ad aprire nuovi punti vendita o si impegna a far funzionare i negozi che non possono contare sulla successio-



ne aziendale. **Anche piccoli negozi già chiusi vengono riaperti.**

PRODOTTI ALIMENTARI LOCALI

Oltre a garantire la possibilità di fare comodamente la spesa, anche quotidiana, in paese, e quindi un certo livello di qualità della vita – i negozi rappresentano infatti anche degli importanti punti di incontro sociale per tutti – la NaveS intende **rafforzare attraverso i punti vendita anche i circuiti di produzione e distribuzione regionali**. I clienti trovano infatti nei negozi NaveS ottimi assortimenti di **prodotti alimentari di provenienza locale e regionale**.

I prodotti vengono acquistati **da cooperative agricole, direttamente da**



In queste pagine, immagini di alcuni dei 12 negozi NaveS, a Sesto, Dobbiaco, Casies, Monguelfo, Valdaora, Riscone, Cadipietra, Varna, Tesimo, Foiana, Cermes e Castelbello

NaveS, Cooperativa Acquisto di vicinato Alto Adige La spesa nella cooperativa vicino casa, in Alto Adige

La Cooperativa NaveS ha compiuto recentemente dieci anni: un grande successo (quasi 1100 soci, oltre 70 dipendenti, 12 negozi) da festeggiare insieme a soci e clienti. E tanti progetti per il futuro, che continuerà a caratterizzarsi per l'intensa collaborazione con i produttori locali



coltivatori e coltivatrici e dal Consorzio trentino SAIT.

L'obiettivo della Coop NaveS è intensificare ancora e rendere più stretta la collaborazione con contadini, per ampliare l'offerta di prodotti di qualità locali e farne elementi essenziali del marchio NaveS.

L'impegno della Coop NaveS nella collaborazione con i piccoli produttori è di garantire sempre prezzi corretti, perché i prezzi equi, il consumo consapevole, la salute e il rispetto per gli altri e per l'ambiente sono le caratteristiche importanti per la Cooperativa.

Ma la Coop NaveS, fin dalla sua fondazione, opera in stretta collaborazione anche con il consorzio trentino SAIT, che si distingue per essere un consorzio di Cooperative di Consumatori (non di imprenditori) e uno dei più importanti distributori alimen-

Il negozio vicino, in paese: un successo La coop Naves compie 10 anni I festeggiamenti e il concorso con tanti premi per il 10° anniversario di Naves

NaveS celebra in questo periodo il suo 10° compleanno! Un'occasione speciale da festeggiare in grande stile, attraverso una serie di eventi da non perdere con il tema "10 anni, 10 settimane" a fare da filo conduttore.

Qual è il programma? Prima di tutto una lotteria con tanti premi belli e utili in palio: una fantastica e-bike, un monopattino elettrico, 2 weekend wellness in hotel, 3 vacanze in agriturismo, 1 iPhone 12, 1 iPad Air, 10 borse con prodotti biologici dell'Alto Adige, 5 borse con prodotti dell'Alto Adige, 5 buoni del valore di 50

tari della regione: questa collaborazione permette anche ai piccoli punti vendita di offrire gli alimentari a prezzi concorrenziali.

COOP NAVES E LA COMUNITÀ

Un importante impegno della Coop NaveS è anche creare posti di lavoro in ogni zona: attualmente i dodici punti vendita offrono lavoro a oltre 70 dipendenti - quasi esclusivamente donne, fatta eccezione per due uomini - alcuni a tempo parziale.

Ma va pure sottolineato che Coop Nave in Alto Adige si distingue per essere una cooperativa, della quale i clienti possono diventare soci, pagando un piccolo contributo una tantum, e avere diritto così ai vantaggi riservati ai soci (offerte e sconti speciali, raccolte punti, ecc.).

Attualmente Naves conta 1085 soci, sole nel 2020 se ne sono aggiunti 130: chi sceglie di diventare socio sa che, oltre ai vantaggi di cui gode, contribuisce a sostenere la rete d'acquisto locale dell'Alto Adige, le produzioni locali. Perché la Coop NaveS non è orientata principalmente al profitto: l'obiettivo fondamentale è invece svolgere al meglio le attività per coprire i costi e finanziare investimenti futuri come l'apertura di nuovi negozi. (c.g.)

euro per fare la spesa nei negozi NaveS. Partecipare è facilissimo: per ogni 25 € di spesa si riceve un biglietto e non mancheranno altre belle sorprese, che saranno svelate di settimana in settimana, fino a dicembre.

Il gran finale dei festeggiamenti è fissato per il prossimo 18 dicembre a Monguelfo, con l'annuncio dei vincitori della lotteria e un entusiasmante programma di contorno, con show cooking e altro ancora.

Per informazioni e condizioni di partecipazione:

www.naves.it/10-jahre?lang=it

Dal 18 ottobre al 6 novembre i soci delle Famiglie Cooperative e i soci e clienti delle Casse Rurali Trentine potranno chiedere nei punti vendita della Famiglia Cooperativa Vattaro e Altipiani informazioni sull'offerta luce e gas ideata dalla Cooperazione trentina in collaborazione con Dolomiti Energia, e aderire con facilità.

Gli operatori di etika saranno a disposizione tutti i giorni (dal lunedì al sabato) per tre settimane a Vattaro, Vigolo Vattaro e



più convintamente in ogni zona del Trentino, basti pensare che **questa tappa del giro è organizzata e sostenuta non solo dalla Famiglia cooperativa locale, ma anche dalle tre Casse rurali che operano nelle stesse zone: Alta Valsugana, Alto Garda e Rovereto e Vallagarina.**

Il coordinamento e il gruppo di lavoro di etika hanno incontrato nelle scorse settimane i rappresentanti delle organizzazioni coinvolte, descrivendo anche i numerosi progetti sociali realizzati in questi anni: risultati che hanno fatto dire al direttore

della Famiglia cooperativa Vattaro e Altipiani, Andrea Corn: “sapevo che etika è una buona opportunità di risparmio per i nostri soci, ora ne ho conosciuto anche gli altri effetti positivi. Ero convinto prima, adesso lo sono ancora di più”.

18 ottobre-6 novembre: Famiglie Cooperative Vattaro, Vigolo Vattaro e Folgaria

Etika: l'intercooperazione che fa più leggera la bolletta

Dopo quella di Pinè, sarà la Famiglia Cooperativa Vattaro e Altipiani ad ospitare etika per a far conoscere l'offerta luce e gas della Cooperazione che fa risparmiare sulle bollette facendo del bene all'ambiente e alla comunità

di **Silvia De Vogli**

Folgaria, per illustrare ai clienti i vantaggi economici, sostanziali e costanti nel tempo, e le ricadute positive sull'ambiente e sulla comunità.

Questo giro territoriale ricominciato a Baselga di Pinè nei mesi scorsi, dopo una lunga pausa determinata dal Covid, ha lo scopo di facilitare scelte consapevoli in un settore, quello dell'energia e del gas, molto complesso in cui non è facile districarsi tra norme e clausole contrattuali e capire quali sono le reali condizioni delle numerose offerte sul mercato.

I clienti potranno conoscere nei dettagli le caratteristiche che hanno reso etika in pochi anni il più grande Gruppo cooperativo eco-solidale di energia pulita, economica e che fa del bene. Ad incidere sul successo di etika – più di 60.000 le adesioni ad oggi - sono certamente le caratteristiche stesse dell'offerta, ma a queste si aggiungono la fiducia e la prossimità.

“Credo che questo modo di comunicare – afferma infatti Renato Dalpalù, presidente Sait – sia un altro tratto distintivo di etika,

che si aggiunge al suo essere unica perché unisce ai vantaggi individuali come lo sconto in bolletta, quelli collettivi come la tutela dell'ambiente e la solidarietà verso le persone più fragili della comunità. Abbiamo scelto, infatti, di non fare come molti altri operatori del mercato campagne di massa, invasive e anonime, ma metterci la faccia con **operatori preparati che vanno sui territori, nei punti vendita e si mettono a disposizione dei soci chiarendo dubbi e semplificando il processo di adesione per lo desidera”.**

Una modalità che forse richiede tempi più lunghi, e implica un impegno economico e organizzativo non indifferente. Ma che sia uno stile convincente e coerente allo spirito cooperativo lo dimostrano sia i risultati ottenuti a Baselga, sia la partecipazione degli attori locali.

etika nasce in sé come progetto intercooperativo: ideata dalla cooperazione sociale si è sviluppata nella partnership con il Sait e Cassa Centrale Banca sotto la guida della Federazione. Questa origine e caratterizzazione cooperativa si declina ora e sempre



Etika in numeri

Adesioni: 60.039
Tonnellate CO₂ risparmiate: 63.448, pari alla quantità assorbita da 37.515 alberi
Fondo Solidale: 1.783.560 euro
Progetti di abitare autonomo finanziati: 19 promossi da 9 cooperative sociali a favore di 70 persone con disabilità

Per informazioni e per aderire:
www.etikaenergia.it



Famiglia Cooperativa Trambileno Trambileno: negozio tutto nuovo!

Dopo i necessari lavori, il 7 ottobre Trambileno ha festeggiato la riapertura della sua Famiglia Cooperativa completamente rinnovata: ariosa fresca e accogliente, con nuovi servizi e un nuovo assortimento

È completamente nuova la Famiglia Cooperativa di Trambileno. La scelta dei materiali, dei colori e le soluzioni per valorizzare gli spazi, l'illuminazione, la cura nei dettagli per renderla fresca e accogliente, i nuovi banchi e armadi frigo, l'introduzione di nuovi servizi e l'aggiornamento degli assortimenti hanno portato ad un ottimo risultato, molto apprezzato da quanti, già il 7 ottobre, giorno della riapertura, hanno voluto partecipare all'evento atteso dopo le settimane di lavori di ristrutturazione.

“Dobbiamo sottolineare – spiega il presidente, Franco Vigagni – che questo progetto è stato **possibile grazie all'impegno di chi ha sempre creduto e crede nel futuro della nostra Famiglia Cooperativa**: il presidente Mario Scottini che purtroppo non avrà la possibilità di vedere il nuovo negozio, il Consiglio di amministrazione e le Collaboratrici che quotidianamente operano in negozio”. “Ma i veri protagonisti – aggiunge Vigagni – sono soci e clienti che quotidianamente fanno la spesa, dimostrando quanto sia importante la presenza della



Famiglia Cooperativa in questo centro”. **Trambileno è in Vallagarina**, a soli 7 chilometri da Rovereto, precisamente 7 chilometri e 14 tornanti; quasi 1500 i suoi abitanti,

circa 230 i soci della Famiglia Cooperativa, dove lavorano 3 persone. Una comunità da sempre legata alla sua Cooperativa, fondata nel 1909 (nel 2009, in occasione del primo centenario il presidente Mario Scottini con Antonio Passerini curarono insieme il libro “*La comunità di Trambileno e la cooperazione di consumo 1909-2009*”), e, com'è successo in tanti altri casi simili, piacevolmente “riscoverta” durante la pandemia.

“Nonostante tutto, la pandemia ci ha fornito anche qualche riflessione positiva, come la necessità di ritrovare lo spirito di comunità e il valore dei servizi essenziali sul territorio – osserva Vigagni – La Famiglia Cooperativa rappresenta questo spirito, la sua presenza garantisce un **importante luogo di socialità**, di incontro e offerta di beni essenziali. Seppure nel tempo questi aspetti si siano sbiaditi, ora sono tornati a mostrarsi nella loro importanza. Il nuovo negozio completamente rinnovato sarà un ambiente di comunità dove ognuno verrà accolto con un sorriso e grande cordialità”.

L'impegno ora, spiega, è di porre particolare attenzione ai costi di gestione, mantenendo saldo il legame con il sistema cooperativo, per offrire ai soci e ai clienti il miglio-



re rapporto qualità-prezzo. Un impegno che richiede reciprocità: quella dei soci e dei clienti nel continuare ad avvalersi del prezioso servizio offerto dalla Famiglia Cooperativa, dove ci si augura di “veder crescere il numero dei soci, di incontrarci con maggiore assiduità nel punto vendita per rinforzare il nostro rapporto e mantenere così viva la Famiglia Cooperativa a Trambileno”.

Sabato 27 novembre la Giornata Nazionale della Colletta Alimentare torna quest'anno nei negozi nella sua modalità consueta, cioè con la raccolta di alimenti, dopo l'edizione dell'anno scorso che, a causa delle restrizioni per questioni di sicurezza dovute alla pandemia, aveva dovuto fare a meno dei volontari, trasformando la raccolta di alimenti in una Colletta "dematerializzata", attraverso la donazione, alla cassa del negozio, di 2, 5 o 10 euro. **L'appuntamento 2021 si rinnova dunque per l'ultimo**



GIORNATA NAZIONALE COLLETTA ALIMENTARE 2021

La Colletta Alimentare torna nei negozi

Sabato 27 novembre si può donare facendo la spesa nei negozi e dal 28 novembre al 5 dicembre lo si può fare con la raccolta "virtuale" versando alla cassa del negozio 2, 5 o 10 euro



sabato di novembre, quando in moltissimi negozi Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Coop Superstore sarà possibile fare un po' di spesa per aiutare chi è in difficoltà e consegnarla direttamente ai volontari del Banco Alimentare.

**CONTINUARE A DONARE
DAL 28 NOVEMBRE
AL 5 DICEMBRE**

La Colletta "dematerializzata" 2020 è stata un modo per non fermarsi a causa all'emergenza sanitaria, ma anzi per fare di più, con l'obiettivo

di garantire la consueta raccolta di generi alimentari per le persone in difficoltà (sempre più numerose proprio a causa della pandemia), nella massima sicurezza. I risultati 2020 hanno premiato lo sforzo organizzativo, tanto da decidere di confermare questa modalità di

raccolta anche quest'anno, per cui dal 28 novembre al 5 dicembre 2021 nei negozi Famiglia Cooperativa, Coop Trentino e Coop Superstore sarà possibile partecipare alla Colletta Alimentare versando alla cassa 2, 5 o 10 euro.

Al termine della Colletta le donazioni raccolte verranno trasformate in prodotti alimentari di prima necessità che saranno donati al Banco Alimentare Trentino-Alto Adige Onlus.

Grazie a chi vorrà sostenere l'iniziativa anche in questa occasione, per continuare a mantenere viva la catena di solidarietà.

Torna, dopo lo stop imposto dal Covid, la tradizionale raccolta fondi "Un morso, un sorso di solidarietà", promossa da Anffas Trentino in collaborazione con la Cooperazione di Consumo.

Il nuovo appuntamento è fissato per **venerdì 19 novembre 2021**. Saranno coinvolti 15 punti vendita della Cooperazione di Consumo Trentina sottoelencati, dove si troveranno i prodotti dedicati a questa iniziativa (prodotto dolciario, marmellata e succo di mela), raccolti in una comoda borsa riutilizzabile, in cambio di un'offerta base di **10 euro**.

Tutto il ricavato dell'iniziativa di quest'anno confluirà nel fondo Anffas Oggi e sarà destinato al sostegno e all'attuazione in Trentino di un importante progetto su base nazionale, denominato "Io Cittadino", dedicato all'auto rappresentanza delle persone con disabilità intellettive e relazionali.

Le precedenti edizioni di "Un morso, un sorso di solidarietà" hanno incontrato il generoso sostegno di



"Io cittadino!"

"Io cittadino!" è una delle più innovative iniziative Anffas. L'obiettivo del progetto è aiutare le persone con disabilità intellettiva a capire come poter diventare Auto-Rappresentanti e come far rispettare i propri diritti di cittadini.

Essere Auto-Rappresentanti vuole dire che le persone con disabilità intellettiva si rappresentano in prima persona e spiegano agli altri ciò che desiderano.

Con questo progetto **le persone con disabilità possono imparare quali sono i loro diritti, come migliorare la loro vita, la vita degli altri cittadini e la vita di tutta la società.**

In Italia non esisteva un movimento per l'autorappresentanza e ciò nonostante la ratifica della CRPD (Convenzione ONU dei Diritti delle Persone con Disabilità) e l'impegno del Governo Italiano, nel **garantire a tutte le persone con disabilità supporti in tal senso.**

Non c'è persona, nemmeno con la disabilità più grave, che non possa esprimere una scelta o una preferenza, ma dipende dagli strumenti e i sostegni che a questa persona vengono dati e l'ambiente che le si costruisce attorno. Oggi ci sono tantissimi strumenti, ciascuno deve avere il proprio supporto giusto, la sua opportunità. La base di tutto è l'autodeterminazione, ovvero la possibilità di prendere delle decisioni per la propria vita.

MENZ&GASSER (per la fornitura delle marmellate) e di **MELCHIORI** (per il succo Mela di Bio Trentino), che confermano la loro preziosa adesione anche a questa edizione. A completare i prodotti simbolo dell'iniziativa ci sarà inoltre un gustoso prodotto dolciario generosamente fornito dalla stessa **Cooperazione di Consumo Trentina**

trentini per i disabili trentini” e si è consolidata nel corso degli anni grazie al contributo delle **Cooperative di Consumo Trentine**, alle **Casse Rurali Trentine** e alla generosa partecipazione della comunità, sempre sensibile nel sostenere progetti a favore delle persone con disabilità intellettive e relazionali, di cui Anf-

Venerdì 19 novembre 2021
“UN MORSO, UN SORSO DI SOLIDARIETÀ”
Una speciale merenda trentina in compagnia

Nuova edizione dell'iniziativa di solidarietà Anffas con la Cooperazione di Consumo Trentina: l'appuntamento con la merenda per raccogliere fondi a favore di Anffas Trentino Onlus è fissato per venerdì 19 novembre 2021



fas Trentino Onlus si occupa fino dal 1965. Dal 2004 ad oggi “Un morso, un sorso di solidarietà” ha permesso di raccogliere oltre 203.000 euro, che hanno consentito, nel tempo, di dare vita a progetti specifici e di sostenere iniziative a favore dei bambini e dei ragazzi con disabilità. Ne sono un esempio l’acquisto di utili arredi che hanno permesso di rendere più familiare la nuova Comunità Alloggio residenziale di Arco, oppure il prezioso sostegno ai progetti di vita indipendente dei giovani con disabilità intellettiva e relazionale di Anffas Trentino.

ANFFAS TRENTINO ONLUS

È una grande famiglia di famiglie che crede in un mondo in cui tutte le persone possano vivere, ogni giorno, momenti di felicità.

Con la raccolta fondi “Un morso, un sorso di solidarietà” 2021 è possibile sostenere l’attuazione in Trentino dell’importante iniziativa nazionale lo Cittadino, dedicata ai progetti di auto rappresentanza

Dal 1965 si prende cura delle persone con disturbi del neurosviluppo e con altre fragilità e sostiene le loro famiglie nelle proprie comunità.

Si impegna a garantire la miglior qualità di vita possibile attraverso una rete di servizi pensati e realizzati in base a bisogni ed età. Opera per la loro inclusione sociale ed autodeterminazione con azioni concrete e combatte ogni discriminazione.

Oggi risponde alle necessità di **oltre 1000 persone** con una presenza capillare di servizi sul **territorio provinciale**.

Come per le recenti edizioni, “Un morso, un sorso” incontra ancora il determinante sostegno di **MENZ&GASSER** con una prelibata marmellata alla ciliegia da 240 gr, e di **MELCHIORI**, con la delicata spremuta di mela di Bio Trentino da 0,25 lt.

A completare questa speciale proposta ci sarà anche un gustoso prodotto dolciario generosamente fornito dalla stessa **Cooperazione di Consumo Trentina**. Il tutto consegnato in una utile borsa riutilizzabile.

DAL 2004: UN MORSO, UN SORSO DI SOLIDARIETÀ

Un morso, un sorso di solidarietà è una iniziativa nata nel 2004 nell’ambito del progetto “I

“Un morso, un sorso di solidarietà” venerdì 19 novembre vi aspetta qui:

ALDENO	Coop Trentino	via Dante
ARCO	Coop Trentino	via Galas, 35
BOLOGNANO DI ARCO	Coop Trentino	via Stazione, 3
BONDO	Famiglia Cooperativa	corso Tre Novembre
BORGO VALSUGANA	Coop Trentino	corso Vicenza, 4
CARANO	Coop Trentino	via Nazionale, 18
COGNOLA	Coop Trentino	piazza dell’Argentario, 6
MOENA	Coop Trentino	strada de Prealton
PONTE ARCHE	Coop Trentino	via Prati
MADONNA BIANCA	Coop Trentino	via Menguzzato
POVO	Coop Trentino	piazza Mancini, 8
RAVINA DI TRENTO	Coop Trentino	via Hertsching, 1
RIVA DEL GARDA	Coop Trentino	piazzale Mimosa, 8
TRANSACQUA	Coop Trentino	viale Piave
TUENNO	Coop Trentino	piazza Alpini, 3

È partita in primavera, non si è certo fermata in estate, continuerà in modo preponderante in autunno guardando già al 2022. **Close the Gap-riduciamo le differenze** – la campagna di Coop per una reale e concreta riduzione

Sarà poi la stessa Coop a portare la voce delle donne “dentro il Palazzo”, con una iniziativa simbolica in programma il 29 ottobre al Senato: un modo per dire chiaro e forte che considerare questi prodotti un lusso è una discriminazione ingiusta

sta che colpisce le donne, per decenni, su un bene irrinunciabile.

Intanto, per rilanciare la campagna tra i soci e i consumatori, dal 21 ottobre al 3 novembre in tutti i negozi Coop si potranno di nuovo acquistare gli assorbenti femminili a marchio Coop con lo sconto del prezzo pari all'abbattimento dell'Iva (dal 22 al 4%, così come sostenuto dalla petizione). Si porterà avanti così una richiesta al tempo stesso simbolica e concreta, per ridurre le differenze di genere a cominciare dal carrello della spesa.

Sempre nell'ambito della campagna Close the Gap, quest'anno Coop ha avviato un progetto di formazione che ha coinvolto i propri dipendenti, premiato i fornitori più attenti e inclusivi e avviato corsi sul tema

per le donne impegnate nelle filiere agricole del pomodoro da industria in Campania, delle clementine in Calabria e dell'uva in Puglia.

A fine settembre ha preso il via anche il ciclo di incontri promosso da Scuola Coop “Di-vario Genere. Parità di genere, diversità, advocacy e inclusione. La voce di Coop”, sul tema diversity e imprese, per mettere in luce come si promuovono contesti organizzativi inclusivi e aperti alle diversità. (consumatori.e-coop.it)

CLOSE THE GAP

Assorbenti: abbasso l'Iva!

Coop rilancia la raccolta di firme “Stop Tampon Tax! Il ciclo non è un lusso” per ridurre al 4% l'imposta e portare la parità di genere anche nel carrello. E dal 21 ottobre al 3 novembre torna a tagliare il prezzo degli assorbenti femminili a marchio

ne delle disparità di genere – dopo il varo dello scorso marzo vede la ripresa della petizione “Stop Tampon Tax! Il ciclo non è un lusso”, promossa dall'associazione Onde Rosa per tagliare l'Iva sugli assorbenti dal 22 (aliquota per i beni di lusso) al 4%. Una richiesta che tutti possono sottoscrivere online, aderendo sulla piattaforma Change.org, e che nelle prossime settimane arriverà anche in molti punti vendita Coop, dove i soci saranno protagonisti di una campagna di raccolta di firme vera e propria.

METTIAMOCI LA FIRMA.

CLOSE THE GAP
RIDUCIAMO LE DIFFERENZE

ABBASSIAMO L'IVA SUGLI ASSORBENTI DAL 22% AL 4%.

Lo sapete che gli assorbenti femminili, in Italia, hanno l'IVA al 22% come se fossero un bene di lusso? Questa è una delle tante discriminazioni di genere contro le quali occorrono azioni concrete. Per questo motivo dal 6 al 13 marzo nei nostri negozi, tutti gli assorbenti avranno un prezzo ribassato come se l'IVA fosse al 4%. È un piccolo gesto. Ne siamo consapevoli.

AIUTACI A CANCELLARE QUESTA INGIUSTIZIA: vai su www.Change.org e sottoscrivi la petizione di Onde Rosa. Mettiamoci tutti la firma.

Sostieni la campagna per l'abbattimento dell'IVA, cerca “STOP TAMPON TAX, IL CICLO NON È UN LUSO” su Change.org e firma anche tu!

LA COOP SEI TU.

Rapporto Coop Italiani più attenti al “Fattore D” e aperti sulle identità sessuali

L'Italia non è un paese per donne, ma finalmente molti italiani ne sono consapevoli e pensano che occorra rimediare. Se infatti abbiamo il primato di disparità di genere fra i grandi Stati europei, l'ultimo Rapporto Coop rileva che il 42% degli italiani pensa che il gender gap sia, da noi, un fenomeno diffuso e molte donne (4 su 10) indicano il cosiddetto Fattore D come una risorsa importante per la ripartenza dell'Italia. **Anche perché il costo del gender gap è salato: se si considera soltanto lo scarso accesso al mercato del lavoro, toglie al nostro Paese ben 89 miliardi di euro, pari al 6% del Pil annuale.** Per questo il Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza riconosce come priorità affrontarlo,



con un piano di investimenti per questa voce pari a 7 miliardi di euro entro il 2026. Non è questa, però, la sola differenza che

iniziamo a vedere con occhi nuovi. Sempre secondo il Rapporto Coop, cresce l'apertura verso le differenti identità sessuali, tanto che sono ben il 18% gli italiani che si definiscono “gender fluid” (più sei punti percentuali rispetto a solo 3 anni fa) e l'83% quelli che si dichiarano favorevoli ai matrimoni tra persone dello stesso sesso.

L'Italia si conferma anche tra i paesi europei più “ospitali”, con il 79% dei cittadini che si trova in profondo accordo con l'accoglienza sul territorio nazionale di tutte quelle persone che possano richiedere rifugio o asilo politico per scappare da situazioni di guerra e persecuzione nei loro paesi di origine.

Coop Consumatori Alto Garda conferma anche per quest'anno l'iniziativa "A fianco delle donne, contro la violenza", organizzata in occasione della Giornata internazionale contro la violenza sulle donne, il 25 novembre: nelle giornate del **22, 23, 24 e 25 novembre**, per ogni prodotto Solidal Coop

Solidal, nata nel 1995 per offrire opportunità di sviluppo autonomo ai produttori in condizioni di svantaggio. Per questo tutti i prodotti della linea Solidal vengono acquistati nei paesi in via di sviluppo, senza intermediari.

Grazie alla certificazione **Fairtrade** vengono garantiti ai produttori **prezzi stabili**,

Fairtrade è il marchio internazionale di certificazione etica più riconosciuto al mondo. Sostiene i produttori più svantaggiati dei paesi in via di sviluppo e li rende capaci di entrare nel sistema commerciale in condizioni di trasparenza e correttezza. Fairtrade Italia è il Consorzio che dal 1994 promuove il Marchio Fairtrade e i valori

Coop Alto Garda, 22-25 novembre 2021

A fianco delle donne, contro la violenza

Anche quest'anno, dal 22 al 25 novembre, per ogni prodotto Solidal Coop acquistato, Coop Alto Garda donerà 0,50 euro alla Fondazione Famiglia Materna di Rovereto

acquistato, Coop Consumatori Alto Garda donerà 0,50 euro alla Fondazione Famiglia Materna di Rovereto.

Fondazione Famiglia Materna è un'associazione che ha oltre 100 anni di attività alle spalle, ha sede a Rovereto e aiuta con i suoi servizi le donne (e i loro bambini) in difficoltà e vittime di violenza (**numero di pronta accoglienza per donne vittime di violenza: 0464.435044**).

I negozi e supermercati di Coop Consumatori Alto Garda sono a Riva del Garda, Torbole, Arco, Vigne, Bolognana e Dro; in questi giorni, per sensibilizzare tutti sul tema, davanti ai negozi di Riva piazzale Mimosa, Drò e Vigne sono state sistemate delle panchine rosse (dipinte dai dipendenti di Coop Alto Garda).

Anche in occasione delle scorse edizioni della **Giornata internazionale della donna (8 marzo)**, Coop Alto Garda ha scelto di promuovere una iniziativa simile, sempre a sostegno di Fondazione Famiglia Materna.

I prodotti Solidal Coop sono i prodotti del commercio equosolidale che assicurano opportunità di sviluppo autonomo ai produttori. L'impegno di Coop a supporto dei piccoli produttori locali è parte integrante della filosofia alla base della linea

prefinanziamenti agevolati e contratti di acquisto a lunga durata. Fairtrade promuove la biodiversità, la varietà delle produzioni nazionali e il valore delle tradizioni locali, favorendo la diffusione di prodotti a minor impatto sociale e ambientale.

del commercio equo certificato nel nostro Paese. È costituito da organizzazioni che operano nella cooperazione internazionale, nell'azione sociale, nella finanza etica, nel rispetto dell'ambiente e nella tutela dei consumatori.

Il ringraziamento di Famiglia Materna a Coop Alto Garda, ai suoi collaboratori, ai suoi soci per quanto già fatto e per quanto ognuno generosamente vorrà donare in questa nuova occasione.

"Le donne che incontriamo hanno storie molto diverse. Molte sono vittime di violenza, spesso madri, che decidono coraggiosamente di abbandonare una situazione insostenibile e si rimettono in gioco, con tutte le difficoltà che possono incontrare nell'affrontare sfide e paure.

Per queste donne, trovare un luogo accogliente in cui ripartire da sé significa ritrovare l'autostima distrutta e quel senso di autoefficacia e dignità che troppo spesso la violenza nega.

Famiglia Materna, attraverso il servizio Aurora (che mette a disposizione appartamenti protetti con il supporto di operatrici specializzate) cerca di offrire un tempo e uno spazio per riprendersi in mano, per tornare ad investire su sé stesse e aspirare ad un futuro migliore per sé e per i loro bambini.

Solo nel 2020 sono state 24 le donne, sole o con i propri figli, che hanno trovato accoglienza nei

nostri servizi.

Ogni donazione, ogni contributo raccolto si è trasformato in risorse per sostenerle e ci aiuta quotidianamente a costruire nuove opportunità per tutte le donne che incontriamo: grazie Coop Alto Garda di essere entrata a far parte della nostra Famiglia!"

Dal 23 ottobre ogni sabato mattina, dalle 10 alle 12, donne italiane e straniere potranno incontrarsi al **Café de la Paix** per conoscersi, chiacchierare, collaborare e scambiarsi informazioni di vario tipo, anche sui servizi presenti sul territorio. L'attività sarà possibile grazie alla collaborazione di volontarie delle associazioni partner

vivono in una maggiore situazione di isolamento, purtroppo acuita dall'emergenza sanitaria.

Come sottolinea il rapporto *The Impact of COVID-19 on Women*, pubblicato dalle Nazioni Unite, l'emergenza Covid-19 ha inciso negativamente sul raggiungimento della parità di genere. **La pandemia ha infatti amplificato le disparità esistenti:** la chiu-

re insieme in ottica di sviluppo di comunità". Uno spazio ripensato con l'obiettivo di migliorare la vivibilità del quartiere e le relazioni sociali che nascono al suo interno, ma anche uno spazio che difficilmente sarebbe altrimenti frequentato dalle persone alle quali si rivolge l'attività progettuale proposta.

Il **Caffè delle donne** è una delle azioni pre-

A Trento dal 23 ottobre Il Caffè delle Donne

Uno spazio informale e accogliente, in cui donne italiane e straniere possano incontrarsi per chiacchierare, conoscersi e conoscere i servizi presenti sul territorio e apprendere la nuova lingua

che si dedicheranno **all'intrattenimento dei bambini e a facilitare l'incontro tra le partecipanti**, proponendo attività studiate per l'occasione.

FACILITARE L'INTEGRAZIONE E L'INCLUSIONE

A base dell'iniziativa: il **Piano d'azione per l'integrazione e l'inclusione 2021-2027 della Commissione Europea**, che recita "La combinazione della **formazione linguistica con misure di accompagnamento come la custodia dei bambini** si è dimostrata particolarmente efficace nel migliorare l'accesso alla formazione linguistica e i relativi risultati".

Grazie alla collaborazione tra **Il Gioco degli Specchi**, il **Centro Italiano Femminile**, la **Casa della giovane** e l'**Associazione Amici dei Senza Tetto di Trento**, si cercherà di coinvolgere donne straniere che

sura delle scuole ha aumentato la mole di lavoro domestico e di cura dei figli, che continuano a ricadere principalmente sulle donne.

RIGENERARE IL TESSUTO SOCIALE

L'innovatività e al tempo stesso la sfida del Caffè delle donne risiedono anche nella scelta del luogo che accoglierà l'iniziativa: **passaggio Teatro Osele ed il circolo Café de la paix**, sono, infatti, al centro di una nuova progettualità - **la Portineria de la paix** - che si pone l'**obiettivo di rigenerare il tessuto sociale, promuovere nuove forme di cittadinanza attiva e cura, migliorare l'offerta sociale e culturale della zona**. Un esperimento di welfare di prossimità, "un luogo da vivere e ri-pensa-

viste dal progetto **"Andrà tutto bene? Azioni e buone pratiche per ripartire insieme dal territorio"**, ammesso a finanziamento su bando della Provincia autonoma di Trento in attuazione dell'Accordo di programma 2020 con il Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali.

Per informazioni:
info@ilgiocodispecchi.org



CATTOLICA
ASSICURAZIONI
DAL 1896

Abbiamo cambiato sede,
ma siamo sempre gli stessi.

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

NOVITÀ

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

assicom
PARTNER ASSICURATIVI DEL CONSORZIO SAIT DAL 1982

SOCIETÀ CATTOLICA DI ASSICURAZIONE SPA
AGENZIA ASSICOM SRL
Centro Direzionale Trento Sud n. 15 (Big Center), 38125 Trento
Tel. 046182321 - info@assicom-trento.it - Cel. 3356150670

Tra fine novembre e inizio dicembre sarà presentato il volume sulle donne al vertice della Cooperazione, progetto editoriale che l'Associazione Donne in Cooperazione sta portando avanti insieme alla Fondazione Don Guetti: si tratta di un progetto di ricerca etnografica volto a comprendere la condizione femminile nell'impresa cooperativa e nello specifico il ruolo delle donne al vertice. In questo momento storico, in cui la presenza femminile negli incarichi di rilievo è particolarmente importante, l'Associazione Donne in Cooperazione vuole indagare il punto di



Associazione Donne in Cooperazione Dalle voci delle donne: storie al femminile d'impegno e di successo nel mondo del lavoro

In preparazione un volume che raccoglie le interviste alle donne cooperatrici che sono ai vertici della Cooperazione. Testimonianze ed esempi per capire come superare le disparità e liberarsi dai condizionamenti sociali

vista delle donne sul presente e sul futuro della cooperazione, ma anche sulla questione di genere nel nostro paese.

La ricerca coinvolge 22 cooperatrici della realtà non soltanto trentina ma anche nazionale e internazionale.

L'obiettivo dell'Associazione è quello di supportare e favorire la presenza femminile nella governance delle cooperative: l'augurio è che la lettura delle interviste di

queste cooperatrici che "ce l'hanno fatta" possa essere un esempio, una ispirazione e uno stimolo per le donne che vogliono lanciarsi, ma sono trattenute "a terra" da motivi di diversa natura: dalle disparità di riconoscimento che limitano le possibilità di progressione nella carriera e nella remunerazione, a tutti quei blocchi legati ai condizionamenti sociali che influenzano anche le donne stesse.

La ricerca è condotta da **Veronica Ronchi** (storica dell'economia e dell'impresa con una lunga esperienza in ricerca etnografica) che curerà le interviste cominciando dalla storia di vita e dalla carriera professionale delle cooperatrici, per poi approfondire il tema della questione di genere, in particolare nel nostro sistema paese, senza tralasciare i risvolti economici e sociali della pandemia e il possibile ruolo della cooperazione nel periodo che ci aspetta.

DONNE IN COOPERAZIONE COMPIE 15 ANNI

L'evento di presentazione del libro sarà anche occasione per festeggiare i 15 anni di attività dell'Associazione che, a causa della pandemia, sono slittati dal 2020 al 2021.

Donne in Cooperazione è stata fondata da un gruppo di donne con l'obiettivo di potenziare e valorizzare la presenza delle donne nel movimento cooperativo; oggi l'Associazione aiuta le cooperative associate a progettare e adottare modelli organizzativi innovativi, orientati alla **conciliazione vita/lavoro** ed è impegnata a promuovere azioni a sostegno della conciliazione dei tempi di vita e di lavoro, e una maggiore **partecipazione delle donne negli ambiti decisionali**, sostenendo un'integrazione reale del genere femminile al lavoro, per un modello di governance più democratico.

Donne in Cooperazione è attiva per valorizzare il ruolo femminile nel movimento cooperativo, anche attraverso iniziative di **informazione e sensibilizzazione** sulle tematiche di genere, con percorsi di **formazione** per far emergere e rafforzare le competenze femminili, e creando una rete territoriale trasversale a tutto il movimento cooperativo

“Figli e smart working: una questione tutta al femminile?”

Quali sono i bisogni – tra lavoro e cura dei figli – che le restrizioni dovute alla pandemia hanno fatto emergere?

A fine settembre l'Associazione Donne in Cooperazione ha avviato un'attività di ricerca e analisi dei bisogni e delle esperienze delle famiglie trentine che hanno vissuto il periodo di restrizioni dovute alla pandemia lavorando forzatamente da remoto, e gestendo queste attività con bambini e adolescenti a casa in didattica a distanza.

L'indagine nasce per approfondire e migliorare la conoscenza delle situazioni di vita di donne e uomini, in questo particolare momento storico di grandi cambiamenti ed

enormi restrizioni. Curato da psicologhe e ricercatrici universitarie, il progetto prevede una prima fase di raccolta di informazioni (che terminerà il 20 ottobre) sulla base di un **questionario diffuso all'interno dell'Associazione, presso le cooperative e gli istituti scolastici.**

Ad essere analizzati saranno gli impatti sui genitori rispetto ai carichi di lavoro e di cura, così come il rapporto con i figli minori e l'efficacia delle attività lavorative svolte da remoto.



NEI NEGOZI COOP TRENTINO, FAMIGLIA COOPERATIVA, COOP SUPERSTORE

Presso i punti di vendita Coop sono disponibili alle casse le Ricariche CoopVoce da 5, 10, 20 o 50 euro. Per eseguire la ricarica è sufficiente chiamare il numero gratuito 4243688 e seguire le istruzioni. La voce guida chiederà di digitare il PIN della ricarica.

Presso il punto di attivazione CoopVoce dei Punti Vendita abilitati è possibile richiedere una ricarica da 5, 10, 20, 50, 75, 100, 150 o 250 euro, questa avverrà in automatico.

AUTORICARICA CON LA SPESA

Con il servizio Autoricarica con la spesa

sotto i 10 o 15 euro o secondo la frequenza che hai scelto! Anche quando sei all'estero puoi ricaricare o farti ricaricare la tua SIM CoopVoce direttamente on-line!

RICARICA CON LE APP Con l'app di Coopvoce: puoi ricaricare con carta di credito o con PIN acquistato nei punti vendita Coop.



per iOS e Android. Con Satispay puoi ricaricare il tuo credito telefonico CoopVoce o quello di un tuo contatto in pochi istanti, senza nessun costo aggiuntivo.

RICARICA AL BANCOMAT Presso gli sportelli bancomat delle banche abilitate: Intesa Sanpaolo, Unicredit Banca, Unipol Banca, Gruppo MPS, Cassa Centrale Banca, Banca Toscana, ING (Home Banking), Intesa Sanpaolo, Banca Fideuram

NELLE RICEVITORIE Recati in una ricevitoria Lottomatica, un punto vendita SisalPay abilitato o in uno dei punti vendita della rete epay, Snaipay e SNAI, comunica il tuo numero di telefono CoopVoce e il taglio che vuoi ricaricare. A conferma del

CoopVoce: tutti i modi per fare la ricarica

Nei punti vendita, on-line, con le app, l'autoricarica con la spesa, con le ricariche premiate, al bancomat, nelle ricevitorie....

Ecco tutti i modi per fare la ricarica CoopVoce

ricevi automaticamente una ricarica Bonus CoopVoce da 5 euro ogni 250 punti Coop. Il servizio è riservato ai soci delle Cooperative. L'attivazione del servizio comporta l'automatica conversione dei punti Coop in una ricarica CoopVoce da 5 euro ogni 250 punti.

PARLI GRATIS FACENDO LA SPESA!

Utilizza i punti socio per acquistare le Ricariche Premiate CoopVoce da 5 e 10 euro. Le modalità di utilizzo delle Ricariche Premiate sono le stesse delle normali Ricariche.

RICARICA ONLINE

Puoi ricaricare on-line con un semplice click accedendo al sito www.coopvoce.it Area Privata o nella sezione dedicata sull'App di CoopVoce!

Puoi ricaricarti anche utilizzando il PIN di una qualsiasi Ricarica CoopVoce o di Ricariche Premiate.

Per le ricariche con carte di credito è possibile usufruire di 2 ulteriori servizi: **Ricarica Facile**, una volta inseriti i dati della tua carta di credito, puoi ricaricare quante volte vuoi! **Ricarica Automatica**: ricarichi in modo automatico ogni volta che il tuo credito scende

PayPal Carica è l'App gratuita che ti permette di ricaricare il credito telefonico delle tue linee CoopVoce; è rapida e sicura, non ci sono tariffe extra, solo i costi della ricarica scelta. Se ti trovi senza credito, tra-



mite **PayPal Carica** puoi inviare ai tuoi contatti un messaggio con una richiesta di ricarica ovvero accettare le richieste di ricarica da amici e familiari.

Satispay è l'App gratuita per pagare nei negozi, scambiare denaro tra amici, pagare bollettini, acquistare ricariche telefoniche e risparmiare in modo smart. Disponibile

buon esito dell'operazione, riceverai uno scontrino da conservare fino al ricevimento dell'SMS di conferma dell'avvenuta ricarica. Se entro 24 ore non hai ricevuto la ricarica, chiama il Servizio Assistenza Clienti 188.

SOS RICARICA Per utilizzare il servizio di SOS Ricarica occorre chiamare il Servizio di Assistenza Automatica 4243688 e seguire le informazioni della voce guida.

Il servizio permette di richiedere subito 2 euro di traffico bonus. Il traffico anticipato da CoopVoce e il costo del servizio pari a 50 centesimi di euro saranno scalati dal traffico disponibile del cliente alla prima ricarica utile.

RICARICA DALL'ESTERO

• On-line sul sito www.coopvoce.it Area Privata o nella sezione dedicata sull'App di CoopVoce con carta di credito. Puoi ricaricarti anche utilizzando il PIN di una qualsiasi Ricarica CoopVoce o di Ricariche Premiate.

- 4243688 se in possesso di una Ricaricard (acquistata in Italia). Le modalità di ricarica sono le medesime previste per l'Italia
- Bancomat e Ricevitorie Sisal/Lottomatica La ricarica deve essere eseguita necessariamente da parte di una terza persona che si trova in Italia.

Annullata lo scorso anno pochi giorni prima dell'evento dai provvedimenti nazionali anti Covid, torna finalmente quest'anno la Fiera che da più di 15 anni promuove a Trento l'idea di un'economia sostenibile, inclusiva e solidale.

Valori coerenti con lo spirito di etika, che anche quest'anno sarà main sponsor della fiera che dal 22 al 24 ottobre porterà al Padiglione fiere di Trento migliaia di cittadini trentini. Crescono infatti in modo costan-

te e sensibile il numero di persone che vogliono consumare prodotti salutari per sé e per il pianeta e che sono esiti di processi che rispettano i diritti dei produttori.

personale dove possiamo raccontare ai cittadini del risparmio sostanziale che l'offerta consente di ottenere in bolletta, ma anche dei vantaggi ambientali che produce grazie all'uso di energia 100% green certificata e dei progetti di solidarietà verso le persone fragili della nostra comunità.



per persone con disabilità che abbiamo sostenuto in questi anni.

Ci saranno, in racconti per immagini, i protagonisti di questi progetti, che mostrano l'impegno e la gioia di un cammino che porta all'autonomia, le fatiche e l'entusiasmo di poter realizzare, grazie al sostegno degli educatori, il diritto di scegliere con chi e come vivere".

Ci saranno Lara, Elio e Michele protagonisti del progetto TrenTo Home della cooperativa La Rete di Trento; Andrea e Matteo del progetto "Ora vado a convivere" della cooperativa Eliodoro di Riva del Garda e Stefania, Carla e Deborah del progetto "Verso l'autonomia con Etika: percorso avanzato" della cooperativa Incontra che opera nelle Giudicarie.

La Fiera del consumo critico e degli stili di vita sostenibili Etika alla Fiera Fa' la cosa giusta!

La partecipazione di Etika alla Fiera, con uno stand dedicato all'offerta luce e gas della Cooperazione trentina e ai racconti dei progetti per l'autonomia delle persone con disabilità

te e sensibile il numero di persone che vogliono consumare prodotti salutari per sé e per il pianeta e che sono esiti di processi che rispettano i diritti dei produttori.

LO SPAZIO CONOSCERE ETIKA

"Abbiamo scelto convintamente di sostenere questa iniziativa culturale - spiega



Le immagini racconteranno di gesti quotidiani: fare la spesa, cucinare, lavare e stirare, guardare la tv e giocare. Gesti condivisi ciascuno con le proprie risorse e i propri limiti.

Gesti che fanno parte della vita di tutti i giorni, ma che sono diventati possibili grazie al loro impegno e a quello delle loro famiglie, al supporto degli operatori

Raul Daoli, di Federazione Trentina della cooperazione e coordinatore della cabina di regia di etika - non solo perché crediamo sia importante promuovere stili di vita e di consumo che fanno bene a sé stessi e agli altri, ma anche perché crediamo nelle relazioni, nel dialogo. La fiera per noi, infatti, è un importante spazio di incontro con le

E I PROGETTI DI ABITARE INCLUSIVO

Per questo allestiremo uno spazio dedicato con operatori preparati che spiegheranno a tutti coloro che sono interessati le caratteristiche dell'offerta, ma anche e soprattutto dove i cittadini potranno conoscere alcuni dei progetti di abitare inclusivo

che li accompagnano e al sostegno di etika, reso possibile dalle migliaia di cittadini che ci hanno creduto e continuano a crederci.

Per approfondimenti

www.falacosagiustatrento.org
www.etikaenergia.it

Per far sì che gli anziani e le persone non più autosufficienti possano continuare a vivere nel proprio domicilio, evitando così il ricovero in strutture specializzate, badanti e/o assistenti familiari devono essere continuamente aggiornati.

La formazione continua rivolta a badanti/assistenti familiari rappresenta quindi un investimento necessario, che garantisce lo sviluppo e l'aggiornamento delle competenze in ambito assistenziale. La dimensione della cura verso la persona non più autosufficiente al proprio domicilio – aspetto fondamentale non solo in relazione a questo periodo che stiamo vivendo, ma anche pensando ad un prossimo futuro – richiede sempre più interventi professionali competenti.

Su questo fronte la **Fondazione Franco Demarchi** – in collaborazione

Fondazione Demarchi, dal 13 novembre Prendersi cura, a casa La formazione per badanti

Prendersi cura di un anziano o una persona non autosufficiente a domicilio richiede competenza professionale aggiornate. Gli assistenti familiari-badanti possono farlo al meglio con due corsi di formazione online



con la Provincia autonoma di Trento - UMSE Sviluppo Rete Servizi e pari Opportunità – grazie alla sua esperienza trentennale nella formazione degli adulti e nella formazione in ambito socio-assistenziale e socio-sanitario, ha organizzato anche quest'anno per

il mese di novembre **quattro incontri di formazione sui principali problemi di salute e sulla relazione con i familiari.**

DUE MODULI FORMATIVI

I moduli formativi saranno organizzati a distanza, online, per rispondere alla necessità di **mantenere le/gli assistenti familiari iscritti al Registro provinciale** istituito sette anni fa dalla Provincia autonoma di Trento (<http://www.trentinosociale.it/index.php/rpaf>).

La proposta prevede due moduli per 8 ore di formazione complessiva, su argomenti diversi, che vanno a coprire alcuni aspetti caratteristici e più diffusi nell'assistenza in un contesto domiciliare.

Il primo modulo (sabato 13 e martedì 16 novembre) sarà **“La relazione con il/i familiare/i”**, che si propone di fornire conoscenze e abilità base per instaurare una relazione professionale con l'assistito e i familiari che tenga conto di ruoli, esigenze, vissuti dei tre attori coinvolti nella cura.

Il secondo modulo (sabato 27 e martedì 30 novembre) verterà sull' **“Assistenza ai principali problemi di salute: diabete mellito, malattie respiratorie, cardiovascolari croniche e demenza”**, con l'obiettivo di fornire conoscenze e abilità per assistere e soddisfare i bisogni compromessi e specifici della persona affetta dalle malattie croniche più frequenti.

Per informazioni e iscrizioni

Per informazioni e iscrizioni è possibile rivolgersi alla segreteria della Fondazione Demarchi (Paola Remelli, tel. 0461 273680, paola.remelli@fdemarchi.it), oppure ci si può iscrivere direttamente su <https://forms.gle/BwMhecgkKqsDobNm8%20>.

Consentire ai bambini e alle bambine di assaporare la bellezza del tempo lento, di beneficiare della tranquillità del piccolo gruppo, a dimensione familiare, potendo contare su un orario flessibile, a misura del lavoro di mamma e papà. Sono questi i tre principali aspetti che fanno avvicinare ogni anno centinaia di famiglie alla proposta educativa delle tagesmutter, formula di origine nordica oggi molto diffusa anche nel nostro Trentino.

Le 183 tagesmutter della cooperativa Il Sorriso gestiscono 70 nidi familiari distribuiti sul territorio, sia nelle città principali di Trento, Rovereto, sia nelle dodici vallate: Fiemme, Fassa, Primiero, Valsugana, Rotaliana, Non e Sole, Altopiano Paganella, Vallagarina, Vallarsa, valle del Sarca e Cavedine. Propongono ai **bambini dai tre mesi ai tre anni** (estendibile in periodi extra scolastici fino ai 13 anni) contesti di apprendimenti esperienziali, per promuovere l'autonomia, la condivisione e soprattutto la partecipazione. Nei nidi familiari si impara a diventare grandi anche grazie alla composizione del gruppo, con età diverse, che incoraggia l'apprendimento e la conoscenza di sé guardando l'altro, piccolo o grande che sia.



La cura è un elemento fondamentale per garantire benessere a tutti i soggetti coinvolti. La cura è rivolta alle famiglie che scelgono di farsi affiancare per la crescita del bene più caro dalla corresponsabilità e professionalità della tagesmutter. La cura è per i bambini e le bambine, persone che nei loro primi mille giorni di vita assorbono gesti, parole e pensieri di chi si occupa di loro. La cura è per la tagesmutter, che essendo socia della Cooperativa ha la garanzia di tutto il supporto di cui ha bisogno, pedagogico, organizzativo, gestionale, ed anche personale. Cura e cure, dunque, per educare e educarsi, per contribuire a dare radici e ali.

Quello proposto dalle tagesmutter è un approccio aperto, inclusivo, fiducioso, olistico. Una modalità che concorre a educare l'individuo **osservandone le diverse intelligenze - emotiva, fantastica, razionale, corporea, sociale** – cogliendone e illuminandone i bisogni, i vissuti, le emozioni, per incoraggiare la personale responsabilità e capacità contemplativa della meraviglia e della bellezza.

Per apprendere a socializzare non è sufficiente portare i bambini a trascorrere del tempo coi coetanei

ma è necessario l'impegno delle tagesmutter per aiutarli dare valore alle relazioni e all'altro. La tagesmutter cerca di vedere in ogni piccola persona di cui si occupa il bambino e la bambina che ancora non esiste ma che porta in sé tutto il potenziale. I luoghi per eccellenza in cui far crescere i

al servizio. In entrambe le tipologie di accoglienza, il progetto educativo è comune e i punti qualificanti dell'offerta sono condivisi. La casa è riconducibile al luogo dei legami e delle "faccende da fare" per un bene comune. Si parla di saperi e sapori che nutrono l'invisibile delle esperienze quoti-

diane. Materiali e strumenti della quotidianità sono a disposizione dei bambini ma anche oggetti selezionati per incoraggiare l'esplorazione e la ricerca di concetti fisici, spaziali, emozionali.

L'altro luogo di esperienza e crescita è il fuori dal nido, legato al paese, alla città e ai

Tagesmutter cooperativa Il Sorriso

Tutta la cura dell'asilo nido in casa

Il piccolo gruppo, la dimensione familiare, gli orari flessibili. La centralità della cura di ogni aspetto e soggetto per garantire benessere a tutti. I nidi delle tagesmutter hanno un approccio all'educazione aperto, inclusivo, fiducioso che incoraggia la socializzazione, l'apprendimento e la conoscenza di sé, guardando l'altro

di **Dirce Pradella**



bambini e le bambine sono riconducibili alla casa e alla natura.

I nidi familiari offrono due tipologie di servizi, domiciliare a casa della tagesmutter, e in appartamenti dedicati unicamente

Tagesmutter, 70 nidi in Trentino

Il servizio nido familiare tagesmutter è riconosciuto nel sistema dei servizi socio-educativi per la prima infanzia attraverso una legge provinciale (la 4 del 2002).

Le 183 tagesmutter della cooperativa Il Sorriso gestiscono 70 nidi familiari distribuiti sul territorio, sia nelle città principali di Trento, Rovereto, sia nelle dodici vallate: Fiemme, Fassa, Primiero, Valsugana, Rotaliana, Non e Sole, Altopiano Paganella, Vallagarina, Vallarsa, valle del Sarca e Cavedine.

luoghi della natura. Il rapporto con "fuori" è legato al nuovo, al diverso da me: aria, terra, fiori, animali, prati, boschi ma anche strade, servizi e relazioni. Sono le prime contaminazioni con le differenze e il rispetto. Si può definire il servizio tagesmutter un'offerta etica e ecologica perché nei nidi l'attenzione e l'educazione sono una responsabilità voluta, sostenuta e condivisa.

La cooperativa Il Sorriso

La cooperativa Il Sorriso è nata nel 1999, per iniziativa di un gruppo di donne appassionate e determinate che credeva molto in questo sistema educativo dalle origini nordiche. Queste tracce sono state successivamente esportate in Italia attraverso un **Progetto Europeo** e poi confluite nella creazione dell'**Associazione Nazionale "Domus"**. Tagesmutter in Italia, dunque, unite dal **Progetto Educativo organizzativo e gestionale nato in Trentino da Il Sorriso**.

Dal 2002 il servizio nido familiare tagesmutter è riconosciuto nel sistema dei servizi socio-educativi per la prima infanzia attraverso una legge provinciale (la 4 del 2002).

Quest'autunno il **Dipartimento Istruzione e Cultura della Provincia** ha dato vita a un

nuovo percorso di qualifica professionale di operatore educativo di nido familiare - servizio tagesmutter. I trenta partecipanti sono impegnati in 500 ore formative in alternanza tra lezioni on line, in presenza ed esperienza diretta nei servizi con 100 ore di tirocinio.

Quest'anno porta con sé una novità legata ad una modifica dei requisiti per l'iscrizione che un tempo era rivolta per promuovere l'occupazione femminile mentre ora, evitando le discriminazioni, è aperta anche al **genere maschile**. Questa apertura è stata colta, con l'iscrizione di due uomini.

Per info:

Tagesmutter del Trentino "Il Sorriso"
Società Cooperativa Sociale Onlus

Trento, Via Zambra 11

Tel. 0461/1920503

Email: segreteria@tagesmutter-ilsorriso.it

Sito: www.tagesmutter-ilsorriso.it

L'associazione Telefono d'Argento, nata per volontà dei circoli anziani e della Circonscrizione dell'Argentario, è attiva a Cognola, in via Jülg 5, già dal 1996 ed è iscritta all'albo delle organizzazioni di Volontariato della Provincia Autonoma di Trento quale Onlus (Organizzazione Non Lucrativa di Utilità Sociale) dal 2002. L'associazione è impegnata in un servizio rivolto agli anziani della Circonscrizione dell'Argentario (Martignano, Cognola, Montevaccino, Villamontagna, Tavernaro, San Donà) che sono soli o privi, anche

parte del loro tempo libero per garantire l'apertura dell'ufficio dal lunedì al sabato, dalle 9 alle 12, per organizzare il trasporto e la consegna delle provette ai laboratori di analisi, l'accompagnamento a visite mediche, l'acquisto medicinali, la spesa al supermercato, oltre al contatto telefonico giornaliero e alla compagnia domiciliare. Il giovedì mattina in via Jülg 9, vicino agli ambulatori medici, l'associazione offre aiuto alle persone che hanno dubbi e perplessità nell'uso delle nuove

Cognola/Associazione Telefono d'Argento Un aiuto semplice e quotidiano

Da 25 anni l'associazione Telefono d'Argento di Cognola aiuta gli anziani soli a risolvere piccoli o grandi problemi del vivere quotidiano. E ora anche a saperne di più di telefonini e computer



I servizi offerti

(sempre gratuitamente)

- trasporto e consegna delle provette ai laboratori di analisi
- accompagnamento a visite mediche
- acquisto medicinali
- spesa al supermercato
- contatto telefonico giornaliero
- compagnia domiciliare
- aiuto nell'uso delle nuove tecnologie

momentaneamente, di parenti o amici che li possano aiutare a risolvere piccoli o grandi problemi del vivere quotidiano, o che hanno semplicemente bisogno di compagnia o di un saluto mattutino. A Trento città il servizio è offerto da Pronto Pia (tel. 800292121), ma il Telefono d'Argento di Cognola, quando possibile, cerca di accogliere le richieste di aiuto che arrivano anche da località che sono al di fuori della sua circoscrizione.

I volontari dell'associazione mettono a disposizione gratuitamente



tecnologie (telefoni, computer, ecc.): per questo aiuto è meglio fissare un appuntamento, telefonando dal lunedì al sabato dalle ore 9 alle ore 12 al numero 0461 981144, oppure passando direttamente in sede in via Jülg 5.

Tutti questi servizi sono erogati a titolo completamente gratuito.

L'associazione Telefono d'Argento ringrazia tutte le persone e gli enti che generosamente sostengono o vorranno sostenere l'attività dell'associazione.

Associazione Telefono d'Argento
Cognola (Tn), Via C.V. Jülg, 5
apertura: dal lunedì al sabato dalle 9 alle 12
tel. 0461.981144
fax 0461.268843



“ L'età sospesa”, “età delle passioni”, “età di mezzo”..., la chiamano in tanti modi l'adolescenza, ma nessuna di queste definizioni descrive veramente quello che provi e che ti passa per la testa. Hanno un bel dire gli adulti che gli adolescenti sono scontrosi, silenziosi, maleducati, buoni a nulla, come se loro non avessero mai avuto tredici o quattordici anni. Ma forse gli adulti soffrono di una particolare forma di amnesia che gli fa dimenticare tutte le difficoltà, gli errori, i timori e le brucianti scottature che hanno segnato la loro “età di mezzo”, quel periodo che ti traghetta dall'essere bambino ad adulto in men che non si dica. Come una crisalide che una volta tramutata in farfalla dimentica d'essere stato bruco, così gli adulti - scroltasi di dosso gli abiti da ribelle e gli insopportabili brufoli - ti guardano come se fossi una forma aliena curiosa e repellente.

Il fatto è che nella testa ti frulla una tale accozzaglia di pensieri, alcuni troppo profondi e altri talmente leggeri da volare via alla prima distrazione, che ti rende difficile dargli una forma che si possa descrivere a parole. Sarebbe bello poter scattare una fotografia al cervello e al cuore per poterla osservare e cercare di capire come si collegano fra loro. Come in una radiografia a corpo intero, che crea un contrasto abbastanza nitido da permetterci di vedere tutto quello che abbiamo dentro. Ma esiste una tecnologia che permette di mettere nero su bianco i pensieri e gli stati d'animo, come fa la fotografia? Esiste eccome, e da un sacco di tempo, prima ancora della macchina fotografica, dello smartphone e di Youtube. È una tecnologia piuttosto semplice, ma usarla alle volte non è facile, perchè ci costringe a scavare molto a fondo, a toccare le radici di quello che ci scuote l'animo e ce lo sbatte in faccia come se fosse uno specchio nel quale ci imbattiamo entran-

do in casa. È la scrittura, allo stesso tempo terapeutica e insidiosa, lo strumento che ti può aiutare a mettere ordine nel groviglio di parole e sentimenti che ti appesantiscono alle volte il cuore.

È quello che tenta di fare anche Viola, la protagonista del fumetto *"Pssst! I pensieri segreti di Viola"* (A. Herzog, K. Clante, *Sinnos*) che scrive, disegna e incolla sul suo quaderno piccoli pezzetti della sua vita di tredicenne. Viola è un'adolescente che va alle medie proprio come te, si fa un sacco

vertelo dire, è che le istruzioni non esistono proprio. Quando è stata inventata l'adolescenza, le istruzioni non le hanno scritte perché ognuno potesse trovare il modo più giusto per sé di superare le avversità di un'età così burrascosa. **Qualcuno però ci ha provato, o meglio, ha cercato di capire quali sono gli strumenti più utili per riuscire a costruirsi una strada ben assestata verso l'età adulta.** Sono Alberto Pellai e Barbara Tamborini, due psicologi scrittori e genitori, che hanno scritto un libro per aiutare ragazzi

con tutti questi strumenti, non basta soltanto possederlo, devi anche sapere quando usare ciascuno di questi strumenti e farlo nel modo giusto. Per questo ci vuole allenamento e la determinazione a non tirarsi indietro quando si incontra un ostacolo o un bivio, ma anche quando accadono cose piacevoli e divertenti. Fermati un secondo e pensa alla tua giornata. Sono successi di certo tante cose, ma nessuna di queste è di per sé "buona" o "cattiva", sono semplicemente fatti. Come interpretarli dipende da te: qualsiasi cosa accada durante il giorno - e durante tutta la tua vita - puoi scegliere tu se renderle opportunità od ostacoli. Tutti quegli adulti rompiscatole che continuano a dirti di darti da fare, in realtà a modo loro stanno cercando di farti capire che la mappa per il tuo futuro è già nelle tue mani, ma che devi orientarla nel modo giusto per riuscire a leggerla, e che di certo la luce di un sorriso è più utile dell'oscurità di un muso lungo. **Puoi trovare tanti consigli per allenarti a un atteggiamento costruttivo nel**

libro "Teenager positivi" (N. Morgan, *Erickson*), in cui l'autrice vuole aiutarti a costruire una bussola per i tuoi pensieri, che ti guidi verso una risoluzione positiva dei tuoi dubbi, delle tue paure, e verso una comprensione più chiara e luminosa di te stesso e del mondo.

Armata allora di pazienza, metti nel tuo zaino una scorta di sorrisi per chi incontrerai lungo la strada, non lasciare che il gomito

di emozioni che porti dentro ti appesantisca il cuore, ma usalo per tessere la trama del tuo futuro. I colori che sceglierai per farlo e la fantasia che ne risulterà dipendono da te... che aspetti? Mettiti subito all'opera!

*La Libreria Erickson

Adolescenza: strumenti utili e qualche istruzione

Lettera a un adolescente

L'età di mezzo vissuta in positivo. Con l'abitudine di scrivere. E la compagnia dei libri, dove trovare testimonianze e suggerimenti per non sentirsi un alieno appena sceso sulla Terra

di **Silvia Martinelli***

di domande, esce con le amiche, litiga con suo fratello e intanto pensa al senso della vita, all'amore, a come il suo corpo sta cambiando. Si guarda dentro cercando di capire chi è, e allo stesso tempo riflette su come la vedono gli altri da fuori. Questo che parla di Viola è un libro un po' strampalato, che racconta non una storia ma tante, per non farti sentire strambo a tua volta. È un libro che parla di un'adolescente, ma che in realtà parla anche di te, dei tuoi amici e degli adulti che sono stati ragazzini anche loro. Non è che alla fine avrai delle risposte ai tuoi dubbi, anzi è probabile che chiuso il libro avrai ancora più domande di quelle che già ti poni, ma proprio per questo è un libro che merita di essere letto, sfogliato, prestato e riletto.

Perché nei libri il più delle volte non si cercano risposte, ma amici che non ti facciano sentire solo, soprattutto quando si ha la sensazione di esserlo di fronte al resto del mondo. Ad ogni adolescente succede di sentirsi perso in una foresta sconosciuta, senza una bussola né una mappa per ritrovare la strada verso il luogo caldo e confortevole che era l'infanzia. D'improvviso si viene gettati nel terreno limaccioso delle responsabilità, ma con qualcuno che ti rompe sempre le scatole dicendoti cosa devi fare, senza però darti le istruzioni per capire come uscire da questa palude in cui ti trovi. La verità, dispiace do-

e ragazze come te a preparare lo zaino con le cose fondamentali per il tuo viaggio più importante. In *"Destinazione vita"* (Mondadori) i due autori mettono a frutto tutta la loro esperienza come psicologi individuando **le sette competenze** - o se vuoi fare il ganzo puoi chiamarle "skills" - da allenare per affrontare efficacemente le sfide della quotidianità.

Vuoi sapere quali sono? Saper risolvere i problemi, saper prendere decisioni anche sul lungo termine, gestire lo stress anziché esserne sopraffatti,

comunicare in modo efficace, vivere il mondo digitale con consapevolezza, pensare in modo critico e aperto alla diversità e ultima, ma non meno importante, la magica empatia. Questi sono gli ingredienti per sfornare un adulto sicuro di sé e capace di far fronte alle casualità della vita. Come trovare e impastare gli ingredienti spetta a ciascuno, anche se per fortuna nel libro di Pellai e Tamborini si

trovano tanti suggerimenti, test, testimonianze e consigli di lettura che aiutano a capire come farlo e, ancora una volta, a non sentirsi un alieno appena sceso sulla Terra.

Però, lo zainetto che tieni sulle spalle



Libreria Erickson

Se vuoi dare un'occhiata ai libri che parlano di adolescenza, o anche no, fai un salto alla Libreria Erickson in via del Pioppeto 24 a Gardolo! Se vuoi restare sempre aggiornato sulle novità e le iniziative della libreria puoi seguire la pagina Facebook: facebook.com/LaLibreriaErickson e visitare il sito www.erickson.it.

È possibile contattare La Libreria via mail lalibreria@erickson.it, via telefono o Whatsapp 0461-993963.



che vanno dalle quattro righe alle dieci pagine. Denominatore comune: tutte le circa cinquanta persone protagoniste sono passate dal carcere in una fase più o meno lunga della loro vita.

Prof. Savoia, lei si definisce un "Ladro di storie". È un reato di cui si vergogna?

Effettivamente sì. Mi imbarazza aver in qualche modo approfittato della relazione non egualitaria imposta dalla detenzione. Il regime carcerario tende a trattare le persone

Questo libro è frutto anche di anni di insegnamento in carcere. Invece che raccontare del suo lavoro e di quello che ha capito, ha scelto di trascrivere frammenti delle persone incontrate in carcere. Perché?

Perché vorrei che lettrici e lettori percepissero con il minor numero di filtri quello che ho provato io quando le storie mi sono state raccontate. Mi sento come un portavoce, come un messaggero che deve consegnare intatto il messaggio. E poi queste storie, non solo nella loro drammaticità a volte sfociata in trage-

Intervista a Amedeo Savoia Frammenti di vita

È "Se li guardi. Racconti di persone finite in carcere", il libro di Amedeo Savoia, il prof. che fa scuola, teatro e scrittura in carcere. Spiega: "ho messo mano ai miei umili attrezzi di insegnante per restituire una parvenza della straordinarietà di queste storie"

di Antonella Valer

Sono frammenti di vita quelli che Amedeo Savoia ha intercettato fra il 2005 e il 2018 facendo scuola, teatro e scrittura in carcere. Li ha selezionati, riscritti, ordinati e raccolti nel libro *Se li guardi. Racconti di persone finite in carcere*, pubblicato da **Erickson nella collana Il Margine**, con la prefazione di **Claudio Giunta**, in uscita a novembre. Si parla di violenza, dipendenze, delinquenza e carcere, ma c'è anche ben altro. Storie di amore, infanzia, viaggi, lavoro, sfide, animali, sport,

ristrette come dei bambini che non possono decidere niente della loro vita. Chi è in carcere deve chiedere il permesso per tutto: telefonare, andare a scuola, scendere in infermeria, incontrare i familiari. E allora ti capita che persone abituate a fare i conti con una vita impietosa, violenta e dura nelle relazioni, ti si aprano con docilità se riesci a renderti credibile. È lì che gli rubo le storie. Non prima di avergli regalato le mie, però. E allora forse non è proprio del tutto un "furto". Lo definirei uno scambio.

dia, mi hanno colpito molto. Ma soprattutto mi sono sembrate belle da leggere così come sono. "Ciascuno di noi ha dentro di sé una storia straordinaria", ho sentito dire più volte a un famoso scrittore, "solo che gli scrittori la sanno raccontare". Io, che non sono uno scrittore, ho messo mano ai miei umili attrezzi di insegnante per restituire una parvenza della straordinarietà di queste storie.

Scrivere, raccontare, leggere insieme. Ci immaginiamo così le sue lezioni di italia-

A Trento, Bolzano e Merano dal 21 al 28 novembre 2021

Settimana Europea della Giustizia Riparativa

Sono ormai molte le occasioni in cui si sente parlare di Giustizia Riparativa. Solo in ottobre, in Trentino/Sudtirolo se ne è parlato in tre specifici incontri presso la biblioteca di **Mori**, in una serata sulle scuole riparative a **Merano**, a **Bressanone** in un seminario per operatrice/ori del sociale, in un evento online sulla Giustizia Riparativa in carcere, e attraverso lo spettacolo teatrale 77 volte 7 del progetto Liberi da Dentro a Trento, **Rovereto e Riva**.

È però collocata a novembre la **Restorative Justice Week** (settimana europea della Giustizia Riparativa): dal 21 al 28 novembre 2021.

In regione sarà "celebrata" con due eventi conclusivi del progetto "Giustizia riparativa

nelle comunità: dalle riflessioni alle azioni", e vedrà due specifici convegni dedicati alle comunità che hanno partecipato al progetto, tre nella provincia di **Trento** e due in quella di **Bolzano**.

A **Merano lunedì 15 novembre** (dalle 9 alle 12) la riflessione verterà sulla "Giustizia Riparativa come risorsa per il benessere della comunità", con la partecipazione di uno dei principali esperti sul tema, **Adolfo Ceretti** e con una specifica riflessione sullo strumento della "mediazione allargata" per la gestione dei conflitti sociali nell'ottica della prevenzione.

L'evento trentino si terrà invece online, **martedì 23 novembre** (dalle 14 alle 17) e vedrà l'intervento del **presidente di**

Cassa delle Ammende (che ha finanziato il progetto), **Gherardo Colombo**, mentre l'approfondimento metodologico verterà sul Family Group Conferencing, con l'intervento di **Francesca Maci** e sul lavoro di comunità con **Luca Fazzi**.

Il progetto è promosso dal **Centro di Giustizia Riparativa della Regione** in collaborazione con il Dipartimento di giustizia minorile e di comunità.

In entrambe le occasioni, il progetto, che si è sviluppato tra il 2020 e il 2021, verrà raccontato attraverso un breve filmato e con le immagini delle iniziative attraverso la voce dei protagonisti.

Informazioni sugli eventi:
giustiziariparativa@regione.taa.it.

no in carcere. In che modo questi strumenti possono essere utili al fine della pena che “deve tendere alla rieducazione del condannato”?

Si. Queste sono le principali attività che ho fatto a scuola. Da un racconto può nascere una narrazione personale e lì, letteralmente, si apre il mondo. Il giorno dopo aver letto insieme, ad esempio, “Il lungo viaggio” di Sciascia, Daniel, un uomo biafrano in fuga dalla Nigeria, è arrivato a scuola con ventidue pagine scritte d’un fiato durante la notte, in cui ha raccontato quello che ha chiamato “Il viaggio di sangue” attraverso il Sahara.

Quando insegni, tu sei in relazione con la persona e non con il suo reato. E su questa base è possibile fare un tratto di strada insieme, magari quella giusta, per riconquistare una libertà effettiva che significa costruire un rapporto sicuro e pacificato con la comunità. Per far proprio bene poi, bisognerebbe comprendere anche la vittima del reato fra i compagni di viaggio. È la strada della giustizia riparativa che dovremmo tutti imparare a conoscere meglio e a praticare quando serve.

Qualcosa da aggiungere?

Oggi, a distanza di cinque anni, Daniel è diventato uno dei pilastri dell’associazione “Dalla Viva Voce” che cerca di aiutare chi esce dal carcere e vuole continuare a studiare. Lo fa fondandosi sull’esperienza di chi conosce il carcere per esserci stato e per avervi maturato la determinazione di non tornarci più. Inoltre Daniel racconta la sua storia in pubblico a chi vuole ascoltarla. Non con tutti va così bene, ma bisogna partire dai percorsi virtuosi.

O rmai da anni ho preso l’abitudine, nelle mail collettive, di utilizzare l’asterisco: car* tutt*, esempio tipico di incipit mail. Il problema è che se l’asterisco per iscritto funziona benissimo, non ha però una pronuncia codificata quindi è **impossibile** utilizzarlo nel parlato.

Questa premessa per introdurre uno dei dibattiti più accesi degli ultimi tempi in campo linguistico, ovvero la questione dello schwa. Il termine viene dal tedesco e deriva da un termine ebraico medie-

oppure cose inanimate. Alcune lingue, come l’inglese, lo hanno mantenuto, l’italiano solo in alcuni sostantivi, neutri plurali che sono diventati femminili singolari: braccia, mura, etc., e in molte lingue del Sud, dialetto **napoletano** in primis, e piemontese. Scevà è una sorta di neutro.

C’è chi la ritiene un’opportunità e chi una “schemenza”, chi pensa che una lingua non si possa modificare dall’alto, e che “imporre” un nuovo simbolo grafico, e una nuova vocale da imparare a pronunciare, sia un’assurdità e che le lingue se

Per una lingua inclusiva

Lo schwa per tuttə

“ə”: questa lettera di chiama schwa ed è una vocale intermedia tra ‘e’ e ‘a’. È utile per rivolgersi a soggetti che potrebbero non ritenersi rappresentati dal genere binario maschile/femminile e per rivolgersi a gruppi di persone senza dover utilizzare il maschile sovraesteso

di **Simona Vinci**

vale – scevà, shēwā – che significa nulla, niente, quindi qualcosa di non definito. **Si** questa lettera di chiama schwa **pronuncia scevà, e si scrive come una e rovesciata**, così: ə.

Lo schwa è una vocale intermedia (per intenderci, il suono prodotto sarebbe simile all’a di about, in inglese, via di mezzo tra ‘e’ e ‘a’) tra quelle della lingua italiana, che gli studiosi di linguistica utilizzano da molto tempo, ma che solo di recente è entrato nella sfera del dibattito pubblico, grazie soprattutto alla sociolinguista **Vera Gheno** (lo spiega online nella **Brevissima storia dello schwa**)

La proposta di introdurre (non imporre, ché alcuni hanno, chissà perché, paura di questo) questa sperimentazione ha l’obiettivo di venire in aiuto al parlante o allo scrivente quando si tratti di rivolgersi a soggetti che potrebbero non ritenersi rappresentati dal genere binario maschile/femminile, o per rivolgersi a gruppi di persone senza dover utilizzare il maschile sovraesteso.

Il cuore della questione è immaginare e praticare una lingua inclusiva in cui le differenze possano convivere e non facciano differenza.

La lingua greca e latina comprendevano l’utilizzo di un **terzo genere grammaticale**, oltre a maschile e femminile: il neutro, che si usava per animali



Questa lettera di chiama schwa e si pronuncia scevà

mutano morfologia lo fanno a seguito di un’estesa pratica popolare che richiede di diventare norma. Ma il punto forse non è questo, la domanda dovrebbe essere: **lo schwa può essere utile?** La casa editrice Effequ ha scelto di pubblicare i propri testi di sagistica utilizzando lo: l’effetto grafico è elegante e dopo qualche riga di lettura diventa intuitivo. Anche se nel momento in cui scrivo questo breve contributo sulla tastiera

del mio vecchio portatile lo scevà (è un simbolo e, in quanto tale, appartiene al genere maschile) **non esiste** e per ottenerlo devo o copiarlo o seguire una scorciatoia da tastiera, sulla tastiera di Google per Smartphone aggiornata a marzo 2021 invece il simbolo è presente, basta tenere premuta la e.

Forse è una moda, un gioco da linguisti, o forse no. La cosa importante sarà capire se questa opportunità possa concretizzarsi in uso fatto dai parlanti, e in questo senso giungono notizie inaspettate, ovvero che tra le giovanissime generazioni che spesso si autodefiniscono “gender fluid” l’utilizzo dello schwa cominci a farsi strada. Come sempre, chi parlerà, saprà. (*consumatori.e-coop.it*)



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



È un'iniziativa dell'Associazione Araba Fenice di Arco, dunque con garanzia di esperienza editoriale e di accuratezza nel lavoro di ricerca. Il sottotitolo è "Guida insolita". Insolita e sorprendente: 131 Musei in Trentino! Insolita perché li presenta tutti, con spazio identico - una pagina - per ciascuno; tutti in ordine geografico, a partire dalle

KAERU

di Matteo Lorenzi, ed. Publistampa, Pergine V. 2021

Kaeru in lingua giapponese significa 'mutare', 'evoluzione della rana', 'tornare alle origini', 'sostituire', 'tornare a casa', e altro. Qui Kaeru è uguale a Cambiamento. E l'autore gioca abilmente nel definire questo significato con la cadenza linguistica stessa, il fraseggiare imprevedibile, qua e là l'uso del gergo da stadio o da feste rock, la punteggiatura... Un continuo evolversi che ti fa chiedere "Cosa sta succedendo?". Si persiste nel leggere per capire. È un romanzo che tira in ballo il vivere in un periodo indecifrabile, come l'attuale. Si va da un quieto e



amorfo 'cercar di campare' all'arrampicata per il successo imprenditoriale, dal tentativo di 'esserci' ai mondi paralleli intuibili nelle ubriacature della droga, dalle violenze dolciastre o brutali di produttori televisivi, agli amori capaci di riportare alla realtà.

Vi si trova il globalismo spalancato su orizzonti senza confini, misto alla sorprendente tecnologia che altera in profondità il sentire umano manovrando l'inconscio. E, insieme a tutto, una gran voglia di normalità. È un romanzo scritto come si deve, perché incuriosisce e tiene in sospensione. Per infine convincersi - se ti pare - che "per quanto possiamo credere di essere liberi, c'è sempre qualcuno o qualcosa più grande di noi, artefice dei nostri destini".

LA GRANDE GUERRA E LA MEMORIA CONTEMPORANEA

a cura di Giaime Alonge e Sara Zanatta, ed. Fondaz. Mst, Trento 2021

Una pubblicazione non solo ponderosa ma editorialmente ben curata, in 326 pagine, con 291 riferimenti bibliografici, con presentazione dei singoli autori di interventi. In questo volume vengono riproposti i contenuti del Convegno sul Centenario della Grande Guerra organizzato dalla Fondazione Museo Storico del Trentino. Autorevoli i curatori dell'edizione: sulla guerra del 1914-'18 G. Alonge già si è espresso con la monografia "Un'ambigua leggenda. Cinema italiano e Grande Guerra" (ed. Il mulino, 2009); Zanatta è sociologa della comunicazione storica e della storia dei media (opera sua è "Tutto fa Storia: analisi di un genere televisivo" - ed. Carocci, 2016). Ne deriva, qui, l'of-

ferta - convincente ed efficace - delle 11 relazioni al Convegno, dove eminenti voci di storici e di analisti della comunicazione hanno dibattuto su "il modo in cui cinema, televisione, arti grafiche, web e cultura ludica hanno rappresentato il tema della Grande Guerra": una riflessione di insieme, non solo sull'abbondante e variegata letteratura prodotta in occasione del Centenario di quel conflitto, ma soprattutto su connessi documentari, videogiochi, fumetti, siti internet, fiction audiovisive, mostre. È intuibile il gran lavoro sottostante l'attuazione del Convegno e, dunque, di questa preziosa pubblicazione.

MI RICORDO CHE...

di Giampaolo Andreatta, ed. Fondaz. Mst, Trento 2021

Sui politici trentini di massimo rilievo (Alcide De Gasperi, Flaminio Piccoli, Bruno Kessler, Beniamino Andreatta) già si è detto e scritto ampiamente. In questo lavoro troviamo novità e riflessioni di rilevante interesse, perché espresse da chi ha vissuto e lavorato in stretto contatto con loro. L'autore offre ricordi personali e poco conosciuti, accumulati nella sua lunga vita professionale. Giampaolo Andreatta - dal 1956 funzionario della Provincia di Trento e dal 1970 Direttore generale -, ripercorre incontri, intuizioni, realizzazioni di quattro personalità che hanno caratterizzato la politica locale e a più ampi orizzonti, e che hanno inciso - come afferma Paolo Pombeni - "sulle tappe di una storia che dalla seconda metà del Novecento ci ha portato nel terzo millennio". Lo fa rievocando "tempi tesi e anche drammatici", in un raffronto critico con la "sconcertante" attualità. Centrale per il Trentino la personalità di Bruno Kessler, che si propone e attuò il riscatto della 'sua' terra da posizione di 'sottosviluppo' a una dignitosa vita economica e sociale, in costante rapporto equilibratore con le tensioni del Sudtirolo. Non richiami nostalgici che svaniscono nell'inutilità, ma amarezza per progetti politici e civili inariditi. Insieme al pungolo per l'urgenza del rilancio, anche nel Trentino autonomo del presente.



131 MUSEI DEL TRENTINO

di Aa.Vv., ed. Editoriale Programma, Treviso 2021

valli, per convergere, in ultimo, su Trento. Una incredibile ricchezza di antropologia culturale, messa insieme anzitutto dalla passione della gente e, nei casi più noti, da professionisti della 'magnifica ossessione' museale. Certo, i grandi Musei, ma accanto, con pari dignità, gli altrettanto ammirevoli Museo del Paracarro, Casa degli Spaventapasseri, Museo del Moleta, Museo del Nonno Gustavo, Mulino Museo dell'Ape, Museo delle Streghe, Museo 'El vout dale arzare dan bòt', Museo 'Il cannone venuto dal ghiaccio', Museo 'Dòna de 'sti ani', Museo del Medico Condotta, Cose di Casa, Museo delle Bilance e delle Affettatrici d'epoca, Museo del Rame... tutti i 131 Musei del Trentino. Un coinvolgimento e un dare spazio a culture diffuse a rete sul territorio, significativamente realizzato da una 'comune' di autori, Maddalena Angelini, Alessandro Fedrigotti, Simone Floresta, Alessandro Riccadonna, Donato Riccadonna, Luca Scoz.

Alcuni giorni fa, leggendo i dati relativi alla velocità dei cambiamenti climatici, mi sono chiesto se per le ragazze e i ragazzi l'enormità della sfida e la consapevolezza di essere la prima generazione che fin dall'ingresso nella vita deve fare i conti con gli effetti del surriscaldamento dell'atmosfera non finisca per soffocare la speranza. Il tema è molto serio perché di fronte all'inerzia del clima (il

partire dal presupposto che **la salvaguardia dell'ambiente e la promozione del bene comune non sono "a costo zero"** e che la responsabilità verso le generazioni future richiede lungimiranza e capacità di rinuncia. In questo senso la politica ha il compito di arginare la logica della massimizzazione del profitto e di introdurre nelle scelte il concetto di limite.

Dall'altro occorre **lavorare per un cam-**

che analizza gli effetti della crisi climatica in atto sui bambini e gli adolescenti in tutto il mondo.

Il documento, *The Climate Crisis Is a Child Rights Crisis: Introducing the Children's Climate Risk Index*, è stato pubblicato nell'agosto scorso e rappresenta una novità non solo per il tema che affronta, ma anche perché nasce dalla collaborazione fra un'agenzia delle Nazioni Unite e il movimento giovanile planetario lanciato da Greta Thunberg, che non a caso figura tra gli autori della prefazione del Rapporto.

Al centro del documento sta la consapevolezza che la crisi climatica porta con sé una crisi senza precedenti dei diritti fondamentali di bambini/e e ragazzi/e: in altre parole, quando parliamo di cambiamenti climatici dovremmo mettere in conto non solo i danni all'ambiente o quelli all'economia, ma anche l'impatto sui diritti umani e in particolare sui diritti dei più fragili.

Scrivono gli estensori del rapporto: «*The Climate Crisis Is a Child Rights Crisis: Introducing the Children's Climate Risk Index*' (La crisi climatica è una crisi dei diritti dei bambini: Introduzione dell'Indice del rischio climatico per i bambini) è la prima analisi completa del rischio climatico dalla prospettiva dei bambini. Classifica i paesi in base all'esposizione dei bambini agli shock climatici e ambientali, come i cicloni e le ondate di caldo, così come la loro vulnerabilità a questi shock, in base al loro accesso ai servizi essenziali».

I dati presentati sono sconcertanti: poco meno nella metà dei 2,2 miliardi di bambini/e e ragazzi/e nel mondo «vive in uno dei 33 paesi classificati come "a rischio estremamente elevato"», dovendo affrontare «una combinazione letale di esposizione a molteplici shock climatici e ambientali insieme a un'alta vulnerabilità dovuta a servizi essenziali inadeguati, come acqua e servizi igienici, assistenza sanitaria e istruzione. I risultati mostrano il numero di bambini colpiti oggi - cifre che probabil-

Rapporto UNICEF e Fridays for Future

Perché la crisi climatica è una crisi dei diritti dei bambini

Per la prima volta un rapporto analizza in modo completo gli effetti della crisi climatica su bambini e adolescenti in tutto il mondo.

I danni conseguenti ai cambiamenti climatici non riguardano solo l'ambiente e l'economia, ma anche l'impatto sui diritti umani e in particolare sui diritti dei più fragili

di **Alberto Conci**

raffreddamento, quando ci sarà, sarà probabilmente molto lento) diventa evidente che ogni decisione procrastinata avrà effetti devastanti già nel breve periodo e quindi risulta insopportabile – come hanno detto Greta e Vanessa alla Pre-Cop di Milano – il “bla bla bla” della politica.

Il tema è serissimo, anche perché abbiamo a che fare con una generazione di adulti che sono assolutamente refrattari al cambiamento e che troppo frequentemente non rinunciano minimamente ad anteporre il proprio interesse (spesso puramente economico) alla salvaguardia del bene comune per le generazioni future.

Per questo dire che “la casa brucia”, che “non c'è più tempo”, che “ci vorranno non meno di mille anni per ritornare ai valori di temperatura degli anni Cinquanta”, che “nel 2070 l'innalzamento dei mari sarà devastante per tutte le città costiere e che le città saranno invivibili” non basta. Anzi, può essere scoraggiante e indurre molti – a cominciare appunto dagli adulti che sono i più pigri – a rinunciare a qualsiasi progettualità, appiattendosi sul presente.

SALVAGUARDIA DELL'AMBIENTE E CAMBIAMENTO CULTURALE

Come uscirne?

Credo vadano percorse contemporaneamente due strade.

Da un lato, evidentemente, si deve cominciare a fare scelte politiche impopolari a



biamento culturale al cui centro ci siano nuovi sguardi sul mondo, al fine di trovare soluzioni che permettano di minimizzare i danni che questo sistema di sfruttamento dell'ambiente continua a causare in misura crescente con il passare degli anni.

In questa prospettiva mi sembra si collochino molte iniziative e numerosi documenti di nuova generazione, volti a fornire strumenti alla politica e alla società civile per affrontare più efficacemente la crisi attuale.

È il caso del rapporto nato da una collaborazione fra UNICEF e Fridays for Future

Le immagini in queste pagine sono tratte dal rapporto *“The Climate Crisis Is a Child Rights Crisis: Introducing the Children's Climate Risk Index”* (Unicef, agosto 2021)

paesi classificati come “a rischio estremamente elevato”», dovendo affrontare «una combinazione letale di esposizione a molteplici shock climatici e ambientali insieme a un'alta vulnerabilità dovuta a servizi essenziali inadeguati, come acqua e servizi igienici, assistenza sanitaria e istruzione. I risultati mostrano il numero di bambini colpiti oggi - cifre che probabil-





mente peggioreranno con l'accelerazione degli impatti del cambiamento climatico». L'indice utilizzato per misurare gli effetti dei cambiamenti climatici sui minori è il cosiddetto indice "multishock" che da una parte misura gli effetti, le sollecitazioni e lo stress derivanti dalla crisi climatica, e dall'altra misura la vulnerabilità dei più piccoli e le capacità di adattamento tenendo conto però anche delle misure che possono essere messe in atto dai diversi Paesi per attenuare gli effetti peggiori.

Affondano qui le radici di un apparente paradosso: **i 33 Paesi che sono per i più giovani "a rischio estremamente elevato" producono in realtà solo il 9% delle emissioni di CO₂, mentre i 10 Paesi che immettono in atmosfera il 70% della CO₂ hanno una condizione dei minori molto meno a rischio.**

Un tale scostamento è inaccettabile e proprio per questo il rapporto sostiene che «il cambiamento climatico è profondamente iniquo» perché colpisce bambini e ragazzi, che non sono responsabili della crisi climatica, e in particolare colpisce i più poveri. Di fronte a questa ingiustizia «i movimenti dei giovani attivisti per il clima continueranno a crescere e a

lottare per ciò che è giusto, perché non abbiamo altra scelta», hanno dichiarato Farzana Faruk Jhumu (Bangladesh), Eric Njuguna (Kenya), Adriana Calderón (Messico) e Greta Thunberg (Svezia) di *Fridays for Future*, che hanno

scritto la prefazione del rapporto e si sono uniti per sostenerne il lancio. E hanno aggiunto: «Dobbiamo sapere a che punto siamo, affrontare il cambiamento climatico come una crisi, quale è, e agire con l'urgenza necessaria per assicurare che i bambini di oggi ereditino un pianeta vivibile».

I NUMERI DELLA CRISI

Sono i numeri a darci le dimensioni della crisi: **240 milioni di bambini** (che vuol dire quattro volte gli abitanti dell'Italia) sono fortemente esposti alle inondazioni costiere; **330** sono fortemente esposti alle inondazioni fluviali; **400** sono fortemente esposti ai cicloni; **600** sono fortemente esposti alle malattie trasmesse da vettori (ad es. la malaria); **815** sono fortemente esposti all'inquinamento da piombo; **820** sono fortemente

esposti alle ondate di calore; **920** milioni sono fortemente esposti alla scarsità d'acqua; infine 1 miliardo di minori sono fortemente esposti a livelli estremamente elevati di inquinamento atmosferico.

Se poi misuriamo la situazione con l'indice multishock, vediamo che **850** milioni di minori vivono in aree dove si sommano quattro di questi fattori di crisi, mentre 330 vivono in zone colpite da almeno cinque grandi shock ambientali. È evidente che in contesti tanto colpiti dalla crisi viene compromesso



decisioni nazionali, regionali e internazionali sul clima, anche alla COP26.

Assicurarsi che la ripresa dalla pandemia da COVID-19 sia verde, a basse emissioni di carbonio e soprattutto inclusiva.

A queste ne aggiungerei una sesta: **considerare che l'ambiente non è proprietà privata di chi lo abita**, che dunque non ha il diritto di farne ciò che vuole senza interrogarsi sugli effetti delle proprie azioni ad ampio spettro e sul futuro di tutti. E questo vale nel deserto nel quale si estrae il



petrolio per le nostre automobili, nel mare dove si pesca il pesce che mangiamo, nelle miniere di Coltan dove si estrae il prezioso materiale per i nostri apparecchi elettronici, e anche nelle valli alpine dove l'ambiente è sfruttato come un gigantesco luna park in quota.

In altre parole mi sembra che **uscire dalla logica asfittica dello sfruttamento dell'ambiente a vantaggio di pochi sia la premessa per garantire il futuro dei diritti dei più deboli.** Anche se costa qualche sacrificio e se richiede di guardare al bene di domani e non ai vantaggi personali di oggi.

Per approfondimenti

Il rapporto "The Climate Crisis Is a Child Rights Crisis: Introducing the Children's Climate Risk Index", pubblicato da Unicef (agosto 2021) e ricchissimo di dati e analisi, si trova a questo indirizzo: <https://www.datocms-assets.com/30196/1629452207-unicef-climate-crisis-child-rights-crisis.pdf>

l'intero spettro dei diritti fondamentali dei più vulnerabili.

Ciò che se ne ricava, ha affermato la direttrice generale di UNICEF, Henrietta Fore, è inoppugnabile: «la crisi climatica è una crisi dei diritti dei minori».

LE PRIORITÀ

In questa situazione il rapporto indica cinque priorità.

Aumentare gli investimenti per l'adattamento climatico e la resilienza nei servizi chiave per bambini/e e ragazzi/e.

Ridurre da subito e drasticamente le emissioni di gas serra.

Fornire ai minori una formazione specifica sulla crisi e sulla tutela del clima e fornire le cosiddette "competenze verdi".

Includere i giovani in tutti i negoziati e le

L'acqua dei corsi alpini non è al sicuro. Associazioni, cittadini e comitati lavorano per assicurare che lo sia.

Da un lato, il cambiamento climatico sta preoccupando gli scienziati per gli effetti sulla disponibilità di acqua anche nei territori montani, che forse qualcuno riteneva, a torto, per sempre al sicuro da simili guai. Dall'altra parte, i conflitti su come usare l'acqua sono sempre più diffusi, anche nella nostra regione.

L'acqua, bene pubblico e comune

In difesa delle acque alpine

Il cambiamento climatico.

I conflitti su come usare l'acqua (bene pubblico e comune).

L'uso idroelettrico, fra quelli più problematici, e le tante richieste per il mini-idroelettrico.

L'acqua dei corsi alpini non è al sicuro. In Trentino la petizione del Comitato per la difesa delle acque ha raccolto ben 30mila firme

di **Maddalena Di Tolla Deflorian**

In Trentino sono ben 30mila le firme raccolte dalla petizione lanciata dal Comitato permanente per la difesa delle acque (costituito da 18 associazioni ambientaliste e di pescatori). Ai primi di ottobre i fogli con le firme sono stati consegnati dai rappresentanti del Comitato al presidente del Consiglio provinciale, Walter Kaswalder. Il sostegno alla petizione è stato dato anche dalla SAT e da tanti turisti, che vogliono preservare i nostri torrenti proprio come sono ora.

La richiesta rivolta al Consiglio provinciale con la petizione è che si adotti un provvedimento normativo per fermare "nuovi e insostenibili prelievi idrici a scopo idroelettrico e irriguo nel bacino del Noce in val di Sole". Si richiede anche una norma provinciale che eviti "lo sfruttamento di un bene pubblico e comune qual è l'acqua da parte di soggetti privati, in tutto il Trentino".

Il Comitato permanente per la difesa delle acque del Trentino aveva ripreso vitalità, negli anni recenti, proprio per via di continue minacce ai torrenti della provincia, in primis per costruire nuove piccole centraline e a

causa di un ambiguo approccio al **deflusso minimo vitale** (che è la quantità di acqua che le attività, come le centrali ad esempio, devono rilasciare nei torrenti a valle del loro uso, per mantenerli in salute).

Nel 2016 c'era stata la prima marcia fluviale in difesa del fiume Noce e dei suoi affluenti (Rabbies, Vermigliana, Meledrio, Presena, rio Corda, rio Saleci, rio Poia, rio San Leonardo). Da Caldes partì all'epoca un appello che ebbe l'effetto – come ha raccontato l'attivista Salvatore Ferrari, di Italia Nostra,

vi, sportivi, turistici, con il notissimo rafting fluviale) che non lo stravolgono dal punto di vista ambientale.

Su scala alpina notiamo poi che in agosto è uscito un documento di posizione della Cipra, la federazione europea delle associazioni ambientaliste, sull'uso idroelettrico, che è fra quelli più problematici.

Il documento può riassumersi in estrema sintesi attraverso cinque punti-cardine. Attraverso questi punti (che il



Il fiume Noce
(foto Comitato difesa acque del Trentino)

il giorno della consegna delle firme – "di spingere la Provincia a respingere molte delle nuove richieste di derivazione d'acqua oltre alla trentina già attiva."

Nel 2018, ad esempio, non fu concesso il prelievo idrico dal Rabbies, richiesto dal consorzio di miglioramento fondiario della valle di Non. Non è ancora del tutto abbandonata invece l'ipotesi, avanzata lo scorso maggio, di una derivazione d'acqua in val di Peio, per 600 litri al secondo, finalizzata a irrigare i meleti nonesi. Il comitato è impegnato anche su questo e intende incontrare presto i sindaci e il commissario della Comunità di Valle.

Il torrente Noce è famoso nel mondo: essendo rimasto selvaggio e naturale, ospita oggi usi interessanti per la sua valle (ricreati-

documento approfondisce) si capisce quale dovrebbe essere la logica di utilizzo della risorsa.

1. La politica e l'economia sono invitate a pianificare con lungimiranza per risparmiare quanta più energia possibile invece di produrre sempre più chilowattora.
2. Le centrali idroelettriche esistenti devono essere risanate e le centrali superflue eliminate, prima di costruirne di nuove.
3. Le ultime "perle" d'acqua dolce devono essere protette. I fiumi e i tratti di fiume intatti e i torrenti di montagna non devono essere utilizzati per la produzione di energia.
4. Le cosiddette «minicentrali idroelettri-





che» sono idonee solo a coprire i bisogni locali in luoghi isolati e non vanno inserite nella pianificazione energetica regionale o nazionale.

5. La conoscenza e la cooperazione sull'uso dell'energia idroelettrica devono essere estese oltre i confini nazionali.

Attualmente le centrali idroelettriche in Europa sono circa 21.000, altre 300 circa sono in costruzione, oltre 8.500 sono in fase di progettazione. Sono numeri impressionanti. Negli ultimi anni anche in Trentino sono giunte agli uffici provinciali decine di richieste, pubbliche e private, di nuove derivazioni. Famoso è il caso del meraviglioso e selvaggio **torrente Arnò**, salvato da una centralina grazie al fatto che il territorio del Parco Naturale provinciale Adamello-Brenta è stato allargato, tutelando anche il corso d'acqua.

Sono tante le richieste di nuove derivazioni come "mini-idroelettrico" (sotto un MegaWatt di potenza), anche in Trentino. Potrebbe sembrare che le mini-centrali siano meno dannose ma il fatto è che si vogliono costruire su torrenti e corsi d'acqua fra i pochissimi rimasti naturali e intonsi e una derivazione, anche piccola, in simili

contesti implica un danno ecologico e paesaggistico importante. Inoltre, è noto e riconosciuto anche dagli esperti nazionali che **il contributo percentuale del mini-idroelettrico alla produzione nazionale di energia è assolutamente irrisorio**.

Ora la petizione delle 30mila firme sarà esaminata dalla commissione provinciale legislativa. Vedremo la risposta politica. Intanto le acque scorrono limpide e i cittadini restano all'erta.

Approfondimenti

Comitato permanente per la difesa delle acque trentine

<https://www.facebook.com/AcqueTrentine/>

Cipra, documento di posizione sull'uso idroelettrico (agosto 2021)

https://www.cipra.org/it/posizioni/energia-idroelettrica-nelle-alpi/copy_of_pdf/cipra-position-on-hydropower-en.pdf/@@download/file/CIPRA%20position%20on%20hydropower%20%28en%29.pdf?inline=true

WWF Europa (e altre associazioni, FLUVIUS, RiverWatch, EuroNatur, GEOTA), documento sulla pressione dell'idroelettrico sui fiumi europei (2019)

<https://www.wwf.eu/?356638/Hydropower-pressure-on-European-rivers-The-story-in-numbers>



Trento, Muse Un piano per la sostenibilità Il futuro che immaginiamo, desideriamo, realizziamo

Un nuovo spazio dedicato alla questione climatica alla perdita di biodiversità, dall'aumento della popolazione mondiale, alla lotta alle disuguaglianze sociali

“Un piano per la sostenibilità”, inaugurato il 5 ottobre al Museo delle Scienze di Trento, è il nuovo spazio dedicato ai principali fattori del cambiamento globale in atto. L'esposizione, oltre 400 mq interamente rinnovati, esplora i futuri del nostro abitare il pianeta (possibili, probabili, desiderabili) con la consapevolezza che la conoscenza può aiutarci a capire che le nostre sfide di cittadini di una comunità globale sono profondamente interconnesse.

Il piano per la sostenibilità espone concetti e casi concreti e gli exhibit esplicativi si completano con visioni di temi particolarmente controversi, realizzate in forma di interviste intergenerazionali. Una selezione di casi concreti di ricerca e sviluppo e di esperienze produttive e imprenditoriali racconta come il settore privato rivesta un ruolo chiave nel percorso verso il raggiungimento dei 17 SDGs (i 17 obiettivi per lo sviluppo sostenibile dell'Agenda 2030 Onu), attraverso lo sviluppo di modelli più sostenibili.

L'inaugurazione è stata uno dei momenti di punta del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2021, organizzato dall'ASviS, l'Alleanza Italiana per lo Sviluppo Sostenibile.

Nel dettaglio, i sei tavoli disposti a corolla attorno alla grande Sfera della NOAA (*National Oceanic and Atmospheric Administration*), raccontano quanto sia insostenibile il nostro mondo e si focalizzano sui principali aspetti della crisi ecosistemica: **perdita di biodiversità, cambiamento climatico e aumento demografico**.

Un tavolo declina la cultura della sostenibilità con riferimento all'Agenda 2030 come piano di azione e uno si proietta nel futuro.

In ogni tavolo (tranne il primo e l'ultimo) i concetti si articolano sui due lati: quello dedicato al *now*, ovvero alle problematiche oggi ben visibili e quello dedicato al *future*, ovvero alle soluzioni.

Due grandi monitor mostrano le "interviste intergenerazionali" ovvero dialoghi ipotetici tra persone appartenenti a generazioni diverse (1960, 1980, 2020 e 2040) che esprimono il loro punto di vista sui temi trattati.

Acl Trento

Il rispetto della fauna selvatica nella stagione più fredda

Acl Trento, questo mese, ricorda l'importanza di rispettare la fauna selvatica, nella stagione autunnale e invernale. **I cani nel bosco sono ospiti mentre la fauna è a casa sua, l'unica casa che ha dove vivere**. I cani devono essere tenuti al guinzaglio e se sciolti per qualche salto libero, devono rispondere al richiamo subito ed essere sorvegliati, per evitare danni, ferimenti, inseguimenti o morti di animali di varie specie. **Nella stagione del gelo e delle scarse risorse, disperdere energia per scappare da un cane potrebbe uccidere un animale selvatico (un capriolo, un camoscio), ad esempio.**

ADOZIONE DEL MESE, LARA: sta perdendo la sua famiglia a sette anni! Taglia medio-grande, ama le coccole e la presenza umana, soffre un poco di ansia se resta da sola, ci si deve lavorare un poco. Con gli altri cani sa gestire i rapporti in modo anche deciso ma le sue

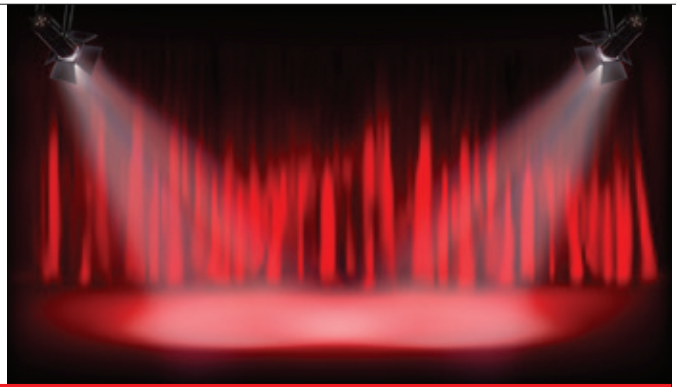


competenze di relazione sono buone. Cerca adozione in Trentino. Se volete conoscerla, per adottarla (solo in Trentino), e vivere insieme una vita di avventure, chiamate 349 2302344. Per aiutare Acl Trento Odv ad accudire gli altri animali che mantiene e salva, potete donare su paypal_info@aclonlus.org o sul conto postale Acl Onlus, Acl Odv Iban: IT62J083270325800000002044, con versamento causale "donaz Acl Trento coop". Avvisate su acltrento@gmail.com, per essere ringraziati. Info su <http://www.aclodv.org>

STAGIONE 2021-2022

Teatri: le convenzioni Carta In Cooperazione

Si riaprono le Stagioni teatrali e si torna a seguire gli spettacoli dal vivo, a frequentare le scuole di teatro e di danza. Ecco le convenzioni Carta In Cooperazione riservate ai soci



Pergine

TEATRO COMUNALE
DI PERGINE VALSUGANA

■ Con Carta In Cooperazione:

L'Associazione Culturale Aria riconosce ai soci possessori di Carta In Cooperazione, la **tariffa ridotta** su biglietti di ingresso e abbonamenti per la **stagione di Prosa "Teatro di Pergine"**.

Il Comune di Pergine riconosce ai soci possessori di Carta In Cooperazione, la **tariffa ridotta** su biglietti di ingresso e abbonamenti (Abbonamento Grande Stagione e Abbonamento Stagione Comune di Pergine) per la **Stagione di Prosa "Stagione Comune di Pergine 2021/2022"**.

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

Informazioni

Tel. 0461 534321 - www.teatrodipergine.it



Trento

ESTROTEATRO

Scuola di teatro e cinema
Teatro Villazzano



■ Con Carta In Cooperazione:

- sconto 10% corsi annuali, seminari intensivi e workshop dedicati al teatro, al cinema e ad altre discipline artistiche;
- biglietti d'ingresso a tariffa ridotta per gli spettacoli della Stagione teatrale organizzata dalla compagnia.

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

Informazioni

www.estroteatro.com - comunicazione@estroteatro.it

Riva del Garda Arco, Nago-Torbole

SERVIZIO ALTOGARDA CULTURA

■ Con Carta In Cooperazione:

- sconto 10% su biglietti di tutti gli spettacoli della stagione di prosa. Lo sconto si applicherà ai biglietti "interi", non ai biglietti che fruiscono già di altro tipo di riduzione.
- ogni Carta In Cooperazione dà diritto allo sconto per una sola persona

Informazioni

Unità operativa Attività Culturali, Sport e Turismo
Comune di Riva del Garda, tel. 0464 573916
www.comune.rivadelgarda.tn.it
cst@comune.rivadelgarda.tn.it

Rovereto

ASSOCIAZIONE INCONTRI
INTERNAZIONALI ROVERETO

■ Con Carta In Cooperazione:

- tariffa ridotta (variabile dal 5% al 10%)



sulle iniziative organizzate presso il CID.

- sconto sul costo del biglietto intero, per l'ingresso agli spettacoli nei teatri coinvolti nel Festival Oriente Occidente.

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

Informazioni

Tel. 0464 431660

www.festivalfuturopresente.it

www.orienteoccidente.it - www.centrodelladanza.it

Trento

TEATRO PORTLAND



■ Con Carta In Cooperazione:

- biglietto d'ingresso a tariffa ridotta
- sconto 10% sui corsi di avviamento a teatro per bambini, ragazzi e adulti.
- sconto 10% sui corsi di dizione, lettura in pubblico ed educazione vocale.

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

Info e prenotazioni

prenotazioni@teatroportland.it

tel. 0461 924470 (feriale) 339 1313989 (festivo)

www.teatroportland.it

Ufficio Relazioni Soci, Sait
tel. 0461.808641
ufficio.soci@sait.tn.it
<http://www.laspesainfamiglia.coop/Carta-in-Cooperazione/Convenzioni>



Di medicina di genere, o genere-specifica, si parla sempre di più. Ogni giorno pare aumentare la consapevolezza di quanto **uomini e donne** siano **differenti** dal punto di vista biologico e fisiologico, in come il corpo assorbe ed elimina il farmaco e come il farmaco agisce sull'organismo, nel metabolismo, nell'invecchiamento, nel sistema immunitario.

Ma cosa si intende per medicina di genere? L'Organizzazione Mondiale della Sanità la definisce come lo studio dell'**influenza delle differenze biologiche** (definite dal sesso) e **socio-economiche e culturali**

della medicina di genere nei programmi di formazione e aggiornamento di tutti gli operatori sanitari e una corretta informazione pubblica.

In cosa sono diversi gli uomini dalle donne?

Elencare tutte le differenze non è possibile. Riportiamo le principali.

FARMACI Variazioni ormonali, peso, composizione corporea, acidità gastrica, sono tutti fattori diversi tra i due sessi e possono influenzare l'assorbimento e l'efficacia dei farmaci. Le dosi sono stabilite principalmente sugli uomini, che hanno un diverso meta-

MALATTIE AUTOIMMUNI Le malattie reumatiche ed autoimmuni interessano soprattutto le donne perché hanno un sistema immunitario più efficiente che, se da un lato le protegge da infezioni batteriche e virali, dall'altro le rende più soggette a patologie autoimmuni.

VACCINI Le donne hanno reazioni immunitarie innate e acquisite più forti rispetto agli uomini. Ma manifestano effetti avversi con maggior frequenza: questo può essere associato alla possibile influenza di fattori biologici, ormonali e genetici non ancora completamente definiti e, ancora una volta, ai risultati ottenuti da studi clini-

Essere maschio o femmina fa differenza

Medicina di genere, ancora indietro

Farmaci e terapie destinati a uomini e donne ma sperimentati per l'80% su maschi. Solo la metà degli studi clinici considera le peculiarità di genere e uno su tre riporta dati adeguati. E con gli studi sulla Covid-19 non si sono fatti molti progressi

(definite dal genere) sullo stato di salute e di malattia di ogni persona.

Nonostante questa maggiore consapevolezza, uomini e donne (compreso chi non si sente né l'uno né l'altra) continuano - salvo poche eccezioni - a essere visti come un unicum per quanto riguarda l'erogazione dell'assistenza sanitaria e delle cure. E nelle sperimentazioni cliniche continuano ad essere arruolati in misura maggiore i maschi delle femmine. Aprendo questioni etiche di non poco conto. **La donna come "variante" dell'uomo è un problema culturale che ha radici lontane.** Il corpo femminile per molto tempo è stato visto come "variante" del corpo maschile. Solo negli ultimi anni c'è stata una presa di coscienza globale. **L'Italia è stato il primo paese europeo a disciplinare la materia, con l'art. 3 della legge n.3 del 2018.** L'anno dopo, il Ministero della salute ha adottato il Piano per l'applicazione e la diffusione della medicina di Genere che, tra le altre cose, prevede l'istituzione presso l'Istituto Superiore di Sanità di un **Osservatorio per la Medicina di Genere.** La legge 3/2018 prevede la promozione di una ricerca che tenga conto delle differenze, l'inserimento



bolismo e di solito pesano di più, e questo può risultare in una maggiore tossicità del farmaco nella donna.

MALATTIE CARDIOVASCOLARI Si crede siano patologie maschili, ma colpiscono anche le donne, soprattutto dopo i 75 anni. La donna può presentare sintomi dell'**infarto** differenti (possono avvertire affanno o disturbi gastrici invece del classico dolore al braccio sinistro, presente più negli uomini).

MALATTIE DELL'OSSO Qui è il contrario: si pensa che l'**osteoporosi** colpisca solo le donne. In realtà i dati dimostrano che in Europa il 6% degli uomini tra i 50 e i 90 anni presenta osteoporosi. La maggior parte dei farmaci per l'osteoporosi sono stati studiati solo nella donna e non sono attualmente prescrivibili agli uomini.

ci effettuati su una maggioranza di uomini.

ONCOLOGIA La mortalità per **cancro del polmone** dagli anni '50 ad oggi è aumentata del 500 per cento nella donna che sviluppa il cancro del polmone 2,5 volte in più dell'uomo, anche se non fumatrice. Il **cancro del colon** è un altro esempio di tumore con caratteristiche differenti: nelle donne insorge più spesso nel tratto ascendente dell'intestino, negli uomini in quello discendente. Questa diversa localizzazione si riflette sulla validità del test per la ricerca del sangue occulto nelle feci. Per questo andrebbe maggiormente considerata ed estesa ad età più avanzata la colonscopia, oggi usata come esame di conferma del risultato della ricerca del sangue fecale.

(Fonte: Fondazione Umberto Veronesi)



to di un traguardo importantissimo: i **100 donatori effettivi trentini**.

Dal 1992, anno di fondazione di ADMO Trentino, sono più di 100 i trentini iscritti al registro nazionale IBMDR che hanno donato il proprio midollo osseo perché è stata riscontrata la loro compatibilità con un malato di leucemia o di altre forme gravi di malattie ematologiche e in attesa di una nuova vita. Queste persone generose si sono messe a disposizione completamente compiendo un gesto di grande altruismo

Nel 2020, grazie alla campagna *Un panettone per la vita* e alle altre raccolte fondi, ADMO Trentino ha potuto devolvere 80.000 euro, suddivisi tra borse di studio e l'acquisto di attrezzature. ADMO Trentino, inoltre, supporta l'Azienda Provinciale per i Servizi Sanitari mettendo a disposizione la sua segreteria per effettuare le chiamate agli aspiranti donatori, così da fissare un appuntamento per la tipizzazione in base alle disponibilità comunicate, e sostiene le famiglie colpite da malattie del sangue.

Nelle piazze trentine sabato 27 e domenica 28 novembre 2021 **Un panettone per la vita,** la campagna di raccolta fondi di ADMO Trentino che significa speranza di vita

Anche quest'anno, l'associazione donatori di midollo osseo scende in piazza con la campagna di raccolta fondi **Un panettone per la vita** per proporre panettoni, pandori e altri dolci natalizi personalizzati ADMO in **tante piazze del Trentino** (sabato 27 e domenica 28 novembre) e **a tutte le aziende del territorio**.

Da quasi 30 anni, ADMO Trentino informa i giovani su come diventare speranza di vita per un malato di leucemia o di altre malattie oncematologiche: **un impegno importante che ha permesso a Admo di superare la quota di 11.200 iscritti**.

Nonostante l'Italia fosse ferma a causa del Covid, il Laboratorio HLA Centro donatori di Trento, che ADMO Trentino sostiene economicamente, si è distinto a livello nazionale perché **non ha mai interrotto l'attività di tipizzazione** (il prelievo di sangue per l'inserimento dell'aspirante donatore nel Registro italiano dei donatori di midollo osseo). Nel 2020 sono stati tipizzati più di 700 ragazzi.

Il 2020 è stato un anno difficile e particolare: la pandemia non ha arrestato la diffusione dei tumori del sangue ma ha reso complicata, se non impossibile, **l'attività di sensibilizzazione alla donazione di midollo osseo di ADMO Trentino**. Il 2021 ha però premiato gli sforzi fatti con il raggiungimen-

Con i fondi raccolti, ADMO Trentino finanzia (con borse di studio e acquisto di attrezzature) il laboratorio di tipizzazione dell'Ospedale Santa Chiara di Trento, per aumentare il numero dei potenziali donatori di midollo osseo. **I panettoni ADMO saranno in tante piazze trentine sabato 27 e domenica 28 novembre**



COME REGALARE UN PANETTONE ADMO

Diventare partecipe del progetto ADMO è semplice:

- se hai un'azienda e vuoi sapere come acquistare chiama lo 0461 933675 o scrivi una mail a info@admotrentino.it. Il tuo contributo è fondamentale.
- cerca la piazza più vicina a te consultando il nostro sito www.admotrentino.it, in costante aggiornamento. Fai un gesto semplice, aiutaci a regalare vita!

Solo grazie al tuo aiuto l'obiettivo di ADMO diventa raggiungibile: portare speranza, salvare vite e regalare sorrisi, perché sempre più persone non debbano affrontare

e dimostrando che il futuro si cambia così, una vita alla volta.

Quest'anno saranno i panettoni e i dolci della **storica azienda artigianale Loison**, accompagnati dai **cioccolati Dolcem**, a farsi ambasciatori della causa ADMO: portare speranza a chi lotta ogni giorno contro un tumore del sangue.

frontare il dolore della perdita, perché sempre più malati possano vedere una luce nel buio della malattia.

Per informazioni
ADMO Trentino ODV
info@admotrentino.it
0461933675
www.admotrentino.it

In questi anni molta ricerca è stata fatta sul digiuno, che può essere svolto in diversi modi: prolungato quando è maggiore di due giorni, mimato o "mima-digiuno" (di cui abbiamo parlato qualche anno fa), oppure intermittente.

Qualsiasi forma di restrizione calorica è in grado di diminuire la produzione dei cosiddetti "radicali liberi", che in parte sono responsabili dei processi di invecchiamento; tuttavia, le varie tecniche di digiuno hanno mostrato sperimentalmente **altri e peculiari elementi di utilità di questa pratica.** Esistono infatti processi metabolici che si sono conservati durante la

Ricerca e digiuno intermittente

Il digiuno intermittente riduce la produzione dei "radicali liberi", ed è considerato utile nelle malattie cronico degenerative. Ma è ancora nella fase sperimentale di ricerca e deve essere parte di percorso di modifica dello stile di vita

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

nostra storia evolutiva e che hanno aiutato l'Homo Sapiens a sopravvivere durante periodi di carestia.

Oggi le abitudini alimentari della maggior parte delle persone prevedono il consumo di tre pasti al giorno, e questo non rende possibile il verificarsi delle reazioni metaboliche tipiche del digiuno: nelle condizioni attuali di abbondanza di cibo, il nostro corpo ha sempre a disposizione la sua principale fonte di energia, ovvero il glucosio. **Durante il digiuno, al contrario, la principale fonte di energia si ottiene metabolizzando il nostro stesso tessuto adiposo,** e in queste circostanze vengono prodotte sostanze chiamate corpi chetonici, responsabili di una parte degli effetti positivi del digiuno.

In particolare, sono state studiate tre differenti modalità di digiuno intermittente: il "digiuno a giorni alterni", in cui si alternano giorni di restrizione ferrea (pari al 25% circa del fabbisogno energetico) a giorni in cui si mangia liberamente; il "digiuno intermittente 5:2", che prevede due giorni non consecutivi la settimana di restrizione ferrea; **il digiuno 16/8,** che prevede di digiunare 16 ore nel corso della giornata e concentrare l'assunzione di cibo nelle rimanenti 8. Il digiuno "16/8" è noto anche come "dinner cancelling", perché quando si elimina la cena si possono ottenere le 16 ore di digiuno richieste. Nella revisione pubblicata da Mark Mattson sul "The New England Journal of Medicine" viene evidenziata **l'utilità del digiuno intermittente in diversi tipi di malattie cronico degenerative,** quali malattie cardiovascolari, tumorali, neurologiche, diabete e obesità.

L'entusiasmo è comprensibile, ma è bene ricordare come si sia ancora nella fase sperimentale di ricerca, in cui si studia quale possa essere la forma potenzialmente più utile per la specifica persona, nonché come tradurre al meglio nella pratica la prescrizione di tali indicazioni.

Nessuna linea guida governativa a oggi fa chiarezza su come utilizzare il digiuno intermittente, mentre l'eco mediatica su questa pratica ha moltiplicato le proposte, a volte di natura puramente commerciale. Digiunare è in fondo molto semplice, tuttavia per capitalizzarne i potenziali vantaggi **è bene che il digiuno sia parte di un percorso coerente di modifica dello stile di vita, altrimenti non sarà che uno sforzo vano, se non addirittura pericoloso quando autogestito.** (*consumatori.e-coop.it*)

Una selezione di prodotti di Mandacarù – la cooperativa trentina che si occupa di commercio equo e solidale – sarà presto disponibile presso le farmacie trentine, grazie ad un accordo con Unifarm. Si tratta di prodotti Altromercato, in particolare **integratori e cosmetici della linea Natyr per la cura del corpo,** naturali e provenienti da filiera etica sostenibile e certificata.

Inizia così un percorso che offre ai farmacisti trentini un partenariato per contribuire a diffondere il benessere delle persone collegato a quello del pianeta. Ogni prodotto, infatti, è realizzato con oltre il 50% di materie prime di commercio equo in peso o in valore (esclusi acqua e alcool), nichel tested, con oltre il 98% di materie prime vegetali, senza parabeni, oli minerali e donatori di formaldeide. I packaging sono riciclabili, raccontano le origini degli ingredienti e sono multilingua.

Per realizzare integratori e cosmetici vengono utilizzate **oltre 50 materie prime di commercio equo,** nella cui produzione sono coinvolti più di 2.000 piccoli produttori da 25 paesi da tutto il mondo. **Il bollino vegan** assicura

tengono solo coloranti naturali e conservanti alimentari.

"Questo accordo – spiega il presidente di Mandacarù **Fausto Zedron** – appare particolarmente significativo in questo momento storico, in cui l'attenzione verso le tematiche della sostenibilità ambientale e del consumo consapevole acquistano nuova luce e nuova consapevolezza".

E se l'accordo con Unifarm aumenta le possibilità di diffusione dei prodotti equi e solidali in Trentino, nuovi progetti e nuove partnership internazionali della cooperativa guardano invece al fronte dei fornitori, per favorire lo sviluppo sostenibile e attento all'ambiente dei paesi più poveri.

RILANCIO DEL MICROCREDITO IN ECUADOR

Ha come obiettivo il **rilancio della finanza solidale** la nuova iniziativa internazionale in partnership con il Banco Codesarrollo di **Bepi Tonello,** famoso per la sua ricetta rivoluzionaria "il denaro dei poveri ai poveri".

L'azione di Mandacarù, come ha descritto dal direttore **Giovanni Bridi** – mira a rinforzare lo **sviluppo della finanza popolare in**



In queste foto: coltivazioni di quinoa in Perù e lavoratori del cacao in Ecuador

che non ci siano materie prime di origine animale.

La linea biologica è certificata da Natrue, storico e rigoroso disciplinare internazionale a tutela del consumatore. I prodotti sono sottoposti a controlli microbiologici, sono dermatologicamente testati e con-

Ecuador: per farlo la cooperativa invita tutti i soci e le socie (circa 3mila) a sottoscrivere nuovo capitale con desti-

nazione Banco Codesarrollo, per consentire alla banca di finanziare nuovi progetti di microcredito.

Banco Codesarrollo – come ha spiegato il presidente Tonello – è



Integratori e cosmetici della linea Natyr

Mandacarù: prodotti etici e sostenibili anche nelle farmacie trentine

La collaborazione con Unifarm, per contribuire a diffondere il benessere delle persone collegato a quello del pianeta. Al via anche nuovi progetti e nuove partnership internazionali, in Ecuador e Perù

di **Dirce Pradella**

un'istituzione finanziaria privata di ispirazione cristiana, che sostiene lo sviluppo locale e globale della popolazione emarginata dell'Ecuador, attraverso la fornitura di prodotti e servizi finanziari di qualità, contribuendo a ridurre la povertà, creare speranza, giustizia, pace e condizioni di vita più umane.

Grazie al microcredito nascono cooperative che valorizzano prodotti locali e creano posti di lavoro producendo una "economia circolare" che alimenta una crescita individuale e collettiva. Ad oggi, sono oltre 106 mila le famiglie di campesinos che hanno beneficiato di questa rivoluzione culturale, economica e sociale.

Lo slogan di Codesarrollo "Investiamo in umanità", si richiama alle radici profonde da cui ha avuto origine il Fondo Ecuatoriano Populorum Progressio (FEPP), una fondazione senza scopo di lucro nata su iniziativa della Conferenza Episcopale Ecuatoriana, per dare risposta alla esortazione di Papa Paolo VI che, nella enciclica Populorum Progressio, sollecitava la creazione di fondi comuni per assistere le fasce deboli delle popolazioni, nella prospettiva di

uno sviluppo solidale ed inclusivo.

Dall'analisi dell'impatto generato da Codesarrollo nell'ultimo rapporto annuale del 2020, emerge una grande attenzione ai più giovani (quasi 8 milioni di dollari erogati), all'acquisto e riscatto della terra da parte dei campesinos (oltre 5 milioni) e allo sviluppo di imprese in forma comunitaria.

PROGETTO DI MICROSVILUPPO COOPERATIVO IN PERÙ

L'impatto del Covid in Perù è stato drammatico: secondo la Johns Hopkins University, si tratta **del secondo paese al mondo per maggior numero di vittime** in rapporto alla popolazione, con oltre 3,5 milioni di persone hanno perso il lavoro negli ultimi 18 mesi.

Prima dell'emergenza sanitaria, il Perù aveva fatto notevoli progressi, come ha raccontato

Beatrice De Blasi, responsabile 'Educazione e Comunicazione' della cooperativa, riducendo il suo tasso di povertà dal 42,4% al 21,7%. Un progresso disomogeneo, che non aveva coinvolto alcune aree rurali, come la Valle de los Ríos Apurímac, Ene y Mantaro, dove il tasso di povertà è del 40,4%, quasi il doppio della media del paese. Qui c'è la più grande produzione di foglie di coca del paese e il Governo ha fissato l'obiettivo di dimezzarla entro la fine di quest'anno. Ma togliendo quella fonte di reddito, è necessario introdurre alternative per evitare conseguenze nefaste.

Il progetto portato avanti da Mandacarù ha come obiettivo principale quello di ridurre il tasso di povertà e di malnutrizione nella zona della comunità Asháninkas del Bajo Perene - Junín Perù- Kametza Asaïke, nonché

convertire le coltivazioni di coca, orientando le colture a prodotti destinati all'autoconsumo e alla vendita sul mercato locale. L'intervento previsto riguarda le famiglie di 10 comunità Asháninkas affinché, organizzate in una cooperativa produttiva, possano mettere in atto azioni di preservazione dell'ambiente in cui vivono, e possano mi-



gliare le loro capacità produttive e sociali. Il progetto è ancorato ai principi dell'agricoltura familiare, dello sviluppo sostenibile, dei diritti di genere, dello sviluppo territoriale e dei diritti umani, e sarà realizzato in modo complementare con il progetto sviluppato da Istituto Redes con il supporto dell'ONG belga Sos Faim, in partnership con Mandacarù Onlus, permettendo in tal modo di ottenere un maggiore impatto sul territorio.



Ricette, bottiglie e libri

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

Classici rivisti

Tutte le forme della polenta

La farina di mais e la polenta del giorno dopo si prestano a infinite ricette (anche dolci) che rendono questo classico d'autunno ancora più goloso e irresistibile



Chips di polenta frita con maionese alla salvia

Per 4 persone: 350 g di polenta, olio di semi di arachidi, sale; per la maionese: 2 tuorli, 125 ml di olio di semi, 125 ml di olio d'oliva extravergine, il succo di 1 limone filtrato, 1 cucchiaino di aceto bianco, qualche foglia di salvia, sale e pepe

Raccogliete in una ciotola i tuorli e qualche goccia di succo di limone e sbattete con le fruste elettriche; incorporate i due tipi di olio a filo in più riprese, arrivando fino al 40-50% della sua quantità totale; quando la salsa inizierà ad addensarsi, diluitela con il succo di limone rimanente; unite il resto dell'olio, sempre a filo, e sale e pepe, aceto e salvia tritata; montate per pochi secondi e mettete in frigo. Tagliate la polenta a pezzetti e friggeteli, pochi alla volta, in olio di semi di arachidi a 180°C per circa 8 minuti, fino a doratura, scolateli e asciugateli su carta da cucina; servite subito le chips di polenta accompagnandole con la maionese alla salvia. (Fiorfiore in cucina, 10/2021)

Tortino di polenta con verza e fagioli cannellini

300 g di verza, 150 g di fagioli cannellini, 200 g di farina di mais integrale precotta, 1 porro, 1 carota, 1 costa di sedano, 1 foglia d'alloro, 1 rametto di rosmarino, 2 foglie di salvia, olio d'oliva extravergine, sale marino integrale

Ponete in una casseruola i fagioli con la foglia d'alloro in 1,2 litri d'acqua, portate a bollo-

re, schiumate, coprite e continuate la cottura a fiamma bassa per 1 ora; tagliate il porro a fettine, la carota e il sedano a cubetti e fateli saltare in una padella con 2 cucchiari d'olio per 5 minuti, aggiungete la verza a striscio-line, salate e cuocete per 10 minuti. Quando i fagioli saranno pronti, scolateli tenendo da parte il loro brodo e uniteli alle verdure cuocendo a fiamma vivace per 5 minuti; mettetevi in una casseruola dal fondo pesante 800 ml di brodo dei fagioli, salate e appena inizia a prendere bollore versate a pioggia la farina di mais mescolando con la frusta; continuate la cottura per 10 minuti mescolando; incorporate nella polenta l'atingolo di fagioli e verdure, amalgamate bene e cuocete per altri 3 minuti. Oliate una pirofila, stendetevi la



polenta a uno spessore di 2 cm, cospargete la superficie con il trito di salvia e rosmarino e un filo d'olio, infornate a 200°C per far dorare il tortino e servitelo tiepido con un'insalata di stagione. (Fiorfiore in cucina, 11/2020)

Terrine di polenta con cime di rapa, salsiccia e provola

Per 4 persone: 200 g di salsiccia, 150 g di provola sfoglia di Montalbano fior fiore, 1 mazzo di cime di rapa, 300 g di polenta, olio d'oliva extravergine, 1 spicchio d'aglio, 1 pizzico di peperoncino in polvere, sale e pepe

Tagliate la polenta a tocchetti e la provola a cubetti; mondate le cime di rapa e fatele appassire in una casseruola con pochissima acqua e sale; scolate la verdura e ripassatela in padella con olio, aglio e peperoncino; tenete da parte le cime di rapa e nella stessa padel-



la rosolate la salsiccia sgranata, aggiustando di sale e pepe. Ungete il fondo di 4 terrine monoporzione e adagiatevi un po' di cime di rapa, salsiccia e provola, alternate il tutto a pezzetti di polenta e proseguite così fino a esaurimento degli ingredienti. Fate gratinare in forno a 200°C per 15 minuti circa, quindi sfornate e servite. (Fiorfiore in cucina, 10/2021)

Schisòla

300 g di farina per polenta rapida coop, 1,5 l d'acqua, 320 g di taleggio, salvia, sale e pepe

Versate la farina per polenta nell'acqua portata a bollore e cuocete; regolate di sale e pepe mescolate bene: la polenta dovrà essere morbida ma compatta; dividete la polenta in 8 part e il taleggio in 8 pezzetti; inseriti al centro di ogni tortino di polenta un pezzetto



di taeggio e una foglia di salvia, richiudete e adagiate i tortini su una teglia imburrrata o con carta fa forno; infornate a 190°C per 20 minuti, fino a quando la polenta sarà dorata in superficie.

Per fare i tortini di possono utilizzare gli stampini da muffin o a forma di semisfera, oppure uno stampo per torte di 24 cm e inserite il taeggio all'interno della polenta.

(Fiorfiore in cucina, 10/2021)

Cornbread al formaggio in padella

100 g di farina 0, 260 g di farina di mais macinata a pietra, 1 cucchiaino di bicarbonato di sodio, 1 cucchiaino di sale grosso, 1/2 cucchiaino di pepe macinato, 450 g di latte fermentato (o 300 g di yogurt intero + 150 ml d'acqua), 2 uova, 150 g di emmental, 150 g di mais dolce in scatola, 50 g di burro

Ponete una padella in ghisa da 22 cm in forno e accendetelo a 220°C; in una ciotola unite le farine, il bicarbonato, il sale e il pepe; fate un buco al centro e aggiungete il latte fermentato sbattuto con le uova a temperatura ambiente; incorporate l'emmental grattugiato e metà mais dolce. Estraete la padella dal forno e fatevi sciogliere 30 g di burro, distribuendolo su fondo e lati; versatevi l'im-



pasto e spargete il resto del mais, il burro a fiocchetti e pepe a piacere; cuocete in forno abbassando la temperatura a 200°C dopo i primi 10 minuti, per circa 20-25 minuti, fino a quando la parte superiore sarà dorata (verificate la cottura con stecchino, che dovrà uscire asciutto e pulito); lasciate raffreddare il cornbread per 15 minuti prima di servirlo.

(Fiorfiore in cucina, 10/2021)

Torta beccuta

500 g di avanzi di polenta, 120 g di zucchero semolato, 60 g di uva sultanina Origine Coop, 30 g di burro, 3 mele golden, 3 uova, 120 g di farina 00, 1/2 bustina di lievito vanigliato D'Osa (8 g), 150 ml di latte, cannella in polvere, 1/2 baccello di vaniglia, zucchero a velo D'Osa

Mettete in ammollo l'uvetta in acqua tiepida, spezzettate la polenta e frullatela con le

uova, il latte, lo zucchero e la farina setacciata con il lievito; unite la cannella e i semi di vaniglia, poi il burro fuso e portato a temperatura ambiente. Sbucciate e pulite le mele, tagliatele a tocchetti, incorporatele nel composto in una ciotola, aggiungete l'uvetta ben strizzata, mescolando per amalgamare. Versate l'impasto all'interno di uno stampo a cerniera da 22 cm di diametro imburrrato e infarinato, livellate e cuocete in forno a 200°C per 45 minuti circa, fino a quando uno stecchino infilato al centro del dolce uscirà asciutto e pulito; sfnorate e fate raffreddare; spolverizzate con torta con zucchero a velo e servite. *(Fiorfiore in cucina, 10/2021)*



LIBERTY GROSS

**FORNITURE
ALBERGHIERE**

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

DA LUNEDÌ A VENERDÌ
9:00 - 17:30

fornitore ufficiale di:



In novembre torna il gusto per sapore gli agrumi, così buoni per la preparazione di dolci, liquori, bevande e ghiottonerie varie, tipici della nostra tradizione. Accanto all'arancia, al mandarino, al limone e al pompelmo, gli agrumi più noti e consumati, a Natale arriva anche il cedro, trasformato in canditi per i classici panettoni. Il cedro (*Citrus medica*) fu uno dei primi agrumi conosciuti in Europa; probabilmente arrivò nel nostro continente dalla Palestina, ma al tempo dell'impero romano era già popolare nel bacino del Mediterraneo. Più



La stagione degli agrumi Cedro, profumo di festa

L'agrume più grande è ricco di vitamina C e pregiati oli essenziali. La sua profumatissima scorza, trasformata in canditi, caratterizza i dolci delle festività, dai panettoni agli zelten

di Iris Fontanari

anticamente la pianta era stata coltivata in Grecia e in India, di cui si ritiene sia originaria. Il termine *medica* non ha nulla a che fare con la medicina, ma le fu dato perché essa giunse in Italia dalla Media, una regione dell'attuale Iran.

Oggi nel nostro Paese il cedro non è molto diffuso; lo si trova quasi esclusivamente in Calabria, nella provincia di Cosenza, lungo la fascia litoranea tirrenica che va da Praia a Mare a Cetraro, dove cultivar molto produttive danno frutti di peso notevole. Sporadicamente lo si trova anche in Sicilia. **La più importante varietà è quella denominata "Liscia" o "Diamante"**, dal nome

Quale potassio nel lichene

Tra le ricette per utilizzare il lichene islandico (*Cooperazione tra consumatori, agosto 2021*) compare una piccola dose dell'ingrediente "potassio", circa il quale alcuni nostri lettori chiedono chiarimenti. La ricetta è ripresa da antichi testi di erboristeria, nei quali gli elementi chimici erano citati in modo abbastanza approssimativo. Occorre quindi specificare che in questo caso si tratta di potassio bicarbonato, una sostanza molto utile nell'organismo umano (per mantenere in salute la muscolatura, per il sistema nervoso, per l'equilibrio della pressione del sangue) e che può sostituire il sodio, cioè il sale. (*Tuttavia, anche nell'uso di integratori, è sempre bene non far da sé e chiedere consiglio al medico*).

di un comune che si trova al centro della zona tradizionale di coltivazione. I suoi frutti possono raggiungere dimensioni notevoli: ogni frutto pesa in media un chilogrammo! La buccia è gialla, liscia e molto spessa (è il 60-70 % del peso totale), requisiti che sono molto apprezzati, mentre la varietà "Riccia calabrese" è chiamata così per la rugosità della scorza; i frutti di questa varietà sono meno pregiati, però la pianta è più rustica della "Diamante".

L'albero, talvolta un arbusto, è liscio, alto 3-4 metri, ha chioma irregolare e rami cilindrici con un colore porporino da giovani; le foglie sono semplici, ovali, lisce, con molte ghiandole e perciò molto profumate; alla base hanno lunghe spine; la fioritura è continua, dalla primavera all'autunno, come il limone; i fiori sono grandi, con 4-8 petali bianchi sfumati di viola e assomigliano a quelli del limone.

La polpa, rispetto alla buccia, è molto ridotta (talvolta manca), ricca di semi, poco succosa e più dolce di quella del limone; dei frutti si usa soprattutto la scorza, sempre molto spessa e tenera, impiegata per la fabbricazione dei canditi.

Dalla scorza dei frutti e dalle foglie del cedro si possono estrarre anche gli oli per farne essenze - talvolta miste con gli oli essenziali di bergamotto e di limone - usate in profumeria, nell'industria dei liquori, in medicina, ecc.

La scorza è utilizzata anche per la preparazione di bevande (cedrate), mentre in Corsica se ne ricava un liquore chiamato cedratina. Dalla polpa del cedro, infine, si estrae l'acido citrico. Come tutti gli agrumi, il cedro è ricco di vitamina C e di sali minerali. **Questa pianta è una delle specie sempreverdi più sensibili al freddo** e perciò la troviamo in regioni a clima caldo o molto mite, ove non vi siano venti freddi o forti escursioni termiche; il frutto ha maturazione tardo autunnale, da ottobre a dicembre. Il cedro si moltiplica soprattutto per innesto



su arancio amaro; lo si coltiva facilmente anche in vaso, a scopo ornamentale, così come può ornare egregiamente sia i giardini all'italiana che quelli francesi.

Una ricetta tipica regionale: lo zelten

Ingredienti: 300 g di farina bianca, 100 g di burro, 200 g di zucchero, 4 uova, 150 g di gherigli di noci, 250 g di fichi secchi, 100 g di uvetta, 50 g di pinoli, 100 g di cedro candito, 100 g di mandorle sbucciate, un bicchierino di grappa trentina, una bustina di lievito, un'arancia succosa.

Mettere la frutta candita tagliata a piccoli pezzi a bagno nel succo di arancia per 24 ore; sciogliere il burro nel recipiente dove si prepara l'impasto, sbatterlo bene con lo zucchero, aggiungere la farina, le uova (uno alla volta), incorporare il lievito, la grappa e mescolare per 10 minuti nello stesso verso. Aggiungere il cedro candito e la frutta secca preparata il giorno prima. Mescolare bene e versare in una tortiera unta e infarinata, adagiarvi sopra le mandorle sbucciate e mettere in forno a cuocere per tre quarti d'ora a 180-200 gradi. Lasciar riposare lo zelten qualche giorno avvolto nella pellicola prima di consumarlo.

Fresco, profumato, nutriente e leggero, ma sfizioso, il sushi è diventato recentemente il cibo esotico più amato dagli italiani, solo una piccola percentuale di persone non se ne dichiara entusiasta. I più invece hanno imparato a riconoscerne la qualità, la freschezza, l'originalità e autenticità delle ricette, cogliendo sempre nuove occasioni per assaporarlo. Per la pausa pranzo o per una cena a casa – da soli o in compagnia – per un aperitivo... il sushi è oggi la risposta che mette d'accordo tutti. Alla base di questa nuova abitudine ci sono tanti aspetti diversi: moda a praticità a parte,

giusto mix di quantità di riso e di pesce – perfetto completando il pasto con della frutta. Sono insomma tante le ragioni che giustificano questa scelta sempre più diffusa, e che ne fanno un prodotto molto richiesto anche nella spesa al supermercato, dove finalmente nei sushi-corner è possibile scegliere un piatto a base di pesce, pronto da portare in tavola: perfetto per tutti e per quando non

I nuovi sushi-corner

Il sushi della tradizione è nei Coop Trentino

Il sushi è arrivato anche nei Coop Trentino: ecco dove trovare, in tutto il Trentino, i sushi-corner Wakame, garanzia di freschezza, qualità e gusto autentico



si ha tempo per preparare la cena, ma si vuol gustare qualcosa di sano e goloso.

LA GARANZIA DEL SUSHI WAKAME

In alcuni Coop Trentino i sushi-corner hanno iniziato a far capolino questa estate: la novità ha incontrato un tale successo che rapidamente sono diventati ben 17 i Coop Trentino che oggi offrono questo servizio, grazie al frigo-corner (che vedete anche in questa pagina) con l'assortimento delle ricette "sushi" più gradite e sempre freschissime: nigiri, maki, sushi,... in tante versioni e anche in vassoi misti.

Per curare i propri sushi-corner Coop Trentino ha scelto un marchio che assicura freschezza, qualità e gusto: Waka-



me. Wakame è il nome di un tipo di alga molto presente nella cucina giapponese, dal sapore caratteristico e dalle notevoli proprietà benefiche.

Il sushi firmato da Wakame si distingue per la cura artigianale nella preparazione, che segue le ricette e le regole della cucina tradizionale giapponese, combinando sapori, profumi e ingredienti, per offrire un sapore autentico.

Nei corner-sushi Wakame dei Coop Trentino si trova ogni giorno solo sushi

fresco, come appena preparato, che arriva nella vetrinetta direttamente dal centro di produzione Wakame. È un sushi buono e sicuro, di qualità certificata, grazie a rigorosi controlli di tutti i processi di produzione che garantiscono il massimo della qualità.

sono protagonisti gli ingredienti particolari che insaporiscono il pesce crudo (ma il sushi esiste anche cotto) e il riso, che donano fascino esotico e il piacere di gustare qualcosa di diverso.

Sempre più frequentemente, una buona motivazione per preferire il sushi sta nell'occasione per mangiare un piatto con pesce, equilibrato e digeribile – grazie al

Il nuovo Sushi-Corner si trova nei Coop Trentino di:

- Agordo
- Campitello
- Carano
- Cavalese
- Cognola, Marnighe
- Moena
- Pinzolo, Pramagnan
- Pinzolo, piazza Collini
- Ponte Arche
- Povo
- Ravina
- Riva del Garda (Blue Garden)
- Rovereto, piazza N. Sauro
- Rovereto, viale Trento
- Transacqua
- Trento, piazza Lodron
- Vigne

SocioSi

Raccolta Punti

valida nei negozi aderenti

USA I PUNTI

**DAL 21 OTTOBRE AL
3 NOVEMBRE 2021**



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



SOLO PER I SOCI

70 PUNTI e 0,69 €

ANZICHÈ 1,99 €

**Panna da montare UHT
Peri**
200 ml
4,45 € al litro



SOLO PER I SOCI

40 PUNTI e 0,49 €

ANZICHÈ 1,45 €

**Caramelle Bonelle
Fida**
Le gelées frutti di bosco
160 g al kg 8,06 €
Le gelées frutta -
Gocce di pino -
Gocce di liquirizia
175 g al kg 7,37 €
Toffee latte
150 g al kg 8,60 €



SOLO PER I SOCI

70 PUNTI e 0,59 €

ANZICHÈ 1,85 €

**Zucchero di canna Bio Claro
El Cibao**
1 kg
2,79 € al kg



SOLO PER I SOCI

120 PUNTI e 1,59 €

ANZICHÈ 3,99 €

**Dolcificante Diator
dispenser 120 compresse -
6 g**
281,67 € al kg



SOLO PER I SOCI

90 PUNTI e 0,79 €

ANZICHÈ 2,30 €

**Patatine Pringles
assortite 175 g**
10,00 € al kg



SOLO PER I SOCI

80 PUNTI e 0,95 €

ANZICHÈ 2,19 €

**Crauti al naturale
Zuccato**
770 g
1,55 € al kg



SOLO PER I SOCI

50 PUNTI e 0,69 €

ANZICHÈ 1,50 €

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

SocioSi
Raccolta
Punti

valida nei negozi aderenti

USA I PUNTI

**DAL 4 AL 17
NOVEMBRE 2021**



**Latte Senza Lattosio
Accadi**
parzialmente scremato 1 litro
1,29 € al litro



SOLO PER I SOCI

**40
PUNTI e 0,89 €**

ANZICHÈ 1,89 €

**Mozzarella
Brimi**
125 g
7,92 € al kg



SOLO PER I SOCI

**50
PUNTI e 0,49 €**

ANZICHÈ 1,45 €

**Caffè
Hag**
espresso - classico 250 g
8,76 € al kg



SOLO PER I SOCI

**100
PUNTI e 1,19 €**

ANZICHÈ 3,15 €

**Dado vegetale bio
Bauer**
6 dadi - 60 g
21,50 € al kg



SOLO PER I SOCI

**60
PUNTI e 0,69 €**

ANZICHÈ 1,65 €

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



SOLO PER I SOCI

**120
PUNTI e 0,99 €**

ANZICHÈ 2,99 €

**Aceto di mela
Melchiori**
750 ml
1,72 € al litro



SOLO PER I SOCI

**60
PUNTI e 0,69 €**

ANZICHÈ 1,95 €

**Gelato Viennetta Vaniglia
Algida**
360 g
5,53 € al kg



SOLO PER I SOCI

**50
PUNTI e 1,49 €**

ANZICHÈ 3,99 €

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

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

DAL 15 NOVEMBRE
AL 31 DICEMBRE 2021



INTIMO TECNICO

- Grazie alla qualità e all'elasticità il tessuto aderisce al corpo come una seconda pelle garantendo massima libertà di movimento e ottima traspirazione eliminando il calore in eccesso
- I capi non ritirano, asciugano rapidamente e non si stirano
- Colore come foto
- Misure S/M - L/XL



CALZAMAGLIA SENZA PIEDE

PREZZO € ~~29,90~~
OFFERTA € ~~23,90~~
PREZZO SOCI € **18,90**
SCONTO **36%**



MAGLIA MANICA LUNGA

PREZZO € ~~39,90~~
OFFERTA € ~~29,90~~
PREZZO SOCI € **23,90**
SCONTO **40%**



CALZE TECNICHE LUNGHE

- Calze tecniche a compressione graduata, sagomate e rinforzate nei punti critici. Il sistema a compressione graduata aiuta ad avere una corretta circolazione sanguigna
- Le fibre utilizzate, Prolen e Dryarn, sono traspiranti, isolanti, leggerissime e antibatteriche, sopportano l'abrasione, la tensione e lo strappo
- La calza non ritira, asciuga rapidamente e non si stira
- Piede destro e sinistro differenziati
- Colori: secondo disponibilità nero/grigio o nero/verde
- Misure: 35/37 - 38/40 - 41/43 - 44/46



PREZZO € ~~16,90~~
OFFERTA € ~~13,90~~
PREZZO SOCI € **9,90**
SCONTO **40%**



GHETTE IMPERMEABILI

- Ghette impermeabili con chiusura a strappo
- Regolazione sopra il polpaccio e fissaggio sotto la suola regolabile con velcro
- Disponibile in due misure M e L
- M = per scarpe dal 36 al 41
- L = per scarpe dal 41 al 46



PREZZO € ~~19,90~~
OFFERTA € ~~15,90~~
PREZZO SOCI € **13,90**
SCONTO **30%**



MASCHERA SCI DOPPIA LENTE MOD 5091

- Maschera da sci con doppia lente, policarbonato antigraffio esterna e acetato antiappannante interna, UV400 in categoria S2
- Specchiatura multistrato per un ulteriore confort visivo
- Predisposizione OTG per utilizzo anche con occhiali da vista
- Foam doppio strato sagomato per migliore aderenza al viso
- Prese aria frontali per garantire il massimo anti-appannamento
- Colori: nero - bianco



PREZZO € 55,90
OFFERTA € 42,90

PREZZO SOCI € 37,90 **SCONTO 32%**

OCCHIALI DA SOLE CON LENTI POLARIZZATE

- Occhiale da sole con lente polarizzata antiriflesso, specchiata, UV400 in categoria 3. Lente che garantisce limpidezza visiva e protegge gli occhi eliminando l'abbagliamento causato dalla luce riflessa da superfici lucide (acqua, neve, metallo)
- Montatura molto elastica e confortevole
- Con astuccio
- Colori nero - bianco



PREZZO € 33,90
OFFERTA € 24,90

PREZZO SOCI € 19,90 **SCONTO 40%**

CASCO SCI IN ABS

- Casco da sci con calotta in ABS capace garantire confort, sicurezza e leggerezza
- 8 prese d'aria per ventilazione anteriore e posteriore
- Paraoracchie rimovibili morbidi e traspiranti
- Imbottitura interna in tessuto tecnico traspirante rimovibile e lavabile + una seconda imbottitura interna fornita con ogni casco con differente spessore al fine di avere disponibili le misure dal 54 al 59 con un unico casco
- Sistema di regolazione posteriore ROLL FIT che permette di regolare perfettamente il casco
- Fermaocchiale posteriore
- Certificazione Europea EN1077
- Colore nero/nero



PREZZO € 49,90
OFFERTA € 39,90

PREZZO SOCI € 33,90



SCONTO 32%

ZAINI TECNICI SPORTIVI

I particolari accorgimenti tecnici ed ergonomici ne fanno un prodotto di elevata qualità adatto a tutte le attività, perfetto per escursioni giornalieri

- Materiale idrorepellente
- Cerniere waterproof

ZAINO 12 L

- Doppia apertura
- Tasca esterna
- 2 tasche interne

PREZZO € 38,90
OFFERTA € 29,90

PREZZO SOCI € 26,90



SCONTO 30%



ZAINO 22 L

- Doppia tasca interna
- Tasca interna per PC

PREZZO € 49,90
OFFERTA € 39,90

PREZZO SOCI € 34,90



SCONTO 30%



MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 10 NOVEMBRE 2021

CONSEGNA DAL 16 AL 24 DICEMBRE 2021



LINEA COPENAGHEN TOGNANA

Candida porcellana impreziosita da eleganti rilievi per un servizio raffinato



nr. **461** SET 6 TAZZE CAFFÈ
CON PIATTO

PREZZO € 32,90
OFFERTA € 22,90
PREZZO SOCI € **19,90**



SCONTO **39%**



nr. **462** PIATTO TORTA/PORTATA
Ø CM 30

PREZZO € 16,90
OFFERTA € 11,90
PREZZO SOCI € **9,90**



SCONTO **40%**



nr. **455** PIROFILA
RETTANGOLARE
CM 26,5X15,5

PREZZO € 8,90
OFFERTA € 5,90



PREZZO SOCI € **4,90**

SCONTO **44%**

nr. **456** PIROFILA
RETTANGOLARE
CM 32X17,5

PREZZO € 14,90
OFFERTA € 11,90



PREZZO SOCI € **9,90**

SCONTO **33%**

nr. **457** PIROFILA
RETTANGOLARE
CM 37X21,5

PREZZO € 18,90
OFFERTA € 14,90



PREZZO SOCI € **12,90**

SCONTO **30%**

LINEA PLANEO BORMIOLI ROCCO

nr. **463** SET 4 BICCHIERI ACQUA
IN VETRO CL.36

PREZZO € 8,90
OFFERTA € 6,90
PREZZO SOCI € **5,99**



SCONTO **32%**



nr. **464** SET 4 CALICI VINO
IN VETRO CL.47

PREZZO € 14,90
OFFERTA € 11,90
PREZZO SOCI € **9,90**



SCONTO **33%**



CAFFETTIERA GLITTERATA ROSSA INFINITY PEDRINI

- Lega di alluminio alimentare
- Guarnizione in silicone atossico
- Valvola di sicurezza
- Vernice HT effetto glitter
- Non adatto ai piani cottura ad induzione



nr. **458** 2 TAZZE

PREZZO € 18,90
OFFERTA € 12,90



PREZZO SOCI € **9,90**

SCONTO **47%**

nr. **459** 3 TAZZE

PREZZO € 19,90
OFFERTA € 13,90



PREZZO SOCI € **11,90**

SCONTO **40%**

nr. **460** 6 TAZZE

PREZZO € 22,90
OFFERTA € 15,90



PREZZO SOCI € **13,90**

SCONTO **39%**

nr. 448 **BATTERIA PENTOLE COOK CIRCLE ARDESIA TOGNANA 8 PEZZI**

- Batteria in alluminio forgiato con fondo ad alto spessore adatto a tutti i piani di cottura anche all'induzione
- Composizione:
 - padella ø cm 24 - cm 28
 - casseruola 1 manico ø cm 16
 - casseruola 2 manici ø cm 20 - cm 24
 - coperchi ø cm 16 - 20 - 24



PREZZO € ~~119,90~~
OFFERTA € ~~89,90~~

PREZZO SOCI € 79,90 **SCONTO 33%**

nr. 449 **CUOCIVAPORE FIRENZE BALLARINI**

- Un pratico set per la cottura a vapore che comprende una casseruola per l'acqua, due cestelli in vetro forati e sovrapponibili e un coperchio in vetro ad alta resistenza
- Permette di cuocere contemporaneamente e velocemente cibi diversi
- Adatto a tutti i piani di cottura - escluso l'induzione
- Ø cm 20



PREZZO € ~~49,90~~
OFFERTA € ~~29,90~~

PREZZO SOCI € 25,90 **SCONTO 48%**

nr. 453 **CASSERUOLA OVALE CON COPERCHIO BARAZZONI**

- In alluminio pressofuso ad alto spessore, con fondo più spesso, per una migliore resa
- Il coperchio in vetro diventa un'utile pirofila e vassoio per servire
- Misure: cm 40x22 / 6,5 lt
- Non adatta ai piani cottura ad induzione



PREZZO € ~~79,90~~
OFFERTA € ~~61,90~~

PREZZO SOCI € 54,90 **SCONTO 30%**

nr. 450 **CLIPSO' MINUT DUO INDUCTION PLUS LAGOSTINA**

- La prima Lagostina 2 in 1
- Possibilità di scegliere tra la cottura in modalità pentola a pressione o modalità casseruola per cotture a fuoco lento
- Nuovo fondo adatto a tutti i piani di cottura compreso l'induzione
- Apertura facilitata con una mano sola
- Ricettario incluso
- Ø cm 24 / 5 litri



PREZZO € ~~139,90~~
OFFERTA € ~~109,90~~

PREZZO SOCI € 98,90

SCONTO 29%

nr. 454 **COCOTTE IN GHISA CON COPERCHIO LAGOSTINA**

- Cocotte in ghisa smaltata, interno bianco
- Ideale per cotture lente
- Coperchio di condensazione
- Ø cm 22
- Adatta a tutti i piani cottura, compreso l'induzione



PREZZO € ~~119,90~~
OFFERTA € ~~89,90~~

PREZZO SOCI € 79,90 **SCONTO 33%**

nr. 451 **TRIS PADELLE SPARKLING RED AETERNUM**

- Corpo coniato ad alto spessore
- Rivestimento interno: nuovo antiaderente PETRAVERA PRO rinforzato con particelle minerali. PFOA e Nikel free
- Rivestimento esterno ROSSO BRILLANTE
- Adatto a tutti i piani di cottura compreso l'induzione
- Misure: ø cm 20; cm 24; cm 28



PREZZO € ~~51,90~~
OFFERTA € ~~39,90~~

PREZZO SOCI € 34,90 **SCONTO 32%**

nr. 452 **KIT PASTICCERIA SPARKLING RED AETERNUM**

- Corpi stampati ad elevato spessore in carbon steel
- Rivestimento interno: nuovo antiaderente PETRAVERA PRO rinforzato con particelle minerali PFOA e Nikel free
- Rivestimento esterno ROSSO BRILLANTE
- Tortiera cm 28 apribile
- Crostata cm 26
- Plumcake cm 25



PREZZO € ~~21,90~~
OFFERTA € ~~16,90~~

PREZZO SOCI € 14,90 **SCONTO 30%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 10 NOVEMBRE 2021

CONSEGNA DAL 16 AL 24 DICEMBRE 2021



nr. 465 IMPASTATORE PROFESSIONALE PASTAIO DELUXE G20075 G3 FERRARI

- 8 velocità di funzionamento
- Contenitore 5,2 litri in acciaio inox con coperchio
- Piedini con ventosa
- Dispositivo di sicurezza
- Accessori inclusi: uncino impastatore e mescolatore in alluminio, frusta sbattitrice in acciaio inox, coperchio in plastica trasparente
- Dimensioni cm 34x38x22
- Colore: crema/verde



PREZZO € 298,90
OFFERTA € 233,90

PREZZO SOCI € 209,90 **SCONTO 29%**

nr. 468 MACCHINA ELETTRICA PER LA PASTA IM 91 GIRMI

- Potenza 90 W
- Struttura in acciaio inox con rulli in alluminio per alimenti
- 5 formati: lasagne, tagliatelle, spaghetti, reginette e fettucine
- Funzionamento manuale o con motore
- Accessori: 2 rulli, manovella, supporto motore, morsetto per fissaggio
- Dimensioni cm 33x17x27



PREZZO € 99,90
OFFERTA € 79,90

PREZZO SOCI € 71,90 **SCONTO 28%**



nr. 466 FORNO PIZZA ELETTRICO DELIZIA SILVER G3 FERRARI

- Piatto in pietra refrattaria diametro cm 31
- Termostato regolabile fino a 400°
- Doppia resistenza in acciaio corazzato
- Timer 5 minuti con segnale acustico
- Palette in alluminio e ricettario inclusi
- Dimensioni cm 33,5x20x35



PREZZO € 117,90
OFFERTA € 93,90

PREZZO SOCI € 84,90 **SCONTO 27%**

nr. 467 FORNO AIR FRYER FG 96 GIRMI

- Multifunzione: evoluzione della friggitrice ad aria, frigge, cuoce al forno, gratina, arrostisce scongela e riscalda
- Potenza 1500 W
- Capacità 11 litri
- Temperatura regolabile 80-200 gradi
- 9 programmi preimpostati
- Accessori: 3 vassoi, cestello, spiedini, girarrosto, maniglia
- Dimensioni cm 33x37x34



PREZZO € 199,90
OFFERTA € 155,90

PREZZO SOCI € 139,90 **SCONTO 30%**

nr. 469 TISANIERA BOLLITORE IN VETRO BL 50 GIRMI

- Potenza: 1850-2200 W
- Capacità 1,8 Lt
- Filtro inox smontabile per tè e tisane
- Sistema di sicurezza anti surriscaldamento
- Interruttore di accensione a rilascio automatico
- Luce di funzionamento
- Base di alimentazione ad incastro
- Rotazione 360°
- Avvolgicavo nella base
- Dimensioni cm 23x25x16



PREZZO € 37,90
OFFERTA € 29,90

PREZZO SOCI € 26,90 **SCONTO 29%**

nr. 476 SISTEMA STIRANTE SS 65 GIRMI

- Ferro professionale con impugnatura in sughero
- Potenza totale: 2200W ferro 850W + caldaia 1350W
- Capacità caldaia 1lt
- Manopola di regolazione vapore
- Termostato regolabile
- Tasto getto del vapore
- Accensione differenziata del ferro e della caldaia
- Dimensioni cm 33x29x24



PREZZO € 104,90
OFFERTA € 83,90

PREZZO SOCI € 74,90 **SCONTO 28%**

nr. 474 **STYLE MIX BABYLISS**



- Accessori intercambiabili
- Rivestimento in Ceramica
- Ferro arricciacapelli Ø mm 19 - 32
- Piastra: Deep wave - Piastra frisé - Piastra lisciante
- Spazzola e spirale estraibili
- Cavo girevole 1,8 m

PREZZO € 42,90
OFFERTA € 29,90
PREZZO SOCI € **26,90**
SCONTO **37%**

nr. 475 **MULTITRIMMER 10 IN 1 BABYLISS**

- Multikit da uomo per la cura di viso e corpo
- Autonomia 60 minuti
- Ricarica completa 8 h
- Testina naso/orecchie
- Guida di precisione (1 - 3,5 mm)
- 5 Guide barba + 2 Guide corpo
- Custodia morbida

PREZZO € 44,90
OFFERTA € 29,90
PREZZO SOCI € **26,90**
SCONTO **40%**



nr. 470 **DISPOSITIVO MASSAGGIO CERVICALE MG 153 BEURER**



- Apparecchio per massaggio cervicale 4D
- Massaggio ad azione profonda per rilassare e sciogliere la muscolatura
- Con rivestimento rimovibile e lavabile
- Con funzione di riscaldamento
- Rotazione in senso orario/antiorario
- 2 livelli di intensità + 1 modalità di massaggio
- Facile utilizzo con comandi direttamente sull'apparecchio
- Pratiche maniglie per la regolazione manuale dell'intensità del massaggio
- Spegnimento automatico
- 24 Watt

PREZZO € 104,90
OFFERTA € 72,90
PREZZO SOCI € **65,90**
SCONTO **37%**

nr. 471 **TERMOFORO BORSA ACQUA CALDA ROSSA HK 44 BEURER**

- Superficie extramorbida
- Riscaldamento rapido
- 3 livelli di temperatura
- Sistema di sicurezza BSS, spegnimento automatico in 90 minuti
- Dimensioni cm 50x30
- Potenza 100 w



PREZZO € 39,90
OFFERTA € 29,90
PREZZO SOCI € **25,90**
SCONTO **35%**

nr. 472 **SCALDAPIEDI CON MASSAGGIO FWM 45 BEURER**

- Funzioni calore e massaggio utilizzabili separatamente
- 2 livelli di massaggio
- 2 livelli di temperatura
- Adatto fino al numero 47
- Sacco copripiedi in peluche estraibile, lavabile a mano
- Dimensioni cm 32x26x26H



PREZZO € 54,90
OFFERTA € 39,90
PREZZO SOCI € **35,90**
SCONTO **34%**

nr. 473 **DIFFUSORE AROMATICO LA 40 BEURER**

- Tecnologia di umidificazione a ultrasuoni
- Adatto per oli aromatici idrosolubili
- Con luce a LED colorata variabile
- In vero bambù e porcellana
- 2 livelli di intensità
- Nebulizzazione con o senza luce
- Capacità ml 180



PREZZO € 59,90
OFFERTA € 43,90
PREZZO SOCI € **39,90**
SCONTO **33%**

nr. 477 **CELLULARE ONDA FRIZZY BLACK**

- Funzioni: vibrazione, vivavoce, menu semplice, FM radio, calcolatrice, torcia
- Connettività: GSM, WIFI, BLUETOOTH
- Memoria contatti 1.000, memoria SMS 500
- Memory Card non inclusa
- Display: LCD 2,4 pollici
- Colore nero
- Dimensioni cm 12,5x5
- Tempo di conversazione: 6 h
- Fotocamera: 0,3 MP



PREZZO € 69,90
OFFERTA € 44,90
PREZZO SOCI € **39,90**
SCONTO **42%**

MISSIONE RISPARMIO

IN PRENOTAZIONE PER TUTTI

ENTRO IL 10 NOVEMBRE 2021

CONSEGNA DAL 16 AL 24 DICEMBRE 2021



PARURE COPRIPIUMINO LINEA SOFT COTTON COGAL



- Parure Copripiumino in caldo cotone 100%, stampato
- Misure:
 - Singolo Sacco copripiumino cm 155x200 con imbuto da cm 30
Federa bifacciale cm 50x80
 - Matrimoniale Sacco copripiumino cm 250x200 con imbuto da cm 30
2 Federe bifacciali cm 50x80
- Prodotto in Italia



DISEGNO 8175
AZZURRO



DISEGNO 8175
TORTORA

SINGOLO

nr.
441

nr.
443

PREZZO € 39,90
OFFERTA € 29,90
PREZZO SOCI € **26,90**



SCONTO
32%

MATRIMONIALE

nr.
442

nr.
444

PREZZO € 66,90
OFFERTA € 49,90
PREZZO SOCI € **44,90**



SCONTO
32%

PARURE COPRIPIUMINO MATRIMONIALE MONTBLANC COGAL

- Flanella 100% cotone, mano pesca, con stampa digitale
- Sacco copripiumino cm 250x200 con imbuto da cm 30
- Coppia federe bifacciali cm 50x80
- Prodotto in Italia

PREZZO € 99,90
OFFERTA € 64,90
PREZZO SOCI € **58,90** SCONTO **40%**



nr. VARIANTE
445 2116



nr. VARIANTE
446 2119



nr. VARIANTE
447 2121

LINEA LETTO DISNEY



COMPLETO LETTO SINGOLO

- Tessuto in puro cotone
- Lenzuolo sotto con angoli cm 90x200
- Lenzuolo sopra cm 155x280
- Federa cm 50x80

PREZZO € 39,90
 OFFERTA € 28,90
 PREZZO SOCI € 25,90 **SCONTO 35%**



nr. 436 MINNIE BOOM

nr. 440 SPIDERMAN

nr. 438 FROZEN MAGICA

COMPLETO COPRIPIUMINO SINGOLO

- Tessuto in puro cotone con disegno piazzato
- Lenzuolo sotto con angoli cm 90x200
- Sacco copripiumino cm 155x200
- Federa cm 50x80

PREZZO € 69,90
 OFFERTA € 52,90
 PREZZO SOCI € 46,90 **SCONTO 32%**



nr. 435 MINNIE BOOM

nr. 437 FROZEN MAGICA

nr. 439 SPIDERMAN

TROLLEY RAVIZZONI

- Trolley in ABS con 4 ruote doppie
- Chiusura TSA piatta per dogana USA
- Scomparto divisorio interno



nr. 478 PREZZO € 89,90
 OFFERTA € 49,90
 PREZZO SOCI € 44,90 **SCONTO 50%**

CM 55X40X20



nr. 479 PREZZO € 107,90
 OFFERTA € 59,90
 PREZZO SOCI € 53,90 **SCONTO 50%**

CM 67X43X27



RACCOGLI IL RISPARMIO

10 BOLLINI

10%

SCONTO

15 BOLLINI

15%

SCONTO

20 BOLLINI

20%

SCONTO

RACCOGLI I BOLLINI

PER LA TUA PROSSIMA SPESA FINO A UNO **SCONTO** DEL

20%

Ricevi

**1
BOLLINO**

ogni **15 €** di spesa

Dal 15 novembre al 24 dicembre 2021, ogni 15 € di spesa e multipli ricevi un bollino che verrà applicato alla tua scheda.

Completa la scheda e richiedi il tuo sconto* fino al 31 dicembre 2021.